



# Promueven investigación sobre envejecimiento saludable

19 MAY 2010

Ciencia y Tecnología



El Instituto de Investigaciones Psicológicas de la UCR tiene una línea de investigación sobre el envejecimiento activo o exitoso (foto archivo ODI).

El **envejecimiento activo o exitoso** y la intervención psicoterapéutica y neuropsicológica en personas adultas mayores con **síndromes demenciales** son dos líneas de investigación paralelas que el Instituto de Investigaciones Psicológicas ([IIP](#)) se propone reforzar con el apoyo de la [Universidad de Kansas](#), Estados Unidos.

Con ese fin, esta semana están de visita en la Universidad de Costa Rica (UCR) los doctores **Jeffry Burns** y **David Johnson**, del Centro de Gerontología y Laboratorio de Neuropsicología y Envejecimiento de dicho centro de educación superior y quienes desarrollan el [Programa sobre Memoria y Alzheimer](#).

Los especialistas ofrecerán una conferencia pública en la UCR, titulada *Cómo desarrollar experiencias exitosas de aproximación al envejecimiento saludable y la intervención con demencias*, el miércoles 19 de mayo, a las 6 p.m., en la Sala Multimedia de la Facultad de Ciencias Sociales.

De acuerdo con la Dra. Mónica Salazar Villanea, investigadora del IIP y docente de la Maestría en Gerontología de la UCR, hay mucho interés en “desarrollar estudios nuevos con **metodologías longitudinales** (que estudian procesos a lo largo del tiempo) y con **equipos multidisciplinarios**, para promover la incorporación de estudiantes de licenciatura y maestría y establecer una línea de investigación permanente en la UCR”.

Actualmente, el IIP tiene en marcha proyectos específicos sobre el estudio del envejecimiento exitoso y el envejecimiento con síndrome demencial, pero se quiere ahondar en el conocimiento de estos temas, y en particular, en la investigación sobre el uso de **técnicas novedosas** para la rehabilitación cognitiva y el mejoramiento de la calidad de vida de pacientes con demencia o con trastornos como la depresión.

Entre estas técnicas de intervención con fundamento neuropsicológico, destacan la **reminiscencia** a partir del trabajo con la **memoria autobiográfica**, y que consiste en la posibilidad de las personas adultas mayores de repasar su vida reconstruyendo recuerdos de manera guiada, lo cual les da un sentido de identidad y pertenencia para favorecer las tareas propias del desarrollo en el envejecimiento.



La UCR impulsa un programa de investigación conjunto con la Universidad de Kansas, que contribuya a mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores con síndromes demenciales (foto archivo ODI con fines ilustrativos).

“En el caso de las personas mayores con demencias, la memoria autobiográfica es la que más se preserva hasta el final de la enfermedad, los recuerdos del pasado que fueron emocionalmente significativos para ellas y que las marcaron”, precisó la psicóloga.

La terapia de la reminiscencia se enfoca en la memoria autobiográfica para aprovechar y fortalecer las **habilidades cognitivas** de las personas con enfermedades neurodegenerativas, como el Alzheimer, y con trastornos depresivos.

Según Salazar, las investigaciones realizadas muestran que este recurso de intervención mejora la calidad de vida de estas personas, así como su bienestar funcional.

### Avances

Para la investigadora, en la UCR existe clara conciencia sobre la importancia de trabajar el envejecimiento desde la investigación, la acción social y la docencia.

Entre los avances alcanzados en nuestro país, citó el **Primer Informe del Estado de la Persona Adulta Mayor**, elaborado por el Centro Centroamericano de Población ([CCP](#)) de la UCR, que presenta un panorama de cuál es el estado actual de la situación de este grupo de población.

A juicio de Salazar, este diagnóstico general debe servir a los investigadores para profundizar y aportar elementos que impacten y respondan a las necesidades de la sociedad costarricense, en donde los estudios indican que para el **2025** se duplicará la cantidad de ciudadanos y ciudadanas adultas mayores.

Para enfrentar este cambio, “necesitamos formarnos mejor y por esto es muy importante la capacitación que podamos tener durante la visita de los investigadores de la Universidad de Kansas”, concluyó la Dra. Salazar.



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

**Etiquetas:** [envejecimiento](#), [gerontología](#), [salud](#), [memoria](#), [centro centroamericano de poblacion](#).