

# Recensión CUIDADO DE LA SALUD DEL ADULTO MAYOR EN UNA COMUNIDAD SEMI-RURAL DESDE UNA METODOLÓGICA DE PARTICIPACIÓN ACCIÓN INVESTIGACIÓN CENTRADA EN LA OCUPACIÓN

## HEALTH CARE OF THE ELDERLY IN A SEMI-RURAL COMMUNITY FROM A PARTICIPATORY METHODOLOGICAL ACTION ACTION RESEARCH FOCUSED ON THE OCCUPATION

### Autora

Nerea Gómez Frutos<sup>a</sup>.



### Artículo sobre el que se hace la recensión

Bolaños C, Martínez G, Ramos G. Cuidado de la salud del adulto mayor en una comunidad semirural desde una metodológica de participación acción investigación centrada en la ocupación. Rev Chil Ter Ocup. 2017; 17(1): 9-22.

### Resumen

La geriatría es una de los ámbitos más comunes de la intervención del terapeuta ocupacional. Sin embargo, la rehabilitación basada en la comunidad dentro de este ámbito de trabajo necesita ser investigada para demostrar los beneficios que se aportan desde esta disciplina. Por tanto, analizar los factores determinantes de una desvinculación social de una población mayor que vive en un territorio semi-rural, desarrolla otro campo de trabajo de la terapia ocupacional, el cual no es tan habitual. Es de vital importancia estudiar los factores que producen limitaciones en la funcionalidad de estas personas y restricciones en la participación social, reduciendo al mismo tiempo su calidad de vida y desencadenando una exclusión social. Para ello, es necesario investigar las necesidades de una población semi-rural vulnerable y elaborar una intervención comunitaria para mejorar el estado de salud y aumentar la participación social de los habitantes a través de ocupaciones significativas.

**DeCS** Anciano; Red social; Participación Social; Autonomía Personal; Terapia Ocupacional.

### Summary

Geriatrics is one of the most common areas of occupational therapy intervention. However, community-based rehabilitation within this scope of work needs to be researched to demonstrate the benefits of this discipline. Therefore, analyzing the determining factors of a social separation of an older population living in a semi-rural territory, develops another field of work of occupational therapy, which is not as usual. It's crucial to study the factors that produce limitations in the functionality of these collective and their restrictions in social participation that, reduce their quality of life and trigger social exclusion. To this end, we need to research the needs of a vulnerable semi-rural population and develop a community intervention to improve the state of health and increase the social participation of the inhabitants through significant occupations.

**MeSH** Aged; Social Support; Social participation; Personal Autonomy; Occupational Therapy.

### Como citar este documento

Gómez Frutos N. Cuidado de la salud del adulto mayor en una comunidad semi-rural desde una metodológica de participación acción investigación centrada en la ocupación. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2018 [fecha de la consulta]; 15(28): 314-19. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num28/pdfs/recension1.pdf>



Texto recibido: 15/10/2018 Texto aceptado: 22/11/2018 Texto publicado: 30/11/2018

Derechos de autor



<sup>a</sup> Terapeuta ocupacional. Universidad de Castilla La Mancha. E-mail de contacto: [nerea12\\_96@hotmail.com](mailto:nerea12_96@hotmail.com)



## Resumen del artículo

El artículo <sup>(1)</sup> refiere que existen algunas zonas semi-rurales en las que vive población mayor vulnerable debido a su estilo de vida y con riesgo de padecer enfermedades crónicas y degenerativas. Además, indica que el entorno no es accesible puesto que es difícil trasladarse por la localidad debido a las irregularidades que presenta el terreno. Por otro lado, la comunidad sólo cuenta con servicios básicos de salud y no disponen de servicios rehabilitadores. Por tanto, este contexto provoca una serie de limitaciones para el acceso a oportunidades y recursos sanitarios, siendo los adultos mayores una población vulnerable debido al envejecimiento y al aumento del grado de dependencia y de diversidad funcional.

Se realizó este estudio para el cuidado de la salud de los adultos mayores y sus redes de apoyo existentes, mostrando una mayor relevancia sobre aquellas que se identificaron como prioritarias para el cuidado de la salud del adulto mayor en San Lorenzo Acopilco. Para ello establecieron los objetivos específicos de identificar indicadores para el cuidado de la salud y la calidad de vida, sensibilizar a la comunidad sobre el cuidado, identificar las redes de apoyo existentes y capacitar a los cuidadores primarios sobre el cuidado y mantenimiento de la salud.

La metodología del estudio era mixta y constó de tres fases. La primera fase un estudio de carácter cuantitativo descriptivo, transversal y correlacional, cuyo propósito principal era identificar las condiciones de salud de los adultos mayores.

En la segunda fase se llevó a cabo una metodología de investigación con un diseño mixto: cualitativo y cuantitativo, con objeto desarrollar un programa para sensibilizar a la comunidad sobre los cuidados de la salud.

La tercera fase tenía una metodología de investigación y participación de carácter cualitativo, para identificar qué redes de apoyo tienen los adultos mayores para cuidar su salud y qué tipo de servicios se necesitan.

Los resultados encontrados fueron que el 46% presentaban trastornos en la movilidad y enfermedades musculoesqueléticas, el 32% hipertensión y diabetes y el 14% de memoria. Asimismo, se valoró si estos problemas limitaban la realización de sus actividades del día a día, el 46% mencionó que mucho, el 34% poco y el 10% nada.

En cuanto a la red de apoyo primaria para llevar a cabo las diferentes ocupaciones, un 80% no requiere ayuda para moverse dentro de su casa y el otro 20% requiere de la misma. De este modo, el 76% considera tomar decisiones importantes y que tiene control en su vida. Y, por último, los resultados obtenidos acerca de la participación social son que el 70% considera que es muy importante reunirse con otros adultos y 62% considera muy importante contar con un espacio para hacerlo. Sin embargo, en lo que se refiere a participar en una red social secundaria, el 32% comentó que nunca había participado en grupos de adultos mayores y el 24% algunas veces, a pesar de que el 68% considera importante reunirse con otros adultos mayores y tener un espacio comunitario para bailar, hacer ejercicio, poesía, entre otras actividades significativas para ellos.

Entre las estrategias que se fueron estableciendo para cuidar la salud de los adultos mayores de esta comunidad a través de un enfoque de acción/participación se pueden resaltar: crear, implementar y evaluar un programa de capacitación orientado al cuidador, desarrollar boletines del cuidado a la salud para apoyar la sensibilización de la población con el fin de generar cambios en el ambiente y en la persona, e implementar un programa piloto de atención al adulto mayor con enfermedades crónicas con un enfoque de rehabilitación basada en la comunidad.

## Discusión

Tras analizar los resultados y observar esta población de San Lorenzo Acopilco, se puede comprobar cómo aumenta la vulnerabilidad de las personas mayores que viven en territorios de montaña y con irregularidades en el terreno. El presente estudio aporta una valoración de la desvinculación que sufre esta población con su propia comunidad, debido a las circunstancias que dificultan la movilidad de los habitantes por la misma, además de valorar otros aspectos que repercuten en la funcionalidad de las personas mayores. Entre ellas destacan las enfermedades más frecuentes en esta población, las redes de apoyo primarias y secundarias de las que disponen, el nivel económico, sus limitaciones en la participación social y la restricción de sus



ocupaciones más significativas <sup>(1)</sup>.

Por otro lado, existe una falta de protección social en la localidad por la carencia de recursos, debilitando la participación activa, y provocando un deterioro en la persona, al mismo tiempo que disminuye la calidad de vida y acelera la dependencia <sup>(1)</sup>. Llegando a la conclusión que, estos son algunos de los factores, que influyen directamente en este grupo poblacional, dificultando la inclusión de este colectivo en la comunidad.

Pero estas condiciones no sólo afectan al usuario, sino también a los familiares. Ambos se enfrentan a una serie de limitaciones cuando su territorio no dispone de recursos que atiendan sus necesidades. Y, por tanto, es la familia quien se convierte en el cuidador principal de la persona. En este momento es cuando aparece la sobrecarga del cuidador. López Gil et al, <sup>(2)</sup> demuestra que, debido a las características sociodemográficas y al desempeño de este rol en un tiempo prolongado, se ocasiona un impacto sobre la salud física, social y psíquica del cuidador, afectando a su calidad de vida. Y, del mismo modo, obtienen una mayor sensación de sobrecarga y un menor apoyo social.

Es importante, que las personas mayores y sus familiares sepan identificar cuáles son las áreas de mayor riesgo y cuáles son las medidas que deben tomar para resolver los problemas y asegurar la salud, evitando así caídas, enfermedades, y un aumento del nivel de sobrecarga.

Debido al sistema socioeconómico de la población, la mayoría de las personas mayores con estas condiciones son víctimas y tienen el riesgo de padecer más enfermedades crónicas y degenerativas, reduciendo así su calidad de vida y afectando a las distintas áreas ocupacionales <sup>(1)</sup>. Sin embargo, un grupo de terapeutas ocupacionales que detectaron que estas necesidades no estaban cubiertas, decidieron hacer un estudio para valorar cuáles eran los recursos de los que no disponían y qué solución se podría dar para potenciar el envejecimiento activo y la participación social dentro de la comunidad, mejorando al mismo tiempo el nivel de salud.

Este artículo <sup>(1)</sup> refiere que son los habitantes de esta comunidad junto con sus familiares, los que deben desarrollar las redes de apoyo para el cuidado de la salud, consiguiendo la integración de los cuidados que carecen en la comunidad, y mantener la salud para prevenir el deterioro que convierte a la persona en dependiente. Los terapeutas ocupacionales deben actuar al mismo tiempo, informando a los cuidadores de aquellos cuidados que deben recibir los adultos mayores, puesto que, en ocasiones, no utilizan estos recursos por falta de conocimientos acerca de los cuidados que tiene que recibir una persona mayor. Sin embargo, existen otros casos donde no utilizan estos recursos porque no disponen de ellos en ese territorio.

Por lo que también es imprescindible que los terapeutas inicien apoyos rehabilitadores para las personas mayores con enfermedades degenerativas que necesitan estos servicios y no los reciben porque la localidad donde viven no los tiene, debido a la situación socioeconómica de la que disponen. El terapeuta ocupacional debe encargarse de difundir esta información por la comunidad y crear estos servicios para mejorar los cuidados de salud de estas personas. Debe crear ambientes accesibles y seguros para las personas con vulnerabilidad dentro de su propia comunidad.

Asimismo, llevar a cabo una intervención desde terapia ocupacional, utilizando como medio una ocupación significativa, es una forma de cuidar la salud. Como indica Allan et al <sup>(3)</sup> "el hombre es un ser activo y su desarrollo está influenciado por el uso de una actividad significativa. Esta permite utilizar su capacidad para la motivación intrínseca, siendo el ser humano capaz de influir sobre su salud física, psíquica y sobre su entorno físico y social a través de la actividad significativa".

Esta intervención permite poner en marcha el plan de envejecimiento activo, mejorando a la misma vez aquellas áreas ocupacionales que se ven afectadas. Pero hay que tener en cuenta la edad de la persona y sus intereses.

Miranda <sup>(4)</sup> expone que el envejecimiento activo permite a los grupos de la población realizar su



potencial físico, social y mental a lo largo de su ciclo vital, al mismo tiempo que participa en la sociedad de acuerdo a sus necesidades, deseos y capacidades, proporcionándoles protección, seguridad y unos cuidados adecuados cuando necesitan asistencia.

Además, participar en una red social es muy importante en este grupo de la población. "Hoy en día, muchas personas mayores, indican que se encuentran solas, que no pertenecen a un grupo social para compartir actividades, que reciben pocas visitas de los familiares, y esto puede ser un factor de riesgo" <sup>(1)</sup>. Es de vital importancia pertenecer a una red social, para compartir intereses y reunirse con adultos mayores para participar conjuntamente en actividades significativas.

De esta manera se sienten productivos y seres activos, mejorando así la autoestima y restableciendo el equilibrio ocupacional de los mismos. No deben sentirse seres pasivos y excluidos de la sociedad.

Del mismo modo, Miranda <sup>(4)</sup> refiere que el planteamiento del envejecimiento activo sustituye la planificación estratégica basada en las necesidades, que tiene objetivos pasivos, por otra basada en los derechos. Ofreciendo una igualdad de oportunidades y de trato en todos los aspectos de la vida a medida que las personas envejecen.

Es fundamental la inclusión social de este grupo poblacional, teniendo en cuenta siempre los derechos de las personas y mejorando sus condiciones de vida, puesto que Sánchez-González <sup>(5)</sup> indica que "las personas mayores, con frecuencia, están expuestas al aislamiento, desatención y exclusión social".

Para concluir, la terapia ocupacional puede trabajar desde un enfoque de promoción de la salud teniendo siempre en cuenta actividades significativas para la persona y promover así recursos para la comunidad. Por lo que esta investigación participativa basada en la comunidad, ha permitido buscar las soluciones necesarias para los problemas específicos que tenían las personas mayores con escasez de recursos, promoviendo así un cambio social.

Como se ha mencionado anteriormente y teniendo en cuenta la situación de vulnerabilidad en la que se encuentra este colectivo de la población, este artículo presenta una buena valoración crítica tras el estudio metodológico cualitativo realizado para personas mayores de la comunidad con riesgo de exclusión social.

Para desarrollar más las ideas planteadas en esta recensión, sería de gran interés estudiar la función del terapeuta ocupacional que trabaja con personas mayores con riesgo de exclusión social en otros sectores poblacionales. En este caso sería relevante estudiar la labor del terapeuta ocupacional en recursos rurales de la comunidad, fuera de la institución, en zonas geográficas similares a San Lorenzo Acopilco con dificultades para realizar las actividades significativas y para participar en la comunidad, además de investigar acerca de intervenciones que aumenten la funcionalidad, la participación social y la calidad de las personas mayores y, sobre intervenciones con los familiares, redes de apoyo y la comunidad para fomentar la participación social. Una vez estudiada sería interesante publicar aquellos resultados donde el terapeuta favorece la inclusión, la independencia y la participación social de estas personas llevando a cabo una intervención comunitaria en el medio rural.

Además, estudiar otras líneas de actuación de los terapeutas ocupacionales en la comunidad puede ayudar a desarrollar la labor del terapeuta ocupacional dirigida a otros ámbitos fuera de la institución. Para ello, es de vital importancia cambiar el enfoque individualista por un enfoque comunitario, donde la intervención esté enfocada de manera grupal y vaya dirigida a un colectivo con necesidades similares.

Por otro lado, como se ha comentado anteriormente, debido a la situación demográfica y socioeconómica de esta localidad, hay una escasez de recursos y servicios para cubrir las necesidades de los habitantes. Uno de los servicios de los que carecen y es de vital importancia

## Líneas de desarrollo



es el de rehabilitación. Durante el proyecto fueron atendidas las necesidades de rehabilitación y se ha demostrado que es necesario continuar prestando este tipo de atención en la comunidad.

En cambio, un aspecto negativo del estudio es que no se ha mostrado cuál era el programa de actuación de este servicio en la comunidad. Por lo que sería relevante investigar acerca de la labor rehabilitadora del terapeuta en este sector con personas mayores vulnerables. Además, otra actuación del terapeuta que sería relevante en una localidad con una situación demográfica similar, podría ser adaptar el contexto y las irregularidades del terreno a las capacidades de los habitantes. Y de esta manera, promover entornos más accesibles.

## Valoración crítica

El análisis de este artículo, puede aportar nuevos campos de trabajo de la terapia ocupacional, para cubrir las necesidades de una población vulnerable. En España este tipo de intervenciones en el ámbito de la geriatría se llevan a cabo en una proporción menor y sería de gran interés expandir esta intervención rehabilitadora basada en la comunidad, y de este modo que la terapia ocupacional evolucione al ámbito geriátrico en el medio rural y esta labor profesional se desarrolle abarcando la intervención en zonas geográficas más vulnerables a la desvinculación social.

Los resultados que se obtuvieron de este proyecto acerca de la labor del terapeuta ocupacional aportan métodos de actuación en este sector enriquecedores y permiten poner a prueba las habilidades como terapeutas ocupacionales con personas mayores en otros ámbitos fuera de la institución, además, permiten trabajar con el objetivo principal de cubrir las necesidades de salud de los adultos mayores vulnerables. De esta manera, se comprueba la gran necesidad y la efectividad de un terapeuta ocupacional desarrollando su labor tanto con los cuidadores como con los adultos mayores para mejorar la calidad de vida y la participación social. Además, los usuarios y los familiares valoran la eficacia de esta disciplina, lo que permite continuar con la capacitación para cuidar la salud. Asimismo, se considera la importancia de formar una red de alerta para las personas mayores con este tipo de enfermedades y crear un espacio comunitario. Debido a que, después de este estudio, se ha notado mejoría en el estado de salud de estas personas.

A pesar de que estos contextos no son los habituales, son situaciones donde la figura del terapeuta también es relevante. Dar a conocer esta disciplina y aumentar el terreno de trabajo es uno de los temas que deben ser planteados para expandir la profesión y cubrir las necesidades de la población que constituye los márgenes. Además, este estudio muestra la necesidad de fomentar la inclusión social de aquellos grupos poblacionales vulnerables a través de la rehabilitación basada en la comunidad.

Por otro lado, aporta a la formación del terapeuta ocupacional un nuevo punto de vista para cubrir las necesidades y desarrollar aquellas capacidades que se siguen manteniendo en este colectivo. Como terapeutas ocupacionales otro medio de actuación es trabajar en la comunidad, para aumentar la participación de las personas mayores y alcanzar el equilibrio ocupacional de las mismas. Además de llevar a cabo programas a través de ocupaciones significativas para mejorar la salud de estas personas, aumentar su independencia y su calidad de vida. Pero siempre evaluando en primer lugar el entorno y sus condiciones demográficas, las demandas de la actividad y las capacidades e intereses de la persona, puesto que un terapeuta ocupacional trabaja desde un enfoque holístico.

## Referencias bibliográficas

1. Bolaños C, Martínez G, Ramos G. Cuidado de la salud del adulto mayor en una comunidad semirural desde una metodología de participación acción investigación centrada en la ocupación. Rev Chil Ter Ocu. 2017; Vol 17 (1): 9-22.
2. López Gil M, Orueta Sánchez R, Gómez-Caro S, Sánchez Oropes A, Carmona de la Morena J, Moreno A, Javier F. El rol de cuidador de personas dependientes y sus repercusiones sobre su calidad de vida y su salud. Rev Clin Med Fam. 2009; Vol 2 (7): 332-339.



3. Allan N, Wachholtz D, Valdés A. Cambios en la Ocupación de los adultos mayores recientemente jubilados. Rev Chil Ter Ocu. 2005; (5): 19.
4. Miranda J G. El envejecimiento activo en la sociedad española. En: Envejecimiento activo, envejecimiento positivo. Universidad de La Rioja; 2006: 15-36.
5. Sánchez-González D, Egea-Jiménez C. Enfoque de vulnerabilidad social para investigar las desventajas socioambientales: Su aplicación en el estudio de los adultos mayores. Papeles de población. 2011; Vol 17 (69): 151-185.

Lévanos\_Get up\_Llévanos



Derechos de autor

