

EFFECTES COGNITIVUS I PSICOSOCIALS DEL CONFINAMENT EN PERSONES GRANS

RESUM

ASPECTES GENERALS

La Fundació Salut i Envel·liment de la UAB ha realitzat una enquesta mitjançant la seva difusió a les xarxes socials, “Efectes cognitius i psicosocials del confinament en persones de 65 i més anys”, durant el període de confinament més estricte i el primer període de la desescalada (del 21/04/2020 al 10/06/2020). L’enquesta tenia per objectiu avaluar l’impacte percebut per les persones grans a l’esfera cognitiva i psicosocial degut al confinament, tenint en compte les diferències per edat, gènere i nivell educatiu.

L’enquesta es va fer amb un formulari de Google. La participació va ser voluntària, anònima i confidencial.

Hi van participar 2.602 persones. **S’han analitzat les dades de 2.013 enquestes de persones de 65 anys o més realitzades entre l’1/04/2020 i el 10/06/2020 que refereixen viure a Catalunya.** Les dades obtingudes no són representatives de la població de Catalunya, ho són només de les persones que la van omplir.

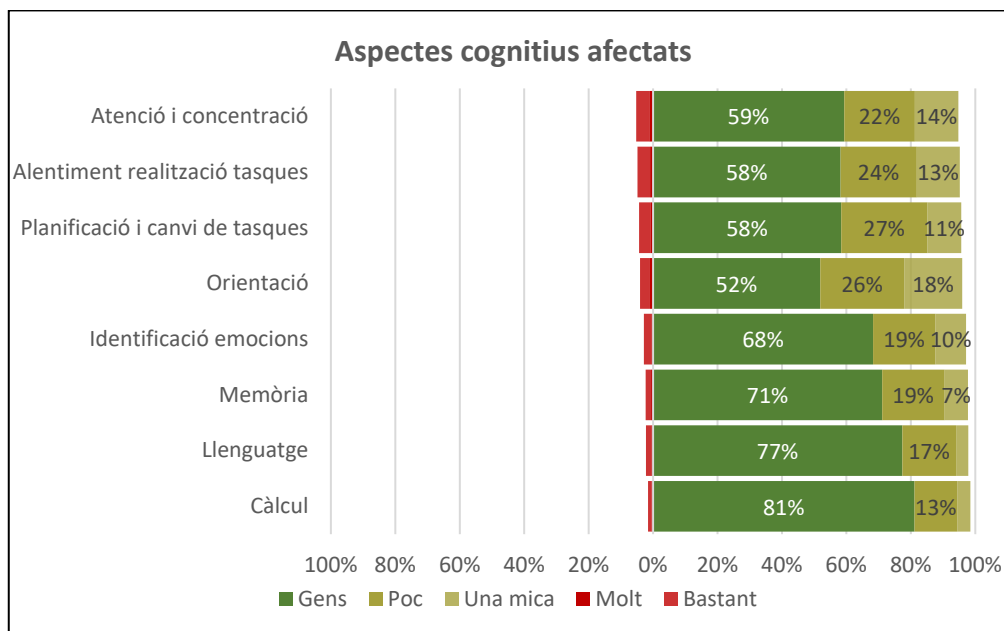
Per la correcta comprensió d’aquest resum cal fer notar que, per a l’anàlisi dels factors de risc en qualsevol àmbit i pels resultats de l’impacte en els aspectes psico-socials, hem considerat només les dades d’afectació important (“molt” i “bastant”) o freqüent (“sempre”, “la major part del temps” i “sovint”), mentre que en la descripció dels aspectes cognitius també hem afegit les dades de qualsevol afectació (“poc”, “una mica”, “molt” o “bastant”). A l’Annex 1 es pot veure la metodologia de l’estudi i a l’Annex 2 les dades sociodemogràfiques de la mostra.

ASPECTES COGNITIVUS

El 76 % de les persones que han respost ha considerat que al menys un aspecte cognitiu s'ha vist afectat d'alguna manera ("poc", "una mica", "molt" o "bastant"), però només un 11% ha considerat tenir algun aspecte molt o bastant afectat.

Els resultats són diferents segons cada funció estudiada (figura 1). Així, les funcions que més sovint s'han vist afectades d'alguna manera són: l'orientació (48%), la planificació i canvis de tasques (42%), la velocitat en la realització d'algunes tasques (42%) i l'atenció i concentració (41%). Si només considerem els casos amb molta o bastant afectació d'aquestes activitats, els percentatges es situen al voltant del 5%. En el cas de la memòria, un 29 % de persones manifesten alguna afectació, 26 % una mica o poc i un 2 % molt o bastant.

Figura 1 Intensitat afectació funcions cognitives.



Factors de risc per percebre efectes cognitius importants

En general, tenir 80 o més anys i/o un baix nivell d'estudis incrementa el risc de percebre efectes rellevants en les funcions cognitives considerades. El tipus de convivència a la llar amb altres persones no n'afecta la probabilitat, mentre que el gènere només n'afecta a la memòria i la velocitat de fer tasques.

A la taula 1 (p. 10) es pot veure el risc/probabilitat ajustat per grup d'edat, sexe, nivell d'estudis i persones amb qui conviu per cada una de les funcions estudiades. Així, pel que fa a la atenció i la concentració, els de 80 i més anys incrementen el risc 2,3 vegades respecte els més joves, mentre que les persones amb estudis secundaris tenen dos terços del risc de les persones amb estudis superiors. Pel que fa a l'orientació, les persones de 80 o més anys tenen 3,5 vegades el risc de les més joves, i les que tenen estudis primaris 2,5 el risc de les persones amb estudis superiors. En relació a la memòria, les persones de 80 anys o més tenen 4,8 vegades el risc de les de 65 a 69. Les persones amb estudis primaris tenen 4,7 vegades el risc de les que tenen estudis superiors, i les dones 2,4 vegades el risc dels homes.

ASPECTES PSICOSOCIALS

Afrontació de la situació, ganes d'estar al dia sobre l'epidèmia i ganes de cooperar

En general, les persones grans han afrontat la situació de manera positiva, amb ganes d'estar al dia sobre l'epidèmia, col·laborar amb altres persones i utilitzant el sentit de l'humor per fer front a la situació.

El 54% té ganes d'estar al dia sobre l'impacte social, econòmic i en salut de la pandèmia.

El 77% de les persones tenia ganes de col·laborar o ajudar altres persones.

Un 70% ha expressat utilitzar freqüentment el sentit de l'humor per adaptar-se a la situació.

Factors associats a l'afrontació de la situació, ganes d'estar al dia sobre l'epidèmia i ganes de cooperar

A la taula 1 (p. 10) es pot veure el risc/probabilitat ajustat per grup d'edat, sexe, nivell d'estudis i persones amb qui conviu per cada una d'aquests qüestions.

Les dones són més propenses a col·laborar que els homes.

En relació a l'edat, les persones de 70 a 79 anys són les que més interès mostren en la pandèmia, mentre que les de més de 80 tendeixen menys a col·laborar.

Les persones amb nivell educatiu baix afronten pitjor la situació i mostren més desinterès, menys ganes de col·laborar i menys sentit de l'humor per adaptar-se a la situació. Les persones amb nivell educatiu superior són les més col·laboradores.

El perfil de convivència no afecta com s'afronta la situació.

Així, les dones tenien 1,4 vegades més probabilitat de col·laborar que els homes. Les persones de nivell educatiu baix tenen 2,5 vegades la probabilitat d'estar desinteressades que les persones amb estudis universitaris. Tenir estudis universitaris incrementa la probabilitat de voler col·laborar, essent 2,4 vegades en relació a les persones sense estudis/estudis primaris i 1,4 en relació a les que tenen estudis secundaris. Un nivell d'estudis baix s'ha associat amb menor probabilitat d'utilitzar el sentit de l'humor: per cada 100 persones amb estudis universitaris que segueixen aquesta estratègia, només n'hi ha 56 persones sense estudis o estudis primaris que la fan servir. En relació a l'edat, les persones de 70 a 79 anys eren les que més interès van mostrar, entre 1,3 (70 a 74 anys) i 1,5 (75 a 79 anys) vegades més que les persones de 65 a 69. Les persones de més de 80 anys tenien la meitat de probabilitat de voler col·laborar que les persones més joves. Les persones de més edat utilitzen menys el sentit de l'humor que les de la resta de grups. També s'observa un major ús del sentit de l'humor a mesura que disminueix el nombre de persones amb que es conviu.

Problemes de l'estat d'ànim

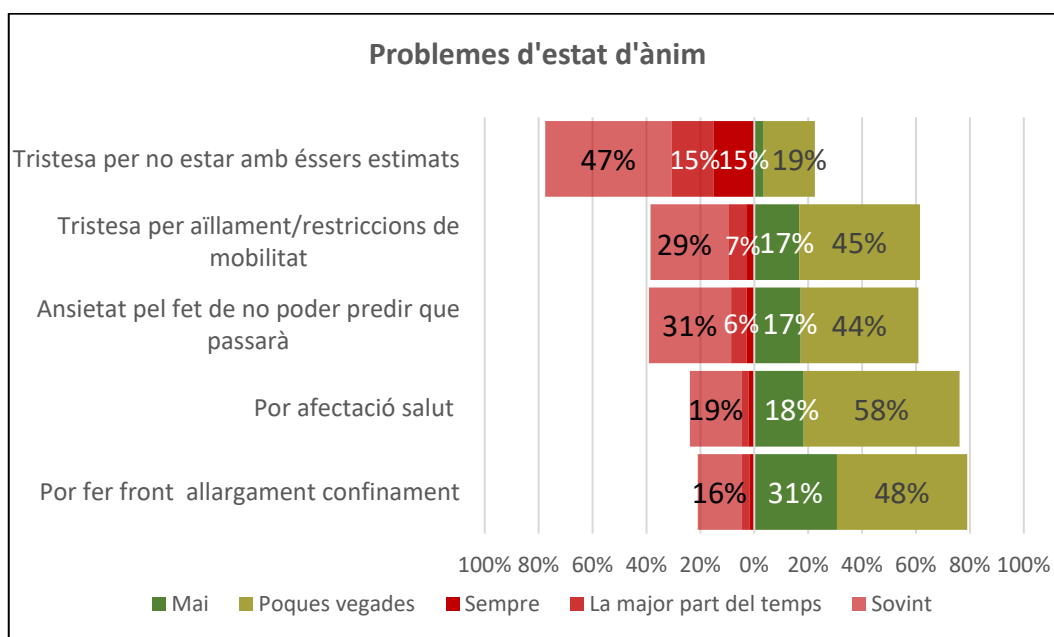
Els problemes de l'estat d'ànim són els que més persones han afectat en aquest període de confinament. **El 83% de les persones participants ha referit tenir freqüentment** ("sovint", "la major part del temps" o "sempre") **algun problema**, ja sigui d'ansietat, soledat o tristesa com a conseqüència de les restriccions o per no poder estar amb els éssers estimats; o per la seva salut o de no poder fer front de manera positiva al confinament si s'allargués molt més temps.

Els efectes rellevants sobre l'estat d'ànim (por/ansietat/tristesa) són els més predominants. Si bé **la major part dels problemes afecten a entre 2 i 4 de cada 10 participants**, cal destacar especialment que **8 de cada 10 participants ha sentit freqüentment tristesa per no poder compartir el temps amb els éssers estimats**.

El 79% de les persones ha manifestat haver sentit tristesa freqüentment per algun motiu ("sempre", "sovint" o "la major part del temps"): un 78% per no poder compartir temps amb els éssers estimats, i

un 38% per les mesures d'aïllament i restriccions de mobilitat. El 39 % ha manifestat ansietat (“sempre”, “sovint” o “la major part del temps”) per la incertesa de la situació, mentre que el 24 i el 21 % , por per la seva salut o per no poder fer front a la situació si es perllongava el confinament (Figura 2).

Figura 21. Problemes de l'estat d'ànim.



Factors de risc per patir problemes de l'estat d'ànim

A la taula 1 (p. 10) es pot veure el risc/probabilitat ajustat per grup d'edat, sexe, nivell d'estudis i persones amb qui conviu per a patir problemes de l'estat d'ànim.

Ser dona i tenir un baix nivell educatiu són els principals factors de risc per tenir algun dels problemes relacionats amb l'estat d'ànim.

El perfil de convivència és l'únic factor associat a la tristesa per no poder compartir el temps amb els éssers estimats.

Relacions socials i solitud

El 49% de participants ha sentit solitud alguna vegada: un 13 % freqüentment i un 36% de manera ocasional.

Prop del 75% dels participants ha tingut contacte personalment o de forma virtual amb 6 o més persones.

Els familiars (85 %) han estat els contactes més freqüentment reportats durant l'aïllament, seguit dels amics (52 %), veïns (50 %) i altres persones (45 %).

Factors de risc per patir problemes de solitud i en relació al nombre de contactes recents

El perfil de convivència (especialment viure sol) és el principal factor de risc per haver patit sentiments de solitud, seguit d'un baix nivell educatiu, ser dona i tenir més de 80 anys. La probabilitat de tenir altres contactes diferents dels familiars, augmenta en persones amb estudis universitaris, i és menor en persones de més de 75 anys.

A la taula 1 es pot veure el risc/probabilitat ajustat per grup d'edat, sexe, nivell d'estudis i persones amb qui conviu per a patir problemes relacionats amb la solitud i el nombre de contactes. Les persones que viuen soles tenen 7,5 vegades més risc de sentir solitud amb freqüència que les que conviuen amb 3 o més persones. Les dones (1,8 vegades el risc dels homes), les de més edat (els de 80 i més 1,6 vegades les de 65 a 69 anys) i les que tenen un nivell educatiu baix (2,1 vegades el risc dels que tenen estudis universitaris) han experimentat solitud amb més freqüència.

Les dones tenen més contactes que els homes (1,5 vegades la probabilitat dels homes). Per contra, les persones de 80 anys o més tenen la meitat de probabilitats d'establir contactes diversos que les persones més joves. D'altra banda, les persones amb un nivell educatiu baix o intermedi tenen un 50% i 60% de tenir contactes diversos que les persones amb estudis universitaris.

Si tenim en compte les diferents característiques, podem veure que no es troben diferències entre grups en relació als contactes familiars, i tampoc que el sexe estigui associat al tipus de contacte. A mesura que les persones es fan grans i quan s'incrementa el nombre de persones amb qui es conviu, hi ha una tendència al descens de contactes no familiars. Per contra, a mesura que s'incrementa el nivell educatiu, augmenta el nombre d'aquests contactes.

Taula 1. Presència de problemes, actituds i contactes socials i factors de risc associats.

	Total*	Sexe		Grup d'edat			Nivell d'estudis		Persones amb qui conviu		
		Dona	70 a 74	75 a 79	80 i +	Cap/Bàsics	Secundaris	Ningú	Una	Dues	
Empitjora capacitat d'atenció i concentració [†]	5,2%				x 2,3		x 0,6				
Lentitud per fer algunes tasques [†]	4,8%	x 1,7			x 3,3		x 2,1				
Dificulta planificació, trobar paraules, canvi de tasques [†]	4,3%				x 2,5		x 2,3				
Empitjora capacitat d'orientació [†]	4,0%				x 3,5		x 2,5				
Disminueix capacitat d'identificar emocions	2,8%		x 0,3				x 3,5				
Empitjora memòria [†]	2,3%	x 2,4			x 4,8		x 4,7				
Empitjora capacitat de llenguatge [†]	2,2%				x 4,5		x 2,7				
Empitjora capacitat de càlcul [†]	1,5%				x 2,8		x 3,6				
Té ganes d'estar al dia sobre la pandèmia [‡]	80,3%		x 1,3	x 1,5		x 0,4					
Té ganes de cooperar/ajudar altres persones [‡]	77,3%	x 1,4			x 0,5	x 0,4	x 0,7				
Utilitza el sentit de l'humor per adaptar-se a la situació [‡]	70,2%					x 0,6					
Sent tristesa per no poder compartir temps amb éssers estimats [‡]	77,6%							x 1,8	x 2,3	x 2,1	
Sent tristesa per mesures d'aïllament/restriccions de mobilitat [‡]	38,5%	x 1,4				x 1,6	x 1,2				
Sent ansietat pel fet de no poder predir que passarà [‡]	39,1%	x 1,6		x 1,3		x 1,6					
Té por que la seva salut es vegi afectada [‡]	23,9%										
Té por de no poder fer front de manera positiva al confinament si s'allarga molt més temps [‡]	21,0%	x 1,4				x 1,5					
Es sent sola [‡]	13,4%	x 1,8			x 1,6	x 2,1		x 7,6		x 2,6	
S'ha sentit sola al menys alguna vegada	48,8%	x 1,6			x 1,5	x 1,4		x 5,0	x 1,5	x 1,8	
Contactes amb 6 o més persones del seu entorn últims 7 dies	74,6%	x 1,5			x 0,5	x 0,5	x 0,6				
Contactes amb familiars	84,5%										
Contactes amb amics	52,2%				x 0,6	x 0,5	x 0,7				
Contactes amb veïns	49,6%			x 0,7	x 0,7	x 0,6	x 0,7	x 1,7	x 1,5		
Contactes amb altres persones	45,2%			x 0,7	x 0,7	x 0,5	x 0,7				
Les xifres indiquen el risc/probabilitat ajustat per grup d'edat, sexe, nivell d'estudis i persones amb qui conviu en relació als grups de referència: 65 a 69 anys; homes, estudis universitaris, convivència amb tres o més persones. Valors inferiors a 1 indiquen menor risc/probabilitat que el grup de referència. Les cel·les en blanc indiquen que no s'han trobat diferències respecte el grup de referència. Els colors més intensos indiquen major increment o reducció de risc (blau: reducció; taronja/vermell: increment).											
* - % sobre respostes vàlides. † - Persones que responen bastant o molt. ‡ - Persones que responen sovint, la major part del temps o sempre											

ANNEX 1. METODOLOGIA

L'enquesta es va fer amb un formulari de Google. La participació va ser voluntària, anònima i confidencial. Es permetia respondre directament a la persona que ho rebia i també es va fomentar que s'ajudés a respondre a persones grans que no tinguessin xarxes socials o que poguessin tenir dificultats.

Van contestar a l'enquesta 2.602 persones. S'han analitzat les dades de 2.013 enquestes de persones de 65 anys o més realitzades entre l'1/04/2020 i el 10/06/2020 que refereixen viure a Catalunya.

A la taula 2 apareix la distribució segons grup d'edat, sexe i nivell d'estudis. El 95% de les respostes es va rebre en les dues primeres setmanes des del llançament, entre el 21 d'abril i el 5 de maig 2020.

La presència de problemes s'ha avaluat mitjançant escales de Likert, que avaluaven la rellevància del problema en relació a la intensitat i la seva freqüència. Per a l'anàlisi simultani de múltiples factors de risc s'han dicotomitat les respostes entre si/no (taula 3).

Per veure diferències entre grups s'ha utilitzat la prova exacta de Fisher, que ens diu si alguna categoria té una freqüència diferent en algun dels grups. Per a saber la importància de cada factor hem utilitzat una regressió logística, una tècnica d'anàlisi que ens permet saber la importància d'un factor de risc quan n'hi ha d'altres presents. En aquest sentit hem tingut en compte el grup d'edat, gènere, el nivell d'estudis i el nombre de persones amb qui conviu, prenent-se com a referència les persones de 65 a 69 anys, els homes, el nivell d'estudis superior i la convivència amb 3 o més persones.

Taula 2. Distribució de participants segons grup d'edat, sexe i nivell educatiu.

	Total		Homes			Dones		
	n	% col	n	% fila	% col	n	% fila	% col
Tots								
Total	2.010	100,0%	701	34,9%	100,0%	1.309	65,1%	100,0%
65 a 69	752	37,4%	220	29,3%	31,4%	532	70,7%	40,6%
70 a 74	692	34,4%	253	36,6%	36,1%	439	63,4%	33,5%
75 a 79	354	17,6%	139	39,3%	19,8%	215	60,7%	16,4%
80 o més	212	10,5%	89	42,0%	12,7%	123	58,0%	9,4%
Sense estudis/primaris								
Total	254	100,0%	76	29,9%	100,0%	178	70,1%	100,0%
65 a 69	58	22,8%	19	32,8%	25,0%	39	67,2%	21,9%
70 a 74	61	24,0%	18	29,5%	23,7%	43	70,5%	24,2%
75 a 79	51	20,1%	11	21,6%	14,5%	40	78,4%	22,5%
80 o més	84	33,1%	28	33,3%	36,8%	56	66,7%	31,5%
Estudis Secundaris								
Total	719	100,0%	212	29,5%	100,0%	507	70,5%	100,0%
65 a 69	281	39,1%	68	24,2%	32,1%	213	75,8%	42,0%
70 a 74	251	34,9%	76	30,3%	35,8%	175	69,7%	34,5%
75 a 79	129	17,9%	43	33,3%	20,3%	86	66,7%	17,0%
80 o més	58	8,1%	25	43,1%	11,8%	33	56,9%	6,5%
Estudis Superiors								
Total	1.037	100,0%	413	39,8%	100,0%	624	60,2%	100,0%
65 a 69	413	39,8%	133	32,2%	32,2%	280	67,8%	44,9%
70 a 74	380	36,6%	159	41,8%	38,5%	221	58,2%	35,4%
75 a 79	174	16,8%	85	48,9%	20,6%	89	51,1%	14,3%
80 o més	70	6,8%	36	51,4%	8,7%	34	48,6%	5,4%
Hi ha 3 persones que no apareixen per no tenir dades del nivell d'estudis								

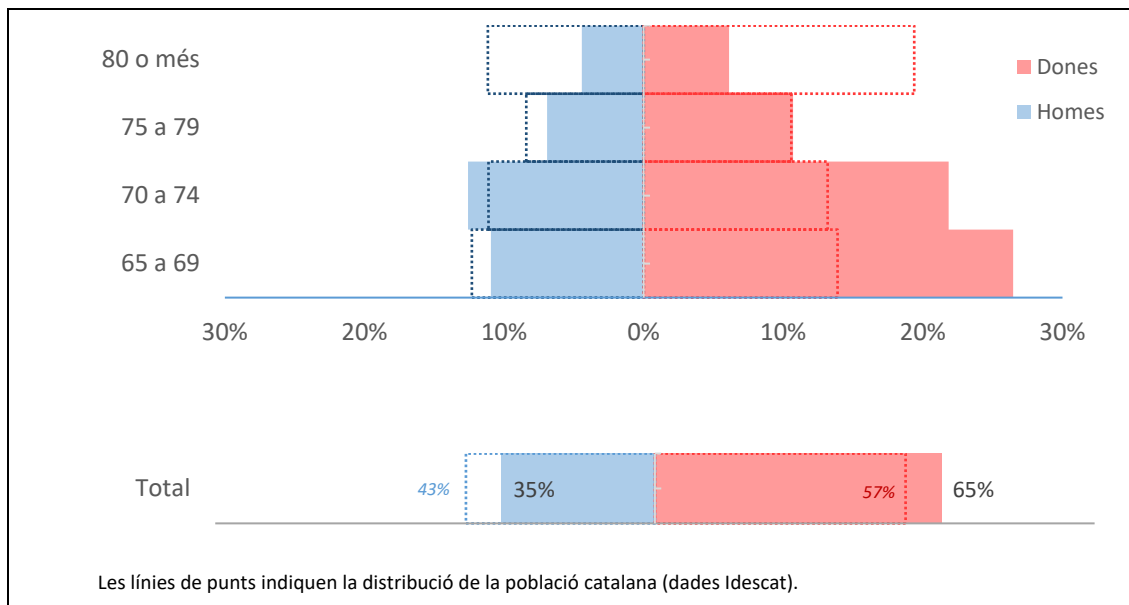
Taula 3. Dicotomització respostes Likert

Categoria	Intensitat	Freqüència
Sí	bastant/molt	sovint / la major part del temps / sempre
No	gens / poc / una mica	mai / poques vegades

ANNEX 2. ASPECTES SOCIODEMOGRÀFICS

Les característiques demogràfiques apareixen a la figura 3, on es pot apreciar que a l'estudi hi ha una major proporció de dones i de persones dels grups més joves. El 65% de les persones que han contestat són dones i tenen una edat mitjana de 72 anys i 9 mesos. Els homes que han respost són de mitjana un any més grans que les dones. Les dones de 65 a 69 anys constitueixen aproximadament una quarta part dels participants. Les dones de 65 a 74 anys aporten més efectius que tots els homes junts.

Figura 3. Distribució dels casos per edat i sexe.

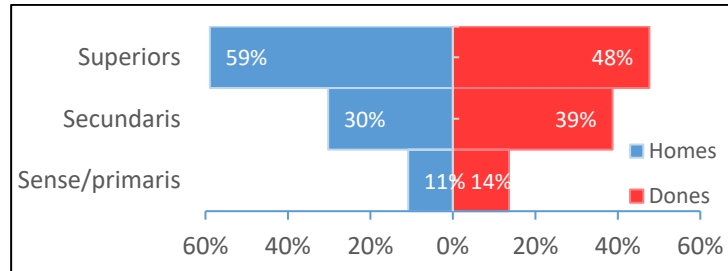


El 59% dels homes i el 48 % de les dones tenen estudis superiors (Figura 4). Les persones que han participant tenen un nivell d'instrucció més alt que la població general: mentre que un 10% de les persones grans tenen estudis universitaris¹, un 52%

¹ Dades de l'ESCA 2019. AV18,- NIVELL MÀXIM D'ESTUDIS FINALITZATS

de les que han respost l'enquesta en tenen. Igual que a la població general, el nivell d'instrucció és inferior en les dones i en els grups d'edat més avançada.

Figura 4. Distribució dels casos segons nivell d'estudis.



El 26 % de les persones viu sola: un 33 % de les dones i un 12 % dels homes. El 51% de les persones conviu amb una altra persona (Figura 5). Viure sol és més freqüent en dones (una de cada tres) i en persones de 80 anys o més (prop d'una de cada quatre). El 90% de les persones que viu sola són dones.

Figura 5. Persones amb qui conviu

