

Los beneficios de la Tele-terapia para las personas mayores



Muchos aspectos de la vida han mejorado indiscutiblemente gracias a la tecnología, incluido el acceso a los servicios sanitarios. Los servicios de tele-salud están disponibles desde hace mucho tiempo, pero debido a los continuos cierres, el aislamiento social y los avances técnicos, sólo recientemente han ganado atractivo. La tele-salud ayuda a las personas mayores a reimaginar sus vidas, lo que se traduce en una mejora de la calidad de vida.



Un terapeuta puede emplear ajustes conductuales para ayudar con los cambios de personalidad, así como reajustar el método si las capacidades cognitivas se deterioran con el tiempo, utilizando una técnica de tele-terapia paso a paso. A medida que las personas envejecen, suelen experimentar un deterioro mental moderado, pero algunas padecen demencia, que provoca un deterioro funcional así como depresión, paranoia y ansiedad. En una investigación en la que participaron 780 cuidadores y ancianos con demencia, un Ecosistema de Cuidados basado en la tele-salud mejoró la salud física, los niveles de energía, la cognición y las relaciones. Además, en el estudio se demostró que la tristeza de los cuidadores y el número de visitas a urgencias se redujeron.

La logopedia puede ayudar a las personas mayores que tienen dificultades para masticar y tragar, que tosen antes, durante o después de tragar, o cuya calidad de voz ha empeorado. La tele-terapia tiene el potencial de ser una técnica realista y potencialmente eficaz para reducir el desgaste y aumentar la participación de los cuidadores. Las necesidades de los ancianos pueden satisfacerse mediante la seguridad y el apoyo social, la formación adecuada de los cuidadores geriátricos, la promoción de una buena salud mental y física, y los proyectos comunitarios.

El uso de la teleterapia por parte de las personas mayores es la prueba viviente de que esta población puede obtener diversos beneficios de la tecnología. En el proyecto Generaciones Digitales trabajamos con esto en mente, intentando que a lo largo de su implementación, los mayores puedan adquirir nuevas habilidades que les ayuden en el uso de estas nuevas tecnologías a la vez que se espera que mejoren su propio bienestar.



Cofinanciado por la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.