



Ansiedad, depresión y calidad de vida en adultos mayores: trayectoria de su influencia con los cambios en la edad

► El actual envejecimiento de las poblaciones ha obligado a diferentes países a formular políticas que garanticen un mayor bienestar físico y psicológico.

Tan solo, en 2002 la OMS formuló el marco político del “Envejecimiento Activo” definido como el proceso de optimización de oportunidades en salud, de participación y seguridad para mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. Este enfoque positivo hacia la vejez ha estimulado el interés en la calidad de vida como indicador de resultados.

Si bien se percibe que el envejecimiento disminuye la calidad de vida, este efecto puede desaparecer al controlar otros factores implicados relacionados con la salud que se asocian a menudo con una menor calidad de vida como la mala salud física, el deterioro funcional y la depresión. Esto explica por qué la inclusión de la salud es considerada como pilar crucial para el envejecimiento activo.

Dentro del ámbito de la salud mental, la depresión se ha visto como un obstáculo importante para la calidad de vida en la vejez ya que afecta en gran medida la funcionalidad. Recientemente también se ha reportado el impacto de la ansiedad en la persona mayor, siendo el trastorno psiquiátrico de mayor prevalencia en esta población.

Material y método

En este estudio longitudinal se incluyeron personas de 50 años o más que viven en Portugal y que participaron en la oleada 4 (W4) y 6 (W6) de la Encuesta sobre salud, envejecimiento y jubilación en Europa (Proyecto SHARE).

Se establecieron como criterios de exclusión el encontrarse hospitalizados o fuera del país al momento de la encuesta, ser incapaces de hablar el idioma del país, desconocer información sobre las variables consideradas en el estudio y contar con diagnóstico de demencia.

La principal variable del resultado fue la calidad de vida medida con la versión portuguesa de la escala CASP-12, el cual es un cuestionario de autoevaluación conformado por 12 ítems que incluye cuatro dominios: control, autonomía, autorrealización y placer.

Resultados

La muestra estuvo compuesta por 1765 participantes al inicio del estudio, de los cuales 1201 fueron seguidos posteriormente. A pesar de haberse encontrado con la edad una disminución en la puntuación media de CASP-12 así como una disminución

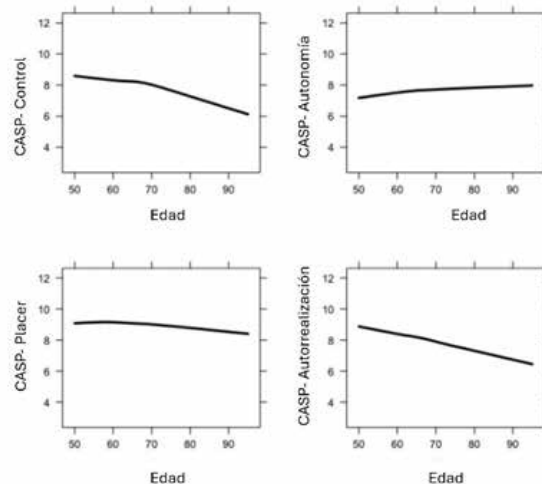


Figura 1. Trayectorias medias de CASP-12 por dominio a lo largo de la edad.

en las puntuaciones medias para los dominios de control y realización de sí mismo, el dominio de placer se mantuvo constante (presentando una ligera disminución en edades más avanzadas) cuando, a mayor edad, el dominio de autonomía aumentó ligeramente como se muestra en la figura 1.

Discusión

Los hallazgos de este estudio enfatizan que la calidad de vida disminuye con la edad. El estudio también muestra que un menor nivel educativo y mayores niveles de depresión y ansiedad se asocian significativamente con una peor calidad de vida futura, siendo la depresión el factor con mayor importancia relativa, seguida de la ansiedad.

Si bien la importancia de la edad por sí sola se ha destacado en varios estudios, la asociación entre edad y calidad de vida es compleja, ya que diferentes estudios muestran que la calidad de vida y sus dominios varían entre individuos y grupos, y que se debe tener en cuenta la amplia diversidad de las variables asociadas.

Conclusiones

Para el 2050 aproximadamente, el 47.1% de la población total tendrá más de 55 años, por lo cual es necesario mejorar el proceso de envejecimiento y la calidad de vida de las personas mayores estableciendo intervenciones de envejecimiento activo que incorporen la salud mental y de esta manera lograr una detección y tratamiento oportunos de los síntomas de depresión y de ansiedad para mejorar así la calidad de vida de las personas mayores.

Bibliografía

Ribeiro, O., Teixeira, L., Araújo, L., Rodríguez-Blázquez, C., Calderón-Larrañaga, A., & Forjaz, M. J. (2020). Anxiety, Depression and Quality of Life in Older Adults: Trajectories of Influence across Age. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 9039. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239039>

ANSIEDAD

DEPRESIÓN

Un Binomio INSEPARABLE

Alzam[®]
alprazolam
el regreso a la **calma**

Kriadex[®]
clonazepam
La solución ideal.

Lozam[®]
Lorazepam
TRANQUILIDAD CON **RAPIDEZ**

Notix[®]
zolpidem
Haciendo del sueño
UNA REALIDAD

Sertex[®]
Sertralina
CERTEZA y EXPERIENCIA
hacen la diferencia

Remicital[®]
Citalopram
LA VIDA EN ARMONIA

ARQUERA[®]
Duloxetina
ESTÁ DE SU LADO
CUANDO EL OBJETIVO ES CLARO

Selective[®]
Escitalopram
RÁPIDO y SELECTIVO

50 AÑOS
psicofarma[®]
Contigo en MENTE