

UNIVERSIDAD PANAMERICANA
Facultad de Humanidades
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social



Síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad del asilo “Mis años Dorados”, del municipio de El Tejar Chimaltenango
(Tesis de Licenciatura)

Dora Marina Calel Cutzal

Guatemala, febrero de 2020

Síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad del asilo “Mis Años Dorados” del municipio de El Tejar Chimaltenango

(Tesis de Licenciatura)

Dora Marina Calel Cutzal

Licda Irma Yolanda García Escobar (Asesor)

M.A. Sharon Flores de España (Revisor)

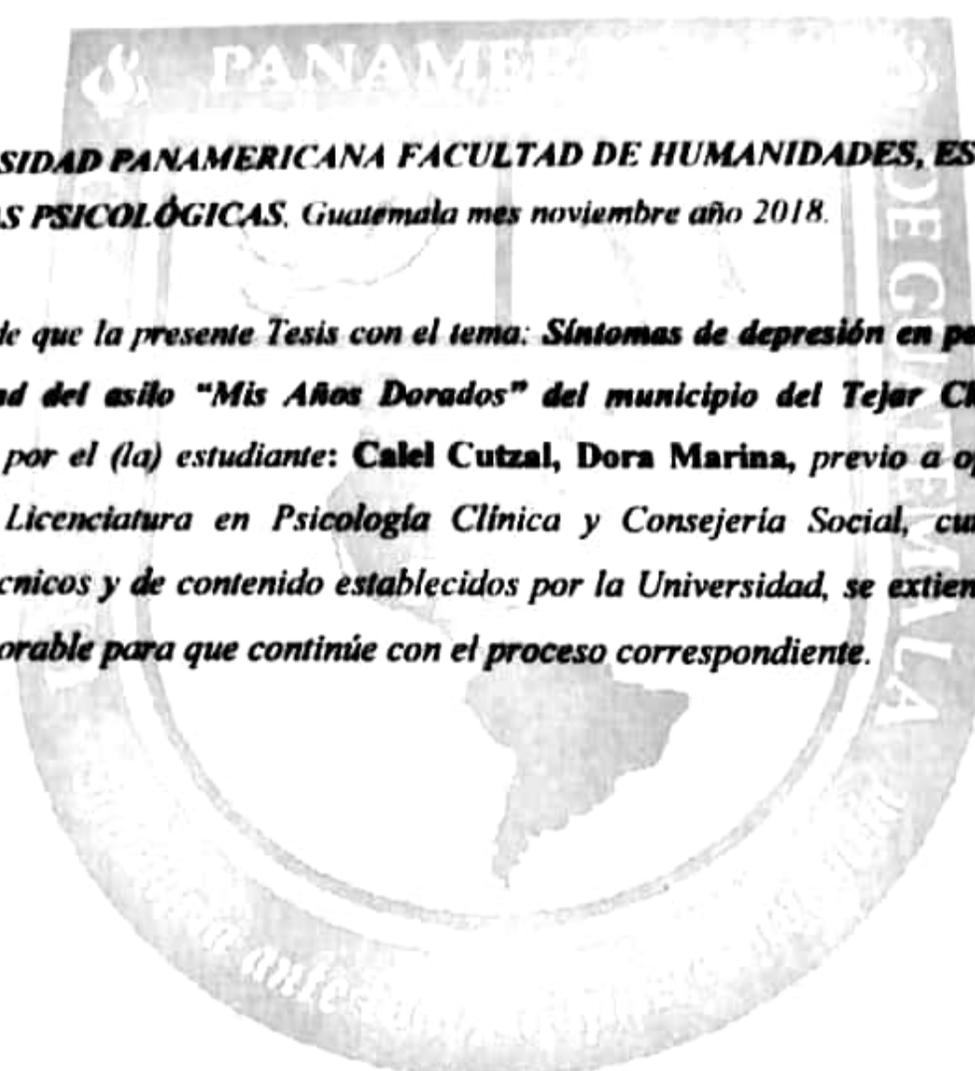
Guatemala, febrero de 2020

Autoridades Universidad Panamericana

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera Bosque

Autoridades Facultad de Humanidades

Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	MSc. Ana Muñoz de Vásquez



UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS. Guatemala mes noviembre año 2018.

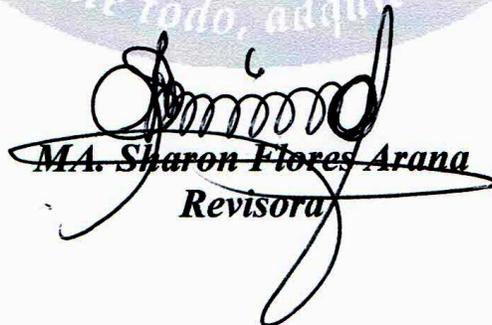
*En virtud de que la presente Tesis con el tema: **Síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad del asilo "Mis Años Dorados" del municipio del Tejar Chimaltenango** Presentada por el (la) estudiante: **Calel Cutzal, Dora Marina**, previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*


MSc. Irma Yolanda García Escobar
Asesor

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, mes noviembre del año 2019.

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: **“Síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad del asilo “Mis Años Dorados” del municipio de El Tejar Chimaltenango”.***

*Presentada por el (la) estudiante: **Dora Marina Calel Cutzal** previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*


M.A. Sharon Flores Arana
Revisora



UPANA

Universidad Panamericana
"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, enero 2020. -----

En virtud que el presente informe de Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida con el tema **“Síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad del asilo “Mis años Dorados”, del municipio de El Tejar Chimaltenango”**, presentado por el (la) estudiante **Dora Marina Calel Cutzal** reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, para que **el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.**

M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades

Nota: *Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.*

Dedicatoria

A Dios	Por ser mi guía y darme las fuerzas para seguir adelante.
A mis padres	Marco Tulio y Marta por sus enseñanzas y apoyo incondicional, han sido parte importante para llegar este día.
A mis hermanos	Edgar, Amílcar, Sonia y Marco Tulio por apoyarme en todo momento.
A los catedráticos de la Universidad	Gracias por el apoyo y motivación para culminar los estudios profesionales.
A mis amigos	Por estar al pendiente de mí, por brindarme su apoyo incondicional en todo momento, Luis Enrique Juárez, Christopher Lewin, Adolfo Mazariegos, Renato Ramírez, Efraín Yoc, Marvin Oztzy Mynor Miranda, Nineth Montenegro, Tomas Bernal, Ángel Godoy, Ricardo Sandoval, Boris Hernández, Guillermo Cupil, Brenda Fernández, Joel Raxón, Cesar Ramírez, Sheritza Rangel, José López, José Sánchez, Juan Aguilón, Francisco Ajosal, Jessica López, Hilma López, Marleni Chubay, Carlos Marroquín, Juan José Cúa Hernández, Luis Pedro Alvarez, Rubén Duarte, Víctor Sambrano, Genaro Xoyon Oscar Medina, (QEPD), Fredy Castellón (QEPD), Alberto Guigui (QEPD), Carlos Panjoj (QEPD), Hugo Panjoj (QEPD) Ana Gómez (QEPD), Álvaro Velásquez (QEPD)

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1: Marco Contextual	
1.1 Antecedentes del problema	1
1.2 Planteamiento del problema	3
1.2.1 Pregunta de investigación	4
1.3 Justificación del estudio	4
1.4 Alcances, límites y limitantes	4
1.5 Objetivos	5
1.5.1 Objetivo General	5
1.5.2 Objetivos Específicos	5
Capítulo 2: Marco Teórico	
2.1 Envejecimiento	6
2.1.1 Cambios y características del adulto mayor	7
2.1.2 Cambios Psicológicos	7
2.1.3 Situación familiar	8
2.1.4 Ámbito laboral	9
2.2 Depresión	9
2.2.1 Síntomas de la depresión	10
2.2.2 Causas de la depresión	10
2.3 Tipos de depresión	11
2.3.1 Trastorno de depresión mayor	12
Capítulo 3: Marco Metodológico	14
3.1 Método	14

3.2 Tipo de investigación	14
3.3 Niveles y Técnicas de investigación	14
3.4 Pregunta de investigación	15
3.5 Variables de la investigación	15
3.6 Análisis de factibilidad y viabilidad	15
3.7 Muestreo	15
3.8 Sujetos de la investigación	15
3.9 Instrumentos de investigación	16
3.10 Procedimiento	16
3.11 Cronograma de actividades	17
Capítulo 4: Presentación y discusión de Resultados	19
4.1 Presentación de resultados	19
4.2 Discusión de resultados	30
Conclusiones	32
Recomendaciones	33
Referencias	34
Anexos	37
Lista de tabla	
Tabla 1. Calendario de Actividades	17
Tabla 2. Cronograma	18
Tabla 3. Pregunta 1	20
Tabla 4. Pregunta 2	21
Tabla 5. Pregunta 3	22
Tabla 6. Pregunta 4	23
Tabla 7. Pregunta 5	24
Tabla 8. Pregunta 6	25
Tabla 9. Pregunta 7	26
Tabla 10. Pregunta 8	27

Tabla 11. Pregunta 9	28
Tabla 12. Pregunta 10	29

Lista de gráficas

Gráfica 1, Puedo caminar sin la ayuda de bastón y/o persona	20
Gráfica 2, Puedo subir y bajar escaleras sin la ayuda de nadie	21
Gráfica 3, Puedo ir al baño/ducha sin la ayuda de nadie	22
Gráfica 4, Padezco de una enfermedad	23
Gráfica 5, Recibo ayuda social	24
Gráfica 6 Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo.	25
Gráfica 7, Me siento desanimado respecto al futuro.	26
Gráfica 8, Me siento desanimado respecto al futuro.	27
Gráfica 9, Me siento una persona totalmente fracasada.	28
Gráfica 10, Lloro por mi fracaso	29

Resumen

El presente trabajo es una recopilación de datos obtenidos durante una investigación en el Asilo “Mis Años Dorados”, del municipio de El Tejar, Chimaltenango.

En el primer capítulo se efectuó una descripción de los antecedentes del problema, planteamiento del problema justificación del problema, alcances, límites, limitantes, como también objetivos generales y específicos

En el segundo capítulo se describen las definiciones del envejecimiento, cambios y características del adulto mayor, cambios psicológicos, situación familiar, ámbito laboral, depresión, síntomas de la depresión, causas de la depresión, tipos de depresión y trastorno de depresión mayor.

En el tercer capítulo se describe el método aplicado en la investigación, tipo de investigación, niveles y técnicas de investigación, pregunta de investigación, variable de la investigación, análisis de factibilidad y viabilidad, muestreo, sujetos de la investigación, instrumentos de investigación, procedimiento, cronograma de actividades.

En el cuarto capítulo se presentan los resultados obtenidos en la investigación y discusión de resultados, de acuerdo con los datos obtenidos, se plantean las recomendaciones necesarias.

El objetivo de la investigación fue describir las técnicas de la corriente gestáltica para ayudar a pacientes de la tercera edad, dicha terapia permite que las técnicas sean creativas y de esta manera los pacientes se sentirán cómodos, se sabe que es difícil que las personas de la tercera edad les cuesta aceptar en recibir apoyo psicológico.

Se realizó la investigación sobre los Síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad del asilo “Mis Años Dorados” del municipio de El Tejar Chimaltenango.

Introducción

El proceso de envejecimiento no es siempre placentero, ya que en esta etapa son vulnerables a padecer de depresión. Algunos acontecimientos que podría provocar depresión son como, la pérdida de amigos y familiares, la incapacidad para realizar actividades que antes disfrutaban puede resultar una carga muy pesada para la salud.

La depresión es un trastorno del estado de ánimo que afecta a la mayoría de los adultos mayores, la depresión en adultos mayores provoca tristeza, pérdida de apetito, baja autoestima, deseos de llorar, pérdida de energía o frustración. Realmente La depresión es un problema generalizado pero que eso no significa que se normal.

La tercera edad debiera ser dice ser una época de descanso, reflexión y de oportunidades para realizar cosas que quedaron postergadas mientras que en la etapa de la adultez se dedican a cumplir con sus labores diarias

En Guatemala existe escasa cultura para el cuidado y la atención de la salud mental en los adultos mayores. En muchas familias existe por lo menos un adulto mayor que probablemente no esté recibiendo apoyo psicológico. Las causas pueden ser que los parientes no estén de acuerdo que reciban algún tratamiento, y en otros casos puede ser que la misma persona que sufre de depresión no acepte ser atendido en una clínica porque la percepción es que ese tipo de tratamiento es para los débiles o enfermos.

El objetivo de la investigación es describir los síntomas de la depresión en adultos de la tercera edad. Los principales resultados de la investigación fueron los siguientes: estado de ánimo irritable, insomnio, falta de energía, pérdida de la independencia económica y eso los entristece.

Capítulo 1

Marco Contextual

1.1 Antecedentes del problema

Actualmente existen varias investigaciones sobre la depresión en el adulto mayor, sin embargo, no están abordados a través de la corriente gestáltica. El rasgo común de los trastornos depresivos (también conocidos popularmente como trastornos unipolares), es la presencia de un ánimo triste, vacío o irritable, acompañado de cambios somáticos y cognitivos que afectan significativamente la capacidad funcional del individuo.

El DSM describe el Trastorno de Depresión Mayor como sigue a continuación:

“Criterios diagnósticos

A. Cinco (o más) de los síntomas siguientes han estado presentes durante el mismo período de dos semanas y representan un cambio del funcionamiento previo; al menos uno de los síntomas es (1) estado de ánimo deprimido o (2) pérdida de interés o de placer.

Nota: No incluir síntomas que sea de otra afección médica.

1. Estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días, según se desprende de la información subjetiva (p. ej., se siente triste, vacío, sin esperanza) o de la observación por parte de otras personas (p. ej., se le ve lloroso). (Nota: En niños y adolescentes, el estado de ánimo puede ser irritable.)
2. Disminución importante del interés o el placer por todas o casi todas las actividades la mayor parte del día, casi todos los días (como se desprende de la información subjetiva o de la observación)
3. Pérdida importante de peso sin hacer dieta o aumento de peso (p. ej., modificación de más de un 5% del peso corporal en un mes) o disminución o aumento del apetito casi todos los días. (Nota: En los niños, considerar el fracaso para el aumento de peso esperado.)

4. Insomnio o hipersomnia casi todos los días.
 5. Agitación o retraso psicomotor casi todos los días (observable por parte de otros, no simplemente la sensación subjetiva de inquietud o de enlentecimiento).
 6. Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
 7. Sentimiento de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada (que puede ser delirante) casi todos los días (no simplemente el autorreproche o culpa por estar enfermo).
 8. Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o para tomar decisiones, casi todos los días (a partir de la información subjetiva o de la observación por parte de otras personas).
 9. Pensamientos de muerte recurrentes (no sólo miedo a morir), ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado, intento de suicidio o un plan específico para llevarlo a cabo.
- B. Los síntomas causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.
- C. El episodio no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia o de otra afección médica.

Los Criterios A—C constituyen un episodio de depresión mayor.

Nota: Las respuestas a una pérdida significativa (p. ej., duelo, ruina económica, pérdidas debidas a una catástrofe natural, una enfermedad o discapacidad grave) pueden incluir el sentimiento de tristeza intensa, rumiación acerca de la pérdida, insomnio, pérdida del apetito y pérdida de peso que figuran.

En el Criterio A, y pueden simular un episodio depresivo. Aunque estos síntomas pueden ser comprensibles o considerarse apropiados a la pérdida, también se debería pensar atentamente en la presencia de un episodio de depresión mayor además de la respuesta normal a una pérdida significativa. Esta decisión requiere inevitablemente el criterio clínico basado en la historia del individuo y en las normas culturales para la expresión del malestar en el contexto de la pérdida.

D. El episodio de depresión mayor no se explica mejor por un trastorno esquizoafectivo, esquizofrenia, un trastorno esquizofreniforme, un trastorno delirante, u otro trastorno

especificado o no especificado del espectro de la esquizofrenia y otros trastornos psicóticos.

E. Nunca ha habido un episodio maníaco o hipomaníaco.

Nota: Esta exclusión no se aplica si todos los episodios de tipo maníaco o hipomaníaco son inducidos por sustancias o se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de otra afección médica”. De acuerdo al Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales, (2013).

Durante la etapa del envejecimiento se presentan algunos síntomas principales de la depresión como la tristeza, la pérdida de apetito, sin deseos de vivir.

La depresión puede aparecer de una forma espontánea o desencadenante por algún acontecimiento, sin embargo, no todos los ancianos se deprimen fácilmente.

La psicoterapia gestáltica es una corriente muy creativa que apoya al profesional en el tratamiento de los pacientes con depresión desde el punto de vista del “aquí y ahora” ya que el paciente identifica los problemas que atraviesa, y estas técnicas permiten ayudar al paciente a no sentirse que está recibiendo tratamiento psicológico clínico

1.2 Planteamiento del problema

La depresión en los adultos mayores se presenta por diversos factores, los cambios en la vida, el abandono de los hijos, por el fallecimiento de familiares o amigos, mudanza, la pérdida de dependencia económica y jubilación. Los factores ya mencionados anteriormente son un detonante para padecer la depresión.

La depresión es un trastorno del estado de ánimo que altera los sentimientos de tristeza, pérdida, ira o frustración y eso afecta con la vida diaria; puede ser durante semanas o por más tiempo, es

un problema normal es la etapa del envejecimiento, la mayoría de los casos no reciben acompañamiento: Depresión en los adultos mayores. (Mediline plus, 2019).

1.2.1 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad, del asilo “Mis Años Dorados” del municipio de El Tejar Chimaltenango?

1.3 Justificación del estudio

De Silva Ch.Y. (2018)

El envejecimiento tiene una relación con los umbrales de la sensibilidad como: audición, visión, paladar entre otros. La capacidad de dichos umbrales es estable hasta los 40 años de edad, después de la etapa de los 40 años de dicho proceso los tejidos se deterioran, en algunos parecieran que los tejidos tienen la capacidad de renovarse, pero en realidad es que no envejecen. (pág. 7)

La escasez de bibliografía con técnicas de la corriente gestáltica para abordar la depresión en personas de la tercera edad ha limitado aplicar dichas técnicas en los procesos con pacientes con depresión en la tercera edad; adicionalmente, existe una cifra alta de personas mayores de edad que no aceptan que necesitan apoyo psicológico. La corriente gestáltica aporta técnicas creativas y de esta manera las personas van mejorando las condiciones de vida.

1.4 Alcances, límites y limitantes

Alcances:

Por ser una investigación documental, se desarrolló en el asilo “Mis años Dorados”, en el municipio de El Tejar, del departamento de Chimaltenango. La investigación corresponde a una muestra de 5 adultos de la tercera edad que asisten al asilo “Mis años Dorados.”

Límites:

En la investigación se pretende describir técnicas de la corriente gestáltica para abordar y lograr superar la depresión en pacientes de la tercera edad.

Limitantes:

Que las personas de la tercera edad no lleguen a la entrevista. Que los pacientes desistan de seguir con la entrevista. Que los pacientes se sientan indispuestos a la hora de la entrevista.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Describir los síntomas de la depresión en adultos de la tercera edad en el asilo “Mis Años Dorados”.

1.5.2 Objetivos específicos

Explicar las características de los adultos de la tercera edad del asilo “Mis años Dorados”.

Identificar los síntomas de depresión de los adultos de la tercera edad atendidos en “Mis Años Dorados”.

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1. Envejecimiento

En el libro *Identidad y Envejecimiento* el autor describen dos definiciones del envejecimiento. La primera definición: “el resultado de una acumulación de cambios diversos que se producen en el organismo y en el funcionamiento del cuerpo humano” (Ribera Casado, 1995)

La segunda definición “Es considerado en principio una acción y un efecto en el que algo o alguien toma las formas de la vejez” (Aragó, 1980) Por lo tanto, el envejecimiento es un proceso en donde se evidencias la acumulación de cambios como la piel, capacidades, pérdida de independencia económica y son susceptibles ante cualquier comentario.

La tercera edad es el inicio de cambios como el deterioro de la memoria, pérdida de la dependencia económica, pérdida auditiva y visual son factores detonantes que vulnera a las personas de la tercera edad a padecer depresión.

Cuando se aborda el tema de envejecimiento realmente considero que es complejo, porque en esta etapa de la vida se desarrollan varias enfermedades algunas son heredadas y otras no, pero cuando se habla de la depresión específicamente se podría decir que es importante tomar en cuenta cómo fue la infancia de la persona, como fue la salud física, actividades físicas, grupos sociales donde se desarrolló; las personas que no cuentan con capacidades de resiliencia y probablemente que padezca de depresión en la etapa de la vejez.

En la etapa de la vida del adulto mayor, los sentidos se alteran gradualmente o se deterioran como también la pérdida de la velocidad motora, esto implica que el estilo de vida sea diferente a lo acostumbrado y que conlleva a aislarse de su entorno social.

2.1.1 Cambios y características del adulto mayor

De acuerdo con Deusto, Salud (2015), los cambios que se desarrollan durante la vejez son las siguientes.

Cambios fisiológicos: Cuando envejecen las envejecen la elasticidad de la piel se arruga.

Cambios nutricionales: el metabolismo sufre de cambios drásticos, es importante cuidar la alimentación.

Cambios en la actividad: es importante que las personas de la tercera edad se ejerciten, pero lamentablemente es cuando menos se ejercitan.

Cambios en el sueño: alteraciones en los horarios nocturnos.

Cambios en la percepción: problemas sensoriales como la sordera, pérdida de visión y pérdida de apetito

Cambios sociales: El círculo social sufren deterioro e incluso hasta con el círculo familiar.

Cambios sexuales: deceso de intimar con la pareja

Cambios en autoconcepto: Baja autoestima

En la etapa de la vejez se sufren diversos acontecimientos pueden ocasionar estados depresivos para las personas adultas, por ejemplo: una mudanza, y uno de los más relevantes o difíciles es cuando se llega el momento de la jubilación, en la que para muchas personas el significado el fin de todo.

En la etapa de la vejez aparecen varias enfermedades, la pérdida de audición, dolor de huesos, padecimientos gastrointestinales, incapacidad para caminar lo que ocasiona que perciban la situación como la pérdida de la independencia, lo que les genera tristeza y en ocasiones depresión.

2.1.2 Cambios Psicológicos

De acuerdo con la Psicología y Mente (2019):

Durante la etapa de la tercera edad sufren cambios en la mayor parte de funciones y procesos psicológicos, la salud física,

- Declive en el funcionamiento de los procesos de atención.
- La memoria sensorial, muestra generalmente un declive ligero como consecuencia del envejecimiento.
- La inteligencia en función de la edad,
- Creatividad se define como la capacidad humana para generar ideas nuevas y soluciones.

2.1.3 Situación familiar

Macías J. (2005)

La situación familiar y/o social de los adultos de la tercera edad sufren una variación sobre a su vida social y afectiva, a raíz de dicho cambio cambia drásticamente su vida, el entorno social ya no será la misma ya que un adulto de la tercera edad sufre de varios factores como la pérdida auditiva, visión, deterioro de su salud e inclusive físico (p. 43).

La vejez es una realidad y nadie escapa de ésta; cuando se llega a la tercera edad se sufren cambios significativos, el ritmo de vida cambia, incluso las amistades, el área laboral, y al sufrir estos cambios el adulto frecuentemente pierde el sentido de la vida. En algunos casos son abandonados por las propias familias, y presentan padecimientos en la salud.

La jubilación y/o desempleo es un desencadenante de la depresión, ya que estos problemas aíslan de la sociedad a las personas, poco a poco van perdiendo el sentido de la vida.

2.1.4 Ámbito laboral

Cornachione M. (2008) “tanto hombres y mujeres pierden energías en la etapa de la vejez, en algunos casos los adultos se encuentran con energías que a pesar de su jubilación siguen laborando y cuenta con capacidades como para seguir con su vida de lo más normal”. (p. 191).

Cornachione M. (2008) “El ser humano tiene necesidades como el ser aceptado por su círculo social y familiar, sentirse querido, pero al perder capacidades como la visión, auditiva, deterioro físico, salud, pérdida de la independencia económica. Todos estos factores lo hacen sentir inútiles”. (p. 191)

En el contexto guatemalteco observamos que muchas personas de la tercera edad son vendedores ambulantes ya que las empresas no los contratan formalmente. Algunas personas de la tercera edad cuentan con empleo debido a que antes de llegar a la etapa de la vejez ya contaban con ese empleo estable.

La etapa de la vejez es una de las más difíciles ya que a esta edad se da la jubilación, la mayoría de las personas de esta etapa viven solas, ya sea porque fueron abandonados por la familia o los hijos ya tienen familia, estas situaciones los deprime y pierden el sentido de la vida y la mayoría de los casos terminan con depresión.

2.2 Depresión

La depresión también es denominada como “Trastorno Depresivo Mayor” dicho trastorno afecta las emociones y ocasiona sentimientos de tristeza y pérdida de interés en realizar actividades, altera el comportamiento inclusive causa problemas físicos. La depresión es una enfermedad tan común que afecta tanto a hombres y mujeres de cualquier estatus social, esta enfermedad provoca tristeza profunda, estados de ánimos alterados, disminuye la concentración, pérdida de interés por sí mismo, aislamiento social, los casos más graves tienen intentos de suicidarse. Por lo anterior,

se podría decir que la depresión provoca problemas o alteraciones de estados de ánimos, frustración, desesperación, pérdida de apetito.

2.2.1 Síntomas de la depresión

Preston J. (2002)

La depresión afecta a millones de personas en especial a los adultos de la tercera edad, uno de los síntomas es el desequilibrio emocional, alteración de las relaciones familiares y sociales, sensación de impotencia, incapacidad de superar conflictos de sentimientos, desesperación (p.15)

Con respecto al párrafo anterior he llegado a la conclusión que cualquier adulto mayor puede padecer depresión, con el hecho de dejar de ser productivo es un detonante y es importante tratar de ser una persona resiliente para que en la etapa del adulto mayor sea equilibrado y de esta manera llevar una vida digna.

2.2.2 Causas de la depresión

Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DMS-5, describe las causas de la depresión y son las siguientes:

- Ambientales: Los acontecimientos de la infancia (experiencias negativas).
- Genéticos y fisiológicos: Los familiares de primer grado de individuo con trastorno depresivo.

La etapa de la vejez es difícil y cualquier situación puede ser un detonante para sufrir de depresión desde el modo de vivir, la ruptura (amorosa o familiar), el abandono de los hijos o de la familia completa provoca depresión, esta situación los anima a buscar apoyo en los asilos, a pesar de que van a un lugar donde pueden encontrar a personas con similares situaciones y no logran llenar el vacío.

2.3 Tipos de depresión

De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DMS-5 18 de mayo (2013) define que “Trastornos Depresivos, según su intensidad, se pueden clasificar como leves, moderados y graves.

Leve: Pocos o ningún síntoma más que los necesarios para cumplir los criterios diagnósticos, la intensidad de los síntomas causa malestar, pero es manejable, y los síntomas producen poco deterioro en el funcionamiento social o laboral.

Moderado: El número de síntomas, la intensidad de los síntomas y/o el deterioro funcional están entre los especificados para "leve" y "grave".

Grave: El número de síntomas supera notablemente a los necesarios para hacer el diagnóstico, la intensidad de los síntomas causa gran malestar y no es manejable, y los síntomas interfieren notablemente en el funcionamiento social y laboral” de acuerdo al Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DMS-5 18 de mayo 2013 (p. 188).

De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM V (2013), indica que para que una persona sea diagnosticada con depresión es importante tomar en cuenta los criterios de dicho manual.

A continuación, se describen los criterios de los diferentes tipos de depresión.

2.3.1 Trastorno de depresión mayor

A. Cuando la persona presenta 5 síntomas o más en un lapso de dos semanas

- Estado de ánimo deprimido
 - Pérdida de interés o de placer.
1. Estado de ánimo deprimido, casi todos los días, ejemplo, se siente triste, vacío y con desesperanza.
 2. Disminución de interés o placer por casi todas las cosas.
 3. Pérdida de peso sin hacer dieta o aumento de peso.
 4. Insomnio, o hipersomnia casi todos los días.
 5. Agitación o retraso psicomotor casi todos los días.
 6. Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
 7. Pensamiento de inutilidad o culpabilidad.
 8. Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o tomar decisiones (a partir de la información subjetiva).
 9. Pensamiento de muerte recurrente (no solo miedo a morir), ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado, intento de suicidio o un plan específico para llevar a cabo.

B. Los síntomas causan malestar significativamente o deterioro en los social y laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

C. El episodio no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia o de otra afección medida.

Nota: Algo importa qué; Los criterios A-C constituyen un episodio de depresión mayor.

Nota: Las respuestas a una pérdida significativa (ej. Duelo, ruina económica, pérdida debida a una catástrofe natural, una enfermedad o discapacidad grave), pueden incluir sentimiento de tristeza intensa, pérdida de apetito, pérdida de peso, que figuran en el criterio A, y puede disimular un episodio depresivo.

D. El episodio de depresión mayor no se explica mejor por un trastorno esquizoafectivo, esquizofrenia, un trastorno esquizoafectivo un trastorno delirante, u otro trastorno especificado o no especificado del espectro de la esquizofrenia y otros trastornos psicóticos.

E. Nunca ha habido un episodio maniaco o hipomaniaco.

Nota: esta exclusión no se aplica si todos los episodios de tipo maniaco o hipomaniaco o hipomanía son inducidos por sustancias o se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de otras afecciones médicas (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM V (2013), (p. 160-161)

Con respecto al anterior párrafo se podría decir que la depresión tiene clasificación que puede ser mayor o menor, para llegar a la conclusión si un paciente padece de depresión mayor o menor es importante verificar los criterios de la depresión para llegar al diagnóstico correcto, siempre tomando en cuenta si son causadas por problemas sociales, conflictos emocionales etc.

Capítulo 3

Marco Metodológico

3.1 Método

Para lograr los objetivos de la presente investigación se utilizó el método descriptivo, se aplicó la técnica de la observación, entrevista estructurada, fue el instrumento que se utilizó para recabar información para la debida investigación.

“En los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información” Sampieri 2014.

3.2 Tipo de investigación

El tipo de investigación realizada fue la de campo, se utilizó para recoger la información la herramienta de la observación y también aplicación de un cuestionario a 5 adultos mayores.

3.3 Niveles y Técnicas de investigación

Dado que esta investigación se realiza en el Asilo Mis Años Dorados en El Tejar, Chimaltenango, está abierto a la incorporación de nuevos conocimientos y procedimientos con el fin de asegurar un mejor acercamiento a la veracidad de la temática, así mismo será de manera descriptiva y analítica para su desarrollo de investigación.

3.4 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los síntomas de depresión en pacientes de la tercera edad que reciben terapia con enfoque gestáltico del asilo “Mis Años Dorados” del municipio de El Tejar Chimaltenango?.

3.5 Variables de la investigación

Variable independiente

Personas de tercera edad

Variable dependiente

Síntomas de depresión

3.6 Análisis de factibilidad y viabilidad

Esta investigación cuenta con un tiempo prudente y factible para llevarse a cabo en el Asilo “Mis Años Dorados, ubicado en El Tejar, Chimaltenango. El acceso a la asociación es factible para su elección como organización para realizar la investigación en los horarios de atención de lunes a viernes.

3.7 Muestreo

Para efecto de la investigación, la muestra fue de 5 adultos mayores (tercera edad, a partir de los 60 años) entre ellos hombres y mujeres. Se utilizó una muestra elegida por conveniencia.

3.8 Sujetos de la investigación

Los sujetos del estudio de interés para la investigación fueron seleccionados por los encargados de dicha institución, (pacientes que son constantes con la institución.), fueron 5 ancianos.

3.9 Instrumentos de investigación

Con la finalidad de evidenciar la obtención de datos se elaboró un cuestionario estructurado que consta de 10 preguntas. Se utilizó la herramienta entrevista para lograr obtener información.

3.10 Procedimiento

El primer paso para iniciar la investigación se da cuando se tiene el conocimiento que los adultos de la tercera edad son vulnerables de sufrir problemas de depresión, de acuerdo con los expedientes clínicos que se tienen acceso, la mayor parte de estos presentan síntomas de depresión, por tal razón se decidió investigar la problemática en los adultos de la tercera edad en el Asilo “Mis Años Dorados ubicado en el municipio de el Tejar Chimaltenango.

Luego se realizó una entrevista con la directora del asilo para obtener referencias diagnósticas de las personas que asisten en el lugar. Dando a la interrogante ¿por qué los adultos mayores presentan síntomas de depresión? ¿Cuáles son las observaciones que han realizado con ellos? ¿Consideran necesario la atención psicológica? ¿Han tenido acercamiento personal y familiar con ellos? De acuerdo con el resultado, la mayoría de los adultos han sido abandonados por sus familiares, los fallecimientos de amigos, familiares o de pareja, en la cual les provoca tristeza, poco interés en sus actividades cotidianas y la pérdida de apetito.

Se realizó la propuesta de investigación, con la aprobación de la directora del asilo, se procedió a tener un acercamiento formal con los adultos, con el fin de obtener información necesaria.

Seguidamente se inició con la recopilación de información y para ello se realizó la observación directamente con los adultos mayores, para sacar la muestra de la investigación, así mismo llevar a cabo una entrevista con los mismos, para determinar las posibles causas de la depresión.

Para finalizar se realizó un análisis y tabulación de toda la información obtenida durante el proceso de investigación.

3.11 Cronograma de actividades

Tabla 1
Calendario de Actividades

No.	Actividad	Descripción
1	Recopilación de información	Del 2 de julio al 17 de agosto de 2018, se hizo la recopilación de información de libros, estudios, artículos y manuales e información sobre el tema de tesis. (Uso de la psicoterapia gestáltica en los adultos mayores d del Asilo Mis Años Dorados de El Tejar, Chimaltenango.
2	Observación	Del 02 al 06 de septiembre del 2018, se observó a la Adultos mayores del Asilo Mis Años Dorados de El Tejar, Chimaltenango.
3	Identificación de la población	Del 09 al 13 de septiembre, se realizó la selección de la muestra
4	Entrevista	Del 17 al 20 de septiembre de 2018, se entrevistará a los adultos mayores que será la muestra de la tesis.
5	Resultados	Del 23 al 27 de octubre de 2018, se trabajó en el análisis de resultados.

Fuente: elaboración propia 2018

Tabla 2
Cronograma

Fechas de actividades		Cronograma de actividades en el asilo "Mis Años Dorados" en el municipio de El Tejar Chimaltenango																																						
		Julio Semana							Agosto Semana							Septiembre																								
No	Actividad	Inicio	Finaliza	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		
1	Recepción de información	02/07/18	17/08/18																																					
2	Observación	02/09/18	06/09/18																																					
3	Identificación de la población	09/09/18	13/09/18																																					
4	Entre vista	17/09/18	20/09/18																																					
5	Resultados	23/09/18	27/09/18																																					

Fuente: elaboración propia

Capítulo 4

Presentación y discusión de Resultados

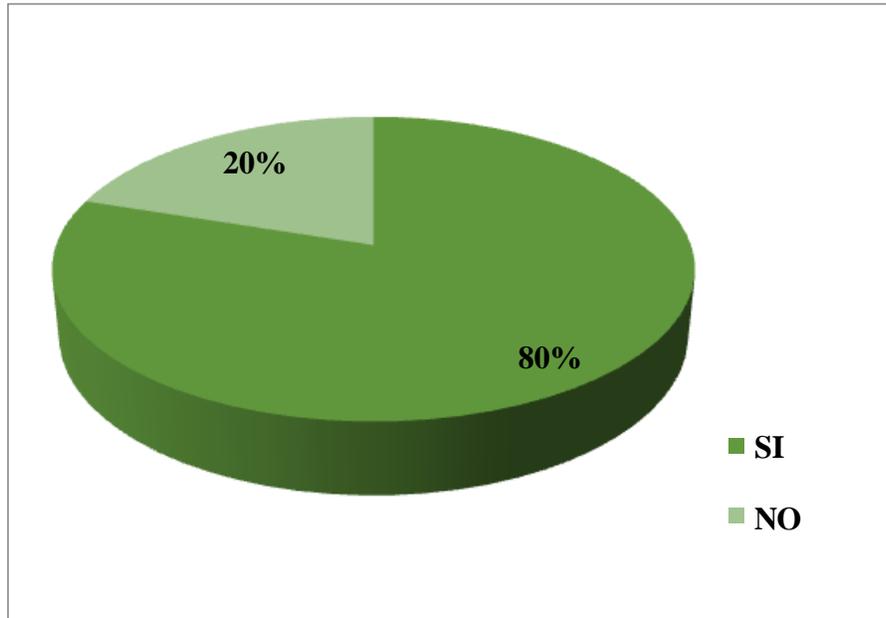
4.1 Presentación de resultados

En este capítulo se dará a conocer el resultado de la encuesta que fue proporcionada a 5 personas. 2 personas de sexo masculino, 3 personas de sexo femenino comprendidos entre las edades de 61 a 65 años. Con el fin de obtener mejores resultados en la investigación La Depresión en los adultos mayores en el Asilo Mis Años Dorados de El Tejar, Chimaltenango. Para obtener resultados se utilizó un cuestionario. Los resultados pueden observarse por medio de gráficas que se encuentran al final del trabajo

Pregunta 1

¿Puedo caminar sin la ayuda de bastón y/o persona?

Gráfica 1



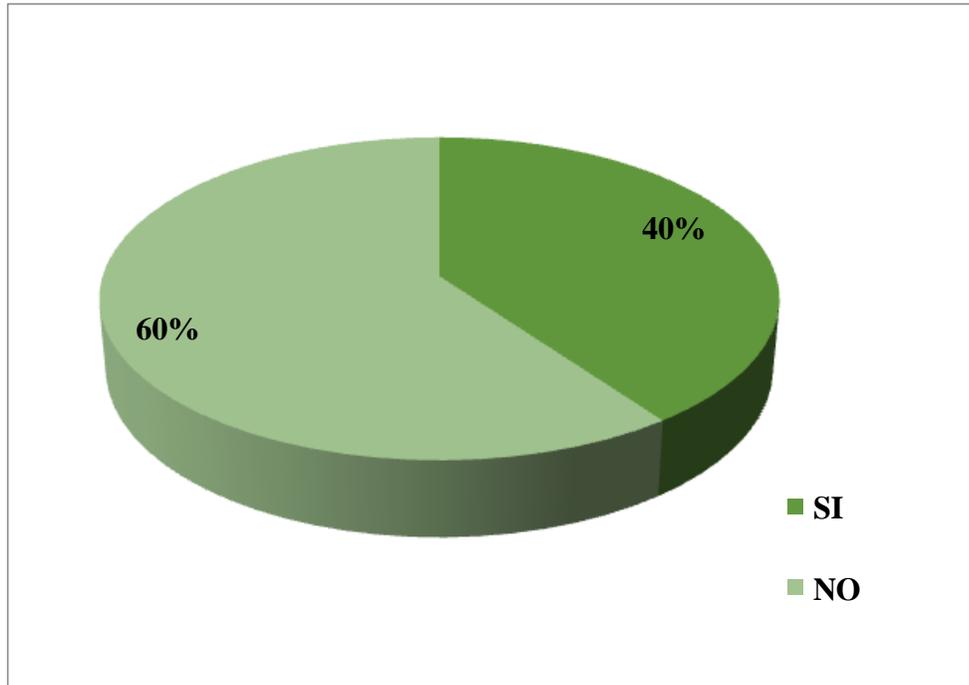
Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 80% de las personas de la tercera edad no usan bastón para caminar, mientras el 20% si lo usa.

Pregunta 2

¿Puedo subir y bajar escaleras sin la ayuda de nadie?

Gráfica 2



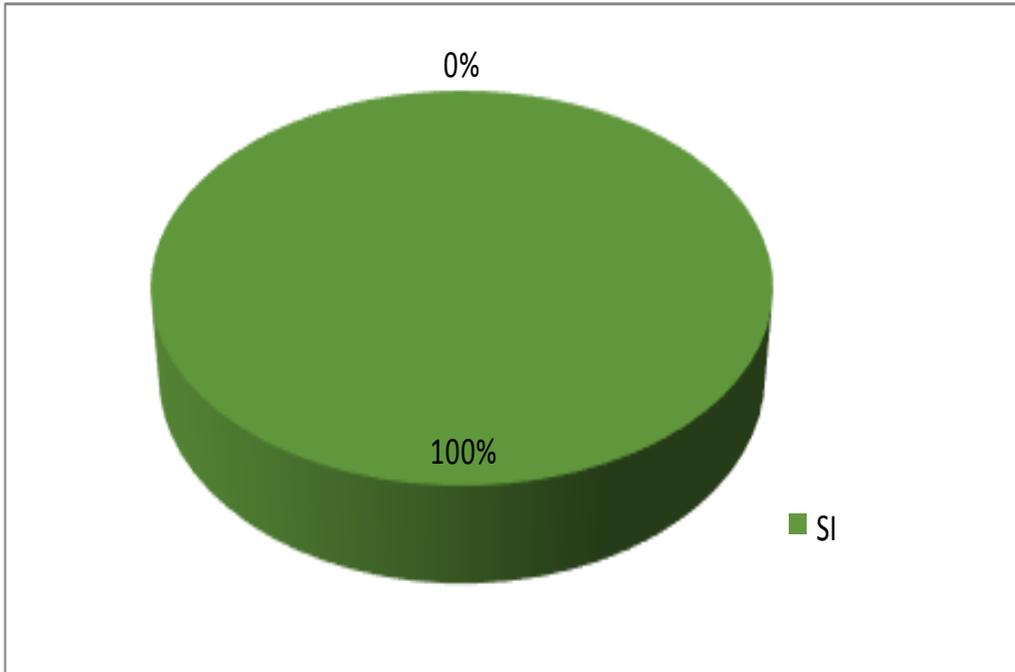
Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 40% de las personas de la tercera edad puede subir y bajar las escaleras sin la ayuda de nadie, mientras el 60% necesitan la ayuda de alguien para subir y bajar las escaleras.

Pregunta 3

¿Puedo ir al baño/ducha sin la ayuda de nadie?

Gráfica 3

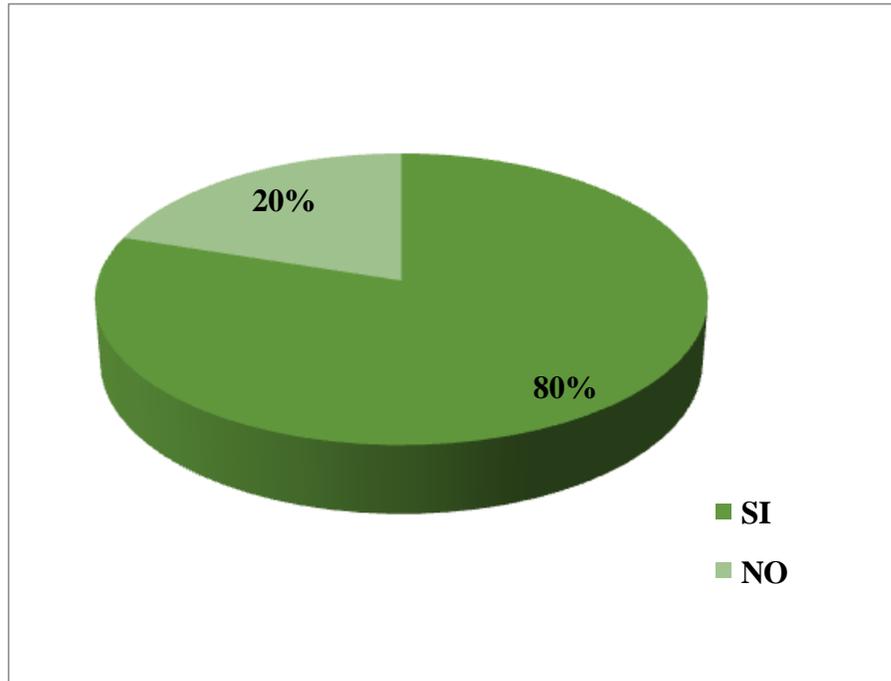


Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 100% de las personas de la tercera edad puede ir al baño/ ducha sin la ayuda de nadie.

Pregunta 4
¿Padezco de alguna enfermedad?

Gráfica 4

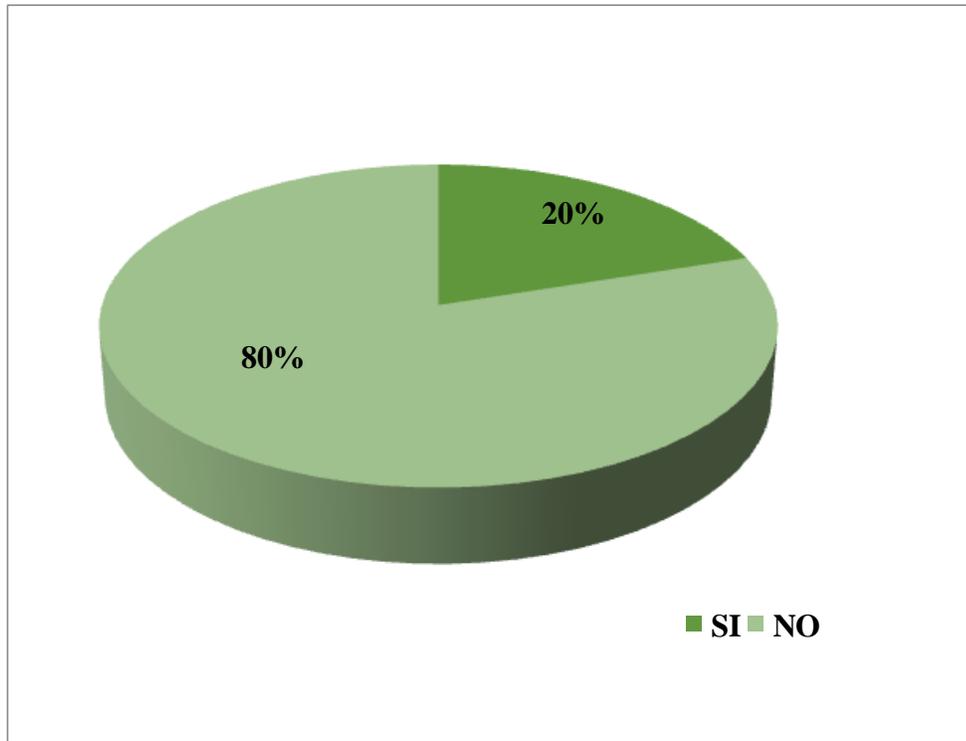


Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 80% de las personas de la tercera edad padecen de alguna enfermedad, mientras que el 20% indica que no padece de alguna enfermedad.

Pregunta 5
¿Recibo ayuda social?

Gráfica 5



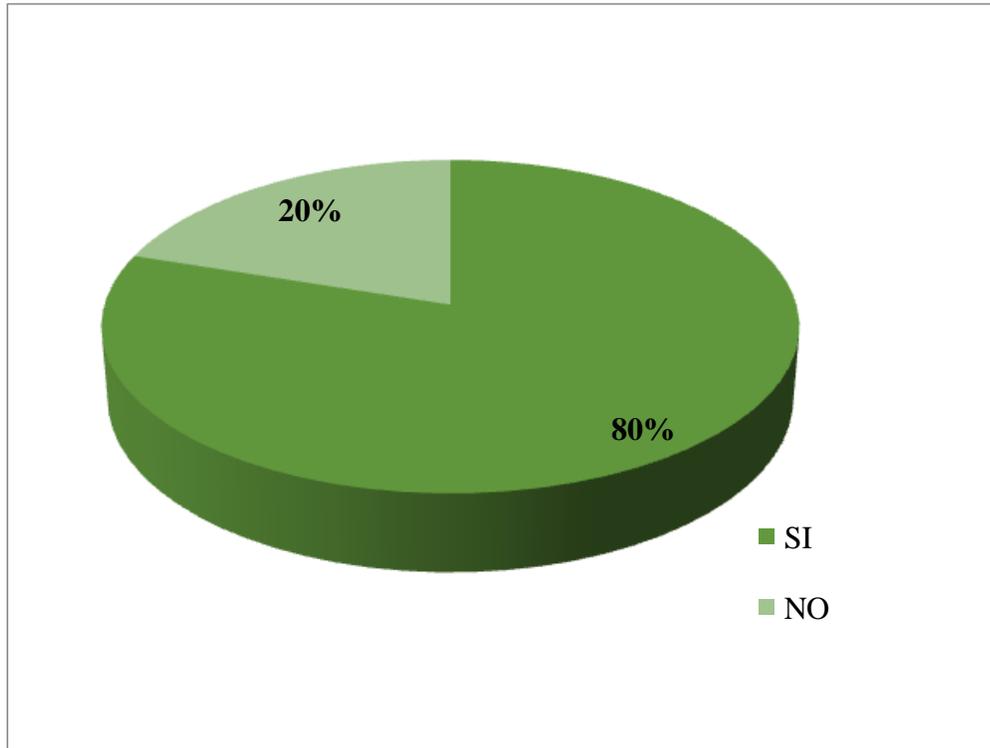
Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 20% de las personas de la tercera edad recibe ayuda social, mientras que el 80% indica que no recibe ayuda social.

Pregunta 6

Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo

Gráfica 6



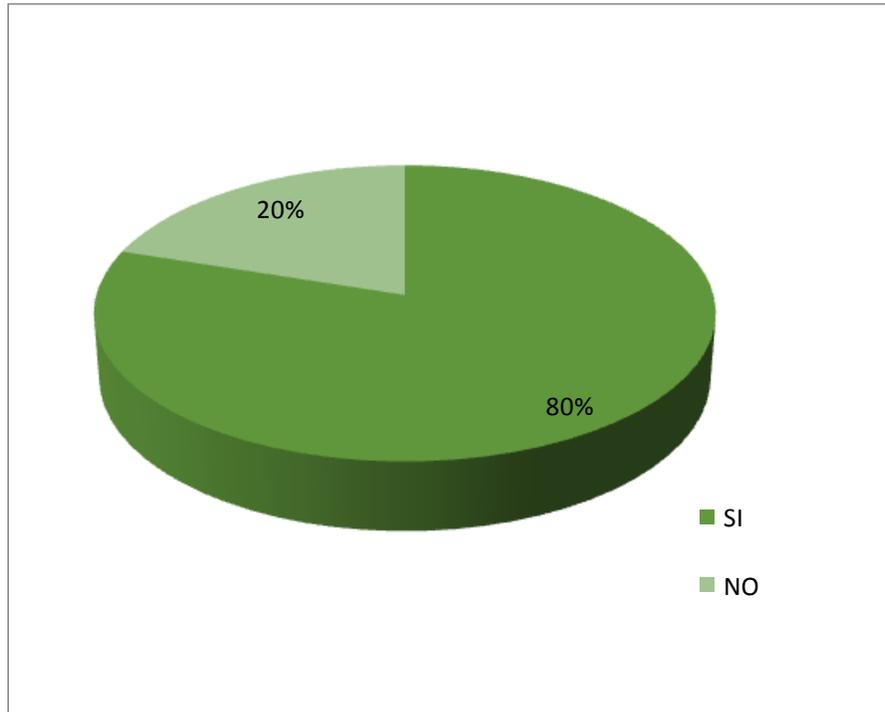
Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 80% de las personas de la tercera edad se sienten tristes y continuamente y pueden dejar de estarlo, mientras que el 20% indica que no se sienten tristes.

Pregunta 7

¿Me siento desanimado respecto al futuro?

Gráfica 7

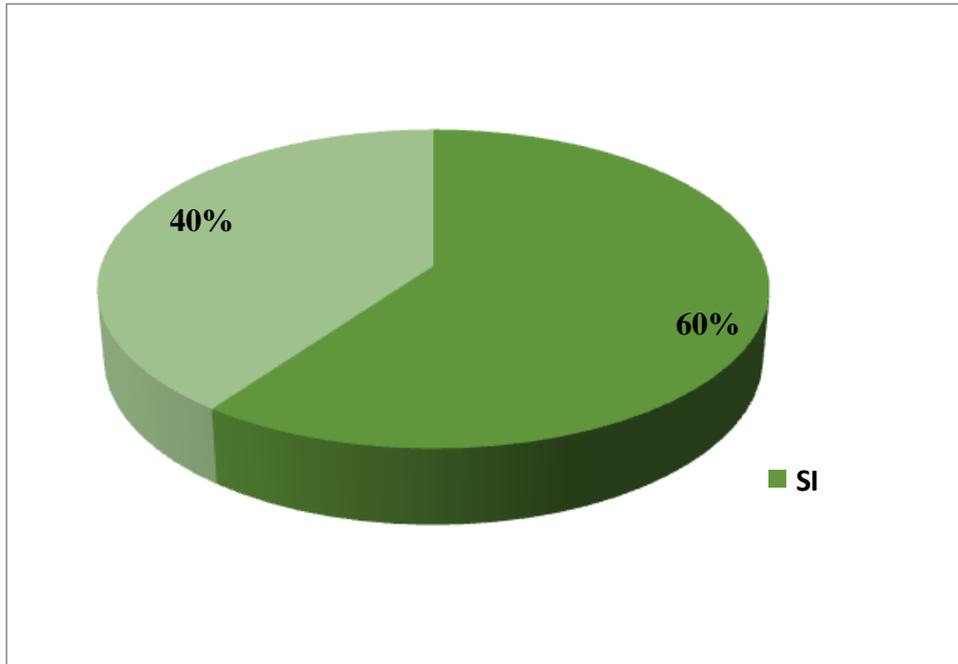


Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 80% de las personas de la tercera edad se sienten desanimados respecto al futuro, mientras que el 20% indican que no se sienten desanimados con respecto al futuro.

Pregunta 8
Siento que no tengo esperanza de nada

Gráfica 8



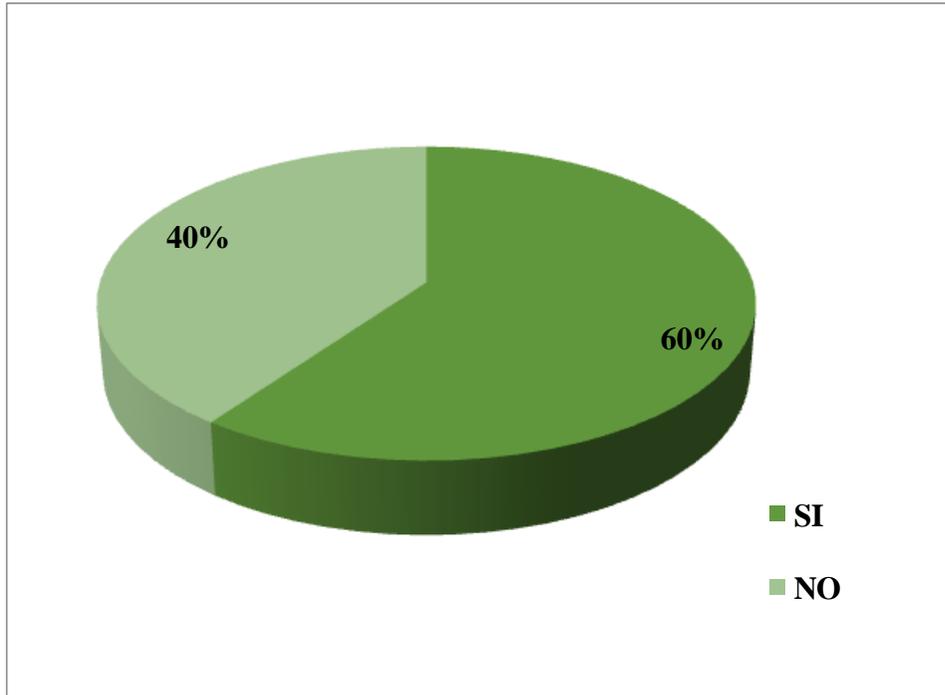
Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 60% de las personas de la tercera edad sienten que no tienen esperanzas de nada, mientras que el 40% indican que no.

Pregunta 9

Me siento una persona totalmente fracasada

Gráfica 9

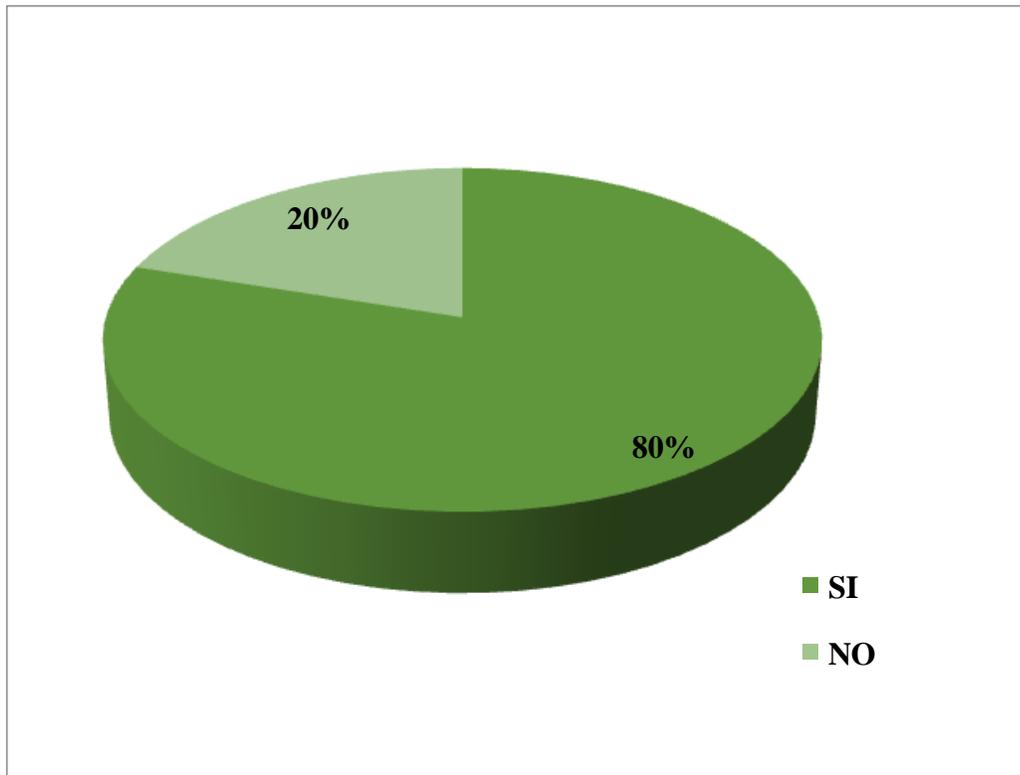


Fuente: elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 60% de las personas de la tercera edad sienten que son personas fracasadas, mientras que el 40% indican que no.

Pregunta 10
Lloro por mi fracaso

Gráfica 10



Fuente: Elaboración propia 2018

De acuerdo con la pregunta formulada anteriormente, el 80% de las personas de la tercera edad lloran por su fracaso, mientras que el 20% indican que no.

4.2 Discusión de resultados

La depresión en los adultos de la tercera edad es una enfermedad que afecta a la mayoría de las familias ya que en cada familia existe por lo menos una persona de la tercera edad y que probablemente sufre de depresión y sin que el individuo lo sepa, motivo por el cual se tomó la decisión de abordar la problemática de la depresión en los adultos de la tercera edad.

De Silva Ch. comenta que el envejecimiento es una etapa en donde las personas de a partir de los 40 años van perdiendo la sensibilidad, la visión, paladar y audición, en el asilo “Mis Años Dorados” de El Tejar Chimaltenango se observó que los asistentes sufren de sentimiento de tristeza de una manera constante, ganas de llorar, de la nada se enojan, pérdida de interés en las actividades que habitualmente les generaba alegría, pérdida de apetito y paladar.

En el resultado de la aplicación de resultado se observa que más del 50% ha perdido capacidades físicas y esto de alguna manera los entristece. Cualquier cambio en la vida de un adulto mayor puede ser un detonante para sufrir depresión, también tomando en cuenta que a la mayoría de las personas adultas no tiene cultura de buscar apoyo psicológico.

Varias personas de la tercera edad sufren de depresión sin que los parientes se den cuenta del sufrimiento, (saben ocultar su dolor) o no saben lo que puede llegar a afectar a las personas con depresión, en nuestro contexto es normal escuchar “es que es viejito y se pone triste por todo” “lloran por todo”.

Existen factores detonantes para la depresión y los adultos mayores son vulnerables. Durante las visitas en las instalaciones del Asilo “Mis Años Dorados”, varias personas mencionaron que se sienten tristes por la pérdida de los amigos y familiares, abandono de los hijos, pérdida de visión, pérdida de la independencia económica, entre otros. Lo anterior los ha sumergido en una profunda tristeza.

Las personas que cruzan la etapa del envejecimiento afrontan situaciones como los cambios considerables desde el ámbito familiar, social y laboral que le afectan considerablemente y con el paso del tiempo pueden llegar a sufrir de depresión.

Conclusiones

Es importante tener conocimiento de los síntomas de la depresión en los adultos para buscar ayuda profesional, no se debe confundir una tristeza con la depresión, la depresión consiste en una tristeza profunda que implica la pérdida de memoria, apetito, insomnio, pérdida de energía, disminución de interés en las actividades que antes generaban alegría.

Los síntomas que presentaban los adultos mayores del asilo “Mis Años Dorados” de El Tejar Chimaltenango, son desinterés por las actividades, fatiga, sentimientos de culpa, cansancio, pérdida de memoria, pérdida de la visión, deseos de llorar, los cuales son síntomas que se incluyen en un trastorno depresivo.

De los adultos mayores del asilo “Mis años Dorados” de El Tejar Chimaltenango se encontró un mayor grupo del sexo femenino comprendido entre las edades de 60 a 78 años, se obtuvo información que la mayoría presentan osteoporosis, se observó que varias de ellas mostraban síntomas de depresión como algunos se aislarse del grupo y una de las únicas actividades que disfrutaban la mayoría es escuchar y bailar marimba.

Cada etapa de la vida es diferente e importante y la vejez debería de ser una etapa en donde las personas puedan vivir lo que dejaron de hacer durante la etapa adulta, lastimosamente en dicha etapa de se vuelven vulnerables a sufrir de depresión ante cualquier acontecimiento, es importante implementar la cultura de buscar ayuda profesional para que pueda superar el problema.

Recomendaciones

Se recomienda brindar apoyo profesional a todas las personas que asisten al asilo “Mis Años Dorados” para lograr que los adultos logren un equilibrio de autoestima, para estar en condiciones en superar cualquier conflicto que presenten los adultos mayores.

Proporcionar a las familias, información sobre la depresión en los adultos mayores y como ayudarlos a superar el problema para que viva tranquilamente.

Hacer campañas de concientización tanto como dentro y fuera del asilo para que las personas adultas reciban apoyo psicológico.

Se recomienda al asilo “Mis Años Dorados” implementar una especie de cuesta o entrevista para obtener información de los ancianos sobre las actividades que disfrutan a manera de implementarlos y que de esta manera los adultos mayores se involucren más en las actividades.

Referencias

- Alex, Figueroba. (2018, 27 de agosto). *Los 4 cambios psicológicos en la vejez (memoria, Atención, inteligencia, Creatividad)*. Recuperado de <https://psicologiaymente.com/inteligencia/cambios-psicologicos-en-vejez>
- Arévalo Herrera, D. (2015). *Estimulación múltiple en adultos mayores*. Iberoamericana Puebla.
- Asociación Americana de Psiquiatría, (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*. 5 a Ed. Arlington, Va, Asociación Americana de Psiquiatría.
- Bastida Josep. D (2015). *Manual de intervención clínica en psicogerontología..* Barcelona: Herder
- Bosqued Lorente, M. (2005). *Vencer la depresión*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Canet, Carlos (2005). *La tercera edad*. Canadá: Trafford.
- Cornachione Larrinaga María A. (2008) *Psicología del desarrollo de la vejez*. Argentina: Brujas
- Da Silva Rodríguez, Charles Ysaacc. (2018). *Neuropsicología del envejecimiento*, Ciudad de México: El Manual Moderno.
- Drinot, Paulo. & Knight Alan. (2013). *La Gran depresión en América Latina*. México, D.F: Fondo de Cultura Económica.

- Gonzales Boto, R. & Márquez Rosa, S. (2012) *Relación entre actividad física y salud mental*. Madrid: Díaz de Santos.
- Grün, A. (2015). *Caminos a través de la depresión*. Barcelona: Herder.
- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Ciudad de Mexico: Mc Graw Hill.
- Lacub, R. (2011). *Identidad y envejecimiento*. Argentina: Paidós..
- Macias Núñez, J. F (2005). *Geriatría desde el principio*. España: Glosa
- Marina Acera. (2015, 27 de julio). *Características de la tercera edad*. Recuperado de <https://www.deustosalud.com/blog/teleasistencia-dependencia/caracteristicas-tercera-edad>
- Marina Acera. (2015, 27 de julio). *Características de la tercera edad*. Recuperado de <https://www.deustosalud.com/blog/teleasistencia-dependencia/caracteristicas-tercera-edad>
- Medina Mora, M. E., Santi Gutiérrez, E. J. y Quintanar, T. (2015). *La depresión y otros Trastornos psiquiátricos*. Lomas de Chapultepec: Sistemas Inter.
- MedlinePlus. (2019, 27 de agosto). *Depresión en los adultos mayores*. Recuperado de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001521.htm>
- OMS, (2017) *Hablemos de la depresión*. Recuperado de <https://www.who.int/campaigns/world-health-day/2017/posters-depression/amro/es/>
- Pastor Saúl Guevara. (2018, 16 de noviembre). *El envejecimiento*. Recuperado de <http://55ymas.blogspot.com/2018/11/el-envejecimiento-parte-de-1-de-2.html>

Peña Moreno, J. Amacías Núñez, N. I., Morales Aguilar, F. L., (2011). *Manual de Prácticas Básicas del Adulto Mayor*: Colombia: El manual moderno.

Perls, F (2013). *El enfoque Gestal y Testigos de terapia, 2º. Edición 2013*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos

Preston, J. (2002). *Como vencer la depresión*. San Luis Obispo, California, Pax México..

Rojo Pérez, F. y Mayoralas G.F. (2011). *Calidad de vida y envejecimiento*. Bilbao: Grupo Ibersaj
Sensovida. (2015, 30 de octubre). *Consecuencias del aislamiento de nuestros mayores*.
Recuperado de <https://www.sensovida.com/2015/10/30/20-desconcertantes-realidades-sobre-el-aislamiento-de-nuestros-mayores/>

Trigueros Guardiola, I. y Mondragon Lasagabaster, J. (2005). *Trabajador social, Campos de Intervención del trabajo social*. Bilbao: Mad.

Revista Cubana de Medicina General Integral. (2012. S.f). *Aspectos biopsicosociales que incide en la salud del adulto mayor*. Recuperado de
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000200009

Soy 502, (2015, 17 de septiembre). *Asi viven las personas mayores de 60 años en Guatemala según Agewatch*, recuperado de
<https://www.soy502.com/articulo/asi-viven-personas-mayores-60-anos-guatemala-segun-agewatch>

Anexos

Anexo 1

Entrevista a pacientes de la tercera edad

UNIVERSIDAD PANAMERICANA

Facultad de Humanidades

Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social



Fecha		Lugar	
Edad:		Sexo	
Edad de conyugue		Grado de escolaridad	
Profesión			

Instrucciones: Las siguientes preguntas tienen como objetivo identificar a personas que presentan rasgos de depresión especialmente en los adultos mayores, marque con una X para afirmar la pregunta.

No.	Pregunta	Respuesta	
		SI	NO
1	¿Puedo caminar sin la ayuda de bastón y/o persona?		
2	¿Puedo subir y bajar escaleras sin la ayuda de nadie?		
3	¿Puedo ir al baño/ducha sin la ayuda de nadie?		
4	¿Padezco de una enfermedad?		
5	¿Recibo ayuda social?		
6	Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo.		
7	Me siento desanimado respecto al futuro.		
8	Me siento desanimado respecto al futuro.		
9	Me siento una persona totalmente fracasada.		
10	Lloro por mi fracaso		

Fuente: elaboración propia 2018