



Depresión en adultos mayores de la Fundación una Vida con Propósito

Depression in older adults from the Foundation for a Purpose Driven Life

Depressão em adultos mais velhos da Fundação uma Vida com Propósitos

Cristina Geovanna Morales-Pachay ^I
cristina90geovanna@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5358-405X>

Silvio Alejandro Alcívar-Molina ^{II}
silvio.alcivar@utm.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-0623-0996>

Correspondencia: cristina90geovanna@gmail.com

Ciencias Técnicas y Aplicadas
Artículo de Investigación

***Recibido:** 30 de Octubre de 2021 ***Aceptado:** 20 de Noviembre de 2021 *** Publicado:** 08 de Diciembre de 2021

- I. Investigador Independiente, Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.
- II. Docente investigador principal a tiempo completo, Magister en Investigación y Gestión de Proyectos. Doctor En Ciencias Sociológicas, Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.

Resumen

La depresión es un trastorno frecuente en personas de la tercera edad y causa altos costos para los ancianos, sus familiares y las instituciones de salud públicas. Muchas ocasiones el personal de salud resta importancia a los síntomas depresivos de los adultos mayores, al pensar que son normales debido al envejecimiento. El presente estudio investigativo tiene como objetivo establecer los niveles de depresión en los adultos mayores de la Fundación una Vida Con Propósito. La población total para esta investigación fue de 20 adultos de la tercera edad. El principal instrumento utilizado para recopilar la información es la Escala de depresión Geriátrica Yesavage que se centra aspectos relacionados con el estado anímico. Los resultados demuestran que las nuevas adaptaciones que dejó la pandemia como el confinamiento, la soledad, el poco interés de la familia por los mayores y otros factores ha desencadenado depresión en los adultos mayores manifestándolo con tristeza, ira, pesimismo, anergia, anhedonia, disminución o aumento del sueño y apetito.

Palabras Clave: Depresión; Adulto mayor; Tristeza; Salud mental.

Abstract

Depression is a common disorder in the elderly and causes high costs for the elderly, their families and public health institutions. Health personnel often downplay depressive symptoms in older adults, thinking that they are normal due to aging. The objective of this research study is to establish the levels of depression in the elderly of the Foundation for a Life with Purpose. The total population for this research was 20 elderly adults. The main instrument used to collect the information is the Yesavage Geriatric Depression Scale, which focuses on aspects related to mood. The results show that the new adaptations left by the pandemic such as confinement, loneliness, the family's little interest in the elderly and other factors have triggered depression in older adults manifesting it with sadness, anger, pessimism, anergy, anhedonia, decrease or increased sleep and appetite.

Key Words: Depression; Elderly; Sadness; Mental health.

Resumo

La depresión es un trastorno frecuente en personas de la tercera edad y causa altos costos para los ancianos, sus familiares y las instituciones de salud públicas. Muchas ocasiones el personal de

salud resta importancia a los síntomas depresivos de los adultos mayores, al pensar que son normales debido al envejecimiento. El presente estudio investigativo tiene como objetivo establecer los niveles de depresión en los adultos mayores de la Fundación una Vida Con Propósito .La población total para esta investigación fue de 20 adultos de la tercera edad. El principal instrumento utilizado para recopilar la información es la Escala de depresión Geriátrica Yesavage que se centra aspectos relacionados con el estado anímico. Los resultados demuestran que las nuevas adaptaciones que dejó la pandemia como el confinamiento, la soledad, el poco interés de la familia por los mayores y otros factores ha desencadenado depresión en los adultos mayores manifestándolo con tristeza, ira, pesimismo, anergia, anhedonia, disminución o aumento del sueño y apetito.

Palabras Clave: Depresión; Adulto mayor; Tristeza; Salud mental.

Introducción

Es necesario resaltar que la depresión en adultos mayores en la actualidad ha incrementado deteriorando la salud de los adultos ante las diversas situaciones que generan tensión , la vida de las personas a nivel mundial cambio de manera radical generando transiciones de manera sorpresiva, imponiendo un confinamiento en el cual las medidas preventivas y planes de intervención comunitaria implicaban que los adultos mayores permanecieran refugiados la mayor parte del tiempo posible para así salvaguardar su salud; esto consecuentemente desencadenará efectos negativos por el encierro mismos que pueden desarrollar una serie de problemas sobre el adulto mayor, relacionados con la inactividad física, el deterioro cognitivo, la demencia, fragilidad y la soledad, lo que trae inmerso una serie de afectaciones y cambios en el estado emocional del adulto mayor puesto que el aislamiento y los cambios en su estilo de vida habitual pueden provocar molestias, estrés o tristezas.

Los cambios biológicos, psicológicos, económicos y sociales que se observan en el proceso de envejecimiento, asociado a las numerosas enfermedades que aparecen en esta etapa de la vida, conllevan a pensar que en los ancianos existen una serie de factores que favorecen la aparición de una depresión.(Martinez,2007)

(Almudena,2009) define que la depresión se trata de un trastorno psíquico, habitualmente recurrente, que causa una alteración del estado de ánimo de tipo depresivo (tristeza) a menudo acompañado de ansiedad, en el que pueden darse, además, otros síntomas psíquicos de

inhibición, sensación de vacío y desinterés general, disminución de la comunicación y del contacto social, alteraciones del apetito y el sueño (insomnio tardío) agitación o enlentecimiento psicomotor, sentimientos de culpa y de incapacidad, ideas de muerte e incluso intento de suicidio, etc., así como síntomas somáticos diversos.

El instituto Aragonés de Ciencia de la Salud (2019) por su parte define que la depresión se presenta como un conjunto de síntomas de predominio afectivo (tristeza patológica, apatía, anhedonia, desesperanza, decaimiento, irritabilidad, sensación subjetiva de malestar e impotencia frente a las exigencias de la vida) aunque, en mayor o menor grado, también están presentes síntomas de tipo cognitivo, volitivo y somático, por lo que podría hablarse de una afectación global psíquica y física, haciendo especial énfasis en la esfera afectiva.

Para la (OMS, 2021) “La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa, falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración”. La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el estado anímico del adulto mayor y la capacidad para afrontar la vida diaria. Es importante saber que todas las enfermedades surgen o están ligadas a los síntomas emocionales, es decir que todas desprenden desde una raíz emocional, la depresión en si es un claro y total ejemplo de esto.

El confinamiento puede perjudicar la salud mental de los ancianos a nivel emocional, apunta a la aparición de sintomatología ansiosa, depresiva y miedos ante la nueva situación por ejemplo; al tiempo que a nivel de comportamientos se pueden encontrar una modificación en los patrones de sueño, o de alteración de hábitos nutricionales, entre otros; así como a nivel social, con la pérdida de relaciones, o bien un aumento del aislamiento (Infosalus, 2020). En Ecuador el confinamiento se impuso desde Marzo de 2020 en donde mediante el decreto ejecutivo 1017 el presidente Lenin Moreno declaró el estado de excepción, en donde uno de los preceptos que encabezaron la campaña preventiva fue el “Quédate en Casa” focalizada en el bienestar y en el cuidado de la población más vulnerable como la de los adultos mayores.

De acuerdo a lo descrito, surgen en la autora la interrogante ¿Cómo influye la depresión en los adultos mayores que asisten a la fundación una vida con propósito? Siendo esta la formulación científica del problema a determinar y producto de ello surgen preguntas directrices relacionadas como: ¿Cuáles son los síntomas depresivos de los adultos mayores, de la fundación una vida con propósito?, ¿Qué factores generan depresión en los adultos mayores de la fundación

una vida con propósito? Y también ¿Cuál es el nivel de depresión de los adultos mayores de la fundación una vida con propósito?, preguntas que direccionan y dan viabilidad a este trabajo de investigación, tomando en cuenta lo expuesto anteriormente, se buscara establecer los niveles de depresión en adultos mayores de la fundación Una Vida con Propósito de la Unidad los Cantarinas de la Ciudad de Portoviejo , con lo cual se podrán presentar las conclusiones y los respectivos resultados que se obtendrán de la aplicación de encuesta, batería psicométrica, y a nivel teórico de las fuentes bibliográficas consultadas en el desarrollo de la investigación.

Métodos

La investigación es cuantitativa, no experimental, no exploratoria; para el efecto se utilizaron los métodos descriptivo, analítico y sintético. La población total para esta investigación fue de 20 adultos de la tercera edad. El principal instrumento para recopilar la información es la Escala de depresión Geriátrica Yesavage que se centra aspectos relacionados con el estado anímico.

Desarrollo

Contexto del Adulto Mayor

Martinez,Mitchell y Aguirre (2014) Definen que la vejez es un período de la vida y como parte del proceso mismo de envejecimiento, ocurre en un sujeto particular y único, por lo cual la modalidad de envejecimiento no se puede generalizar a partir de los cambios que ocurren sólo a nivel físico, pues cada sujeto interpreta éstos cambios de acuerdo a sus esquemas mentales, su estructura de personalidad, creencias, valores, los procesos de socialización a los que ha sido expuesto y al lugar que ocupa dentro de un contexto social y ecológico particular. Algunas personas creen que tener depresión es algo común con la edad , pero no es así ,los adultos mayores pueden experimentar cambios importantes o desafíos en su vida que desencadenan una depresión, entre ellas están las situaciones cómo perder a un cónyuge, vivir con un problema de salud crónico, estar ligado a una medicación continua que te desmotiva y te mantiene esclavo de las mismas o abandonar el hogar en el que ha vivido durante muchos años son más comunes entre los adultos mayores que en otras personas.

Una de las mejores actividades que un adulto mayor puede adoptar en estas situaciones, es procurar mantenerse activo, crear rutinas e implantarlas en su hogar o en algún parque cerca, el

sedentarismo también influye de manera radical dentro de la depresión, es necesario mantener una vida lo más saludable que se pueda, evitando fármacos en exceso.

Depresión en el Adulto Mayor

La depresión es un trastorno mental, que afecta los pensamientos y comportamiento del adulto mayor, causando una alteración negativa en sus relaciones personales con las personas que lo rodean, en este trastorno lo que ocurre es que se pierden las ganas de vivir y la percepción de su entorno se vuelve negativa (DSM-V, 2013).

Gómez (2007) afirma que la depresión es, junto con la demencia, la enfermedad mental más frecuente en los ancianos. El impacto de este trastorno está siendo cada vez más reconocido, aunque, desafortunadamente, se trata aún de una enfermedad que pasa con frecuencia desapercibida. Sin embargo, es la responsable no sólo de un importante sufrimiento para el paciente y su entorno, sino también de un incremento en la prevalencia y mala evolución de otras complicaciones médicas y, secundariamente, con un claro impacto en el consumo de recursos sanitarios.

Los problemas que enfrentan los adultos mayores es algo de lo que todos deberíamos preocuparnos, pero debido al desconocimiento, la marginación, sintiéndose que no son útiles , que no son productivos , la acumulación de estos sentimientos y la tensión del medio donde habitan pueden terminar en un problema de salud mental.(Camacho y Chacón ,2021)

Niveles de depresión

Depresión leve: Es la sensación de sentirse triste, decaído emocionalmente, y la pérdida de interés en las cosas que antes uno disfrutaba. La depresión no es culpa de la persona que la padece, como tampoco es una debilidad de la personalidad. La depresión leve es una enfermedad común que en ocasiones el propio paciente ignora o niega. El peligro que entrañan las depresiones leves es que sus víctimas no se definen a sí mismas como depresivas. Las personas con depresión leve suelen pensar que todo el mundo se siente como ellas, que es normal su tristeza. La depresión leve es una enfermedad que comienza con leves indicaciones que de no ser correctamente tratadas derivan en un estado de padecimiento crónico y recurrente (Gonzales y Robles ,2011).

Depresión moderada: Puede causar dificultades con trabajo o con tareas diarias. Más de los

síntomas son presentes que se encuentran en la forma suave de la depresión y son generalmente más obvios. En un episodio moderado de la depresión, las características centrales son humor bajo, la carencia del disfrute, el pensamiento de la negativa y la energía reducida, que conducen al funcionamiento social y ocupacional disminuido (Gonzales y Robles,2011).

Depresión severa: Es en estado en el cual las personas siempre se encuentran de mal humor, realizan movimientos lentos, presentan sensación de cansancio, en muchos casos las personas que presentan depresión severa se encierran en un cuarto y rompen en llanto, ya que siempre se sienten con falta de afecto y con intenciones de acabar con su vida (Gonzales y Robles ,2011).

Factores de riesgo de la depresión:

Diferentes circunstancias pueden ayudar a desencadenar la depresión. Los principales factores que aumentan el riesgo de caer en una depresión son:

- ✓ Haber sufrido algún episodio depresivo antes.
- ✓ Tener antecedentes familiares de este trastorno.
- ✓ La pérdida de seres queridos.
- ✓ La soledad.
- ✓ Estrés continuo.
- ✓ Tener problemas para relacionarse con los demás.
- ✓ Situaciones conflictivas en el entorno (por ejemplo, el trabajo u hogar).
- ✓ Haber sufrido traumas físicos o psicológicos (maltrato físico, abuso sexual).
- ✓ Padeecer una enfermedad física seria o problemas crónicos de salud.
- ✓ El consumo de algunos medicamentos (puede consultarlo con su médico).
- ✓ Abusar del alcohol o consumir otras drogas.

Tener una personalidad con alguna cualidad extrema (inseguridad, dependencia, hipocondría, perfeccionismo, auto exigencia) predispone a padecer depresión.

La depresión no es parte usual del envejecimiento, ni señal de debilidad, ni defecto del carácter es algo que puede suceder durante el periodo de confinamiento ya que el adulto mayor se encuentra muy emocional, susceptible y temeroso a poder ser portador o contagiarse de este mortal virus. (Instituto Nacional de la Salud Mental 2021).

Las medidas de restricciones aumentan los problemas preexistentes de soledad y aislamiento de las personas mayores y las consecuencias en la salud de la desconexión social que existían ya

antes de la pandemia nos llenan de dudas, miedo, amenaza, tristeza y nostalgia todo ello provoca en el individuo emociones como la ansiedad, el estrés, la decepción e incomodidades.

Resultados y Discusión

Sexo de los adultos mayores

SEXO	F	%
Masculino	8	40%
Femenino	12	60%
TOTAL:	20	100%

Fuente: Elaboración propia

Análisis e interpretación de los resultados: observamos que 60% de los adultos mayores encuestados pertenecen al sexo femenino, el 40% restante es de sexo Masculino; Camacho y Chacón (2021) de muestran en su estudio que el 53,6% de las participantes es de sexo femenino, por ende es notable que el sexo femenino se ve mayormente afectado por este trastorno ya sea por factores hormonales, hereditarios o adquiridos durante toda su etapa y manifestados en la adultez.

Estado civil de los adultos mayores

ESTADO CIVIL	F	%
Casado	8	40%
Viudo	10	50%
Soltero	2	10%
TOTAL	20	100%

Fuente: Elaboración propia

Análisis e interpretación de los resultados: se observa que el 40% de los adultos mayores son casados, el 50% representa a los viudos y el 10% restante son solteros. Es notable que la falta de compañía y factores anexos como la soledad condicionan este trastorno; el estudio realizado por Pando Moreno et al. (2001) México nos demuestra concordancia en el cual aparecen como mayores factores de riesgo la falta de actividad laboral, el estado civil, ser viudas(os) o solteras(os), además nos explica que la viudez representan un alto valor como factor de riesgo, que representa pérdida, que es precisamente uno de los principales elementos en la etiología de la depresión.

Referente ha con quien viven los adultos mayores

CON QUIEN VIVE UD?	F	%
Con cuidadores	5	25%
Con esposa/ esposo	4	20%
Con esposa/o e hijos	4	20%
Solo	7	35%
TOTAL:	20	100%

Fuente: Elaboración propia

Análisis e interpretación de los resultados: con respecto a la pregunta con quien viven los adultos mayores, el 25% vive con cuidadores, el 20% de los adultos está acompañado de su esposa o esposo, el 20 % siguiente vive con su esposa /o e hijos y el 35% restante vive solo/a .En esta pregunta evidenciamos que uno de los factores para que los adultos padezcan depresión es la soledad ,la falta de compañía , estar con un cuidador no es lo mismo que un familiar en algunos casos.

Nivel de depresión: Test de Yesavage

Nivel o Grado de depresión	F	%
Sin depresión	4	20%
Depresión Leve	7	35%
Depresión mayor o grave	9	45%
TOTAL	20	100%

Fuente:
Elaboración
propia

Análisis e interpretación de los resultados: observamos el nivel o grado de depresión de los adultos mayores, el cual se obtuvo mediante la aplicación del test de Yesavage; el 40% obtuvo un puntaje entre 10 a 19 puntos el cual refleja (depresión leve) el 35% de los adultos mayores con una puntuación de entre 20 a 30 puntos (depresión mayor o grave), y el 25% restante obtuvieron menos de 9 puntos sin signos o síntomas depresivos (sin depresión), Con gran similitud al estudio de Andrade, C (20 11) donde se obtiene que 6,3% de ancianos presentan depresión, el 64,1% depresión moderada y el 29,6% depresión grave, en el cual la depresión leve o moderada y grave representan los mayores porcentajes, dándole importancia a la salud mental de los adultos y con acciones preventivas de la familia o el sector público este trastorno podría ser controlado a nivel mundial.

Principales signos y síntomas depresivos identificados durante la entrevista, observación y aplicación del test de Yesavage.

Frustración	Pensamientos rumiantes
Ira	Alteraciones del humor
Tristeza	Alteraciones del contenido del pensamiento
Alteraciones del sueño	Síntomas Corporales (Físicos)
Alteraciones del apetito	Ahnedonia
Anergia	Pesimismo

Fuente: Elaboración propia

Análisis e interpretación de los resultados: se observan los principales signos y síntomas que manifestaron o han presentado los adultos mayores del estudio, indicaron haber sentido alguno de estos sentimientos, conductas o malestares.

Conclusiones

Cabe recalcar que la depresión no es parte del envejecimiento por eso es necesario detectarla a tiempo, debemos hacer conciencia en cuanto a la salud mental de los adultos mayores, la importancia de darles una mejor calidad de vida previniendo algún tipo de trastorno o enfermedad mental.

- ✓ Se logró identificar los posibles factores que predisponen a los adultos mayores a padecer depresión, los viudos y solteros por falta de compañía suelen tener mayores probabilidades y problemas con la salud mental como la depresión.
- ✓ El sexo femenino es el más afectado con el 60% y con mayor incidencia a depresión, debido al factor hormonal determinante y en algunos casos a preexistencias de otros trastornos como la ansiedad.
- ✓ La ventaja de evaluar los signos y síntomas es que la escala se centra en aspectos relacionados con el estado de ánimo del adulto mayor, se identificaron las alteraciones del sueño, apetito, humor y del contenido del pensamiento, así como sentimientos de tristeza, ira, frustración, anergia, ahnedonia, pensamientos rumiantes y otros.
- ✓ En este estudio a el 35% de los adultos mayores se les detecto depresión mayor o grave, el 40% restante tiene un nivel de presión leve por lo cual es necesario priorizar a esta población e inculcar temas de salud mental y que la familia tome conciencia sobre los riesgos de padecer depresión en la edad adulta y la complicaciones que pueden llegar a tener los adultos si no se maneja a tiempo.

Referencias

1. Almudena,L. (09 de Marzo de 2009).La depresión en adolescentes. Revista de Estudios de Juventud, 141. Obtenido de: <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-07.pdf>

<http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/Unidad-5-Salud-Adulto-Mayor-V-2013.pdf>

10. Martínez, O. (2007). Depresión en el adulto mayor. Revista electrónica Matanzas, (29)5. Recuperado de:
<http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202007/vol5%202007/tema10.htm>
11. Mental Health América. (2021). Qué Es La Depresión. Obtenido de <https://www.mhanational.org/que-es-la-depresion>
12. Organización Mundial de la Salud. (2021). Depresión. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
13. Pando Moreno, M., Aranda Beltrán, C., Alfaro Alfaro, N. y Mendoza Roaf, P., 2001. Prevalencia de la depresión en adultos mayores en una población urbana. Revista Española de Geriátrica y Gerontología, 36 (3), pp. 140-144. Obtenido de: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-prevalencia-depresion-adultos-mayores-poblacion-S0211139X0174704X>
14. Pardo, A., Sandoval, D., y Umbarila, Z. (2004). Adolescencia y depresión. Revista Colombiana de Psicología, 13, 17-32. Recuperado de: <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-07.pdf>