

Aprender a cuidar la demencia

Un proyecto pionero de Primaria logra reducir las agresiones y lloros de los enfermos hasta en un 60% gracias a la terapia de grupo con los cuidadores

A.B. | SALAMANCA

VER cómo lloraba su familiar día tras día la desesperaba. Asumía que era simplemente la demencia. Cada día se repetían los mismos lloros descontrolados. Su reacción de resignación crecía por lo que la respuesta generaba una discusión. Era el bucle infinito. El doctor Emiliano Rodríguez, perteneciente a la Unidad de Investigación de Atención Primaria de Salamanca, ha dirigido un proyecto pionero para tratar de reducir los comportamientos disruptivos (agitación, deambulación, desinhibición sexual, agresiones, etc...) entre las personas con demencia. En concreto, la actuación se ha llevado a cabo sobre cuidadores de pacientes que observaban estos comportamientos antes de asistir a los centros de día. "Algunos cuidadores anticipan que el uso del centro de día puede causar más estrés, sobre todo en relación con la resistencia de la persona dependiente a cooperar. De hecho, la falta de colaboración del paciente para aceptar ayuda es la razón principal para no usar estos servicios", detalla el responsable del proyecto.

Teniendo en cuenta la importancia del rol del cuidador, ya que no son pacientes que viven en residencias, se decidió realizar ocho sesiones de intervención con una duración de 90 minutos cada una y formada entre 8 y 10 cuidadores. Cada grupo estaba coordinado con un psicólogo entrenado en análisis de comportamiento, asistido por un co-terapeuta. El modelo empleado se denomina ABC de modificación de conducta -A (Antecedente), B (comportamiento problemático) y C (consecuencia). La neuropsicóloga Olaya Tamayo detalla en un ejemplo sencillo la intervención. "La madre de Ana tenía como comportamiento disruptivo llorar. La cuidadora le echaba la bronca por estar todo el día llorando y al final terminaban discutiendo. La persona con demencia no podía trasladar que el problema era la incomodidad de un pañal mojado, por lo que cuando se identificó mejoró la actitud del paciente al mejorar la atención del cuidador sobre los pañales".

La mayor dificultad consistió precisamente en localizar el antecedente. Aunque las sesiones eran grupales el asesoramiento era individualizado con cada cuidador. Los comportamientos disruptivos que aparecían con mayor frecuencia eran: protestas y despertar a los familiares durante la noche durante más de tres días a la semana. Del mismo modo, antes de asistir al centro de día presentaban protestas tanto a la hora de vestirse, en el desayuno como en el momento de salir por la puerta.



Una cuidadora junto a una persona mayor en silla de ruedas, ajena a esta información. | ARCHIVO

"Algunos cuidadores evitan llevar a sus familiares a los centros de día solo por el miedo al estrés que genera"

En el estudio participaron 130 cuidadores familiares con una edad media de 65 años de los que en un 60% vieron cómo se reducía la frecuencia de aparición de síntomas de agitación y una mejora del 70% entre los cuidadores al reducirse sus síntomas de estrés. "El mayor factor de estrés para el cuidador no está tanto relacionado con los problemas cognitivos o limitaciones físicas, sino con la aparición de comportamientos disruptivos", detalla Rodríguez confirmando estudios anteriores. Los principales resultados del estudio han sido publicados en la revista de primer nivel 'Journal of Advanced Nursing' con la financiación de la Gerencia Regional de Salud y los recursos propios de la Unidad de Investigación.

Casi el 80% de los cuidadores desearía asistir a grupos de ayuda. La intervención, según refleja el estudio, es eficaz para reducir la agitación de los enfermos y el estrés de los cuidadores independientemente de las características del cuidador familiar.

LAS REACCIONES



Emiliano Rdzg.

MÉDICO DE FAMILIA

"Las alteraciones de comportamiento son peores que el deterioro cognitivo"

Una de las principales motivaciones que llevó a Rodríguez a encabezar este proyecto fue las altas tasas de ansiedad y depresión que presentan los cuidadores que lidian con los cambios de comportamiento. "El mayor factor de estrés para el cuidador no está en los problemas cognitivos, sino en las alteraciones que se producen en el sueño o sobre los familiares". Una de las principales conclusiones extraídas del estudio también van de la mano de seguir ayudando al cuidador para evitar que recaiga todo el peso sobre su espalda. "Casi el 80% demanda grupos de ayuda".



Olaya Tamayo

NEUROPSICÓLOGA

"El mayor reto fue localizar la causa de la agitación en las rutinas diarias"

Para Tamayo, uno de los principales retos fue localizar cuál era el antecedente y la causa de los lloros, insultos o agresiones. "No es nada fácil detectarlo en la práctica diaria del cuidado. Una vez reflejado ya se podía operativizar el cambio de conducta pero hasta llegar a ese punto fueron necesarias varias sesiones de 90 minutos cada una". La neuropsicóloga detalla la importancia en la asistencia al centro de día, esencial para el respiro familiar. "La forma en que presentamos una acción va a afectar al comportamiento futuro, por lo que es muy importante".

Caja Rural de Salamanca lanza la campaña Cuenta Bienvenida Cero Comisiones

L.G. | SALAMANCA

La pandemia del COVID-19 ha hecho mella en la banca comercial, que para salvar sus márgenes de beneficios ha apostado por cobrar comisiones a los clientes menos activos. Sin embargo, Caja Rural de Salamanca es una excepción. Ofrece a todos sus nuevos clientes la posibilidad de descubrir la entidad durante 6 meses de manera totalmente gratuita sin necesidad de cumplir ninguna exigencia. Pasado ese periodo los requisitos se adaptan a cada perfil: autónomo, trabajador, pensionista, ahorrador, joven, digital... que con una vinculación mínima, las comisiones de mantenimiento y administración seguirán siendo cero. En el caso de que el cliente no cumpla dichos requisitos para entrar en el colectivo que le corresponda, el coste de semestral será de 24 euros; siendo con mucha diferencia, una de las comisiones más bajas del mercado. Con esta estrategia espera seguir aumentando su cuota de mercado en Ávila, Salamanca y Valladolid, apostando por las personas, pensando en sus necesidades y apoyándoles cuando más lo necesitan.

Hacienda devuelve 80 millones de euros a 115.000 contribuyentes salmantinos

C.A.S. | SALAMANCA

La Agencia Tributaria ha devuelto 79,9 millones de euros a 115.358 contribuyentes del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas correspondiente a 2019 (IRPF 2019), de tal forma que, a fecha de 30 de diciembre, se han realizado el 97,9% de las devoluciones solicitadas en número y se han abonado el 95,6% de los importes solicitados correspondientes. En número crecen un 0,18% las declaraciones de la renta en Salamanca hasta las 168.552. En el contexto de emergencia sanitaria motivado por la pandemia, las presentaciones por internet crecieron hasta el 93% en España, según explica la Agencia Tributaria, frente al 88% del año anterior.

Hacienda todavía tiene que abonar la declaración de la Renta a 2.374 salmantinos por un importe de 3,6 millones de euros. Algunos de estos salmantinos ya han expresado sus quejas a la Agencia Tributaria por tener que recibir el ingreso fuera del plazo, aunque cabe recordar que les pagarán interés por la demora además de la devolución.