Título

Efectividad De La Ludoterapia Como Cuidado De Enfermería Para Mejorar La Calidad De Vida En El Adulto Mayor

Autores

Rodriguez Gil, Jorge¹

Casique Casique, Leticia²

¹ Universidad Autónoma de Nayarit, Docente Secretaria de Extensión y Vinculación, Tepic, México. rodrial1972@hotmail.com

² Universidad de Guanajuato Campus Celaya Salvatierra, Docente, Celaya, México, leticiacc_2004@yahoo.com.mx

RESUMEN

El estudio demuestra la efectividad del uso de la ludoterapia como cuidado de enfermería para mejorar la calidad de vida en el adulto mayor, fue un estudio de tipo cuantitativo, con diseño metodológico pre-experimental con pre y pos prueba, se aplicó el instrumento SF-36 sobre la calidad de vida, el estudio se llevó a cabo en el asilo Juan de Zelayeta con un grupo de 30 participantes (16 hombres y 14 mujeres). La intervención se realizó en el 2015 en Tepic, Nayarit. Se registró un promedio de 83 años de edad, y se registraron cambios significativos en todas las áreas que influyen en la calidad de vida, dicho resultado sustenta el uso de la ludoterapia y brinda al personal de enfermería una herramienta para el cuidado del adulto mayor además de favorecer la innovación, comunicación, y establecer sentimientos de empatía, el desarrollo de la confianza y puede facilitar el tratamiento y la rehabilitación en cualquier paciente.

Palabras clave: Adulto mayor, Calidad de vida, Ludoterapia, Función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y salud mental

RESUMO

O estudo demonstra a efetividade do uso da ludoterapia como assistência de enfermagem para melhoria da qualidade de vida em idosos, foi um estudo quantitativo, com delineamento de método pré-experimental com pré e pós teste, aplicou-se o instrumento SF 36 sobre a qualidade de vida, o estudo foi realizado no asilo Juan de Zelayeta com um grupo de 30 participantes (16 homens e 14 mulheres). A intervenção foi realizada em 2015 em Tepic, Nayarit. Registrou-se uma média de 83 anos e registaram-se alterações significativas em todas as áreas que influenciam a qualidade de vida, este resultado apoia o uso da ludoterapia e fornece à equipe de enfermagem uma ferramenta para o cuidado dos idosos também. favorecer a inovação, a comunicação e estabelecer sentimentos de empatia,

o desenvolvimento da confiança e pode facilitar o tratamento e a reabilitação em qualquer paciente.

Palavras-chave: Idosos, Qualidade de vida, Ludoterapia, função física, função física, dor corporal, saúde geral, vitalidade, função social, papel emocional e saúde mental

SUMMARY

The study demonstrates the effectiveness of the use of ludotherapy as nursing care to improve quality of life in the elderly, was a quantitative study, with a pre-experimental method design with pre and post-test, the SF-instrument was applied 36 on the quality of life, the study was carried out in the Juan de Zelayeta asylum with a group of 30 participants (16 men and 14 women). The intervention was carried out in 2015 in Tepic, Nayarit. An average of 83 years of age was recorded, and significant changes were registered in all the areas that influence the quality of life, this result supports the use of the ludotherapy and provides the nursing staff with a tool for the care of the elderly as well. to favor innovation, communication, and establish feelings of empathy, the development of trust and can facilitate treatment and rehabilitation in any patient.

Keywords: Elderly; Quality of Life; Ludoterapia; physical function; physical role; bodily pain; general health; vitality; social function; emotional role and mental health.

I. INTRODUCCIÓN

La calidad de vida (CV) es uno de los conceptos internacionalmente más identificado en el avance, innovación, cambio y transformación de las prácticas profesionales, especialmente en los servicios de salud, permitiendo promover actuaciones en los aspectos de las personas, de su organización y participación social. El concepto es muy amplio y se ha convertido en un marco de referencia para evaluar resultados de calidad, criterio y eficacia de las estrategias de educación, atención, cuidado y rehabilitación de un paciente. Por ello es cada vez más utilizado en los servicios salud que busca generalizar su aplicación.

Sin duda alguna, el envejecimiento de la población es un fenómeno de carácter mundial que afectará a todos. Este aumento de grupos de edades avanzadas tanto en cifras absolutas, como relativas con respecto a la población activa, producirá consecuencias directas en la calidad de vida y las relaciones familiares, que son la base de la sociedad (1).

Partiendo de lo anterior, este estudio aborda la CV del adulto mayor (AM) desde una perspectiva gerontológica, describiendo el concepto y la institucionalización del mismo, al igual se conceptualiza y muestra la eficacia de la intervención con ludoterapia, dado que ésta mejora la calidad de vida del adulto mayor por medio de la práctica de juegos , activación física y actividades que le permiten prevenir, mejorar y en ocasiones rehabilitar o recuperar por completo la funcionalidad física, social, mental, emocional y fisiológica, evitando el padecimiento prematuro de algunas enfermedades, fortaleciendo su independencia, y mejorando la calidad de vida al prevenir o eliminar la aparición prematura de atrofas que hacen de esta etapa de vida, sea percibido como un constante episodio de sufrimiento que los lleva a referir generalmente que su calidad de vida es pésima, deficiente o mala.

En México el incremento de la esperanza de vida, ha sido producto de algunas políticas públicas de salud, implementadas en las primeras décadas del siglo pasado, tratando de ofrecer una mayor cobertura en los servicios de salud y un aumento en la implementación de nuevas tecnologías médicas que contribuyeron a un cambio epidemiológico que se manifiesta en defunciones causadas principalmente por padecimientos crónico-degenerativos, lo cual es un signo de que la población sobrevive más tiempo, pero que en ningún caso buscan también mejorar la calidad de vida (2).

OBJETIVO

Comprobar la efectividad del uso de la ludoterapia como cuidado de enfermería para mejorar la calidad de vida en el adulto mayor.

II. METODOS (MATERIALES)

La investigación fue de tipo cuantitativo, correlacional y aplicado, con un diseño Pre-experimental, longitudinal y prolectivo (3), el estudio se realizó en el Asilo Juan de Zelayeta de la ciudad de Tepic, Nayarit, participaron un total de 30 adultos mayores (16 hombres y 14 mujeres), registrando un promedio de 83 años de edad, todos los participantes en el momento del estudio se encontraban viviendo en el asilo; la intervención se realizó durante los meses de Junio y Julio del año 2015. Para valorar la calidad de vida antes y después de la intervención se utilizó el Instrumento SF-36 (4), se respetaron las normas ético-legales como la Declaración de Helsinki (5), la Ley General de Salud en materia de investigación humana (6), Ley de los Derechos Humanos para las personas Adultas Mayores (7) y la NOM-167-SSA1-1997 (8). La información se procesó con el paquete estadístico SPSS21. Para las actividades lúdicas se utilizaron pelotas plásticas de varios tamaños, bocina, micrófono, proyector, USB, paliacates, tijeras, cinta Scotch, cubetas, cuerda, frisbee, loterías, block armo-todos y globos.

III. RESULTADOS (DISCUSION)

El adulto mayor reportó que un 53.30% tiene entre 80 y 89 años, 26.7% 70 a 79 años y un 18.8% entre 90 y 100 años, así mismo el 53.33% son hombres y el 46.66% son mujeres; el 100% son católicos; 46.70% no tiene estudios; 36.70% solo estudiaron dos años y el 10% estudiaron cuatro años; a su vez el 70% son viudos, 13.30% solteros, mientras que 13.30% son divorciados y el 3.30% son casados, el 100% poseen seguro popular. Estos resultados muestran un perfil característico de la tercera edad.

Los resultados pre-intervención en la calidad de vida se reportaron como pésima un 43.3% y como buena 3.3% y los resultados post-intervención reportaron un cambio significativo, en pésima calidad de vida un 3.3%, buena calidad de vida 43.3% y óptima calidad de vida 3.3%. Cabe resaltar que los valores promedio pre-intervención y post-intervención muestra un cambio significativo en el componente físico (0.000), componente mental (0.000) y una cambio positivo en cada una de las dimensiones, brindado sustento en que la ludoterapia como cuidado de enfermería es efectiva para mejorar la calidad de vida en el adulto mayor, estos resultados concuerdan con los estudios donde se aplicó la ludoterapia como son; Cremaschi y Rodriguez en el 2012 utilizaron la Caja Lúdica con personas de la tercera edad institucionalizadas y el resultado obtenido fue que facilito el vínculo emocional en la atención clínica, mejoro la socialización y por último la técnica ayudo en el manejo de las condiciones y mejoría del estado de salud y bienestar, así como se mostró como un instrumento preventivo y de fácil aplicación para mejorar la calidad de vida.

A su vez, Landreth, 2002 señala que el jugar alivia el estrés, el aburrimiento, nos conecta con los demás en forma positiva, estimula el pensamiento productivo y la búsqueda, regula nuestras emociones y alimenta nuestro ego (9) y Huizinga (1938) menciona que *El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de -ser de otro modo que en la vida corriente* (10).

IV. CONCLUSIÓN

El 53.3% reportó tener entre 80 a 89 años, 70% es viudo, 46.7 no tiene ninguna escolaridad, 36.7% tiene dos años de escolaridad, 30% padece HTA, 13.3% Enf. Coronarias y 10% DT2, el 100% tiene SP, 100% son católicos y el 63.3 refirieron tener de 0-3 hijos.

Según la edad; se encontró en el AM una pésima calidad de vida (PRE=43.3%, POST=3.3%), una mala calidad de vida (PRE=53.3%, POST=50%); una buena calidad de vida (PRE=3.3%, POST= 43.3%)

Según género, se encontró un aumento significativo en el hombre de buena a óptima calidad de vida (Pre 6.3%, Post 56.3%)

Por ECD se encontró un aumento significativo en los adultos mayores con DT2 (Pre ,0% Post 3%), HTA (Pre 0% a 55.6%)

Se reportó que la CV total en el adulto mayor tuvo un aumento significativo de buena (Pre 3.3% Post 43.3%) a óptima (Pre .0% Post 3.3%).

Al aplicar la t pareada en la variable CV se encontró un aumento significativo Post-intervención con una significancia perfecta de 0.000

El componente físico aumento significativamente Post-intervención con una significancia perfecta de 0.000

El componente mental aumento significativamente Post-intervención con una significancia perfecta de 0.000

V. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Centro de Información para el Desarrollo del estado de Colima (CIDECOL), Envejecimiento de la población 2000-2030. Colima; Abril 2005. [citado Enero 2014]. Disponible en: <http://siplade.col.gob.mx/ns/estudios analisis/pdf/2005/07Envejecimiento.pdf>
2. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), Estadísticas a Propósito de Día de Muertos. Aguascalientes; Pag. 3; Nov. 2013. [citado Febrero 2014]. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/Contenidos/estadisticas/2013/muertos1.pdf>
3. Soto L., Investigación y tipos de investigación; [citado Mayo 2014]. Disponible en: <http://es.slideshare.net/lili369/investigacin-y-tipos-de-investigacin>

4. Vilagut G., Ferrer M., Rajmil L., Rebollo P., El cuestionario de salud SF-36 español: una década de experiencia y nuevos desarrollos; Barcelona 2004. [Citado Mayo 2014]. Disponible en: <http://www.scielosp.org/pdf/gsv19n2/revision1.pdf>
5. Declaración de Helsinki, Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos; 1964-2013; Helsinki; [Citado Marzo 2014]. Disponible en: <http://www.wma.net/es/30publications/10policies/b3/>
6. Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, México/Distrito Federal; 1986; [Citado Marzo 2014]. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compi/rlgsmis.html>
7. Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, México, DF; 2002; [citado Marzo 2014]. Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/245.pdf>
8. Norma Oficial Mexicana NOM-167-SSA1-1997, Para La Prestación de Servicios de Asistencia Social para Menores y Adultos Mayores. 1999; [citado Marzo 2014]. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/167ssa17.html>
9. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), Estadísticas a Propósito del Día Internacional de las personas de Edad. Aguascalientes; Oct. 2013. [citado Enero 2013]. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/Contenidos/estadisticas/2013/adultos0.pdf>
10. Consejo Nacional de Población México, Proyecciones de la Población Nayarit 2010-2050. México; Abril 2014. [citado Enero 2014]. Disponible en: URL: http://www.conapo.gob.mx/es/CONAPO/Proyecciones_Datos