

Recordar el pasado, nueva terapia para personas con Alzheimer

14 OCT 2010 Salud



Según los especialistas, la pérdida de la memoria no es una condición del envejecimiento, pero hay mayores riesgos conforme se avanza en edad (foto ilustrativa de archivo).

La **reminiscencia** es una técnica que permite a las personas adultas mayores con demencias, entre estas el Alzheimer, recordar su pasado, lo que les aporta beneficios para fortalecer la memoria y la interacción con otras personas.

Esta terapia novedosa en el país es desarrollada en el libro *Recordando experiencias. Programa de intervención con reminiscencia para personas adultas mayores*, de la Dra. Mónica Salazar Villanea, investigadora del Instituto de Investigaciones Psicológicas ([IIP](#)) de la Universidad de Costa Rica (UCR).

La nueva publicación forma parte de un **proyecto de investigación** del IIP acerca del **potencial terapéutico** de dicha herramienta y sus aportes a la comprensión neuropsicológica de la memoria autobiográfica.

La obra fue representada recientemente a la comunidad académica y a representantes de instituciones y profesionales que trabajan con el tema del envejecimiento, así como a familiares de pacientes con diferentes **síndromes demenciales**.

El Dr. Fernando Morales, presidente de la Comisión Nacional de la Persona Adulta Mayor ([Conapam](#)), destacó la importancia de esta investigación, pues según afirmó, hasta hace muy poco tiempo no había evidencia científica sobre la pérdida de la memoria, lo cual era calificado como *chocheras*. Además, en la actualidad es un problema creciente debido a que la población costarricense está en un proceso de **envejecimiento**.



La Dra. Mónica Salazar Villanea manifestó que la técnica de la reminiscencia busca estimular funciones como la memoria en personas adultas mayores con síndromes demenciales (foto Anel Kenjekeeva).

Según el galeno, cada año hay en el país 15 000 personas que ingresan a esta etapa de la vida, aunque, aclaró, la **pérdida de memoria** no es una condición natural del envejecimiento, pero a mayor edad hay más factores de riesgo de perderla.

Se estima que en Costa Rica hay 20 000 personas con enfermedades asociadas a la pérdida de memoria, de las cuales el 50 por ciento se considera que padece **Alzheimer**, el 40 por ciento se debe a **enfermedades vasculares o crónicas** y el 10 por ciento restante responde a **otras dolencias**.

“He tenido pacientes que he atendido durante 18 años completos con esta enfermedad devastadora”, expresó Morales, quien consideró que las guías son de mucha utilidad, porque vienen a llenar un **vacío** en el tratamiento y manejo de estos pacientes.

El libro de la Dra. Salazar fue catalogado por el Dr. Napoleón Tapia, catedrático de la Escuela de Psicología y subdirector del IIP, como una obra tesonera, de gran dedicación y cuidado, con un sólido fundamento científico y con un enfoque humanístico.

Según Tapia, la obra representa “un **avance práctico** de la Psicología y una contribución de la UCR”, como parte de su misión de servicio a la sociedad.



Mónica Salazar, Fernando Morales, Zaida Salazar y Napoléon Tapia participaron en la presentación del libro Recordando experiencias. Programa de intervención con reminiscencia para personas adultas mayores

Guías complementarias

La publicación está compuesta por **tres producciones complementarias**: una guía para **terapeutas**, una para las **personas cuidadoras** o familiares de adultos mayores con síndromes demenciales y un CD con **estímulos visuales** para el trabajo con dicha técnica.

El primer libro, dirigido a terapeutas, quienes pueden ser profesionales con formación en **psicología, enfermería, terapia ocupacional, medicina o gerontología**, incluye, entre otros aspectos, la importancia del tema, explicaciones conceptuales sobre la reminiscencia, un resumen sobre las investigaciones relevantes, el papel del lenguaje y la emoción y los principios básicos de intervención.

La guía para las personas cuidadoras desarrolla temas como el deterioro de la memoria, **el papel del cuidador principal**, cómo planificar las actividades y dónde se realizan.

Por su parte, el CD contiene **60 imágenes visuales** recopiladas por la autora, que evocan acontecimientos familiares y comunitarios de la Costa Rica de los siglos XIX y XX y que ayudan en el proceso de intervención terapéutica.

La Dra. Salazar explicó que esta técnica es muy **sencilla y fácil de aplicar** y lo que busca es estimular funciones concretas como la memoria.

“Este proceso de recordar eventos del pasado, conocido como el proceso de reminiscencia, ayuda a entender lo sucedido, a dar nuevos significados a los acontecimientos, a tomar decisiones y a encontrar dirección en el futuro, siendo aún más común su ocurrencia en la etapa tardía del ciclo vital”, aseguró la psicóloga.

La autora es especialista en neuropsicología clínica, gerontología y rehabilitación cognitiva de la Universidad de Salamanca, España.



[Patricia Blanco Picado](#)
Periodista Oficina de Divulgación e Información
patricia.blancopicado@ucr.ac.cr

Etiquetas: [olvido](#), [adultos mayores](#), [terapia](#), [síndromes demenciales](#).