



X Jornadas de la Asociación de Geriatria y Gerontología de Mar del Plata II Encuentro de la Red Gerontológica Institucional

-Sábado 30 de octubre de 2010-

“Ver, escuchar, andar y comunicarse”

***Actividades para adultos mayores, público en general,
cuidadores y profesionales
de las distintas áreas gerontológicas***

El sábado 30 de Octubre en los salones brindados gentilmente por la Universidad FASTA se realizaron con notable éxito las “ X Jornadas de la Asociación de Geriatria y Gerontología y II Encuentro de la Red Gerontológica Institucional “, con el tema “Ver, escuchar, andar y comunicarse”

Estas fueron brindadas en dos espacios que actuaban simultáneamente, uno para profesionales y otro para público en general.

Area Profesionales

Coordinadores Lic. Sara Kleiman y Dra. Victoria Menéndez

El Dr. Alberto Scarfone (Especialista en oftalmología y retinología) disertó sobre las patologías oculares prevalentes en el adulto mayor.

Presentó en forma clara y precisa las causas predominantes que pueden provocar ceguera, como ser catarata, glaucoma, maculopatía.

Se refirió a las causas por las que se puede tener esas patologías, la importancia de un diagnóstico precoz en todas ellas, la ingerencia de otras enfermedades que pueden desencadenarlas (miopía, presbicia, astigmatismo) y las posibles soluciones (quirúrgicas y/o medicamentosas) relacionadas a cada caso.

Hizo hincapié en la prevención, sobre todo en los adultos mayores, en los cuales el deterioro funcional debido a los años hace que muchas veces no se de importancia a signos y/o síntomas que pueden ser importantes en la detección de las patologías anteriormente citadas y en su posible tratamiento precoz.

Debido a razones personales, el **Odontólogo Dr. Hernán Merlo**, no pudo asistir, por lo que la **Dra. en Geriátría Victoria Menéndez**, se refirió a la **prevención en odonto-gerontología**.

Indicó las principales causas por las que se pueden provocar infecciones en la boca, formas de detectarlas mediante observación personal y sobre todo, la importancia del cuidado bucal cuando se usan prótesis.

En los adultos mayores, muchas veces se observa que dichas prótesis no están fijas como corresponde o pueden provocar lesiones que en un principio son mínimas, pero pueden llevar a un cuadro serio.

Aconsejó control con odontólogo por lo menos una vez al año.

Indicó la importancia de la hidratación en este grupo heterógeno, ya que la sequedad en la boca que pueden producir ciertos medicamentos o la baja ingesta de agua diaria, puede llegar a producir lesiones bucales (aftas, lastimaduras por mordeduras, lastimaduras por mala fijación, falta de sensibilidad para detectar alguna lesión etc.)

Dio pautas para un mejor cuidado al respecto, indicando distintas formas para una mejor limpieza de las prótesis y de la cavidad bucal.

En el área de psicología y nutrición, la Lic. Silvina Alvarez (Nutricionista), la Lic. Andrea Piscicetti (Psicóloga) la Lic. Alina Monteverde Rodríguez (Nutricionista) y la Lic. Sara Kleiman (Psicóloga) con la coordinación de la Lic. Romina Di Marco (nutricionista) expusieron sobre un trabajo mancomunado en pacientes crónicos .

Se expusieron las bases del trabajo conjunto, con una nueva tónica en 4to año de la cátedra de Nutrición en la Universidad FASTA, tomando como base la psicología del paciente nutricional crónico, en un enfoque bio-psico-social y no sólo nutricional.

Se trata de dar un cambio de óptica al alumno para que pueda ponerse en forma empática en el lugar del otro, logrando estudios más intensivos, teniendo “una mente abierta”, provocar en pacientes viejos “la creación de esperanzas”, detección de posible depresión en el paciente. Se impone en esta tónica la actuación interdisciplinaria y la capacidad del nutricionista para derivar si el caso lo requiere. Se resalta la importancia del trabajo interdisciplinario ya que toda tarea debe ser mancomunada y abierta a pensamientos distintos de acuerdo al área en que se trabaje, a fin de lograr un mayor contacto con el paciente y su entorno para lograr “encuentros nutricionales” y no sólo una consulta.

Víctor Frankel ha dicho sobre el Encuentro: “Si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor, siempre podrás escoger la actitud con la que aprontes el sufrimiento”.

Todo plan de alimentación es individual en gustos y es importante formar redes de apoyo para superar el problema.

La Lic. en Fonoaudiología María Inés Porras expone sobre el tema “Lenguaje en la tercera edad”

En una excelente disertación La Lic. Porras explica las distintas formas de comunicación posibles a nivel general, intergeneracional y entre los adultos mayores.

Da pautas de la correcta utilización del mismo en los distintos niveles, con gran aceptación e interés de los profesionales asistentes a la misma

Area para todo público Coordinadora Lic. Norma Palermo

La Lic. en Fonoaudiología Noemí Colacilli, disertó sobre el tema ¿Qué escuchamos cuando oímos?

Comenzó preguntando ¿Qué es ser viejo hoy?... El viejo es alguien que cambia....

Reanudó caracterizando la sintomatología audiológica con la que los adultos mayores llegan más frecuentemente a consulta. (Hipoacusia, reclutamiento y falta de claridad en la percepción de las palabras)

Explica los distintos factores que influyen en una mala audición (genéticos, trastornos coadyuvantes, antecedentes de sobre-exposición al ruido, antecedentes de otros problemas óticos, factores que dificultan la escucha)

En el acto de escuchar se incorporan 4 procesos: 1: Identificación silencio-ruido; 2: Identificación palabra-sonido; 3: Identificación de cuál es la palabra; 4: Comprensión de escucha.

Da cuenta a continuación de los avances en la tecnología en los que incluye programas y dispositivos existentes con o sin audífonos para compensar fallas de la audición, haciendo distinción entre lo periférico de lo cortical, y finaliza con una serie de excelentes consejos para quienes (profesionales o no) interactúan con adultos mayores con discapacidad auditiva, a fin de mejorar su calidad de vida.

Deja sugerencias para facilitar la escucha (ambientes ruidosos, competencias de sonidos, tonalidad, gestualidad) como medios a tener en cuenta para mejorar las interacciones.

La Profesora Alicia H. Zanellato y la Podóloga María Cristina Salvo expusieron sobre el tema “¿Qué movemos al andar?

Actividad teórico-práctica.

La Profesora Alicia H. Zanellato explica y grafica cuál sería una correcta postura corporal. Aclara que la postura corporal en los adultos y/o adultos mayores, muchas veces se ve alterada por problemas de escoliosis, cifosis, lordosis, abducción de las escápulas, etc., que generalmente han adquirido por posiciones incorrectas durante el transcurso de sus vidas.

Además, influyen traumatismos, enfermedad, debilidad muscular o nerviosa, actitud mental, herencia, lo que hace más factible el riesgo de caídas.

No se puede “cambiar” una mala postura, pero si, modificarla corrigiendo o compensando las anomalías estructurales o funcionales del pie, que es su base de apoyo, y fortaleciendo la estructura músculo –esquelética con ejercicios apropiados

La Podóloga María Cristina Salvo realiza una exposición muy instructiva acerca de la salud y enfermedades del pie. Presenta diferentes problemas, mostrando material audiovisual y dispositivos empleados para corregir imperfecciones y/o modificar el apoyo incorrecto del pie.

Considera los factores de riesgo a tener en cuenta en su área, como así también la importancia de dar información al paciente de su problema y cómo debe cuidarse. (Diabetes mellitus, problemas circulatorios severos, deformaciones óseas, onicogripos, espolones, hiperqueratosis, helomas, etc)

En el caso de pie diabético, indica expresamente cómo debe manejarse el podólogo en su tratamiento, los contenidos de una cartilla para los pacientes con información clara de los cuidados a tener en su domicilio y la importancia de derivación si el profesional lo considera necesario.

La Profesora Alicia H. Zanellato explica que en la marcha se encuentran implicados todo el sistema músculo esquelético y diversos reflejos posturales

Se demuestran las distintas fases de la marcha, las acciones de flexión y extensión de la pierna y rotaciones de cadera y tronco, aclarando que la marcha de los ancianos está condicionada por los cambios de la edad y por las diversas patologías degenerativas (osteoartritis) y/o neurológicas que puede tener.

Se analizan los efectos de la edad en las alteraciones de la marcha (Por déficit de fuerza (paresias de origen central o periférico), por alteración de la coordinación muscular sin déficit de fuerza, por causas funcionales.) Se citan y muestran marcha parkinsoniana, hemipléjica, antiálgica, entre otras.

Se hace hincapié en el uso de calzado correcto (deportivo y de uso diario)

Se consideran posturas y actitudes correctas en las actividades de la vida cotidiana. Se grafican casos con material audiovisual. Se realizan ejercicios simples con los presentes a fin de concienciar sobre los temas tratados y mejorar marcha, apoyo plantar y equilibrio

Se responde a las inquietudes de los presentes, haciéndolos participar de los ejercicios adecuados a realizar de acuerdo a su demanda.

El Lic. en Servicio Social Omar Rubén Campana presenta un Taller Participativo de Técnicas Recreativas titulado “A la Vejez Viruela”

Con gran fluidez y claridad, da a conocer las diferentes definiciones sobre la palabra recreación y expone los múltiples recursos existentes para lograr que una tarea a veces rutinaria se transforme en algo que “ re-cree” y pueda integrar grupos con un fin determinado.

Con un excelente material audiovisual, integra a los participantes en un “juego” de memoria en el que prima la reminiscencia vital de cada uno de los presentes. Se presentan fotos de actores y/o personas famosas de distintas épocas y los participantes aportan algo sobre las mismas, llegándose en algunos casos a definir casi una biografía completa del personaje.

Se logra un ambiente más cálido y participativo.

Por medio de música y fotos se presenta la biografía de la actriz María Félix. Luego, se forman grupos pequeños que cantan las letras de canciones diversas que se les fue entregando, en las que intervienen temas de difusión general y canciones de infancia.

Se logra más unión y participación de los asistentes, terminando el taller con un baile espontáneo de todos los presentes al ritmo de una de las canciones (El Negro José) que se utilizó para varias etapas del proceso recreativo- mnésico.

Cada grupo redacta en conjunto una estrofa de la canción que le ha tocado relacionada con la vivencia que se tuvo en el transcurso del taller y esta es cantada por todos, lo que hace que se afiance aún más la participación general en la tarea recreativa.

Realmente el taller fue excelente y prueba de ello fueron las manifestaciones escritas por los presentes en la última parte del mismo.