

Activitatea fizică la vârstnicii instituționalizați

Nikolaos Mavritsakis¹, Cătălin Raus²

¹Centrul de Geriatrie și Gerontologie, Alba Iulia

²Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu”, Cluj-Napoca

Rezumat

Premize. La vârstnicii instituționalizați, o serie de erori de comunicare cu personalul medical favorizează apariția iatrogeniilor psihice, având ca și consecințe îndepărtarea bolnavului, neîncrederea, apariția unor noi suferințe, cu influență asupra activității fizice.

Obiective. În studiul de față ne-am propus să evaluăm la pacienții vârstnici instituționalizați activitatea fizică, frecvența depresiei, efectul antiiatrogen și antidepresiv al activității fizice.

Metode. Cercetările au fost efectuate la Căminul pentru persoane vârstnice din Alba Iulia, în lunile mai-iunie 2008, incluzând un număr de 86 persoane instituționalizate: 39 de femei și 47 de bărbați, cu vârsta cuprinsă între 61 și 92 de ani.

Subiecții vârstnici, persoane autonome, cu o vechime a instituționalizării de 7-10 ani, au fost grupați în două loturi: lotul I: bărbați, n = 40, având vârsta medie de $75,4 \pm 7,5$ ani; lotul II: femei, n = 36, având vârsta medie de $73,2 \pm 5,2$ ani. La pacienții selectați s-au aplicat următoarele teste: indicele de activitate fizică (IAF), pe baza chestionarului Dumitru; indicele de depresie (ID), pe baza Scalei Geriatrice de Depresie (SGD), adaptată după Sheikh și Yesavage.

Rezultate. Indicele de masă corporală la loturile examinate indică valori normoponderale la majoritatea subiecților din ambele loturi. Indicele de activitate fizică indică valori crescute pentru categoria slabă condiție fizică pentru femei și rezonabilă pentru bărbați. Corelația dintre Indicele de masă corporală și Indicele de activitate fizică este invers proporțională. Corelația dintre scorul de la scala geriatică de depresie și Indicele de activitate fizică este invers proporțională.

Concluzii. La pacienții vârstnici peste 70 de ani, instituționalizați, se constată menținerea unei activități fizice acceptabile pentru bărbați, care sunt normoponderali în cea mai mare proporție. Activitatea fizică adecvată vârstei peste 70 de ani ca durată și intensitate, prestată individual, în grup sau ca program ergoterapeutic, poate avea efecte benefice antiiatrogene, antidepresive și de combatere a diferitelor cauze ale iatrogeniilor de instituționalizare.

Cuvinte cheie: activitate fizică, vârstnici, depresie, iatrogenie.