

Mejora de la calidad de vida de personas mayores con intervención en reminiscencia positiva: un estudio piloto (pp. 197-215)

Alba Villasán Rueda¹, Antonio Sánchez Cabaco², Manuel Mejía-Ramírez³,
Eduardo Castillo-Riedel³ y Marina Alvelais-Alarcón³

¹*Universidad Católica de Ávila*; ²*Universidad Pontificia de Salamanca (España)*;

³*CETYS Universidad (México)*

En adultos mayores existe mayor prevalencia de deterioro o declive cognitivo y afectivo que la población más joven, por lo que, considerando la creciente población de adultos mayores, se precisa contar con mejores intervenciones que prevengan estas manifestaciones. En el presente estudio se planteó probar la eficacia del “Programa de reminiscencia positiva” (REMPOS), intervención no farmacológica, para el aumento de la calidad de vida de personas mayores en tres situaciones de envejecimiento. Se utilizó un diseño aleatorizado con medida pre-pos con grupo control en tres tipos de envejecimiento: saludable ($n= 24$), deterioro cognitivo leve ($n= 22$) y enfermedad de Alzheimer ($n= 21$). Los resultados mostraron que los grupos experimentales obtuvieron mejoras cognitivas, disminución de sintomatología depresiva, mayor evocación de recuerdos específicos positivos, y mayor satisfacción vital después de la intervención. Este trabajo amplía la evidencia de la eficacia de intervenciones sobre reminiscencia positiva a personas mayores en otros escenarios culturales y en diferentes realidades del proceso de envejecer.