

Salud Mental en Adultos Mayores

Una preocupación creciente



World Health
Organization

Día Mundial de la Salud Mental
2013

Temario

- ❑ Magnitud e impacto
- ❑ Los trastornos mentales en los adultos mayores
 - Demencia
 - Trastornos por consumo de alcohol y drogas
 - Conducta suicida
- ❑ Factores de riesgo
- ❑ Factores protectores
- ❑ Prevención e intervención

Magnitud e impacto

- Más de 800 millones de personas tienen más de 60 años
- La mayoría vive en países de mediano a bajo ingreso
- Aproximadamente el 15% de los adultos mayores sufren de algún trastorno mental
- Los trastornos mentales aumentan los costos médicos y sociales
- Los trastornos mentales aumentan los costos médicos directos, los costos sociales directos y los costos de los cuidados informales.
- Los trastornos mentales, especialmente la depresión es más común entre las personas con enfermedades físicas crónicas como la enfermedad cardíaca, la diabetes, el asma y la artritis. 1
- La coexistencia de depresión y trastornos físicos traduce en disminución de la adherencia al tratamiento para conditions.2 física

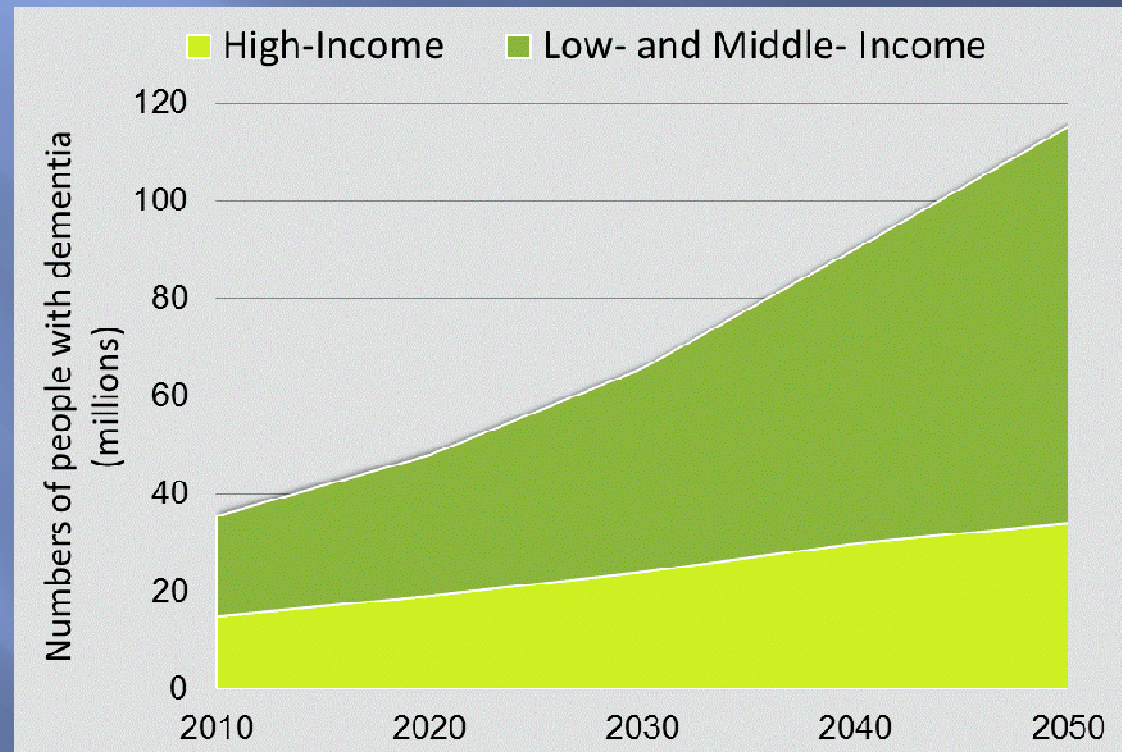
Depresión

- **Prevalencia: 7,1%**
- **Los síntomas de depresión difieren al de personas más jóvenes, los adultos mayores tienden a centrarse más en síntomas somáticos.**
- **Los tratamientos deben considerar enfoques psicosociales primero.**
- **Cuando sea necesario, la dosis de los antidepresivos en los adultos mayores necesita ser cuidadosamente adaptada dependiendo de las condiciones generales de salud.**

Demencia

- Prevalencia: 5,0%
- La demencia tiene un impacto económico y social significativo.
- 35,6 millones de personas en todo el mundo se ven afectadas por la demencia, y se prevé que este número se duplique en 20 años
- El costo total de la demencia como una proporción del PIB oscila entre el 0,24% en los países de bajos ingresos a 1,24% en ingresos altos países.

Tendencia creciente



Aumento en el número de personas con demencia,
por grupo de ingresos de los países

Trastornos por consumo de alcohol y drogas

- Prevalencia: 1,0%
- Problemas de abuso de sustancias a menudo se pasa por alto y son mal diagnosticados. Ellos son en parte una continuación del abuso de inicio temprano.
- La disponibilidad de tratamientos de mantenimiento y una mejor atención de la salud han contribuido a un mayor número de adultos mayores que sobreviven al consumo precoz de drogas inicio.
- Beber es dañino en dosis más bajas para las personas mayores produciendo más daños en el hígado y causar más accidentes y lesiones.
- Algunos medicamentos comunes en los adultos mayores (benzodiacepinas, opiáceos) tienen un alto potencial para inducir la dependencia.
- El tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias en los adultos mayores es al menos tan eficaz como en los adultos más jóvenes.

La conducta suicida

- Los suicidios de los adultos mayores representan el 25% de todos los suicidios, a pesar de que los adultos mayores representan sólo el 11% del mundo población.
- Los pacientes de alto riesgo entre los adultos mayores son los que tienen depresión y trastorno por consumo de alcohol.

Factores de riesgo para la salud mental en el Adulto Mayor

- ▣ Una multitud de factores sociales, demográficos, psicológicos y biológicos contribuyen al estado de salud mental de una persona.
- ▣ Factores como la pobreza, el aislamiento social, la pérdida de la independencia, la soledad y las pérdidas de diferentes tipos pueden afectar a la salud mental y la salud general.
- ▣ La enfermedad física, la discapacidad y el dolor crónico contribuyen a la mala salud mental.
- ▣ La solidaridad intergeneracional está disminuyendo.
- ▣ El maltrato al adulto mayor es un factor de riesgo importante.

Maltrato al Adulto Mayor

- “Una acción única o repetida, o la falta de medidas adecuadas, que ocurre dentro de cualquier relación donde exista una expectativa de confianza que causa daño o angustia a una persona mayor”.
- Incluye, el abuso físico, sexual, psicológico, emocional, financiero y material, abandono, negligencia, y una grave pérdida de la dignidad y el respeto propio.
- En los países de altos ingresos donde existen registros, en torno a un 4-6% de las personas mayores han sufrido algún tipo de maltrato en el hogar. La frecuencia debe ser aún mayor ya que muchos adultos mayores están demasiado asustados o no pueden denunciar el maltrato.
- Tasas mucho más altas se estiman en las instituciones, en comparación con el hogar.
- El maltrato al adulto mayor puede llevar no sólo a las lesiones físicas, sino también, a consecuencias psicológicas duraderas graves, como la depresión y la ansiedad.

¿Qué se puede
hacer?

Para quienes toman las decisiones en materia de salud pública y el sector social

- ▣ Sensibilizar a la opinión pública acerca de la vulnerabilidad y las necesidades de salud mental de los adultos mayores.
- ▣ Prevenir el maltrato de las personas mayores y abandonar la actitud discriminatoria, invitando a la participación plena de las personas mayores en la vida cotidiana.
- ▣ Crear planes para mejorar el bienestar general a través de un enfoque del ciclo vital y promover estilos de vida saludables. Prestar apoyo a los adultos mayores.
- ▣ Involucrar a la atención primaria, la atención comunitaria y el sector de servicios sociales en los trastornos mentales del adulto mayor.

Para los funcionarios de salud, no especialistas.

- ▣ Fomentar y educar a las personas de edad avanzada a hacer más ejercicio físico, mantenerse conectado socialmente, mantener su cerebro activo, reducir su peso, dejar de fumar o el uso nocivo del alcohol, controlar su presión arterial, azúcar en la sangre y los niveles de colesterol.
- ▣ Identificar y tratar los trastornos mentales de los adultos mayores, lo antes posible.
- ▣ Están disponibles Guías de intervención simple, como las Guías de la OMS que incluye la demencia, la depresión y el consumo de sustancias.
- ▣ Apoyar a los cuidadores de los adultos mayores.

Para el Adulto mayor

- ▣ Permanezca físicamente y mentalmente activo.
- ▣ Mantenga las relaciones con la familia, amigos y la comunidad.
- ▣ Cuide su salud física, hable con su médico de familia o el servicio de salud local.
- ▣ Dígale a su médico si usted tiene preocupaciones acerca de su salud mental.
- ▣ Recuerde que los trastornos mentales son tratables. Aunque no hay cura para la demencia, existen tratamientos que pueden ayudar a controlarla.

1. MT Yasamy, T. Dua, M. Harper, S. Saxena. Mental health of older adults, addressing a growing concern. 2013. WHO, Department of Mental Health and Substance Abuse.
<http://www.wfmh.com/2013DOCS/WMHDay%202013-v3%20small%20file.pdf>
2. WHO. Mental health in older adults: Fact sheet.
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/en/>
3. WHO. Dementia: a public health priority. World Health Organization, Alzheimer's Disease International. Geneva, 2012.

GRACIAS