

Depresión como factor de riesgo importante en el estado nutricional en una residencia de ancianos

Depression as an important risk factor in the nutritional status of a nursing home

Carmen Elena Tasayco Hernández*
Kristel Miriam Huaycochea Aguilar
Jorge Osada

Escuela Profesional de Medicina Humana. Facultad de Ciencias de la Salud.
Universidad Privada San Juan Bautista. Chincha, Ica, Perú.

*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: carmen.tasayco@upsjb.edu.pe (Carmen Elena Tasayco Hernández).

Recibido el 6 de diciembre de 2020; aceptado el 7 de diciembre de 2020.

Sr. Director:

Después de haber leído con interés el artículo publicado por Iglesias et al.¹, consideramos que la nutrición en el adulto mayor es un tema de interés de gran relevancia, porque estas personas son un grupo vulnerable con un riesgo elevado de sufrir déficits nutricionales, lo que ha provocado la importancia por identificar los factores que condicionan la desnutrición del adulto mayor y cómo esto impacta en calidad de vida de este grupo etario.

En este estudio se han mencionado múltiples factores que influyen en la nutrición del adulto mayor, sin embargo, no se ha considerado un factor muy importante, la depresión, ya que esta afecta de manera significativa la nutrición en el adulto mayor. A medida que una persona envejece experimenta sentimientos de tristeza, desesperanza e inutilidad, junto con disminución de la autoestima. Todo esto impacta de forma negativa en el estado nutricional, y afectará al adulto mayor poniéndolo en riesgo de anorexia, rechazo a los alimentos y desnutrición².

Muchos de los adultos mayores deprimidos pierden aquello que los motiva a seguir viviendo, al mismo tiempo que la anhedonia disminuye la cantidad de actividades que solía realizar. La pérdida de motivación puede deberse a muchos hechos, como la pérdida de un ser querido o la monotonía de actividades, entre otros.

Muy probablemente esta es la principal causa que hace que dejen de alimentarse correctamente³.

Otros estudios concluyen que la mayoría de los adultos mayores presentan depresión grave, lo que resulta preocupante, y se ha demostrado que la depresión en el adulto mayor se ve reflejada en su estado nutricional. Los adultos mayores internados en un hogar de ancianos están en riesgo incrementado de depresión y desnutrición. Todo lo cual constituye un perjuicio para el estado de salud del adulto mayor. Tales situaciones se deberían identificar, con el fin de asegurar un envejecimiento digno y saludable⁴.

En este manuscrito mostramos que en investigaciones previas que han identificado y registrado la incidencia de desnutrición según el lugar de morada es de entre el 1 al 15% en adultos mayores ambulatorios, del 17 al 70% en los hospitalizados y de hasta el 85% en los que están en un albergue, en donde la disfunción familiar y la depresión repercute considerablemente en la salud integral del adulto mayor⁵.

Concluyendo, sería idóneo promover que en estudios posteriores, en los que se va a evaluar el estado nutricional en ancianos de una residencia, se debe tomar en cuenta la medición de la depresión, ya que es un factor importante que afecta a la nutrición y que al evaluarla podría mejorar el entendimiento de este problema y evitar los postsesgos en su planteamiento ■

■ BIBLIOGRAFÍA

- Iglesias L, Bermejo JC, Vivas A, León R, Villaceros M. Estado nutricional y factores relacionados con la desnutrición en una residencia de ancianos. *Gerokomos*. 2020;31(2):76-80.
- Castaneda-Trejo C, Acuna-Ruiz A, Herrera-Medrano AM, Martínez-Esquivel RA, Castillo-Rangel I. Depresión y estado nutricional del adulto mayor en una comunidad del Estado mexicano de Zacatecas. *Rev Cuba Aliment Nutr*. 2018;28(1):28-43.
- Arancibia-Quipe MF, Choque-García ME, Ortuste-Ibáñez C. Factores asociados a la desnutrición en adultos mayores de 60 años. Centro de Salud "Santa María Madre De Dios". Municipio Villa Charcas. Chuquisaca. Enero-marzo 2018. *Arch Bolív Med*. 2018;29(97):44-54.
- Diáz Montecinos D, Aránguiz S, Fariás N, Godoy D, Silva N, Durán Agüero S. Factors associated with depressive symptoms in institutionalized elderly adults. *Nutr Clin Diet Hosp*. 2019;39(2):34-39.
- Pérez-Cruz E, Lizarraga-Sánchez DC, Martínez-Esteves M del R. Asociación entre desnutrición y depresión en el adulto mayor. *Nutr Hosp*. 2014;29(4):901-6.