

# ARTÍCULO DE REFLEXIÓN

Universidad  
Pedagógica y  
Tecnológica  
de Colombia



# Una reflexión desde la formación virtual de cuidadores que acompañan la depresión del adulto mayor con limitación visual durante el COVID-19

*A reflection from the virtual training of caregivers who accompany the depression of the elderly with visual limitation during COVID 19*

*Uma reflexão a partir da formação virtual de cuidadores que acompanham a depressão do idoso com limitação visual durante a COVID 19*

Recibido: 30-04-2022

Aprobado: 23-05-2022

DOI: <https://doi.org/10.22490/27452115.5793>

## AUTORES

Yuly Jasbleidy Londoño Celis<sup>1</sup>  
Sofía Alexandra Celis Mateus<sup>2</sup>  
Erika Johana López Valiente<sup>3</sup>

1. Licenciada en Educación Básica con énfasis en Matemáticas, Humanidades y Lengua Castellana (Terminación académica). Estudiante coordinadora del Semillero de Investigación "SIDES". Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, Tunja, Colombia. Email: yuly.londono@uptc.edu.co ORCID: 0000-0002-2147-4067  
2. Licenciada en Psicopedagogía con Énfasis en Asesoría Educativa Psicopedagoga (IX semestre). Estudiante. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, Tunja, Colombia. Email: sofia.celis@uptc.edu.co ORCID: 0000-0001-8933-7993  
3. Licenciada en Psicopedagogía con Énfasis en Asesoría Educativa, Especialista en Gerencia Educativa, Magister en Educación modalidad investigación. Docente Licenciatura en Educación Básica Primaria, Coordinadora Semillero Interdisciplinario de Estudios Educativos y Sociales (SIDES). Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, Tunja, Colombia. Email: erikajohana.lopez@uptc.edu.co. ORCID: 0000-0002-4820-3814

## RESUMEN

El presente artículo se despliega desde una reflexión sobre el comportamiento depresivo del adulto mayor con limitación visual en tiempos de pandemia, considerando que esta emoción surge debido a diferentes sucesos relacionados con su condición y las diversas afectaciones que lleva consigo el COVID-19 tales como; la falta de acompañamiento de cuidadores que estén debidamente capacitados para trabajar con esta población y la imposibilidad de interactuar con diferentes personas (incluyendo a la familia), siendo la principal causa de la depresión que se presenta en esta población, lo cual repercute negativamente en las actividades que se desarrollan en el ámbito social, laboral y familiar. Por ello, se hace pertinente realizar una reflexión partiendo de la importancia que tiene formar a cuidadores a través de la virtualidad para acompañar la depresión del adulto mayor con limitación visual en épocas de COVID 19. Conviene subrayar que, con esta investigación, se pretende reconocer cómo la pandemia ha influenciado en el aumento de la depresión en el adulto mayor con limitación visual, con el fin de reflexionar acerca de las repercusiones que implica la falta de preparación que tienen las personas para acompañar a la población que enfrenta esta situación.

## ABSTRACT

This article unfolds from a reflection on the depressive behavior of the elderly with visual limitation in times of pandemic, considering that this emotion arises due to different events related to their condition and the various effects that COVID 19 carries with it, such as the confinement, the lack of accompaniment by caregivers who are duly trained to work with this population and the impossibility of interacting with different people (including the family), being the main cause of the depression that occurs in this population, which has negative repercussions in the activities that take place in the social, work and family spheres. For this reason, it is pertinent to reflect on the importance of training caregivers through virtuality to accompany the depression of the elderly with visual limitation in times of COVID 19. It should be emphasized that, with this research, it is intended to recognize how the pandemic has influenced the increase in depression in the elderly with visual limitation, in order to reflect on the repercussions that the lack of preparation that people have for accompany the population facing this situation.

## RESUMO

Este artigo, se desdobra a partir de uma reflexão sobre o comportamento depressivo do idoso com limitação visual em tempos de pandemia, considerando que essa emoção surge devido a diferentes eventos relacionados à sua condição e às diversas afetações que a COVID 19 carrega consigo tais como; a falta de acompanhamento de cuidadores devidamente treinados para trabalhar com esta população e a impossibilidade de interagir com diferentes pessoas (incluindo a família), sendo a principal causa da depressão que ocorre nesta população, o que tem um impacto negativo nas atividades que acontecem nas esferas social, laboral e familiar. Por esse motivo, é pertinente refletir sobre a importância de capacitar os cuidadores por meio da virtualidade para acompanhar a depressão do idoso com limitação visual em tempos de COVID 19. Ressalta-se que, com esta pesquisa, pretende-se reconhecer como a pandemia influenciou o aumento da depressão em idosos com limitação visual, a fim de refletir sobre as repercussões que o despreparo que as pessoas têm para acompanhar a população enfrentando esta situação.

## PALABRAS CLAVE:

formación virtual, cuidadores, depresión COVID-19, limitación visual, adulto mayor.

## KEYWORDS:

virtual training, caregivers, depression COVID 19, visual limitation, elderly

## PALAVRAS CHAVE:

treinamento virtual, cuidadores, depressão COVID 19, limitação visual, idoso

## INTRODUCCIÓN

En estos tiempos de pandemia, “los adultos mayores, fuera del ámbito de la pandemia de la COVID-19, la soledad y el aislamiento social son determinantes importantes en su salud e influyen decisivamente en su bienestar y calidad de vida” (Callís, Guarton, Cruz- y Armas, 2021, p. 02). En razón a ello, desde una visión social se puede observar cómo la población adulta ha tenido grandes afectaciones emocionales no solo desde los tiempos de pandemia, sino que estos momentos agregan un valor determinante a la hora de reconocerlo como un sujeto emocional, que logra ver deteriorada su salud física y mental con mayor repercusión en tiempos de COVID-19. De este modo, ha de tenerse en cuenta que “los vínculos familiares y comunitarios, es el grupo social donde se producen las primeras interacciones de los seres humanos y tiene múltiples responsabilidades y funciones con el bienestar y desarrollo de sus integrantes” (Salamanca, Velasco, y Díaz. 2019), expuesto esto se puede observar las diversas maneras que hace uso el adulto mayor para poder relacionarse con las demás personas, incluso con su propia familia, teniendo en cuenta que sus formas de convivencia son diversas; algunos cuentan con la posibilidad de habitar en la misma vivienda de sus familiares, viven con sus parejas, solos, con hijos, o de diversas maneras que hacen únicas sus formas de subsistir.

Por lo anterior y a causa de la pandemia, la falta de interacción con la familia y demás personas que están en su entorno, ha perjudicado especialmente a la población mayor con limitación visual en el ámbito emocional, puesto que es una población que requiere el cuidado de personal que brinde un apoyo emocional y a su vez permita el desarrollo de las habilidades para poder realizar algunas actividades de la

vida diaria, reconociendo que sin estas ayudas se tendría un espacio más susceptible para el adulto mayor con limitación visual para padecer de depresión, en especial en estos tiempos de confinamiento. La problemática que se presenta en este artículo se debe a que, a pesar de lo expuesto anteriormente, la formación que tienen los cuidadores para prestar un buen servicio de acompañamiento es carente desde una visión reflexiva, teniendo en cuenta que no todas las personas cuentan con la posibilidad de acceder a una capacitación donde puedan obtener los conocimientos necesarios para brindar un adecuado acompañamiento a los adultos mayores con limitación visual, teniendo en cuenta la dificultad predominante del traslado a un lugar donde puedan recibir este tipo de formación, o la escasa frecuencia de capacitación que se ofrece para prevenir o tratar la depresión del adulto mayor con discapacidad visual.

Llegados a este punto, conviene reflexionar acerca de los factores que inciden en el aumento de la depresión del adulto mayor con limitación visual en épocas de COVID-19 y la importancia que tiene formar a cuidadores a través de la virtualidad para acompañar a estas personas con dicha condición. Para ello, resulta pertinente realizar una revisión documental de las investigaciones realizadas anteriormente y analizar las experiencias y puntos de vista desde la perspectiva de diferentes autores sobre la temática en estudio. El fin último de este artículo reflexivo tiene como objetivo brindar conocimientos sobre el rol que ha tenido el COVID-19 en el aumento de la depresión del adulto mayor con limitación visual, con el fin de reflexionar sobre la importancia de empezar a formar cuidadores que acompañen a esta población en la actualidad desde una metodología virtual, puesto que el tema no ha sido lo suficientemente abordado y está afectando actualmente a esta población.

## MARCO TEÓRICO

Para desarrollar el presente artículo reflexivo, se tendrán en cuenta posturas de autores representativos con respecto a la temática sobre la depresión en el adulto mayor con limitación visual en épocas de pandemia y la importancia de formar a cuidadores de manera virtual para acompañar a la población anteriormente mencionada. Por consiguiente, este apartado se dividirá en subtítulos donde se resalta la limitación visual en el adulto mayor, la depresión en épocas del COVID-19 y la formación virtual de cuidadores para acompañar a estas personas.

### Limitación visual en adulto mayor

En este apartado se tienen en cuenta como consideraciones teóricas las del Instituto Nacional para Ciegos (2020), que con respecto a la convivencia con un adulto mayor con limitación visual afirma que “se debe hablar con la persona adulta mayor, se le debe escuchar y procurar que este pueda expresar sus emociones, temores y dudas sobre el desplazamiento; despejar sus inquietudes y manifestarle interés por apoyarlo y colaborarle en las actividades” (p. 10). Del mismo modo, se tiene en cuenta la postura de Armas Ramírez, Alba y Endo (2019), quienes hablan de la limitación visual aportando que “estas limitaciones son significativas para los adultos mayores porque afectan su competencia social, especialmente en aquellos en los que se distingue su trascendencia y la defensa de su legado para las nuevas generaciones” (p. 286). Por último, en este apartado se resalta el aporte de Aranda (2019), este autor da a conocer las dificultades que presentan los adultos mayores con limitaciones físicas, incluyendo la limitación visual, donde se destaca el siguiente aporte:

*En muchas ocasiones, el adulto mayor enfrenta problemas económicos e*

*incluso, rechazo familiar. La situación social se caracteriza por la pérdida de roles, la reducción de la actividad y de contactos sociales. En este contexto, las limitaciones físicas son el origen de muchas otras dificultades.* (p. 2)

Teniendo en cuenta los anteriores autores mencionados con sus respectivas posturas, se puede evidenciar que para los adultos mayores que tienen limitación visual, es indispensable contar con un apoyo familiar, laboral y social, para asegurar un buen desarrollo emocional, incrementar y mejorar sus relaciones interpersonales.

### ¿Cómo el COVID-19 ha influido en la población con limitación visual?

Ahora bien, es importante resaltar esta temática desde la época de la pandemia, para lo cual los siguientes autores brindan información sobre cómo la pandemia provocada por el COVID-19 ha repercutido negativamente en la vida cotidiana de los adultos mayores con discapacidad. Como primera consideración teórica en este apartado, se destacan los autores Rodríguez, González, García, Díaz y Abreu (2021), afirmando que “El impacto de esta enfermedad, es superior en las personas con discapacidad visual, debido a que la forma fundamental de comunicarse y orientarse con el medio es a través del tacto, precisan de la manipulación de objetos y superficies” (p. 162). Del mismo modo, se tiene en cuenta el artículo investigativo de Vázquez, Baz y Blanco (2021), quienes aseguran que:

*Las medidas de cuarentena junto con el aislamiento han reducido el contacto social y han aumentado la soledad de las personas mayores, también la ansiedad generalizada y la depresión mayor. Se debe ayudar a adultos mayores a mantener contacto con sus familiares y amigos, para mejorar su salud mental durante el aislamiento.* (p. 471)

A pesar de no estar directamente relacionado con la limitación visual, Vázquez, Baz y Blanco, logran permear en un contexto altamente representativo para los adultos mayores, como lo es la importancia de la familia para mejorar la salud mental en tiempos de pandemia. Finalmente, se destaca la postura de Moreno (2020), quien realizó una investigación sobre la caracterización de la ansiedad en un adulto mayor en esta pandemia ocasionada por el COVID-19. De esta investigación se hace importante destacar que:

*La caracterización de la ansiedad en un adulto mayor jubilado de 72 años por consecuencia de la pandemia, generó un impacto emocional en el paciente, al presentar alteración en el ámbito personal, familiar, y económico; situación que elevó los niveles de forma drástica de ansiedad que estaba repercutiendo en su salud física como mental.* (pp. 669 y 670)

De esta forma, se puede visibilizar la importancia de llevar a cabo esta reflexión, puesto que como lo afirman los autores anteriores, la pandemia a causa del COVID-19 ha generado una gran cantidad de problemáticas para la población mayor con limitación visual, lo cual puede conllevar a trastornos emocionales tales como la depresión.

### Depresión en el adulto mayor

La depresión en el adulto mayor es cada vez más frecuente observarla, donde se logran exaltar los sentimientos tales como; tristeza, aislamiento, sueño interrumpido, mal genio e ideación suicida. En esta edad la depresión se relaciona con morbilidad y discapacidad, afectando la calidad de vida del adulto mayor que la padece y es por ello que la depresión en esta población se convierte en una problemática de salud pública, donde se verá afectada de forma inestable la memoria, la cognición, personalidad, conductas y comportamientos.

Como consecuencia surgen dificultades en ámbitos físicos, sociales, familiares y personales del adulto mayor. Hay cambios en la salud mental que son difícilmente acogidos al envejecimiento en sí. Considerando lo anterior, Bruning (2019) afirma que:

*La depresión en adultos mayores es una patología frecuente, que se asocia a comorbilidades, uso excesivo de recursos en salud, suicidio y mortalidad. Generalmente está subdiagnosticada y subtratada. Dentro de ella se distinguen dos tipos:*

1. *Depresión de inicio temprano que inicia antes de los 60 años, y se presenta en adultos mayores como depresión recurrente o crónica*
2. *Depresión de inicio tardío que parte después de los 60 años y estaría asociada a más cambios a nivel neurológico y demencia.* (p. 12)

Por otra parte, Venegas (2016) realiza una investigación donde logra predominar los síntomas afectivos y los de impotencia que tiene el adulto, frente a la exigencia de vida. A partir de lo anterior este autor hace la siguiente afirmación:

*“En las personas mayores de 65 años, la depresión afecta la calidad de vida; los adultos mayores deprimidos generalmente tienen más ansiedad, quejas somáticas, siendo su pronóstico malo y su mortalidad alta. Contrario a la creencia popular, la depresión no es una parte natural del envejecimiento y a menudo puede revertirse con tratamiento inmediato y adecuado”.* (p. 12)

De esta forma, se puede evidenciar que la depresión en el adulto mayor es un trastorno del estado de ánimo, en el cual los sentimientos y emociones varían logrando generar una problemática anormal en el envejecimiento. En tanto, este comportamiento incide e interfiere en la calidad de vida diaria de la persona.

## Depresión y limitación visual en el adulto mayor

La prevalencia de depresión aumenta con la edad, y al tratar con un anciano con limitación visual esta puede tener una mayor repercusión emocional. Como antecedentes aparecen enfermedades y dificultades en habilidades motrices, movilidad y aspectos emocionales; por lo tanto, la discapacidad visual va a generar situaciones incómodas en su entorno. Así nace la necesidad de un apoyo; no solo para habilidad física sino emocional, evitando aumentar un trastorno depresivo.

Sustentando lo anterior, se destaca el escrito del autor Espinoza y Unütze (2016), quien realiza una investigación enfocada en la disminución de salud y discapacidades, y cómo estas generan consecuencias que conllevan a trastornos depresivos. En esta investigación afirma:

*“La presencia de alguna comorbilidad física como padecimiento de alguna discapacidad muchas veces como consecuencia de enfermedades, también se ha relacionado con la depresión. El riesgo de depresión*

*en ancianos con enfermedades físicas aumenta con: comienzo reciente de una enfermedad física, mayor gravedad de la enfermedad física, discapacidad funcional y movilidad limitada, enfermedades múltiples como afectaciones de los órganos de los sentidos: hipoacusia, ceguera, etc.” (p. 19)*

Por otra parte, Narváez y Gómez (2016) realizan un artículo de investigación sobre depresión en adultos mayores con degeneración macular, en la que se ve afectada la disminución de calidad de vida e incrementación de la tasa de depresión a esta edad. Allí citan la siguiente investigación:

*Realizada por Crews y Cambell donde se encontró que las personas con discapacidad visual tienen dos veces más posibilidad de tener depresión en comparación con la población general. La tasa de depresión en las personas con degeneración macular relacionada con la edad son altas: dos estudios han reportado alrededor del 33%. (p. 20)*

Es evidente que el adulto mayor con discapacidad visual y trastorno depresivo llevará una disminución notable

en la calidad de vida, originando la dependencia y el estrés. De esta manera, la prevalencia de depresión aumenta significativamente en las actividades diarias de esta población y es allí donde hay que tener en cuenta que el padecer una discapacidad incrementa el impacto en la calidad de vida y sobrevivencia del adulto mayor.

## Factores que generan depresión en el adulto mayor

En la depresión del adulto mayor inciden distintos factores; biológicos, psicológicos y sociales, que consideran cambios y alteraciones en el desarrollo de vida y su calidad. Según la OMS (2017) la depresión debe ser controlada con su debido tratamiento para evitar sufrimiento y discapacidad de quien la padece. Es vista como una importante problemática pública que aumenta la vulnerabilidad de la población adulto mayor.

Entre los factores de riesgo asociados a la depresión se encuentran: factores biológicos, psicológicos y sociales, los cuales se presentarán en la siguiente figura.

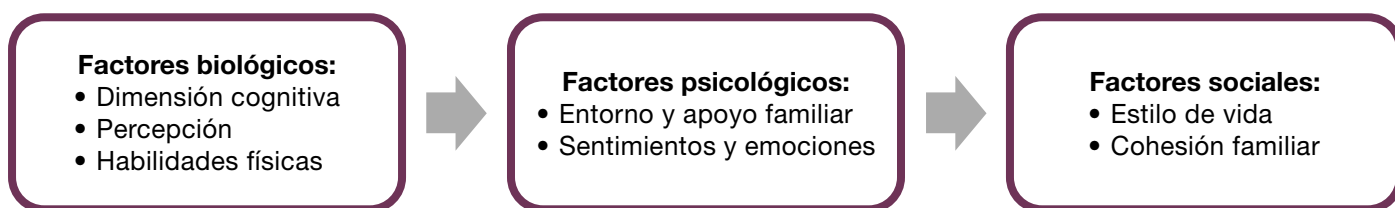


Figura 1. Factores que inciden en la depresión del adulto mayor

Fuente: Elaboración de las autoras (2022).

Cabe mencionar que en los factores biológicos la depresión puede afectar el funcionamiento biológico del adulto mayor en su cognición, percepción, regulación física o somática, ocasionando mayor vulnerabilidad en esta etapa. Complementando el argumento anterior, se menciona a Cuadros (Como se citó en Hernández y Rincón 2020), quien afirma que:

*la depresión tiene un efecto sistémico y los adultos deprimidos parecen tener mayor susceptibilidad para las enfermedades, puesto que esta patología ocasiona cambios neurológicos, hormonales e inmunológicos. Se ha demostrado que la bioquímica del cerebro juega un papel significativo en los trastornos depresivos. Se*

*sabe, por ejemplo, que las personas con depresión grave típicamente tienen desequilibrios de ciertas sustancias químicas en el cerebro, conocidas como neurotransmisores, así, la actividad de la serotonina y su unión a ciertos receptores disminuye con el envejecimiento, coadyuvando para la fisiopatología de la depresión. (p. 42)*

Del mismo modo, cabe destacar también algunas enfermedades que se pueden presentar, tales como enfermedades cardiovasculares, las fracturas, dolor, incontinencia urinaria, incrementando el desarrollo depresivo en el adulto mayor.

En razón a los Factores psicológicos, estos cumplen un papel importante en el desarrollo depresivo del adulto mayor e incluye pérdidas inherentes de la vejez, ya sea por personas que hacen parte de su entorno familiar o social. Es por ello que Ferreira, (2009) (citado por Hernández y Rincón 2020), menciona que:

*Las personas mayores institucionalizadas tienen problemas psicológicos más graves que los que permanecen con sus familias, por la presencia de factores tanto personales como institucionales que influyen en su estado de ánimo... Así mismo, los síntomas relacionados con el estado de ánimo depresivo y la gravedad de la enfermedad (por ejemplo, deseando estar muerto, el futuro sombrío) y algunos síntomas no específicos son más comunes en las personas que viven en residencias de adultos mayores en comparación con los que viven en la comunidad. (p. 16)*

Por último, en los Factores sociales, la depresión constituye el manejo de un fenómeno social, donde surgen causas sociales que favorecen la aparición de este trastorno. El adulto mayor pierde ese valor al cumplir y culminar la meta de un empleo y pasa a vivir aislado y depender de alguien más, repercutiendo con sentimientos depresivos. En relación con lo anterior, Pérez y Arcia (2007) (citado por Hernández y Rincón 2020), realizaron una investigación en la que:

*“Un grupo de personas de la tercera de 60 años, dirigido a determinar la influencia de los factores biosociales en su estado depresivo, con un total de 149 adultos mayores deprimidos, constató que la depre-*

*sión predominó 51 en longevos de 60 a 69 años, del sexo femenino, viudos, jubilados y con un bajo nivel de escolaridad. El 90,6 % señaló como responsables de su depresión a ciertos acontecimientos vitales; su discreta incorporación a la vida social, así como el insuficiente apoyo sociofamiliar contribuyeron notoriamente a su actual depresión”. (p. 19)*

Teniendo en cuenta los aportes de la investigación anterior, conviene destacar que la falta de oportunidades que se le brinda al adulto mayor, la pérdida de valor como persona y la dependencia hacia los demás, contribuye con situaciones que pueden generar depresión en esta población.

Falta de apoyo social y familiar: este es uno de los factores más importantes que influyen en el desarrollo de la depresión del adulto mayor, debido a que la familia o persona a cargo de este decide el futuro de esta persona. Por otro lado, se brindan opciones de centros geriátricos que tiene como función brindar un apoyo integral a la familia que no pueda suplir las necesidades del adulto, o en algunos casos el abandono familiar, que repercute hacia un trastorno depresivo. Sustentando lo anterior, Bury (2011) (citado por Hernández y Rincón 2020) manifiesta:

*“El acompañamiento familiar ha sido reconocido como un aspecto de vital importancia para estos pacientes con trastornos depresivos, donde un ambiente familiar positivo, aquel en el cual se evidencia cohesión familiar, armonía, respeto, demostraciones de afecto y una adecuada comunicación acompañada de una genuina expresión de sentimientos entre miembros en cualquier tema relevante, si por el contrario, en casos donde la familia es tipo disfuncional, el adulto mayor suele ser más vulnerable a los síntomas depresivos. (p. 19)*

Cambios en el estilo de vida: una persona mayor vivirá cambios en el estilo de vida que solía tener, por

enfermedades físicas o emocionales. Muchas veces ocurre un aislamiento social y disminución en funcionamiento, lo que a la vez incrementará la depresión. Luego de realizar una investigación sobre el cambio de vida que padece un adulto mayor; Ayala (2011) (citado por Hernández y Rincón 2020) afirma:

*“Los cambios bruscos o frecuentes en el modo de vivir, la ruptura de los roles que desempeñan los adultos mayores facilita la instauración de un estado depresivo en esta población. El mayor riesgo se produce cuando el sujeto ha abandonado la antigua situación o rol y todavía no se ha insertado en la nueva ni adquirido nuevos roles. Cambios en el rol social del adulto mayor. Los cambios bruscos o frecuentes en el modo de vivir, la ruptura de los roles que desempeñan los adultos mayores facilita la instauración de un estado depresivo en esta población. El mayor riesgo se produce cuando el sujeto ha abandonado la antigua situación o rol y todavía no se ha insertado en la nueva ni adquirido nuevos roles. (p. 20)*

Los cambios en el estilo de vida son de cuidado y es por ello que se hace importante brindar ese interés por la personalidad, gustos y costumbres que tiene el adulto, para no crear un nuevo entorno de mal gusto hacia este. Esto va a prevenir que se desarrolle la depresión.

### **Formación virtual a cuidadores para acompañar la depresión en el adulto mayor con limitación visual**

La capacitación a cuidadores del adulto mayor con limitación visual y depresión no es frecuente, debido a la negligencia de la sociedad con estas poblaciones. Estos mantienen un rol fundamental para el bienestar de la persona dependiente. Durante la pandemia del COVID-19 se evidencia la necesidad de brindar una capacitación a cuidadores del adulto, que abarque factores sociales, emocionales, familiares, físicos y de

salud que garanticen la calidad de vida del adulto mayor con limitación visual y depresión desde una metodología virtual, en consecuencia, al confinamiento por el COVID-19, la cual ofrece una variedad de herramientas para el cuidador.

Según lo anteriormente mencionado, es importante destacar la postura de Ramírez y Luna (2018), quien argumenta en su artículo de investigación “La cuidadora de personas discapacitadas en Ecuador”, lo siguiente:

*“Se desempeñará funciones asociadas al aseo, alimentación, medicación, rehabilitación e integración social de manera prolongada. Los programas de capacitación para cuidadores se han caracterizado por solo ofrecer información generalizada acerca del servicio y la manera de ofertar ayuda para el procesamiento de la información y regulación emocional. Sin embargo, a pesar de que se realizan numerosas intervenciones por medio de proyectos con cuidadores, son aún muy pocos los estudios que identifican y valoran las necesidades de preparación de estas personas. (p. 10)*

Es de carácter prioritario que la sociedad intervenga ante la problemática de depresión en el adulto mayor con limitación visual, con la realización de investigaciones en este ámbito para prestar un buen acompañamiento, no solo de manera privada sino pública donde todos los cuidadores de diferentes sectores económicos puedan acceder a estas y tengan la preparación requerida para su labor desde la virtualidad. En tal sentido, es oportuno incluir con lo expuesto por la autora Jordán (2021) quien con respecto al tema en estudio asegura que:

*“Los cuidadores necesitan capacitación mediante seminarios, cursos en las escuelas para cuidadores domiciliarios las cuales pueden estar dirigidas a cómo realizar el manejo*

*de los ancianos que dependen de alguna persona; todo lo relacionado a la transición de los conocimientos sobre el autocuidado y el bienestar de ambas partes”. (p. 39)*

Al respecto, se evidencia la necesidad de ofrecer una formación a los cuidadores del adulto mayor que tienen dependencia hacia otras personas, como es el caso de los adultos mayores con limitación visual, con el fin de asegurar un servicio de atención de alta calidad y brindar estrategias, ayudas y conocimientos actualizados para facilitar el manejo de esta población.

Sin embargo, aunque se ha evidenciado la importancia que tiene formar a los cuidadores para acompañar a la población mencionada, una problemática que es notoria, es la inexistencia de una capacitación en Colombia para cuidadores de adultos mayores con limitación visual y depresión. Se habla de consecuencias en el estado del propio cuidador por la falta de formación y capacitación en su profesión. Esto desarrolla problemas de salud y emocionales en ellos, donde se ve afectado su propio bienestar y su desempeño en el cuidado del adulto mayor.

Acorde con lo anterior, Ayauca Paredes (2022) mencionan en su tesis “Preparación, sobrecarga y calidad de vida en cuidadores familiares de adultos mayores con discapacidad severa de organizaciones sociales, Ecuador 2021” que:

*“En gran parte de los países, no existe una formación específica para los cuidadores para personas con discapacidad, ya que limitara la evolución de ciertas enfermedades, cansancio mental, entre otras. Estudios han determinado que los cuidadores desarrollan con el pasar del tiempo, problemas propios de salud desde la física como mental, especialmente si estos sienten que no existe un apoyo social o no tienen los recursos indispensables para realizar y cumplir con el rol”. (p. 1)*

Cuidar a un adulto mayor con limitación visual y depresión requiere de una formación integral del cuidador, en la que cuente con ayuda de instituciones gubernamentales, políticas públicas, y apoyo emocional evitando la percepción de vulnerabilidad en el adulto mayor, desde el beneficio del uso de herramientas virtuales en el contexto de la actual pandemia.

A diferencia del caso anteriormente expuesto, donde se da a conocer la inexistencia de la capacitación a estos cuidadores, se destaca el aporte de Alvarado, Escobar, Chilingano, García, y Villafañe (2021) quienes en su escrito titulado “Tu cuidador virtual” dan a conocer un proyecto realizado en Perú, donde a través de la virtualidad brindan a los cuidadores una orientación para el acompañamiento al adulto mayor con depresión. Así mismo, ellos aseguran que:

*“De esta manera, reforzamos el sentido de pertenencia social y contribuimos con su estado emocional a través de la compañía de nuestros cuidadores virtuales, quienes han sido capacitados en procesos de: atención, comunicación y detección de riesgos físicos y/o emocionales en nuestros usuarios, y se encuentran alineados a nuestro servicio, diseñado especialmente para el contacto e intervención del adulto mayor”. (p.1)*

En síntesis, se evidencia el éxito del acompañamiento de cuidadores hacia el adulto mayor con limitación visual y depresión, cuando se cuenta con una capacitación idónea para trabajar con esta población desde diversos ámbitos del ser humano, contribuyendo en la disminución de la depresión de las personas mayores al sentir que se les está brindando un servicio de acompañamiento de buena calidad. Así mismo, bajo el aporte anterior se sustenta el resultado favorable que se puede obtener al implementar diversas herramientas virtuales para formar a los cuidadores de esta población vulnerable, contribuyendo con su labor ocupacional.



## CONCLUSIONES

En el envejecimiento, afrontar una pandemia como el COVID-19 favorece la aparición de problemas emocionales y psicológicos, puesto que se activa la reacción emocional frente a un acompañamiento que prevenga el abandono. Por esto es importante encontrar un cuidador capacitado si se cuenta con población vulnerable y mantener una buena relación con amigos y familiares, evitando padecer depresión. Losada (2020) realiza un estudio acerca de síntomas depresivos y ansiosos que perjudican la salud física y discapacidad en adultos mayores, a partir de esto afirma:

*“El grupo de las personas mayores pueden haber experimentado durante la pandemia COVID-19 sentimientos nuevos o empeorados de depresión debido a una interrupción de las actividades sociales en persona, que a menudo son esenciales debido a las limitaciones preexistentes de las condiciones de enfermedades crónicas, discapacidad visual o auditiva, o discapacidad funcional que puede ser especialmente vulnerable a las consecuencias psicológicas asociadas a una mayor gravedad especialmente de sintomatología y mortalidad asociada a este grupo de edad. Un factor que puede contribuir a un mayor riesgo para el padecimiento de pro-*

*blemas psicológicos tiene que ver con los estereotipos negativos hacia la vejez y, más concretamente, con lo que se ha denominado autopercepción negativa del envejecimiento. (p. 475)*

Por consiguiente, en el presente escrito se destaca el estudio del autor Ishikawa (2020), quien realiza una investigación sobre la reacción de los adultos mayores frente a una pandemia, sus consecuencias y variedad de reacciones. De esta manera se destaca:

*“Los adultos mayores se ven afectados de manera desproporcionada. Su menor respuesta inmune y la mayor tasa de comorbilidades médicas se traducen en una mayor proporción de hospitalizaciones y muertes relacionadas con virus en comparación con los adultos más jóvenes. Los adultos mayores están siguiendo la progresión de la pandemia con una variedad de reacciones. Mientras que muchos se han adaptado a las precauciones y las directivas de aislamiento, otros están experimentando un dolor abrumador, así como la sensación de pavor caracterizada como dolor anticipatorio. (p. 476)*

Es así como se evidencian las reacciones del adulto mayor; esta depende de diferentes factores y la manera en que

se afronta la pandemia del COVID-19, donde se hace necesario el apoyo familiar, social y de un cuidador capacitado, para contribuir en el bienestar del adulto mayor, mediante un acompañamiento afectivo y de salud.

Respecto a la importancia de la formación virtual para los cuidadores del adulto mayor con limitación visual y depresión, se logró instaurar una reflexión frente a la formación del cuidador y la disminución del bienestar de calidad de vida del adulto mayor y del cuidador. Se destaca el olvido de las ventajas de una formación virtual con uso de herramientas y estrategias innovadoras que reafirmen el buen desarrollo de factores biológicos, psicológicos y sociales hacia el acompañamiento al adulto mayor con limitación visual y depresión durante la pandemia del COVID-19.

De esta forma, se concluye la importancia que tiene formar de manera virtual a los cuidadores y a la familia del adulto mayor con limitación visual y depresión, puesto que la virtualidad elimina las dificultades que se presentan al tener que transportarse a otra ciudad o a un lugar lejano para recibir una capacitación y brinda la posibilidad de acceder a una formación flexible al recibir esta capacitación desde casa.



## REFERENCIAS



- Alvarado, M., Escobar, D., Chilingano, A., García, C. y Villafañe, M. (2021). *Tu cuidador virtual*. Maestría en Marketing y Gestión Comercial. Lima: Universidad Tecnológica del Perú. Recuperado de <https://repositorio.utp.edu.pe/handle/20.500.12867/4661>
- Aranda, R. (2019). *Determinantes de la calidad de vida percibida en adultos mayores institucionalizados*. Tesis Doctoral. Salamanca: Universidad de Salamanca. Recuperado de [https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/140457/DE\\_Mart%c3%adnArandaR\\_CalidadVidaAdultosMayoresInstitucionalizados.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/140457/DE_Mart%c3%adnArandaR_CalidadVidaAdultosMayoresInstitucionalizados.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ayauca, M. (2022). *Preparación, sobrecarga y calidad de vida en cuidadores familiares de adultos mayores con discapacidad severa de organizaciones sociales*. Quito: Universidad César Vallejo. Recuperado de: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/80053/Ayauca\\_PMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/80053/Ayauca_PMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Bruning, K. (2019). *Depresión en adultos mayores: una mirada desde la medicina familiar*. Chile. Recuperado de <https://medicina.uc.cl/wp-content/uploads/2019/08/Articulo-Depresion-en-AM-Bruning.pdf>
- Callís-Fernández, S., Guarton-Ortiz, O., Cruz-Sánchez, V., y de-Armas-Ferrera, A. (2021). Estados afectivos emocionales en adultos mayores solos en aislamiento social durante la pandemia COVID-19. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 46(1). Recuperado de <http://revzoilomarinellosld.sld.cu/index.php/zmv/article/view/2491>
- De Armas Ramírez, A. y Endo. (2019). Enfoque salutogénico en el estudio de la autoestima del adulto mayor. *Edumecentro*, 11(3). Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742019000300282#c1](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742019000300282#c1)
- Espinoza, R.T., Unütze, J. (2016). *Diagnosis and management of late-life unipolar depression*. [Online]. Recuperado de [https://www.uptodate.com/contents/diagnosis-and-management-of-late-life-unipolar-depression?source=search\\_result&search=depression%20and%20PHQ9&selectedTi](https://www.uptodate.com/contents/diagnosis-and-management-of-late-life-unipolar-depression?source=search_result&search=depression%20and%20PHQ9&selectedTi)
- Hernández, L y Rincón, G (2020) *Factores Que Influyen En La Depresión En El Adulto Mayor* [Tesis de pregrado Universidad Cooperativa de Colombia]. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/28721/1/2020\\_depresion\\_adulto\\_mayor.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/28721/1/2020_depresion_adulto_mayor.pdf)
- Instituto Nacional para Ciegos. (2020). *Adulto mayor - cómo ayudar al adulto mayor con discapacidad visual*. Bogotá, Colombia: Imprenta Nacional para ciegos. Recuperado de <http://www.inci.gov.co/sites/default/files/cartillas1/AdultoMayor.pdf>
- Ishikawa R. Z. (2020). I may never see the ocean again: Loss and grief among older adults during the COVID 19 pandemic. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*, 12(S1), S85–S86. Recuperado de <https://doi.org/10.1037/tra0000695>

- Jordán, A. (2021). *Implicaciones socio-familiares en el cuidador del adulto mayor*. Ambato-Ecuador: Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato. Recuperado de [http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32818/3/11.\\_jordan\\_bola%c3%91os\\_aida\\_isabel%20%281%29.pdf](http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32818/3/11._jordan_bola%c3%91os_aida_isabel%20%281%29.pdf)
- Moreno, C. (2020). Caracterización de la ansiedad en un adulto mayor jubilado en tiempos de pandemia por el Covid-19. *Magazine de las Ciencias - Revista de Investigación e Innovación*, 5, No. CISE, pp. 651-672. Ecuador: Universidad Técnica de Babahoyo. Recuperado de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/1147/834>
- Ramírez, C. y Luna, H. (2018). La cuidadora de personas discapacitadas en Ecuador. El caso de las beneficiarias del Bono Joaquín Gallegos Lara. [PDF]. *Revista Universidad y Sociedad*, 10(3). Cienfuegos-Ecuador. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202018000300098](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202018000300098)
- Rodríguez Báez, L., González Peña, O. García, M. E., Díaz Carillo, N. y Abreu, O. (2021). Cuidados en las personas con discapacidad visual ante la Covid 19. [PDF]. *Revista Cubana de la Tecnología de la salud*, 12(2). Cuba. Recuperado de <http://www.revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/2338/1493>
- Salamanca-Ramos, E., Velasco Páez, Z. y Díaz Viatela, C.D. (2019). Entorno familiar del adulto mayor de los centros vida de la ciudad de Villavicencio, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 21(1), pp.1-20. Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/19775>
- Vázquez, A., Baz, M. y Blanco, M. (2021). El confinamiento por el Covid 19 causa soledad en las personas mayores. *Revista INFAD*, 2(1). Recuperado de <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2099/1790>
- Venegas, C. (2016). Relación de depresión y red social de apoyo en adultos mayores de la parroquia Santa Ana 2015. Cuenca-Ecuador: Universidad del Azuay. Recuperado de <https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-datos-6461/Details>

