

## Clase – 9

### IACA en geriatría

#### Beneficios psicológicos

- *Orientación en la realidad:* Los perros sirven como elemento de contacto con la realidad.
- *Punto focal para trastornos por déficit de atención:* Una de las dificultades más notables en personas mayores con déficit de atención, es la imposibilidad de concentrarse.
- Los perros sirven como punto de interés.
- En la medida en que una persona afectada pueda prestar atención a un perro por períodos de tiempo cada vez más largos, podrá generalizar la capacidad de concentración que va adquiriendo a otras áreas de su vida.
- *Mejorar el estado de ánimo:* Desde la sesión número uno, se observa como se crea una fuerte vínculo perro-usuario, lo que genera la subida de autoestima en el paciente, porque siente que tiene un amigo incondicional.
- *Antídoto para la depresión:* Los perros de terapia ayudan a superar la depresión y las visitas a instituciones sirven para combatir la monotonía
- *Estímulo social:* Los perros fomentan el contacto social; sirven de tema de conversación y facilitan las relaciones interpersonales.
- *Necesidad de contacto físico:* Los perros de terapia satisfacen la necesidad universal de los seres humanos para el contacto físico.
- En muchas ocasiones, las personas inhibidas que rehúyen del contacto físico con seres humanos, con gusto se acercan a los perros para acariciarlos.
- *Incentivo:* Los perros sirven como motivación que invita al movimiento

- *Salirse de uno mismo:* Los individuos que padecen enfermedades mentales o baja autoestima tienden a centrarse en sí mismos.
- Las interacciones con perros les pueden ayudar a centrarse más en su entorno. Más que pensar y hablar sobre sí mismos y sus problemas, pueden mirar a los perros y hablar acerca de los animales.
- *Algo con qué ilusionarse:* *Esperan con ilusión las visitas de los perros*
- *Vínculo:* Nos referimos a una relación de confianza mutua o a un sentimiento de conexión. Los perros pueden abrir una vía de comunicación emocionalmente seguro entre el perro y el usuario.
- *Aceptación:* Los perros aceptan a las personas incondicionalmente. No importa el aspecto físico; no importa la raza; no importa la historia propia. Supone una validación personal.
- *Entretenimiento:* Es divertido ver qué cosas puede hacer un perro. Incluso las personas a las que no les gustan los perros pueden disfrutar viéndolos.
- *Estímulo mental:* En situaciones tristes, la presencia de un animal sirve para alegrar el ambiente, aumentar la diversión, la risa y el juego.
- Estas distracciones positivas pueden ayudar a disminuir las sensaciones de aislamiento.

### **Beneficios físicos**

Reduce notablemente el riesgo de padecer enfermedades coronarias.

Los perros pueden servir de estímulo durante la rehabilitación.

*Favorece la relajación y disminución del estrés y de la excitación:* Disminuye la presión arterial y frecuencia cardiaca,

- Catalizador de emociones

- El perro sirve como tópico externo de conversación
- Mejora las relaciones sociales
- Genera confianza y facilita la conexión emocional entre anciano-terapeuta.
- Mejora área socio-afectiva (aumentar la percepción de sentirse útil y querido, incremento de la autoestima, aliviar sentimiento soledad, mejora relaciones sociales, incrementar cooperación en la actividad)

### **¿Qué actividades desarrollaremos?**

- Nos basamos en actividades que incluyen tanto estimulación cognitiva como oportunidades para poder interactuar de forma satisfactoria con el entorno físico y social.
- Actividades interesantes, estimulantes y retadoras.
- Es importante pensar en el resultado final de las actividades, con un propósito, para promover las habilidades que aumenten la independencia en las AVD.
- Ejercicios sencillos, personalizados y adecuados al deterioro de cada persona

**Las sesiones se pueden realizar individualmente o en grupos que sean lo más homogéneos posibles.**

¿Qué aspectos debemos tener en cuenta a la hora de trabajar?

- Importante tener en cuenta el estadio de la enfermedad.
- Conocer áreas afectadas y las preservadas.
- Adaptar ejercicios a historia personal y a su estilo de vida como punto de referencia (escolar, de logros, de aficiones).

- Potenciar el éxito y no el fracaso.

**Las sesiones se pueden estructurar en 3 fases:**

- Es la inicial a modo de calentamiento
- Es la fase media donde se realiza la actividad I.A.C.A
- Fase de cierre de la actividad.

**EJEMPLOS DE ACTIVIDADES:**

**Ver con las manos:**

Objetivo: entrar en contacto con los elementos y objetos del perro, trabajar la estereognosia

Materiales: correas, pretal, plato de comida, balanceado, juguetes, premios, etc. Venda para los ojos. Una toalla

**FASE 1 :**

Presentación del perro y de los guías.

Contar lo que se va hacer

**FASE 2:**

- Se mostraran todos los elementos relacionados con el perro y se explicara que es y para que sirve.
- Se tapara los ojos de cada uno de los ancianos
- Reconocimiento del objeto
- Se le permitirá usarlo con el perro.

**FASE 3:**

- Se premiara al perro (agua y comida)

### **Acicalar al perro en forma grupal grupo:**

Los objetivos de esta actividad son trabajar en equipo.

- la motricidad fina
- la concentración
- la atención
- el control de movimiento
- las rotaciones de tronco

Durante esta parte del ejercicio, colaboraran los tres usuarios a la vez en tareas como:

- sujetar la correa
- quitar el chaleco que lleva el perro
- limpiar orejas
- cepillar en varias posturas que permitan la rotación del tronco y la elongación de músculos.

### **Trabajo con aros y pelotas**

- Objetivo: trabajar la psicomotricidad en un ambiente lúdico con el perro
- Materiales: aros con piezas desmontables, pelotas, premios.

#### **FASE 1**

- Presentación del perro y de los guías.
- Preguntar que hicimos la clase pasada
- Contar lo que se va hacer

#### **FASE 2**

- Desmontar y montar cada pieza del aro.

- Pasaran el aro primero para la derecha, luego a la izquierda.
- Pasan el aro rodando, diciendo el nombre de la persona. Luego sin avisar.

El guía y su perro en el centro de la sala, arrojará pelotas que el perro llevara a cada RI, y este arrojará e intentará ensartar en el aro que tiene el guía.

### FASE 3

Se premiará al perro (agua y comida)

### Enséñale un truco

Objetivos:

- reforzar la memoria a corto plazo
- la movilidad del tren superior
- rotaciones de tronco.

### Marcha

- Objetivo: trabajar la deambulación, coordinación, equilibrio.
- Materiales: escalera de equilibrio, correas, arnés para el perro.

FASE 1:

- Presentación del perro y de los guías.
- Preguntar que hicimos la clase pasada
- Contar lo que se va hacer

FASE 2:

Mostrar el circuito

Llevar adelante la actividad

FASE 3

Se premiara al perro (agua y comida

### **Trabajar cálculo**

Objetivo: trabajar la concentración y el cálculo en un ambiente lúdico con el perro.

### **Evaluación**

#### **Variables psicobiológicas.**

Como variables psicobiológicas se tomaron las medidas de presión arterial y ritmo cardíaco antes de empezar la evaluación y a los 30 min de finalizar. Para medir la tensión arterial de los participantes.

#### **Actividades de la vida diaria**

**El índice de Barthel o escala de Barthel** es un instrumento utilizado por distintos profesionales sanitarios para la valoración funcional de un paciente y su rehabilitación.

La escala mide la capacidad de una persona para realizar 10 actividades de la vida diaria, que se consideran básicas, de esta forma se obtiene una estimación cuantitativa de su grado de independencia

TABLA 2

**Índice de Barthel**

Función a evaluar	Puntuación
<b>COMER</b>	
Independiente. Capaz de comer por sí solo y en un tiempo razonable. La comida puede ser cocinada y servida por otra persona	10
Necesita ayuda para comer la carne o el pan, pero es capaz de comer solo	5
Dependiente. Necesita ser alimentado por otra persona	0
<b>LAVARSE (BAÑARSE)</b>	
Independiente. Capaz de lavarse entero sin estar una persona presente. Incluye entrar y salir del baño	5
Dependiente. Necesita ayuda o supervisión	0
<b>VESTIRSE</b>	
Independiente. Capaz de ponerse y quitarse la ropa sin ayuda	10
Necesita ayuda. Realiza solo al menos la mitad de las tareas en un tiempo razonable	5
Dependiente	0
<b>ASEO PERSONAL, ARREGLARSE</b>	
Independiente. Realiza todas las actividades personales sin ninguna ayuda. Los complementos necesarios pueden ser provistos por otra persona	5
Dependiente. Necesita alguna ayuda	0
<b>DEPOSICIÓN</b>	
Continente. Ningún episodio de incontinencia	10
Accidente ocasional. Menos de una vez por semana, o necesita ayuda, enemas o supositorios	5
Incontinente	0
<b>MICCIÓN (Se evalúa la semana anterior)</b>	
Continente. Ningún episodio de incontinencia, capaz de utilizar cualquier dispositivo por sí solo	10
Incontinente ocasional. Máximo un episodio de incontinencia en 24 horas. Incluye necesitar ayuda en la manipulación de sondas y otros dispositivos	5
Incontinente	0
<b>IR AL RETRETE</b>	
Independiente. Entra y sale solo, y no necesita ayuda de otra persona	10
Necesita ayuda. Capaz de manejarse con una pequeña ayuda, capaz de usar el cuarto de baño. Puede limpiarse solo	5
Dependiente. Incapaz de manejarse sin ayuda	0
<b>TRASLADO SILLÓN-CAMA (transferencia)</b>	
Independiente. No precisa ayuda	15
Mínima ayuda. Incluye supervisión verbal o pequeña ayuda física	10
Gran ayuda. Precisa la ayuda de una persona fuerte o entrenada	5
Dependiente. Necesita grúa o alzamiento por dos personas. Incapaz de permanecer sentado	0
<b>DEAMBULACIÓN</b>	
Independiente. Puede andar 50 m, o su equivalente en casa sin ayuda ni supervisión de otra persona. Puede usar ayudas instrumentales (bastón, muleta), excepto andador. Si utiliza prótesis, es capaz de ponerla y quitarla solo	15
Necesita ayuda. Necesita supervisión o una pequeña ayuda física por parte de otra persona. Precisa utilizar andador	10
Independiente (en silla de ruedas) en 50 m. No requiere ayuda ni supervisión	5
Dependiente	0
<b>USO DE ESCALERAS</b>	
Independiente. Capaz de subir y bajar un piso sin la ayuda ni supervisión de otra persona	10
Necesita ayuda. Precisa ayuda o supervisión	5
Dependiente. Incapaz de salvar escalones	0
<b>PUNTUACIÓN TOTAL</b>	

PUNTUACIÓN (según Shah et al.): Independencia 100, Dependencia escasa (91-99), Dependencia moderada (61-90), Dependencia grave (21-60), Dependencia total (< 21). Otros autores ponen el límite de dependencia escasa en 90 para evitar la sobrestimación que puede ocasionar la existencia de incontinencia. Y otros valoran dependencia moderada si ≤ 60 puntos.

\*Shah S, Vanclay F, Cooper B. Improving the sensitivity of the Barthel Index for stroke rehabilitation. J Clin Epidemiol. 1989;42:703-9.

## Mini mental

Prueba cognitiva del estado mental. Detecta los signos de deterioro cognitivo y permite evaluar su progresión y gravedad a través de 7 categorías: orientación temporal, orientación espacial, fijación-recuerdo inmediato, atención-cálculo, recuerdo diferido y lenguaje.

COSTA ATLÁNTICA



### MINI MENTAL STATE EXAMINATION (MMSE)

Basado en Folstein et al. (1975), Lobo et al. (1979)

Nombre: \_\_\_\_\_ F. nacimiento: \_\_\_\_\_ Edad: Varón [ ] Mujer [ ]  
Fecha: \_\_\_\_\_ Estudios/Profesión: \_\_\_\_\_ Núm. Historia: \_\_\_\_\_  
Observaciones: \_\_\_\_\_

¿En qué año estamos?	0-1	<b>ORIENTACIÓN TEMPORAL</b> (máx. 5)	
¿En qué estación?	0-1		
¿En qué día (fecha)?	0-1		
¿En qué mes?	0-1		
¿En qué día de la semana?	0-1		
¿En qué hospital (o lugar) estamos?	0-1	<b>ORIENTACIÓN ESPACIAL</b> (máx. 5)	
¿En qué piso (o planta, sala, servicio)?	0-1		
¿En qué pueblo (ciudad)?	0-1		
¿En qué provincia estamos?	0-1		
¿En qué país (o nación, autonomía)?	0-1		
Nombre tres palabras peseta-caballo-manzana (o balón-bandera-árbol) a razón de 1 por segundo. Luego se pide al paciente que las repita. Esta primera repetición otorga la puntuación. Otorgue 1 punto por cada palabra correcta, pero continúe diciéndolas hasta que el sujeto repita las 3, hasta un máximo de 6 veces. Peseta 0-1 Caballo 0-1 Manzana 0-1 (Balón 0-1 Bandera 0-1 Árbol 0-1)		Núm. de repeticiones necesarias <b>FIJACIÓN RECUERDO</b> inmediato (máx. 3)	
Si tiene 30 euros y me va dando de tres en tres, ¿cuántos le van quedando? Detenga la prueba tras 5 sustracciones. Si el sujeto no puede realizar esta prueba, pídale que deletree la palabra MÚNDO al revés. 30 0-1 27 0-1 24 0-1 21 0-1 18 0-1 (0 0-1 D 0-1 N 0-1 U 0-1 M 0-1)		<b>ATENCIÓN CÁLCULO</b> (máx. 5)	
Preguntar por las tres palabras mencionadas anteriormente. Peseta 0-1 Caballo 0-1 Manzana 0-1 (Balón 0-1 Bandera 0-1 Árbol 0-1)		<b>RECUERDO DIFERIDO</b> (máx. 3)	
<b>DENOMINACIÓN.</b> Muestrele un lápiz o un bolígrafo y pregunte ¿qué es esto? Haga lo mismo con un reloj de pulsera, lápiz 0-1, reloj 0-1. <b>REPETICIÓN.</b> Pídale que repita la frase: "ni sí, ni no, ni pero" (o "en un trigal habla 5 perros") 0-1. <b>ÓRDENES.</b> Pídale que siga la orden: "coja un papel con la mano derecha, dóblelo por la mitad, y póngalo en el suelo". Coge con la mano derecha 0-1, dóblelo por la mitad 0-1, pónalo en el suelo 0-1. <b>LECTURA.</b> Escriba legiblemente en un papel "cierre los ojos". Pídale que lo lea y haga lo que dice la frase 0-1. <b>ESCRITURA.</b> Que escriba una frase (con sujeto y predicado) 0-1. <b>COPIA.</b> Dibuje 2 pentágonos interseccionados y pida al sujeto que los copie tal cual. Para otorgar un punto deben estar presentes los 10 ángulos y la intersección 0-1.		<b>LENGUAJE</b> (máx. 9)	
Puntuaciones de referencia: 27 ó más: normal 24 ó menos: sospecha patológica 12-24: deterioro 9-12: demencia		<b>PUNTUACIÓN TOTAL</b> (máx. 30 puntos)	

a.e.g. (1999)

## Programa Integrado de Exploración Neuropsicológica (PIEN)

Es un instrumento neuropsicométrico desarrollado para el estudio de las actividades mentales superiores. Permite la evaluación cuantitativa del estado cognitivo y sus subtests se agrupan en áreas funcionales: orientación, atención, lenguaje oral, lectura, praxis, gnosis, memoria, abstracción y funciones ejecutivas.

## Yesavage

La Escala de Depresión Geriátrica (GDS) se utiliza para identificar síntomas depresivos en personas de la tercera edad. Consta de 30 ítems (15 en su versión abreviada) en formato de respuesta dicotómica.

**VERSIÓN REDUCIDA**

¿En general está satisfecho/a con su vida?	SI =0	NO =1
¿Ha abandonado muchas de sus tareas habituales y aficiones?	SI =1	NO =0
¿Siente que su vida está vacía?	SI =1	NO =0
¿Se siente con frecuencia aburrido/a?	SI =1	NO =0
¿Se encuentra de buen humor la mayor parte del tiempo?	SI =0	NO =1
¿Teme de algo malo pueda ocurrirle?	SI =1	NO =0
¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?	SI =0	NO =1
¿Con frecuencia se siente desamparado/a, desprotegido/a?	SI =1	NO =0
¿Prefiere quedarse en casa más que salir y hacer cosas nuevas?	SI =1	NO =0
¿Cree que tiene más problemas que la mayoría de la gente?	SI =1	NO =0
¿En este momento, piensa que es estupendo estar vivo?	SI =0	NO =1
¿Actualmente se siente un/a inútil?	SI =1	NO =0
¿Piensa que su situación es desesperada? ¿Se siente sin esperanza en este momento?	SI =1	NO =0
¿Se siente lleno/a de energía?	SI =0	NO =1
¿Cree que la mayoría de la gente está en mejor situación que Vd?	SI =1	NO =0
TOTAL		

ANIMALES

COSTA ATLÁNTICA