



FACULTAD DE
**CIENCIAS
SOCIALES**
UNIVERSIDAD DE CHILE

DEPARTAMENTO DE
PSICOLOGÍA



Envejecimiento cognitivo normal y patológico ¿qué sabemos? ¿podemos hacer algo?

Ps. Dra. Daniela Thumala Dockendorff

Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile

Centro Gerociencia, Salud Mental y Metabolismo (Gero)

dthumala@uchile.cl

¿Podemos hacer algo?

Algunos hechos:

- ✓ **Discordancia** - gravedad patología cerebral y rendimientos cognitivos
- ✓ **Mismo grado de patología cerebral: síntomas/asintomático**
- ✓ **Resiliencia a la patología cerebral**
- ✓ **OTROS FACTORES** - riesgo o protectores



COMPLEJIDAD DE LA DEMENCIA

fenómeno multideterminado, relaciones dinámicas entre factores, incertidumbre

¿Podemos hacer algo?

- ✓ **Demencia:** no es consecuencia inevitable del envejecimiento
- ✓ **Estilo de vida** podría reducir o aumentar el riesgo
- ✓ **Promoción de la resiliencia**
- ✓ **En teoría,** más de un tercio podría prevenirse



¿Podemos hacer algo?

Factores bio-médicos:

- ✓ Genéticos
- ✓ Fumar
- ✓ Ejercicio y actividad física
- ✓ Diabetes, hipertensión y obesidad
- ✓ Pérdida de audición



¿Podemos hacer algo?

Factores sociales:

- ✓ Nivel socioeconómico
- ✓ Nivel educativo
- ✓ Actividades cognitivas estimulantes
- ✓ Red social significativa
- ✓ Sentimientos de soledad



¿Podemos hacer algo?

Factores psicológicos:

✓ Personalidad

- Rasgos de personalidad: "neuroticismo"
- Motivaciones "propósito en la vida"

✓ Estados afectivos

- Depresión
- Ansiedad/estrés prolongado



¿Podemos hacer algo?


Prevención/retraso de la demencia:

1. Investigar estos factores en nuestra población (GERO)
2. Intervenir en factores modificables



- Hábitos saludables
- Actividades estimulantes
- Propósito en la vida
- Depresión y ansiedad



- Rasgos de personalidad
- Procesos de afrontamiento 

¿Podemos hacer algo?

3. Considerar etapa de cambio cognitivo

- ✓ ¿Esperando un diagnóstico? Miedo, angustia
- ✓ ¿Inicio? Mantener autonomía en contexto de cuidado
- ✓ ¿Etapa avanzada? Cuidar al cuidador

PERSONA HUMANA... con demencia





FACULTAD DE
**CIENCIAS
SOCIALES**
UNIVERSIDAD DE CHILE

DEPARTAMENTO DE
PSICOLOGÍA



¡Muchas gracias!