

Experiencia de atención integral en el adulto mayor en la Clínica Geriátrica Coyoacán.



Vega Sandoval Abraham
SEMUS

abrahamvegasandoval@gmail.com

Entre los meses de abril y mayo del presente año, acudí a prácticas clínicas-comunitarias, esenciales para mi proceso de aprendizaje como estudiante de Medicina. Cuando nos asignaron las sedes, para mi sorpresa, esta vez estaría en la Clínica Geriátrica Coyoacán, una de las dos clínicas geriátricas que tiene la Secretaría de Salud (SEDESA) en la Ciudad de México. Al principio no estaba tan convencido de que podría obtener un gran aprendizaje, ya que, al igual que la mayoría de los estudiantes, uno suele preferir un entorno más hospitalario para aprender la práctica médica.

El primer día, una de las doctoras nos explicó lo que se hacía en la clínica y los servicios con los que contaban, como densitometría, fisioterapia, geriatría, medicina integral, medicina general, nutrición, optometría, odontología, psicología, trabajo social, un módulo de toma de tensión arterial y glucosa, enfermería, y un grupo de acondicionamiento físico para adultos mayores con personal capacitado, lo cual me llamó especialmente la atención.

Al ser varios compañeros de la universidad realizando prácticas, solo podíamos estar un par de días por rotación, ya que nuestra estancia en la clínica era de tres semanas. Los servicios que me tocaron fueron el módulo de toma de TA y glucosa, nutrición, medicina integral, optometría y fisioterapia.

Cuando no atendíamos pacientes, realizábamos cédulas o instrumentos de evaluación geriátrica que nos ayudaban a entender cómo estaban los pacientes en áreas como la cognitiva, afectiva, funcional y en su entorno. Algunas de las evaluaciones que utilizamos fueron: Mini-Mental, Escala Geriátrica de Depresión, actividades básicas de la vida diaria (Índice de Katz), y cuestionarios para la detección de incontinencia urinaria y síndrome de caídas, entre otras.

Aplicar estas cédulas me resultaba muy satisfactorio, ya que varios pacientes me agradecían el tiempo que les dedicaba. No solo respondían las preguntas de los cuestionarios, sino que también se extendían en sus respuestas, llegando a contarme sus problemas familiares o dificultades diarias. Es evidente que muchos de ellos buscan un espacio y alguien que los escuche, ya que en consultas habituales, a menudo limitadas a 15 o 20 minutos, no siempre tienen esa oportunidad.

Durante una de mis rotaciones en nutrición, se nos solicitó apoyo extra en el servicio de toma de presión arterial y glucosa, debido a que ese día se iba a certificar a la alcaldía Coyoacán como promotora de salud. Acudieron miembros de la SEDESA y del gobierno para la certificación, y citamos a más de 60 pacientes, todos entre 60 y 82 años. Lo que más me llamó la atención fue que solo dos o tres pacientes tenían un cuidador primario, mientras que la mayoría tenía una autonomía perfecta y una excelente capacidad funcional e intrínseca. Mientras mis compañeros realizaban la toma de TA y glucosa, yo estaba en consulta de nutrición, recogiendo recordatorios de 24 horas. Luego, pasamos a una sala donde los adultos mayores recibían un refrigerio, y mi tarea era registrar sus nombres y edades.

Al finalizar, todos se reunieron en la explanada, donde se habían instalado carpas, sillas y un área de hidratación. Los adultos mayores participaron en actividad física que incluía calentamiento, caminata de 15 minutos, y juegos de integración y destreza. A mí y a otra compañera, junto con dos residentes de la especialidad de Rehabilitación, nos asignaron la tarea de vigilar y apoyar a los pacientes durante estas actividades. Durante la caminata, me coloqué al lado de varias señoras, animándolas a completar los 15 minutos, y también hice equipo con algunos pacientes

en los juegos, terminando con una actividad de baile.

Estas actividades no solo fueron divertidas para los pacientes, sino que también sirvieron como una incentivación y motivación para cuidar su salud física. Estas y otras experiencias que viví en la clínica reforzaron mis conocimientos teóricos y me hicieron reflexionar sobre el papel de la comunidad médica: no solo somos quienes tratan y diagnostican, sino también promotores de salud y prevención de enfermedades.

AMi experiencia en la Clínica Geriátrica Coyoacán me permitió comprender la importancia de la atención integral en la medicina, especialmente con los adultos mayores. En este tipo de atención no solo se trata de diagnosticar y tratar enfermedades, sino de abordar al paciente en su totalidad, considerando sus dimensiones biológicas, psicológicas, sociales y culturales. La diversidad de servicios y especialidades en la clínica, resalta cómo cada aspecto de la vida del paciente puede impactar su salud y bienestar.

La atención integral es esencial para promover la salud y prevenir enfermedades en una población tan vulnerable como la geriátrica, quienes a menudo requieren un enfoque multidisciplinario para mantener su autonomía y calidad de vida. Esta experiencia me reafirma la responsabilidad como futuros profesionales de la salud de no solo curar, sino también de cuidar, escuchar y acompañar al paciente en cada etapa de su vida. La medicina no es solo una ciencia, es también un arte de cuidar la vida humana en todas sus dimensiones.