

# Incidencia de la estimulación neuropsicomotora sobre los niveles del deterioro cognitivo en adultos mayores

M. C. Estrella<sup>1,2</sup>, A. N. Tracanna<sup>2</sup>, M. Llanos<sup>1</sup> y R. López<sup>1,2</sup>

Recursos humanos en formación: M. Caridi

<sup>1</sup>Facultad de Educación, Universidad Juan Agustín Maza

<sup>2</sup>Hospital Luis Lagomaggiore, Mendoza

cristinademaccari@hotmail.com

## Resumen

El deterioro cognitivo (DC) es la pérdida o disminución de habilidades intelectuales relacionadas con la edad. Se evidencia en dificultades para efectuar tareas mentales con la velocidad y la eficiencia anteriores. Tiene asentamiento en el sistema nervioso central (SNC), variando según las áreas comprometidas. No afecta por igual a todas las capacidades intelectuales, por lo que el rendimiento de la persona con DC es disarmónico. El sujeto tiene conciencia de que sus capacidades no son las mismas que antes y muestra reacciones emocionales frente a sus dificultades actuales, pudiendo alterar las relaciones sociales. Un plan de ejercicios físicos específicos de estimulación neuropsicomotora ofrecería un doble beneficio: el desarrollo de las capacidades físico-metabólicas condicionales y de las capacidades cognitivas en personas mayores de 50 años de edad.

## Objetivo

Determinar si con un plan de ejercicios físicos específicos de estimulación neuropsicomotora aplicado durante un año se alteran los niveles de DC y se modifica el impacto que éste tiene en el ámbito social, especialmente en la familia.

## Metodología

Estudio descriptivo-correlacional-cuasiexperimental con 50 adultos mayores de 50 años que participan en el Grupo de Riesgo Cardiovascular del Servicio de Psicología y Psiconeuroinmunología del hospital Lagomaggiore. La muestra fue subdividida en G1 Experimental, con 25 pacientes que reciben educación, tratamiento y control, y ejercicios físicos específicos, y G2 Control, con 25 pacientes que reciben educación, tratamiento y control, y no ejercicios físicos específicos. Hasta la fecha, en el pre y un post test (seis meses) se midieron los marcadores biológicos, psicológicos y sociales que determinan los niveles de DC con el miniexamen del estado mental (MMSE o Mini-mental State Examination) de Folstein, las escalas Wechsler, pruebas de laboratorio, test de condición física y entrevista a la familia.

## Resultados

1) MMSE, promedio de 25,53; DS 23,60, Mediana 25 y Moda 25. Determina cierto nivel de DC. Calculado con la T de Student, no se aprecian diferencias significativas con el pretest. 2) Las escalas de Wechsler arrojan que la capacidad de adaptación a situaciones prácticas, a relacionarse y de observación, y los aspectos hereditarios de la inteligencia siguen dentro de la media. Con respecto al pretest, mejoraron los niveles de atención, memoria y concentración. 3) Marcadores biológicos GlucAyunas 114,38±12, GlucPP 154,36±33,14, HbA1c 9,05±2,89, Col T 220±8,14, HDL 44,76±2,8, LDL 154±33,23 y triglicéridos (TG) 212,24±134, marcando diferencias significativas con el pretest. 4) Hubo diferencias significativas en coordinación, flexibilidad y resistencia aeróbica, y no significativas en fuerza. 5) Se observó un impacto en el ámbito social, especialmente en la familia, que manifestó haber percibido el cambio en las conductas y el humor del adulto en cuestión. Dentro del grupo se han establecido festejos de cumpleaños, colectas por los compañeros más necesitados y visitas a los enfermos e internados.

## Conclusiones

Los resultados parciales arrojaron avances sobre los marcadores psicológicos metabólicos y de acondicionamiento físico, que marcan cierto nivel de DC. En setiembre del 2013 se concluirá con este trabajo, al momento de realizar el último postest (12 meses) de las variables estudiadas.

## Publicaciones

Jornadas Intrahospitalarias y Jornadas de Investigación de la UMaza en el 2012.