



La atención psicológica en la vejez



Estefanía Martín Zarza

Presidenta de la Asociación Española de Psicogerontología

¿Están siendo cubiertas las necesidades psicológicas que acontecen en el trascurso del envejecimiento? Ésta es la pregunta que muchos de los profesionales que trabajamos en el campo de la psicología de la vejez nos hacemos. La ciencia del envejecimiento es indudablemente multidisciplinar. El envejecimiento humano no puede describirse, explicarse o abordarse sin tener en cuenta los tres aspectos principales del mismo: biológico, psicológico y social. Existen pruebas empíricas sólidas acumuladas durante los últimos decenios que confirman la importancia de las condiciones psicológicas subjetivas como predictoras de la longevidad y de la calidad de vida.

¿Qué cambios se producen a nivel cognitivo, conductual y emocional en las personas a medida que envejecen? ¿Cómo lo experimentan ellas? ¿Cómo intervenir a nivel emocional cuando una persona es diagnosticada de demencia? ¿Cuáles son las tareas para mantener la identidad, autoestima y autoeficacia de las personas en situación de dependencia? ¿Podemos, a través de la psicoeducación, dotar de herramientas y sostener emocionalmente a los cuidadores que atraviesan por estos procesos de duelo? Estas preguntas evidencian las implicaciones psicológicas que acaecen durante esta etapa de la vida, tanto para las propias personas como para su entorno. Es esencial, por tanto, el papel del psicólogo en un grupo interdisciplinar que trabaje en un enfoque centrado en la persona, para que los cuidados se nutran de integridad y calidad.

La ilusión por introducir cambios reales en esta línea, constituyó el punto de partida para que la Asociación Española de Psicogerontología (AEPG) viera la luz el pasado mes de febrero. AEPG es una entidad sin ánimo de lucro, cuya misión principal es sensibilizar sobre la necesidad de un enfoque interdisciplinar, donde se incluya la esfera psicológica, en la atención a nuestros mayores y a sus cuidadores durante las distintas fases y dimensiones del envejecimiento. Para lograr esta atención integral, reforzamos la identidad social de los psicogerontólogos, dando a conocer su rol y delimitando su espacio en el sector.

Entre los fines de la asociación se encuentra el fomento del avance del conocimiento científico sobre el envejecimiento psicológico y su aplicación pragmática, la promoción de una formación de calidad y actualizada en el sector, el impulso de las buenas prácticas en la atención a los mayores, la difusión de una imagen real de la vejez alejada de los estereotipos y el desarrollo de proyectos sociales dirigidos a mayores, familias y profesionales. A través la web www.psicogerontologia.org se aspira a generar un punto de encuentro para los profesionales de la psicología de la vejez. Entre las actividades que la asociación, a corto plazo, tiene previstas realizar, está la celebración de jornadas profesionales para la difusión de la disciplina, así como la elaboración de una guía sobre el rol y las funciones del psicólogo en centros gerontológicos residenciales y de día.

La acentuación de la visibilidad del psicogerontólogo debe ser una prioridad para la sociedad en general y el sector gerontológico en particular, en pro de unos cuidados integrales, dignos y de calidad para nuestros mayores y sus cuidadores.