

XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2022.

Capital psíquico y reserva cognitiva: factores protectores en el envejecimiento.

Antequera, Florencia.

Cita:

Antequera, Florencia (2022). *Capital psíquico y reserva cognitiva: factores protectores en el envejecimiento*. XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-084/740>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eoq6/H6W>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

CAPITAL PSÍQUICO Y RESERVA COGNITIVA: FACTORES PROTECTORES EN EL ENVEJECIMIENTO

Antequera, Florencia

Pontificia Universidad Católica Argentina. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Frente al aumento de la expectativa de vida a nivel mundial, las ciencias del envejecimiento se enfrentan al desafío de promover políticas públicas que se orienten a una mejor calidad de vida en la vejez. En la actualidad, diversos estudios buscan conocer aquellos factores que promueven un envejecimiento más saludable. La presente investigación se propuso por un lado, analizar la relación entre el capital psíquico y la reserva cognitiva en adultos mayores. A su vez, se estudió su relación con indicadores de sintomatología depresiva. La muestra estuvo compuesta por 56 adultos mayores cognitivamente sanos de ambos sexos, entre 60 y 92 años, pertenecientes a CABA y GBA. Como resultados, se hallaron correlaciones positivas entre el capital psíquico y la reserva cognitiva. A su vez, las correlaciones negativas con indicadores de depresión, permiten concluir que tanto el capital psíquico como la reserva cognitiva constituyen factores protectores de salud mental en el envejecimiento.

Palabras clave

Adulto mayor - Capital psíquico - Reserva cognitiva - Depresión

ABSTRACT

PSYCHIC CAPITAL AND COGNITIVE RESERVE: PROTECTIVE FACTORS IN AGING

Faced with the increase in life expectancy worldwide, aging sciences face the challenge of promoting public policies aimed at a better quality of life in old age. Currently, various studies seek to know those factors that promote healthier aging. The present investigation proposed, on the one hand, to analyze the relationship between psychic capital and cognitive reserve in older adults. In turn, its relationship with indicators of depressive symptomatology was studied. The sample consisted of 56 cognitively healthy older adults of both sexes, between 60 and 92 years old, belonging to CABA and GBA. As results, positive correlations were found between psychic capital and cognitive reserve. In turn, the negative correlations with indicators of depression allow us to conclude that both psychic capital and cognitive reserve are protective factors for mental health in aging.

Keywords

Older adult - Psychic capital - Cognitive reserve - Depression

INTRODUCCIÓN

Con el progresivo aumento de la expectativa de vida a nivel mundial, disfrutar de un buen envejecer, se ha convertido y cada vez más, en un objeto de estudio para las disciplinas y prácticas gerontológicas (Triado & Villar, 2014). A su vez, desde la psicología surge el interés por conocer aquellos factores que propician un envejecimiento saludable, enfatizando desde una perspectiva dinámica, el rol proactivo del individuo en su propio desarrollo. De modo que se pretende no sólo prolongar la cantidad de años vividos, sino hacerlo de la mejor manera posible. En consonancia, desde diversos ámbitos se promueve la aplicación de políticas públicas concretas que se orienten hacia una mejor calidad de vida en la vejez (Ochoa-Vázquez, et al., 2018).

Desde el enfoque del curso vital, el envejecimiento es entendido como un proceso heterogéneo; en el que el individuo no resulta mero receptor de estímulos del medio, sino que como sujeto activo interactúa con el medio circundante para adaptarse eficazmente a las demandas del entorno. En este sentido, se genera un interjuego entre los recursos psicológicos, cognitivos, emocionales y afectivos de todo sujeto, con los recursos socio-culturales que el entorno le ofrece (Urbano & Yuni, 2016).

En los últimos años, han aumentado los estudios que buscan conocer los factores que propician un envejecimiento más satisfactorio. En este sentido, Rowe y Khan (1997, 2015) han caracterizado el envejecimiento exitoso por la percepción del bienestar subjetivo, alto compromiso en actividades sociales y productivas, bajo riesgo de sufrir enfermedades que ocasionen una discapacidad y un buen nivel de rendimiento físico y cognitivo.

En el envejecimiento, frente a los cambios en la funcionalidad y la presencia del declive cognitivo, el concepto de reserva cognitiva cobra mayor relevancia. La misma es definida como la capacidad cerebral para soportar la mayor cantidad de neuropatología antes de llegar al umbral donde la sintomatología clínica comienza a manifestarse. Se acumula a lo largo de la vida e incluye elementos innatos y adquiridos, entre los que se destacan: la ocupación laboral, las actividades de ocio, los años de educación, las prácticas musicales, la realización de actividad física, el bilingüismo, entre otros (Díaz Orueta, 2010; González López, 2018). De acuerdo con Stern (2002), una mayor reserva cognitiva posibilita un uso más eficaz de redes cerebrales o estrategias cognitivas alternativas. Por lo que se concluye que la reserva cognitiva es un factor protector contra la expresión del deterioro cognitivo relacionado con la edad, posibilitando

una mejora en el rendimiento cognitivo cuanto mayor sea la capacidad de reserva cognitiva en la vejez (Mayordomo, et al., 2015). En este sentido, se ha encontrado que los sujetos con alta reserva cognitiva aplican estrategias alternativas y eficaces de compensación lo que les proporciona un mayor potencial de aprendizaje y una mayor capacidad de adaptación (Meléndez Moral, et al., 2013).

Sin embargo, Casullo et al. (2007) consideran que para arribar a una visión integral de la persona, además de los factores biológicos, sociales y culturales que caracterizan el desarrollo, cabe atender a las subjetividades, que en el último tiempo estuvieron siendo desatendidas. Desde el marco de la psicología positiva, se busca comprender y analizar cómo y por qué, aún frente a situaciones de alto estrés, los sujetos pueden desarrollar fortalezas, emociones positivas y proyectos de vida.

Entre los factores subjetivos que podrían asociarse a un envejecimiento satisfactorio, se encuentra el capital psíquico. Es definido como *“el conjunto de factores y procesos que permiten aprender a protegerse y sobrevivir, generar fortalezas personales”* (Casullo, 2006, p.61), y hace referencia al conjunto de capacidades, habilidades y recursos de los que disponemos para protegernos y enfrentar situaciones- cotidianas o no- a lo largo de nuestras vidas. En este sentido, el capital psíquico permite abordar el estudio de aquellos factores salugénicos, preventivos y positivos, que explicarían en cierta medida, la heterogeneidad en las trayectorias vitales.

A partir de su desarrollo conceptual, se ha elaborado un instrumento estandarizado denominado Cuestionario de Capital Psíquico. El mismo, explora fortalezas y virtudes a lo largo de cinco dimensiones: cognitivas, emocionales, vinculares, cívicas y de valores (Casullo, 2006). Se distingue del capital psicológico, concepto aplicado al bienestar y desempeño personal en los entornos laborales (Omar, et al., 2014). Tras un análisis factorial de ambos constructos, Banda Castro (2021), ha concluido que el capital psíquico y el capital psicológico son susceptibles de fusionarse en un único constructo denominado capital intangible. De modo que, permitiría comprender aquellas características de personalidad que se vinculan con fortalezas en los seres humanos a lo largo del curso vital.

En cuanto a los estudios realizados en nuestro país, se han comparado las puntuaciones promedio de las dimensiones del capital psíquico entre adultos mayores y otros grupos de edad. Se encontró que las puntuaciones resultaron mayormente significativas en los adultos mayores, correspondiendo los puntajes más altos al grupo de 60 a 75 años; a excepción de la dimensión cognitiva (Arias, Posada & Castañeiras, 2009). Incluso, se pudo confirmar su estabilidad hasta edades más avanzadas- en personas de 75 a 91 años de edad- y su incremento en la dimensión correspondiente a los Valores, y aspectos referidos a Sabiduría, Amor y Capacidad para Perdonar (Arias, 2009).

Por otra parte, se ha comprobado su relación con otras variables como el autoconcepto y el bienestar psicológico en la vejez.

De modo que, aquellos adultos mayores que presentan mayor capital psíquico, también denotan mayor bienestar psicológico y un autoconcepto más elevado (Arias & Solivez, 2009; Arias, Posada & Castañeiras, 2009). En este sentido, profundizar en el conocimiento del capital psíquico, permitirá realizar aportes significativos en la evaluación de los recursos potenciales en la adultez mayor y comprender las diferencias en las trayectorias de envejecimiento.

Dichas diferencias interindividuales pueden presentarse en términos de modificaciones físicas, cognitivas, afectivas y comportamentales. Por tanto, los cambios en las capacidades funcionales de la persona mayor, pueden repercutir en sus hábitos de vida y sobre todo, a nivel afectivo. En este sentido, la depresión es la enfermedad psiquiátrica que se presenta con mayor frecuencia en este grupo de edad. Constituye un cuadro heterogéneo en el que los factores psicosociales juegan un papel más importante en su etiopatogenia que en edades más jóvenes (Martínez de la Iglesia, et al., 2002). Puede presentarse en personas vulnerables, relacionada con múltiples duelos por la pérdida de seres queridos, por la confrontación con diversas modificaciones personales, por las limitaciones a partir de enfermedades físicas y los cambios en la vida social y laboral (Monczor, 2013). A su vez, puede propiciar una situación de dependencia e incluso, mayor riesgo de mortalidad; por lo que es preciso analizar los principales factores de riesgo para una intervención preventiva (Cuart Sintés, 2014).

Su estudio en la vejez se ha convertido en uno de los problemas más importantes para la salud pública, ya que específicamente la depresión geriátrica es uno de los cuadros más frecuentes e incapacitantes de dicha población (Tartagliani, et al., 2017). De acuerdo con Huang, et al (2019), existe evidencia que sugiere que la severidad de la depresión en la vejez, es un factor que se asocia con el declive neurocognitivo, incluso en pacientes que se encuentran en fase eutímica o alcanzan la remisión. De hecho, Cancino, et al. (2018), enfatiza la importancia de pesquisar los primeros síntomas de depresión para detectar tempranamente el riesgo potencial de interferir en el funcionamiento cognitivo óptimo de las personas mayores.

En este sentido, cabe destacar que la presencia de depresión durante la vida constituye un factor de riesgo en la aparición de deterioro cognitivo leve (DCL) en la vejez y la evolución a demencia. De modo que, atender las circunstancias vitales que atraviesa el adulto mayor, y los cambios a nivel cognitivo y afectivo, permiten arribar a un diagnóstico más preciso y sensible a la sintomatología depresiva en esta etapa del desarrollo (Yates, Clare & Woods, 2013). Por otra parte, en un estudio realizado por González López (2018), se ha encontrado que a mayor nivel de reserva cognitiva, menor presencia de sintomatología depresiva en adultos mayores con DCL. Por lo que, se destaca el papel de la reserva cognitiva como factor protector de la sintomatología depresiva y del deterioro cognitivo en adultos mayores.

Por lo recientemente expuesto, es sabido que pueden presen-

tarse factores de riesgo para la salud mental en las personas mayores, siendo los indicadores de depresión uno de los cuales pueden propiciar mayor nivel de deterioro cognitivo. Sin embargo, también es posible promover en el envejecimiento aquellos factores más protectores, como el capital psíquico y la reserva cognitiva que correlacionan positivamente con el bienestar psicológico en esta población. La presente investigación, se propone por un lado, explorar la relación entre el nivel de capital psíquico y el nivel de reserva cognitiva; y por el otro, conocer cómo se relacionan ambos constructos con indicadores de depresión en personas mayores.

METODOLOGÍA

Participantes

La presente investigación consistió en un estudio empírico cuantitativo de diseño transversal, descriptivo-correlacional. La muestra estuvo compuesta por 56 adultos mayores, cognitivamente sanos, con edades comprendidas entre 60 y 92 años ($M=72,41$; $DE=8,153$) de ambos sexos, pertenecientes a la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y GBA. El 73,2% de la muestra eran mujeres y el 42,9% contaba con nivel educativo secundario. Se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: ausencia de antecedentes de enfermedades neurológicas y psiquiátricas, una puntuación de 24 puntos o más en el test de rastreo cognitivo -Mini Mental State Examination- (MMSE), y una puntuación menor a cinco puntos en la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (GDS) como indicadores de depresión.

Diseño

La presente investigación consistió en un estudio empírico cuantitativo de diseño transversal, descriptivo-correlacional.

Instrumentos

La evaluación de los participantes incluyó las siguientes pruebas: *Cuestionario de capital psíquico -CAPPSI* (Casullo, 2006; aplicado por Kasanew et al., 2010): evalúa el capital psíquico a partir de cinco dimensiones: cognitiva, emocional, cívica, vincular y de valores. Ha demostrado una alta confiabilidad (α de Cronbach=0,9103).

Escala de geriátrica de depresión de Yesavage (GDS) (Martínez de la Iglesia et al., 2002; Tartaglini et al., 2017). Escala para la valoración de sintomatología depresiva en adultos mayores; puntajes menores a cuatro indican ausencia de depresión, entre cuatro y seis puntos indican depresión leve, y puntajes mayores a siete indican depresión establecida. En la adaptación española, se ha reportado una fiabilidad intra-observador e inter-observador de $k= .95$ ($p < .001$) y $k= .65$ ($p < .001$) respectivamente. En el presente estudio, con la versión de 15 ítems, la consistencia interna arrojó un Coeficiente de Kuder Richardson satisfactorio ($KR-20 = .57$).

Cuestionario de Reserva Cognitiva (CRC) (Rami, et al, 2011). Es-

cala para la valoración de distintos aspectos vinculados a la reserva cognitiva: nivel educativo, cursos de formación, idiomas, actividades musicales e intelectuales, entre otros. Presenta valores aceptables de fiabilidad con un α de Cronbach de .73

Procedimiento y análisis de datos

Los instrumentos se administraron de forma presencial e individual con cada uno de los participantes; solicitando un consentimiento informado previo a la administración del protocolo. Se realizó un análisis utilizando estadística descriptiva y de relación entre variables (comparación de medias mediante pruebas t de Student para muestras independientes y análisis de correlaciones mediante prueba de correlación de Pearson). Los datos relevados se procesaron a través del SPSS v.21.

Resultados

De acuerdo al primer objetivo, se exploró la relación entre el nivel de capital psíquico y el nivel de reserva cognitiva que presentan los adultos mayores. Entre los resultados, se ha encontrado que los participantes presentaron un buen rendimiento cognitivo, con una media de 29,04 ($DE= 1,052$) en el MMSE. Unido a esto, se halló una relación positiva significativa entre el nivel de reserva cognitiva y el nivel de capital psíquico ($r=,379^{**}$; $p < ,004$). De modo que a mayor nivel de reserva cognitiva, mayor presencia de capital psíquico en personas mayores.

Respecto al segundo objetivo, se buscó conocer la relación entre el nivel de capital psíquico y el nivel de reserva cognitiva con los indicadores de depresión. Se encontró que tanto la reserva cognitiva como el capital psíquico correlacionan negativamente con indicadores de depresión ($r= -,427^{**}$; $p < ,001$); ($r= -,445^{**}$; $p < ,001$). Por lo que, a mayor capital psíquico y reserva cognitiva en personas mayores, menor presencia de indicadores de sintomatología depresiva.

Conclusiones

En el presente estudio se ha buscado explorar la relación entre el capital psíquico y la reserva cognitiva, como factores protectores del envejecimiento, en una muestra de adultos mayores de CABA y GBA.

Entre sus hallazgos, se encontró una relación positiva significativa entre el nivel de capital psíquico y el nivel de reserva cognitiva, de modo que a mayor reserva cognitiva, mayor capital psíquico en las personas mayores. Estos resultados coinciden con los de estudios previos, que comprenden a la reserva cognitiva como un factor protector frente al deterioro cognitivo en el envejecimiento (Mayordomo, et al., 2015; Meléndez Moral, et al., 2013); y al capital psíquico como factor subjetivo que promueve un envejecimiento más satisfactorio (Arias, 2009; Casullo et al., 2007).

Por otra parte, se ha encontrado una relación negativa entre los niveles de capital psíquico y reserva cognitiva, con indicadores de depresión. De modo que, a mayor capital psíquico y reserva

cognitiva, menor presencia de indicadores de sintomatología depresiva. Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que refieren que a mayor reserva cognitiva, menor sintomatología depresiva en población de adultos mayores (Cancino et al., 2018; González López, 2018).

A partir de la presente investigación es posible concluir que tanto la reserva cognitiva como el capital psíquico, constituyen factores protectores de la salud mental en personas mayores, y es importante promoverlos para propiciar trayectorias de envejecimiento más saludables en nuestra población.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, C.J. (2009) La red de apoyo social en la vejez. Aportes para su evaluación. *Revista de Psicología da IMED*, 1 (1), 147-158.
- Arias, C.J. & Solivez, C. (2009) Análisis dimensional y global del bienestar psicológico en adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata según tipo de hogar. Disponible en <http://www.psiquiatria.com/articulos/psicogeriatría/39939/portalpsiquiatria.com>
- Arias, C.J., Castañeiras, C. y Posada, M.C. ¿Las fortalezas personales se incrementan en la vejez? Reflexiones acerca del capital psíquico. En Iacub, Arias, Solivez y cols. *Desafíos frente al Bien-estar en el Envejecimiento*. Buenos Aires: Eudeba. 2009. 31-39.
- Arias, C.J., Posada, M.C. & Castañeiras, C. (2009) El capital psíquico en adultos jóvenes y adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata: análisis comparativo de dimensiones e ítems. Presentado en Congreso Argentino de Psiquiatría. Mar del Plata, Argentina.
- Banda-Castro, A. L. (2021) Capital intangible: dos constructos que representan recursos psicológicos para estudiantes universitarios. En *Retos de la educación en tiempos de pandemia: Integración de experiencias, reflexiones y desafíos*(pp. 6-24). Grupo MDM Corp SAC Red Educativa Mundial.
- Cancino, M., Rehbein Felmer, L. & Ortiz, M. (2018) Funcionamiento cognitivo en adultos mayores: rol de la reserva cognitiva, apoyo social y depresión. *Rev Med Chile*, 146. 315-322.
- Casullo, M.M. (2006) El capital psíquico. Aportes de la Psicología Positiva. *Psicodebate*, 6, 59- 72.
- Casullo, M.M., Posada, M.C., Castañeiras, C. & Mele, S.S. (2007) Evaluación del capital psíquico. Estudio exploratorio. Informe preliminar. XIV Jornadas de Investigación y Tercer encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología- Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Cosco, T.D., Howse, K., & Brayne, C. (2017) Healthy ageing, resilience and wellbeing. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 26(6), 579-583.
- Cuart Sintés, M.I. (2014) Relación entre reserva cognitiva, depresión y metamemoria en los adultos mayores no institucionalizados. Tesis doctoral. Universidad de Baleares, España.
- Díaz-Orueta, U., Buiza-Bueno, C., & Yanguas-Lezaun, J. (2010) Reserva cognitiva: evidencias, limitaciones y líneas de investigación futura. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 150-155.
- González López, S.R. (2018) Una propuesta de investigación. Reserva cognitiva como factor protector de la sintomatología afectiva en personas mayores con deterioro cognitivo leve. Tesis doctoral. Universidad de Catalunya.
- Huang, C., Fan, Y., Lee, S., Liu, H., Chen, Y., Lin, C. & Lee, T. (2019) Cognitive reserve-mediated neural modulation of emotional control and regulation in people with late-life depression. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 14(8). 849-860.
- Martínez de la Iglesia, J., Onís Vilches, M., Dueñas Herrero, R., Colomer, C., Taberné, C. & Luque Luque, R. (2002) Versión española del cuestionario de Yesavage abreviado (GDS) para el despistaje de depresión en mayores de 65 años: adaptación y validación. *Medifam*, 12 (10). 620-630.
- Mayordomo, T., Sales, A. & Meléndez, J.C. (2015) Estrategias de compensación en adultos mayores: Diferencias sociodemográficas y en función de la reserva cognitiva. *Anales de psicología*, 31 (1), 310-316.
- Meléndez Moral, J.C., Sales Galán, A. & Mayordomo Rodríguez, T. (2013) Reserva cognitiva, compensación y potencial de aprendizaje: una relación entre medidas. *Informació Psicológica*, 105, 29-41.
- Ochoa-Vázquez, J., Cruz-Ortiz, M., Pérez-Rodríguez, M.C. & Cuevas-Guerrero, C.E. (2018) El envejecimiento: Una mirada a la transición demográfica y sus implicaciones para el cuidado de la salud. *Revista de enfermería del Instituto Mexicano de Seguro Social*. (4) 273-280.
- Omar, A., Salessi, S. & Urteaga, F. (2014) Diseño y validación de la escala CAPPsi para medir capital psicológico. *Liberabit*, 20(2). 315-323.
- Rowe, J.W. & Khan, R.L. (1997) Successful aging. *The Gerontologist*, 37, 433-440.
- Rowe, J.W. & Khan, R.L. (2015) Successful Aging 2.0: Conceptual Expansions for the 21st Century. *The Journals of Gerontology: Series B*, 70, 593-596.
- Stern, Y. (2002) What is cognitive reserve? Theory and research application of the reserve concept. *Journal of the international neuropsychological society*, 8(3), 448-460.
- Tartagliani, M.F., Dillon, C., Hermida, P.D., Feldberg, C., Somale, V. & Stefani, D. (2017) Prevalencia de depresión geriátrica y alexitimia. Su asociación con características sociodemográficas, en una muestra de adultos mayores residentes de Buenos Aires, Argentina. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 20(4). 518-527.
- Triadó, C., y Villar, F. (coords.). (2014) *Psicología de la Vejez*. Alianza Editorial.
- Urbano, C., y Yuni, J. (2016) *Psicología del desarrollo. Enfoques y perspectivas del Curso Vital*. Buenos Aires: Editorial Brujas.
- Yates, J.A., Clare, L. & Woods, R.T. (2013) Mild cognitive impairment and mood: A systematic review. *Reviews in Clinical Gerontology*, 23(4), 317-356.