

¿SON EFICACES LAS INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA EN EL TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN EN ANCIANOS?

Autora: Ana Redondo Vázquez

Directora: Dra. Virginia La Rosa Salas



Universidad
de Navarra

Facultad de enfermería

INTRODUCCIÓN

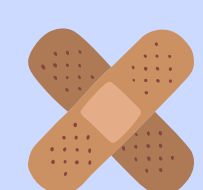
La depresión se define como un trastorno del estado emocional, en el cual los sentimientos de tristeza interfieren con la vida diaria durante un periodo de tiempo prolongado.(1) Según la OMS, la depresión es una enfermedad frecuente en todo el mundo, pues se estima que afecta a un 3,8% de la población, de la cual un 5,7% son adultos mayores de 60 años(2).

Es cierto, que la población mayor se suele asociar con un declive de las condiciones físicas y mentales y con el padecimiento de enfermedades crónicas e incapacitantes. Sin embargo, es muy importante tener en cuenta que la depresión clínica no es parte del envejecimiento normal(3). Por ello, debe ser considerada como una enfermedad médica tratable, aunque pueda estar asociada a circunstancias del envejecimiento, como la pérdida, el duelo o la enfermedad física(4).

En el cuidado de pacientes ancianos con depresión resulta innegable la identidad y presencia del papel de la enfermera. Por ello, la relación terapéutica enfermera-paciente se contempla desde una perspectiva fundamental en los cuidados de enfermería(5).



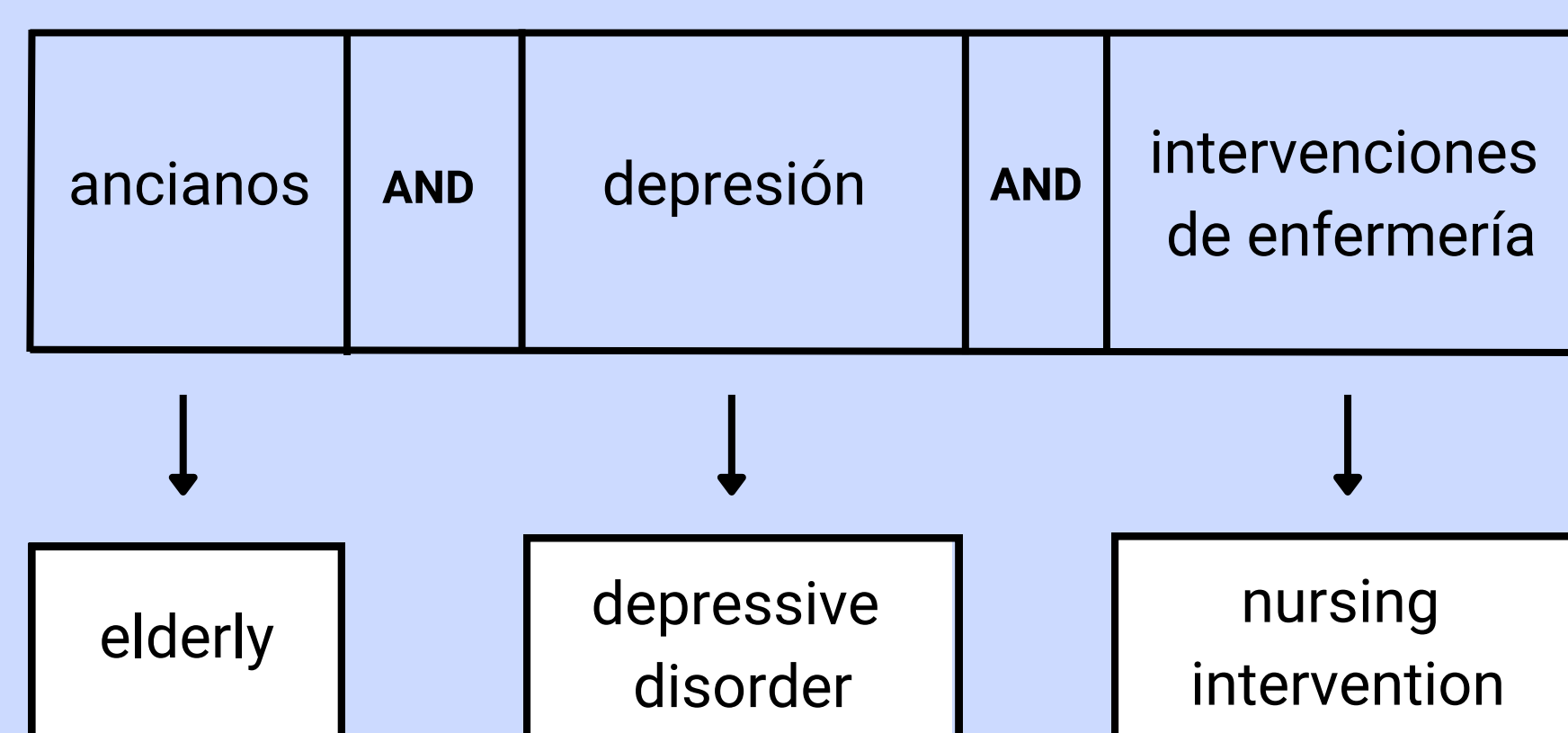
OBJETIVO



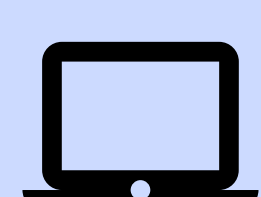
Conocer la eficacia que tienen las intervenciones de enfermería en el tratamiento de la depresión en ancianos.

METODOLOGÍA

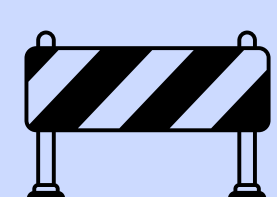
Pregunta de investigación tipo PIS: ¿Son eficaces las intervenciones de enfermería en el tratamiento de la depresión en ancianos?



Revisión Narrativa de la Literatura



Cinahl y
Psycinfo



Castellano ingles
Últimos 10 años



Menores
de 60 años



9 artículos
seleccionados

RESULTADOS

Intervenciones físicas

Estas intervenciones van dirigidas a la dimensión física de la persona, implica el consumo diario regular de té verde por sus efectos: estimula la actividad de las células cerebrales, especialmente en las áreas de la memoria, aumenta la resistencia del organismo y calma el estrés(6). La segunda intervención consiste en la realización de ejercicios con bandas. Ambas intervenciones tienen efectos significativos en el estado depresivo de los pacientes(7).



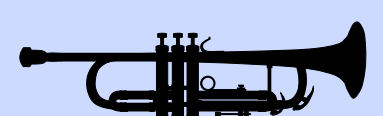
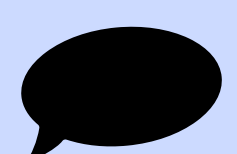
Intervenciones sociales

Se ha estudiado una intervención social a través de un programa de videoconferencia con los familiares de los miembros de una residencia de ancianos. Ya que la familia es quien brinda la mayor parte del apoyo social(12).



Intervenciones psicológicas

Se han llevado a cabo intervenciones psicológicas con el objetivo de influir en el estado de ánimo del paciente. Ordenándolas de menor a mayor eficacia encontramos:

- La musicoterapia, entendida como la escucha de diferentes géneros musicales en el momento previo a la noche, ha demostrado ser eficaz en el estado depresivo(8). 
- La intervención QAR (question, ask, reading) promueve la expresión de sentimientos y experiencias con el fin de descubrir nuevas formas de actuar(9). 
- La terapia cognitiva a través de juegos populares como el póker, el ajedrez y otros juegos de mesa, mejora la capacidad funcional, herramienta fundamental para el autocuidado que afecta de manera directa al nivel de depresión(10). 
- En la terapia de reminiscencia se rememoran eventos del pasado personal de la persona, mediante la estimulación de recuerdos significativos que suscitan sentimientos positivos. En sus sesiones grupales se tratan temas como: logros personales, la infancia, su comida favorita, recuerdos de la guerra e historias personales. Esta intervención ha sido la más eficaz(11). 

CONCLUSIÓN

Los hallazgos de esta revisión han ayudado a poner de manifiesto la eficacia de las intervenciones de enfermería en el tratamiento de la depresión en ancianos.

Destaca la intervención de la terapia de reminiscencia con una eficacia superior a las demás, le siguen los juegos cognitivos a través de jugos populares, la musicoterapia y por último los programas de videoconferencia.

En definitiva, las intervenciones de enfermería han resultado ser efectivas en el tratamiento de la depresión en ancianos y es preciso resaltar la importancia del papel de la enfermera para llevar a cabo dichas intervenciones.



BIBLIOGRAFÍA

