

La experiencia de encuestar adultos mayores en sus viviendas.

Arq. Yeannes Mariana Lujan.

Cita:

Arq. Yeannes Mariana Lujan (2007). *La experiencia de encuestar adultos mayores en sus viviendas*. *Tiempo. El portal de la psicogerontología*, (20), 1-5.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/mariana.yeannes/6>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/psmr/tGt>



Número 20 - Mayo 2007

La experiencia de encuestar adultos mayores en sus viviendas desde un grupo interdisciplinario de investigación. Estudio de riesgos ambientales.

Mariana Lujan Yeannes

mlyeanne@mdp.edu.ar

Introducción.

Uno de los principales factores que determinan el sostenimiento de la autonomía en la vejez está relacionado con la calidad del entorno físico en cuanto a su seguridad y accesibilidad. La identificación de factores que intervienen en circunstancias riesgosas y discapacitantes, y que por ende ponen en riesgo dicha autonomía, es fundamental para mejorar el hábitat del adulto mayor.

Una de dichas circunstancias se relaciona con *la caída*, definida como " un accidente donde la persona se precipita al suelo o hacia otro nivel mas bajo, produciéndose la misma con o sin pérdida de conciencia" (CALVO, 1997) constituye uno de los síndromes geriátricos más importantes por la elevada incidencia en este sector de la población; tres de cada diez adultos mayores sufren una caída al año (AAVV. 1997)²

Se sabe que muchas de las caídas se producen en las viviendas. La mayoría de los estudios realizados sobre caídas en las viviendas de adultos mayores, carecen de la observación directa del fenómeno en el lugar específico, si bien los riesgos han sido extensamente calificados, muchos de los datos obtenidos son mediante interrogatorios, dificultando conclusiones específicas.

Desde el grupo "Hábitat y comunidad para la tercera edad" ³ realizamos una investigación con el principal objetivo de detectar la presencia de los distintos factores de riesgo y la intervención de estos en los episodios de caídas en viviendas de adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata.

Para este trabajo consideramos como muestra 129 viviendas de adultos mayores caedores (que hubieran sufrido mas de dos caídas en la vivienda) y no caedores habitantes de la ciudad de Mar del Plata y estudiamos además, la eficacia de un tratamiento preventivo de caídas realizado en el Servicio de Atención a la Tercera Edad ⁴ (S.A.T.E)

Como técnica para construir los datos se utilizó una evaluación ambiental estandarizada instrumentada en una encuesta por observación directa en las viviendas;⁵ y se procesaron los resultados a partir de una escala que mide la presencia de riesgo en cada ambiente de la vivienda.

La investigación no fue sencilla e implicó idas y venidas entre el trabajo de campo, las hipótesis utilizadas y los métodos. La experiencia fue realmente enriquecedora ya que nos *metimos* en las casas de los viejos y indagamos respecto de la cantidad de riesgos presentes en las viviendas, cuál es su conducta respecto de esos riesgos encontrados, cuales de esos riesgos intervienen realmente en una caída, cuáles son los resultados del tratamiento realizado en el S.A.T.E, si conocen los riesgos, si los modifican, etc.

Este estudio pudo realizarse gracias al intercambio entre profesionales de distintas disciplinas, como la terapia ocupacional, la psicología, la medicina y la arquitectura, el trabajo en conjunto permitió abordar parte de las aristas que componen un problema complejo como la caída del adulto mayor.

Por encima de los resultados y conclusiones, que se expusieron en el trabajo "Factores de riesgo presentes e interviniendo en caídas hogareñas" (Yeannes. 2006) nos interesa contar aquí la experiencia que implicó explorar las casas de los viejos.

La experiencia – El trabajo de campo - Resultados

La principal hipótesis de la investigación postulaba que las caídas encuentran uno de sus principales orígenes en la falta de ajuste entre las variables ambientales, y los requerimientos de la 3° Edad.

Abordamos el estudio apoyados en dicha hipótesis y convencidos de que, si se resolvían los problemas ambientales en las viviendas de AM caederos disminuirían o se eliminarían las caídas, pusimos entonces el énfasis casi exclusivamente en las variables ambientales.

Los integrantes del equipo de investigación⁶ salimos con el protocolo de evaluación ambiental en la mano, con cierta predisposición a buscar problemas ambientales, esperando que los viejos nos cuenten cómo el piso encerado había hecho añicos sus caderas, o como las alfombras en el piso habían provocado resbalones y posteriores caídas. Esperábamos encontrar en el relato de los encuestados una queja, sobre lo incomoda que se le había hecho la casa con el paso del tiempo, lo impráctico que le resultaba realizar tareas cotidianas que antes resolvía con mayor facilidad.

Bueno nada de eso pasó...; hasta la casa más riesgosa (infinidad de macetas en la circulación, mala iluminación, cosas fuera de los alcances óptimos... etc) era para su dueño el lugar más seguro del mundo ...

Completaban la encuesta unas preguntas ideadas por la psicóloga del equipo, que pretendían obtener información sobre los grados de satisfacción que los AM tenían con sus viviendas, así que al finalizar la encuesta le preguntábamos al encuestado ¿Si pudiera cambiar algo de su casa, (despejando en esta pregunta la variable económica) que cambios realizaría? Esperábamos ahora si que se comprobara nuestra hipótesis: que modificaría su casa por completo, que reemplazaría las escaleras por rampas o ascensores, que cambiaría esa incomoda bañera por duchas de múltiples chorros ...etc. Bueno no, esto tampoco pasó, en un amplio porcentaje (41%) directamente respondieron que ¡nada!!! "no modificaría nada de mi casa querida" me decía una señora que mientras me acompañaba hacia la puerta sorteaba con sandalias de taco los pliegues de una alfombra que ocupaba gran parte del estar ... De estas preguntas formuladas para un trabajo específico (CANALE .2005) solo el 13% modificaría su casa por cuestiones relacionadas con el riesgo . 7

Algo desahuciados, pero sin desanimarnos, decidimos repensar la hipótesis para ajustar sobre todo nuestra visión del problema y volver al campo de estudio, o sea a las casas..

Luego de largos debates y amplias discusiones escuchando atentamente como cada uno llevaba agua para su molino, notamos que quizás no habíamos prestado la suficiente atención a la variable conductual y decidimos analizar detenidamente este punto....

Ampliando la lupa de nuestras propias limitaciones y prejuicios, observamos que los viejos aparentemente *salvaban* problemas ambientales con *habilidades* conductuales, ¿Cómo es esto?

Una señora que no alcanzaba cosas de la alacena (por ser esta última demasiado alta) me mostró como, extendiendo una cuchara de madera, lograba pegarle al tarro del azúcar que con una destreza acrobática, empujaba hacia fuera de dicho mueble y lo dejaba caer hasta sus manos que estaban 20 centímetros más abajo.

En otra de las casas relevadas, mientras recorríamos el patio notamos que la cuerda para colgar la ropa era demasiado alta, esperando que nos dijera que no la usaba porque utilizaba un tendedero de pie, le preguntamos especulativamente, ¿para que estaba esa cuerda? , muy suelta de cuerpo y hasta orgullosa de sus habilidades nos contó cómo, con una percha y un pequeño asalto enganchaba la cuerda y una vez en su poder abrochaba la ropa, ya con el peso de ésta mojada la cuerda iba bajando y colocándose a una altura *más cómoda*.

En otro caso una señora actualmente quebrada de cadera, nos mostraba alegremente como subiéndose a un banquito alcanzaba lo que quería, "¡pero señora que tiene 80 años y un bastón ¡!" ¡A bueno, esto lo hago todos los días nena...!"

Entonces pensamos: los viejos *salvan* la dificultad ambiental con una *destreza o habilidad conductual*, pero evidentemente esa destreza conlleva implícitamente una conducta incorrecta que, corroboramos rápidamente, propiciaba la caída; evidentemente la manera de *salvar* las desventajas ambientales conlleva demasiados riesgos en la vejez.

La pregunta era ¿Por qué no realizaban esa tarea de otra manera? En los casos de la alacena bien podían colocar un mueble más accesible, o subirse a un banco con baranda, en el caso del tender ¿por qué no bajar la cuerda o utilizar un tender de pie?

Evidentemente no se concebía modificar el factor ambiental sino alterar la conducta. Además de estos casos donde la variable en cuestión no dejaba de ser la ambiental, existen otros casos donde necesariamente tuvimos que abrir nuevas especulaciones. Estos casos dejaban de lado la variable ambiental poniendo en el centro de la escena solo la conducta inadecuada veamos

En una vivienda una señora que había sufrido dos caídas nocturnas nos contaba como se levantaba por la noche sin encender ni la mas mínima luz y se recorría toda la casa hasta llegar al baño que quedaba aproximadamente a 10 metros de su cama ¡Pero señora, ¿no le conviene encender una luz, a medio camino o dejar por la noche una luz encendida !!? "*Nena, vivo acá hace 50 años y me conozco como nadie la casa...la oscuridad no es problema!!!!*"

Por medio de la encuesta verificamos que los interruptores y luces de esta vivienda y de la mayoría de las casas estaban en perfecto estado y no presentaban riesgo; por el contrario la acción de no prender una luz por la noche o no dejar una luz encendida, acciones que consideramos riesgos conductuales, sí estaban presentes en el hogar. Es decir, aquí solo había una conducta incorrecta arraigada y no un problema ambiental.

Los resultados mostraron la importancia de los factores conductuales en la intervención de las caídas, ya que éstos propiciaron el 47 % de los episodios (los factores ambientales solo determinaron el 16% y los personales solo el 12% el resto no pudieron ser especificados; ver estudio citado)

Es cierto, en una gran cantidad de casos el ambiente era el mismo que el de toda la vida, o por lo menos llevaban en él mas de 10 años. El conocimiento del ambiente parece ser una ventaja a la hora de desarrollar *destrezas*; lo que nos costaba entender era como los viejos no notaban que ellos evidentemente no eran los mismos que hacia 20, 30 o 50 años, que se habían acentuado sus limitaciones físicas y potenciado los riesgos. Estábamos hablando de dos cosas: por un lado una importante alteración en la percepción del riesgo real; y por otro lado encontramos que existe una resistencia a la modificación de riesgos ambientales en los hogares de adultos mayores caedores que relevamos.

Si bien los viejos que asistieron a un programa de caídas en el S.A.T.E identificaban los riesgos presentes (alfombras en el piso, alcances inadecuados, etc.) esta identificación no motivaba en la mayoría de los casos la modificación ambiental.

Es decir que, para los viejos, entender que los patines pueden llegar a constituir un riesgo para su vida no significa que mañana deje de usarlos, ni mucho menos

En muchas ocasiones esta resistencia del adulto mayor a modificar los riesgos, y ante un peligro inminente de caída, lleva a que un familiar, de manera arbitraria o unilateral, proceda a modificar y alterar el hábitat del adulto mayor. Estas sin duda buenas intenciones conllevan implícitamente mas riesgos: nuevas investigaciones (CERANSKI, S HAERTLEIN, C .2002) aseguran que "*Los cambios en el ambiente físico son particularmente estresantes para los mayores debido a la tendencia humana hacia los patrones habituales y al fenómeno conocido como "mapa cognitivo". nuestras mentes y cuerpos recuerdan el entorno que tenemos explorado y esto nos conduce a unos hábitos y a un mapa cognitivo que dirige nuestras acciones y movimientos en un entorno familiar como nuestras casas. Cuando el entorno varía, el mapa cognitivo no nos es útil*" la presente explicación no quiere decir que no deban sugerirse modificaciones, sino que éstas no deben ser impuestas de manera arbitraria e inconsulta, ya que probablemente la modificación sin su consentimiento sea absolutamente contraproducente y provoque el efecto contrario.

Es importante entonces, consensuar los cambios con la persona, y entrenarla para que reacomode dicho cambio. *El hecho de estar enterado de los riesgos y practicar repetidamente el nuevo patrón de movimiento para ajustar los cambios a las demandas del ambiente (ajuste-persona-entorno), será necesario para evitar una futura caída.*

Discusión

Finalmente diremos que la adaptación del ambiente en la tercera edad no es una cuestión sencilla que pasa por acondicionar los requerimientos ambientales y listo.

Evidentemente el tema es muy complejo, es importante considerar a la persona adulta que comprenda el riesgo y que participe de las modificaciones necesarias, es importante realizar una re educación de los hábitos y de las conductas existentes, entendiendo que las adaptaciones ambientales dependen en gran medida de re-adaptaciones conductuales, además debe considerarse los aspectos psicológicos que seguramente estarán implícitos en una persona que *se cae*. (CANALE. 2005) (ZAREBSKI . 2004)

Estas investigaciones pueden contribuir a encontrar respuestas y alternativas que disminuyan, desde el ambiente y desde la persona, la incidencia de caídas en las viviendas. Muchos trabajos se estructuran desde resultados preponderantemente estadísticos, que si bien aportan a dimensionar el problema no contemplan al *sujeto que habita*, que vive, no permitiendo visualizar toda la complejidad del problema.

Este estudio pretende además de mostrar resultados cuantificables, considerar al sujeto como artífice principal en *la construcción del cambio*, es decir en la modificación de riesgos. Creemos que la única

manera de conducir dichas acciones ya sea modificando factores ambientales o conductuales, es conjuntamente, desde el trabajo interdisciplinario y el propio sujeto.

Palabras claves: Vivienda – caídas – factores de riesgo

Notas

1 Arquitecta de la Facultad de Arquitectura, Urbanismo y Diseño (FAUD) de la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP) maestrando de la "Maestría en Gestión Ambiental del Desarrollo Urbano" de la misma facultad. Becaria Doctoral del Concejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (C.O.N.I.C.E.T). 2002-2006 Integrante del Centro de Estudios de Diseño. Grupo de Investigación Hábitat y Comunidad para la Tercera Edad. Ponente en congresos locales, nacionales e internacionales y autora de publicaciones en revistas nacionales e internacionales con referato.

2 La significación de este evento en la población de AM deriva de la prevalencia que el impacto de una caída puede ocasionar, instalando una serie de consecuencias que van desde el orden físico: (susceptibilidad a los traumatismos, alta incidencia de fractura de cadera, lesiones, laceraciones, etc hasta el orden psicológico – social: (síndrome post caída)

3 El Grupo Hábitat y Comunidad para la Tercera Edad es dirigido por el Arquitecto Juan Manuel Escudero. responde institucionalmente a la Facultad de Arquitectura Urbanismo y Diseño de la Universidad de Arquitectura Urbanismo y Diseño de la ciudad de Mar del Plata .

4 El Servicio de Atención para la Tercera Edad (SATE) responde institucionalmente al Hospital Privado de Comunidad (H.P.C) de la ciudad de Mar del Plata. Argentina El objetivo general de este servicio es mejorar la calidad de vida de los ancianos implementando programas que abarquen los tres niveles de prevención (primarios, secundarios y terciarios) Las actividades se realizan a través de tratamientos programados con un abordaje grupal e interdisciplinario. Dentro de los seis programas que se desarrollan se encuentra el de *Hospital de Día* que contiene los grupos de CAÍDAS, al cual acuden aquellas personas derivadas por su medico de cabecera. La metodología de trabajo es realizar en el ingreso un diagnóstico bio - psico - social con protocolos preestablecidos, se brinda un estímulo (tratamiento) y por último una nueva evaluación con el fin de observar si los objetivos propuestos para cada programa fueron alcanzados, de lograrlos, continúan su tratamiento en la comunidad, en aquellos centros donde se ha realizado una articulación previa con el servicio.

5 El instituto Center for Disease Control radicado en USA diseñó el instrumento de medición denominado Home Environment Survey (HES).

6 El equipo interdisciplinario estuvo conformado por las Terapistas Ocupacionales Bettina Roumec coordinadora, Mariana Serrano y Marisol Colavito colaboradoras, el Arq. Horacio Rigone y la Arq. Maria de la Paz Temperley la Psicóloga Inés Canale, dicho equipo, conforma el Grupo de Investigación "Hábitat y Comunidad para la Tercera Edad"

7 Canale Inés Licenciada en psicología. A partir del instrumento utilizado y de la muestra de adultos mayores realizo su investigación *Identificación de aspectos psíquicos en el manejo del entorno por adultos mayores* en este trabajo se indagaba entre otras cuestiones sobre cuál sería el cambio deseado en el hogar: además de que el indicador NINGUNO tenia el 41% , hubieron otros indicadores como el de MANTENIMIENTO 15 % REFORMA 20% RIESGO 13% ESTÉTICO 8 % MOBILIARIO 6% MUDARSE 3% AMPLIACIÓN 1% Y UBICACIÓN 1%

Bibliografía

AA.VV. Evaluación del riesgo de caídas. In: SOCIEDAD ESPAÑOLA DE GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA. Grupo de Trabajo de Caídas (Ed.) *Evaluación del anciano con caídas a repetición*. Madrid: Editorial Fundación Mapfre Medicina 1997. p. 83-105.

CALVO, J. J. Caídas en la comunidad y en instituciones. In: SOCIEDAD ESPAÑOLA DE GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA. Grupo de trabajo de caídas. *Evaluación del anciano con caídas a repetición*. Madrid: Editorial Fundación Mapfre Medicina, 1997. p. 3-11

CANALE, I. *Identificación de aspectos psíquicos en el manejo del entorno por adultos mayores*. Trabajo En Prensa "Habitar al envejecer" EUDEM 2007

CERANSKI, S.; HAERTLEIN, C. Helping older adults prevent falls. *OT Practice Magazine*, American Occupational Therapy Association. v. 7, n. 13, p. 12-17, 2002

YEANNES, M. *Risk factors present and involved in geriatric falls in the home*. en Brazilian Journal of Geriatrics and Gerontology, Volume 9, nº 1, jan./abr. 2006, pp. 21-36.

ZAREBSKI, G. Psicoanálisis y vejez. Las caídas en la vejez. 2004
<http://www.psicomundo.com/foros/investigacion/zarebski.htm>

