

PERCEPCIÓN DE ADULTOS MAYORES CON FACTORES DE RIESGO DE DEMENCIA SOBRE EL ENTRENAMIENTO COGNITIVO DIGITAL

Alamilla-Rodríguez Maximiliano¹, Martínez-Galindo Joyce Graciela², Salinas C Rosa María³, Sosa-Ortiz Ana Luisa⁴

1. Centro Eleia, actividades psicológicas; 2. Laboratorio de Demencias, Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía Manuel Velasco Suárez; 3. Laboratorio de demencias, Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía Manuel Velasco Suárez; 4. Laboratorio de demencias, Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía Manuel Velasco Suárez

recibido: 24-05-2023 aceptado: 22-06-2023 publicado: 21-11-2023

Objetivo: Evaluar cómo perciben los adultos mayores (AM) el entrenamiento cognitivo (EC) con una herramienta digital.

Antecedentes: EC a través de computadoras ha demostrado ser de utilidad en varias poblaciones. Sin embargo, para los AM su uso se puede complicar debido a factores como la falta de familiaridad con ellas y dificultad en la tarea, entre otros. Una de las intervenciones en FINGERS LatAm, usa un software especializado (SE) para ese propósito. En este estudio se evaluó la percepción que tienen acerca de éste.

Métodos: Población de estudio: 40 AM sanos, con factores de riesgo de demencia; parte del programa LatAm FINGERS, quienes reciben EC usando un SE. Se les aplicó un cuestionario tipo Likert (0-4); en el que se evaluó la dificultad percibida de los ejercicios, la comodidad de uso de la tableta para realización del entrenamiento. Se consideraron dos momentos, al iniciar la intervención y al aplicar la evaluación; el tiempo promedio transcurrido fue de 6.5 meses. Se les preguntó qué tan entretenido era y si contaban con una tablet o similar antes de iniciar la intervención y sobre las razones por las que hacían el EC.

Resultados: Los participantes tuvieron una edad media de 69.03 ± 5.37 años y una escolaridad de 10.65 ± 3.32 años; 72.5%

fueron mujeres. 87.5% de la muestra tuvo un teléfono inteligente, pero 54.3% no se sentía cómodo al usarlo. Actualmente, ninguno reporta incomodidad con la tablet, y 77.8% se sienten muy cómodos. En cuanto a la dificultad percibida, 63.2% declararon que al inicio fue desafiante-muy difícil; mientras que en la actualidad el porcentaje aumentó a 76.9% (Figura 1a). Por otro lado, casi todos los participantes reportaron percibirlos como muy entretenidos (Figura 1b). Mediante el análisis de correlación de Spearman, se observó una correlación negativa entre la escolaridad y la dificultad actual percibida ($\rho = -.444$ y $p = .005$). Finalmente, en las razones por la cuales realizan el entrenamiento, 87.9% reportaron que es bueno para su salud.

Conclusiones: Los resultados de la correlación indican que, a menor escolaridad, más difícil será adaptarse al EC digital. El aumento de la dificultad es esperado, ya que el nivel aumenta conforme se avanza en el programa. No obstante, al considerar el aumento en la comodidad, que encuentran los ejercicios entretenidos y que lo asocian como bueno para su salud, se puede notar que la motivación y el interés favorece que continúen con el EC.

Palabras clave: Prevención de demencia, Entrenamiento cognitivo digital, Adultos mayores

