

Intervención clínica en procesos cognitivos en la vejez

Sánchez, Mirta; Krzemien, Deisy; Lombardo, Enrique; Monchietti, Alicia

Grupo de Investigación Temas de Psicología del Desarrollo. Facultad de Psicología y Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina.

E-mail: mirtalidiasanchez@ciudad.com.ar

Resumen

Tradicionalmente se ha entendido que el pensamiento en la vejez sufre los efectos de un progresivo deterioro cognitivo, empobreciéndose y tornándose rígido. Así mismo las concepciones clásicas del desarrollo consideran que la inteligencia alcanza su punto culminante en la adolescencia para luego detenerse o declinar.

Este enfoque parte del supuesto de que, total o parcialmente, en una medida u otra, el funcionamiento mental tiende a ser cada vez más ineficiente, lo que se traduce en déficit asociados al avance de la edad.

Desde esta perspectiva, una intervención clínica sobre una problemática cognitiva en gerontología tendría como objetivo principal compensar un declive pensado como inevitable. El procesamiento de la información y el aprendizaje son entendidos, en el mejor de los casos, como instrumentos de compensación y/o atenuación de pérdidas inevitables. Bajo el título de *estimulación cognitiva*, se plantea un esquema básico que radica en la ejercitación por repetición de funciones como la memoria y la atención. La estimulación cognitiva propuesta desde esta mirada desnuda el modelo subyacente, mecanicista y atomista, alejado de las actuales concepciones integradoras de la Psicología del Desarrollo. Este campo se constituye en un nuevo desafío para el estudio del desarrollo de la inteligencia y la cognición más allá de la adolescencia.

Palabras clave: vejez, cognición, estimulación, aprendizaje

Proceso de envejecimiento e inteligencia

Las definiciones de inteligencia y del proceso de envejecimiento por las que se opte resultarán la base para la formulación de distintas perspectivas acerca de las capacidades cognitivas y el pensamiento en la vejez.

Existen en la actualidad investigaciones que proponen nuevos modelos explicativos sobre el pensamiento en la vejez, algunos autores consideran como sus notas esenciales el relativismo, la flexibilidad, la contextualización, la tolerancia a la incertidumbre. (Sinnot 1973, Kramer, 1983, Airlin 1984, Labouvie-Vief 1985, Riegel 1973, Baltes, Dittmann-Kohli & Dixon, 1984; Richards & Armon, 1989; Staudinger, 1999) coinciden en afirmar que las personas adultas cuentan con habilidades específicas que siguen distintas trayectorias con la edad y que su

desarrollo intelectual es multidireccional. Surgen en el campo de la gerontología conceptos como sabiduría, pensamiento crítico, pensamiento postformal, experticia, razonamiento dialéctico, para dar cuenta de su naturaleza y modalidad de funcionamiento

Desde el paradigma tradicional con fuerte influencia biológica, la evaluación y la intervención en el campo de la cognición enfatizan la metodología experimental, los aspectos cuantitativos, y las pruebas psicométricas, planteando ejercitaciones que ponen en juego habilidades espaciales, velocidad de reacción, uso de la memoria sensorial o de la memoria a corto plazo. El desempeño de los adultos mayores en esas pruebas es relativamente bajo lo que ha contribuido a hacer suponer la existencia de un enlentecimiento y declinación de los procesos cognitivos concebidos como consecuencia inexorable y universal del envejecimiento. Schaie (1996) afirma a partir de los datos obtenidos en investigaciones de tipo transversal que se han atribuido a la edad cambios en realidad serían generacionales; por tanto, el declive cognitivo hallado podría ser explicado más por factores históricos y contextuales que por cambios evolutivos asociados al avance de la edad.

El *Seattle Longitudinal Study* (Schaie, 1996) a lo largo de veintiún años destaca la relevancia de las diferencias intra e intergeneracionales y los efectos de cohorte, dando cuenta de la necesidad de diseños longitudinales y secuenciales, que permitan estimar los cambios no solo asociados a la edad, sino a otros factores relativos al contexto socio-cultural, como por ejemplo la existencia de redes de apoyo social o por el contrario el aislamiento social.

En la misma línea también Labouvie-Vief (1985) y Ribaupierre (2005) consideran a la edad una variable de carácter exclusivamente descriptivo, algo así como un rótulo bajo el cual se agruparían una serie compleja de variables y sus interrelaciones. Alcanzada la vejez, las influencias contextuales aportan una importante variabilidad en la cronología de los cambios que ocurren en diferentes individuos.

Desde el paradigma del Ciclo Vital (Baltes, Linderberger & Staudinger, 1998; Baltes, Reese & Lipsitt 1980), se enfatizan las múltiples dimensiones del proceso de envejecimiento, destacando la importancia del interjuego entre factores biológicos y socioculturales para hacer hincapié en aspectos tales como:

- la importancia de las diferencias individuales y de la influencia del contexto y las circunstancias históricas en los cambios que acontecen en las personas a lo largo de la vida.
- la multidimensionalidad y multidireccionalidad de los cambios asociados a la edad, que posibilita que en una misma persona convivan pérdidas con ganancias asociadas a la edad.
- la plasticidad de las capacidades intelectuales, definida como la posibilidad no solo de compensar pérdidas sino de optimizar recursos potenciales orientados a su desarrollo, concebido este como posible en todo momento

de la vida.

Estas ideas también se ven corroboradas por los últimos aportes provenientes de la neurobiología que ponen de relieve la plasticidad cerebral, aún en el envejecimiento. Con este concepto se hace referencia a la capacidad adaptativa del cerebro de modificar su organización estructural y funcional, en virtud de las experiencias vividas por el individuo. Si bien, existen cambios cerebrales que conlleva el paso del tiempo, la plasticidad neuronal puede permitir el mantenimiento de las funciones cognitivas de la persona y el desarrollo de nuevas habilidades.

También varios estudios (Baltes, Linderberger & Staudinger, 1999; Krzemien, 2005; Labouvie-Vief, 2000; Schaie, 2000) evidencian la incidencia de los factores de la relación persona-medio, -por ejemplo, la educación y la integración en redes de apoyo social, - como moduladores del funcionamiento intelectual durante la vejez, que explican la variabilidad intra e intergeneracional.

Otra línea teórica de carácter integrador es la que aborda este tema desde la perspectiva del "wisdom" (sabiduría). A partir de la creencia en torno al valor de la experiencia que otorgan los años vividos, los investigadores de este tema aportan conceptos teóricos y evidencia empírica acerca de un conjunto de características positivas tales como niveles altos de funcionamiento cognitivo, integridad y madurez del yo, habilidad interpersonal y un excepcional entendimiento de la vida, en la vejez.

Considerando los diferentes dominios intelectuales -cada uno con su propia dinámica y direccionalidad-, (Staudinger, Cornelius & Baltes, 1989.) concluyen que mientras unas habilidades del pensamiento decrecen, otras se mantienen o aún aumentan según distintos ritmos durante el curso vital.

Nuestras propias investigaciones ponen en evidencia un alto nivel de pensamiento crítico en ciertos ancianos, a partir de los resultados obtenidos con el California Critical Thinking Skills Test (CCTST) que evalúa las habilidades de pensamiento crítico. (Monchiatti, Krzemien, Lombardo, Sánchez, 2008)

Este campo teórico propone la reconsideración de las características de los procesos cognitivos y el pensamiento en la vejez generando numerosas cuestiones, entre ellas las propuestas elaboradas en torno a la enseñanza y aprendizaje así como el sentido de la estimulación cognitiva en la vejez.

Estimulación, ejercitación o aprendizaje continuo

No desconocemos que los procesos cognitivos básicos percepción, atención y memoria y los superiores; lenguaje, razonamiento, aprendizaje y control de la conducta se sustentan en estructuras neurobiológicas que requieren encontrarse indemnes para su óptimo funcionamiento. Pero, también existen investigaciones que demuestran que el tipo de actividad que una persona desarrolle puede influir decisivamente en las modificaciones intelectuales motivadas por la edad. Por ejemplo, un estudio realizado con profesionales a los que se exigía menor esfuerzo intelectual, que desempeñaban actividades mecánicas, poco

estimulantes, solían manifestar un mayor número de fenómenos de deterioro; por el contrario, cabía señalar incluso un aumento de la capacidad de rendimiento intelectual cuando la actividad profesional favorecía un cierto ejercicio de funciones cognitivas. Así, la diferencia en el rendimiento intelectual relativa a la edad se puede considerar también asociada a las experiencias previas y al tipo de conocimientos adquiridos. Son múltiples entonces los factores que influyen en el funcionamiento cognitivo: niveles de pensamiento alcanzados, la motivación, la afectividad, el aspecto relacional, el estilo de vida, y el estado físico y de salud en general. Estos datos pueden ser significativos a la hora de pensar estrategias en el plano de la intervención.

Hemos comprobado que las intervenciones diseñadas bajo la denominación de “estimulación cognitiva” revelan distintas concepciones teóricas y son aplicadas con diferentes objetivos. Es posible que estas dificultades respondan a una falta de articulación entre teoría e intervención, así como, a una necesidad de reflexión sobre los supuestos que las sustentan. Consideramos que un postulado subyacente que opera habitualmente, gira en torno al desconocimiento del envejecimiento diferencial.

Proponemos, en el envejecimiento normal, una intervención enfocada, no en compensar un declive considerado como inevitable, sino en la planificación de estrategias tendientes a favorecer el desarrollo de la creatividad, el aprendizaje y el despliegue de las potencialidades y peculiaridades del pensamiento en la vejez.

Adherimos a la idea de educación-aprendizaje continuos como un proceso que se da a lo largo de todas las edades de la vida y que supone una interacción dialéctica que incluye además de la situación puntual de aprendizaje, un sujeto singular, activo y participativo con un bagaje experiencial que hace a las diferencias individuales en este punto. Esto conlleva la necesidad de atender a la diversidad que presenta la población de adultos mayores, personas con distintas historias vitales y por ende, diferencias de capacidad, de motivación, de intereses, de estilos, de conducta, de conocimientos previos, de posibilidades y limitaciones físicas y psíquicas. Sin embargo, el denominador común de todos ellos podría ser la posibilidad de continuar aprendiendo para favorecer su adaptación y mantener su vigencia social frente a los cambios acelerados de nuestra época. Durante la vejez las determinaciones individuales señaladas cobran mayor peso a diferencia de otras etapas de la vida. Curiosamente, y en oposición, suele considerarse a la población anciana como una población homogénea y en función de ello se proponen las mismas actividades para todos los sujetos.

Consideramos el proceso de aprendizaje una actividad vivificante que contribuye al bienestar y la calidad de vida en la vejez brindándole a los sujetos recursos que les permitan ocupar un lugar social participativo.

Bibliografía

BALTES PB, LINDERBERGER U, STAUDINGER UM. Life-span Theory in Developmental Psychology. En: Damon W (ed). Handbook of Child

Psychology: Theoretical models of human development. 5ª ed. Nueva York: Academic Press, 1998:1029-1120.

CORRAL IÑIGO A. De la lógica del adolescente a la lógica del adulto. Valladolid: Trotta, 1998. Baltes PB, Schaie KW. On the plasticity of intelligence in adulthood and old age. Amer Psychol, 1976;31:720-725. Schaie KW,

LABOUVIE-VIEF, G. ; DIEHL, M. (1999) Self and personality development. En: J.C.Cavanaugh, S.K. Whitbourne (Eds.) *Gerontology: An interdisciplinary perspective* New York: Oxford University Press

MONCHIETTI, A; KREZMIEN, D; LOMBARDO, E; SÁNCHEZ, (2008) M. Altos niveles de complejidad del pensamiento en la vejez. www.psiquiatría.com

MAGISTRETTI, P; ANSERMET, F (2006) A cada cual su cerebro. Katz, Editores

RIEGEL, K.F(1979) Foundations of dialectical psychology. Academic press. New York:

SCHAIK, K.W. , 1953 Developmental human behavior genetic. s.l. :Lexington books

STERNBERG, R (1999). *Estilos de pensamiento: claves para identificar nuestro modo de pensar y enriquecer nuestra capacidad de reflexión*. Barcelona: Paidós.
