

# Consideraciones de Envejecimiento – Enfermedad Crónica

Enfermedades crónicas ocurren con mayor frecuencia en los años posteriores. Más que 80 por ciento de americanos mayores de edad experimentan uno o más problemas crónicos de salud. Otras discapacidades también son comunes. Más común es la habilidad adaptar a los desafíos y limitaciones para poder llevar vidas productivas y contentas. Hay una correlación fuerte entre la salud física y la salud mental.

Un profesional de salud calificado debe educar a las personas mayores sobre la relación entre sus problemas de salud físicos y su riesgo a los problemas de salud mental. Adultos mayores deben saber si algunos de los medicamentos que toman podrían tener algún efecto secundario de salud mental – hay muchos medicamentos que realmente pueden causar síntomas depresivos.

Un trastorno de salud mental puede empeorar los síntomas y limitaciones de una enfermedad crónica y viceversa. Es importante tratar a todas las enfermedades a la misma vez, como permiten los medicamentos y otras terapias de tratamiento. La curación es más exitosa cuando todos los problemas de salud se abordan al mismo tiempo.

## **A continuación hay unos ejemplos de dolencias comunes de la vida posterior y su asociación con la enfermedad mental:**

**Diabetes:** La diabetes puede aumentar el riesgo de la depresión. La probabilidad de volverse deprimidos

puede empeorar las diabetes. El estrés y los efectos metabólicos de la diabetes en el cerebro son causas primarias de la depresión asociada.

**Apoplejía:** Entre 10 a 27 por ciento de aquellos quienes sufren de un derrame cerebral experimentan la depresión mayor. Un 15 a 40 por ciento adicional experimentan algunos síntomas de depresión entre los dos meses después de tener un derrame cerebral. Las causas pueden incluir: la ubicación de la lesión cerebral, historial familiar anterior de depresión y funcionamiento social previo al accidente cerebrovascular. Características comunes de sobrevivientes de derrames cerebrales sufriendo de la depresión incluyen menos cumplimiento con la rehabilitación, irritabilidad o cambios de personalidad.

**Cáncer:** Un estimado 25 por ciento de aquellos con cáncer también sufren de la depresión. Una depresión co-ocurrente puede impactar seriamente la habilidad del paciente de cáncer a participar en tratamiento e últimamente impactar el curso de la enfermedad.

**Enfermedad de Corazón:** 1 de 3 personas que han sobrevivido un infarto experimentan la depresión mayor. La depresión puede resultar en niveles crónicamente elevados de hormonas de estrés, tal como el cortisol y la adrenalina. Esto causa que el metabolismo del cuerpo no pueda hacer las reparaciones de tejido requeridos en la enfermedad de corazón.