

Editorial: Envel·liment i salut

Olga Bruna

En l'actualitat, s'està produint un progressiu envelliment i s'estima que, en els pròxims 50 anys, la proporció de persones grans en la població augmentarà fins a duplicar la seva dimensió actual, podent igualar, fins i tot, el nombre de persones joves. Aquest increment, lligat a un augment de l'esperança de vida, tindrà un important impacte tant en l'àmbit social com en el de la salut. A més, aquest augment de gent gran ha generat un increment de malalties associades a l'edat, les quals poden incidir greument en la qualitat de vida de les persones afectades i de les seves famílies. Cal tenir en compte que la dependència pot tenir repercussions importants en la persona gran, en la seva família i en la societat en general, tant pel que fa al cost sanitari com pel que fa al cost social. El considerable increment de persones afectades per demència, especialment per la malaltia d'Alzheimer, constitueix un problema que cal abordar des de diverses perspectives, emfatitzant la importància de la prevenció i els beneficis de la detecció i diagnòstic precoç, la qual cosa pot afavorir de manera molt considerable l'assistència de la persona afectada i l'atenció als seus familiars.

De la mateixa manera, cal establir estratègies socials i sanitàries que permetin que les persones puguin fer que el seu envelliment es desenvolupi d'una manera satisfactòria, plantejant, a més, l'envelliment com un procés que s'estén al llarg de tota la nostra vida. L'any 2002, es va celebrar a Madrid la Segona Assemblea Mundial sobre l'Envel·liment, en el marc general d'una «Estratègia Internacional per a l'Acció sobre l'Envel·liment». Les direccions resultants d'aquesta assemblea es van centrar, prioritàriament, a col·laborar en el desenvolupament d'un món que va envellint, a aconseguir salut i benestar per a les persones grans, per tal de millorar la seva qualitat de vida, i finalment, a garantir entorns que potenciïn la gent gran i els donin suport. Per tant, les noves aportacions que es facin en l'àmbit de l'envelliment, haurien de girar entorn d'aquestes propostes consensuades a nivell internacional.

El procés d'envelliment cal plantejar-lo des d'una perspectiva biopsicosocial, integrant-hi els canvis físics, cognitius, emocionals i socials, que seran únics i específics per a cada persona. En aquest sentit, és fonamental fomentar la prevenció, tenint en compte la importància

de controlar els factors de risc cardiovascular, fer activitat física, gaudir d'una bona alimentació, dormir bé, no fumar ni beure alcohol en excés, entre altres. Alhora, estudis recents plantegen, cada vegada més i d'una manera més concloent, els efectes beneficiosos de l'activitat cognitiva general, ja que contribueixen al desenvolupament de la capacitat de reserva cognitiva, la qual pot mitigar els efectes dels canvis cognitius associats a l'edat, oferint, a la vegada, certa protecció contra l'inici d'un procés neurodegeneratiu. Per tant, els esforços, en l'actualitat, haurien de dirigir-se a afavorir l'envelliment saludable, per tal d'incrementar l'autonomia i el benestar en la vellesa, tant a nivell individual, com familiar, com social. Aquestes actuacions permetran afavorir el procés d'envelliment, atenuant així els efectes de la dependència i millorant la qualitat de vida de les persones grans. Alhora, l'atenció a la dependència i a les famílies cuidadores es constitueix com un dels eixos fonamentals per a millorar el benestar personal i familiar de la gent gran.

La presentació d'un monogràfic sobre envelliment suposa tot un repte i alhora una oportunitat per reflexionar sobre un procés que ens concerneix a tots, tant des d'un vessant acadèmic, com professional, com personal. Per això, volem incloure en aquesta presentació les reflexions que ens ha aportat la psicòloga Silvia Viel, que ha estat professora de la Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna (FPCEE Blanquerna) de la Universitat Ramon Llull i que ha tingut una àmplia experiència professional en l'àmbit de l'atenció a les persones grans. Ho fem subratllant els tres eixos temàtics que ella planteja per tal d'abordar l'experiència emocional d'envellir (l'envelliment com una fase del desenvolupament, l'envelliment com l'elaboració d'un dol i l'envelliment com un procés d'adaptació), respondent a la qüestió que li adrecem en termes de l'envelliment entès com a nova oportunitat:

L'envelliment com una fase del desenvolupament. L'experiència emocional d'envellir correspon al terreny de la subjectivitat, no sorgeix a 65 anys, sinó que es va gestant des del naixement fins a la mort. A llarg d'aquesta trajectòria vital, cada persona articula els canvis de la vida comptant amb el seu propi equipatge emocional.

Erikson va ser el primer psicoanalista que l'any 1950 va estendre el concepte de desenvolupament en l'adulthood, amb les seves Vuit Edats de l'Home, considerant-lo com un continu que abasta tota l'existència, des del naixement fins la mort. En cadascuna d'aquestes fases la persona ha d'afrontar i dominar forces contràries que exigeixen una síntesi. En la vellesa, el que s'hi juga és la síntesi entre la integritat del jo i la desesperança. Aquest autor utilitza l'expressió «integritat del jo» per referir-se a la seguretat acumulada per l'ésser humà respecte a l'harmonia i al significat, a la dignitat del propi estil de vida i al sentiment d'integració en la cultura. La persona gran que, com diria Erikson, ha sabut cuidar i cuidar-se, s'adaptarà als seus triomfs i a les seves desil·lusions inherents al fet d'haver estat generadora de productes i idees en un madurar gradual, juntament amb altres, al llarg de tot el seu cicle de vida. Aquest ideal Erikson l'anomena «saviesa». Per contra, la desesperança traduiria un malestar amb si mateix en forma de sentiments de frustració, desgana, dubte, vergonya, ineficàcia, culpa, soledat, desconfiança, por, tristesa... i terror respecte a la proximitat de la mort. La perspectiva de desenvolupament es basa en quatre aspectes: l'acceptació del nou esquema corporal i la identitat de ser gran; l'elaboració dels dols per la persona que un va ser i que no tornarà a ser mai més; l'acceptació del final de la vida i, finalment, la reactivació de tota la problemàtica al voltant de la individuació i la dependència. Amb la vellesa se sol produir un procés d'increment de la interioritat, de manera que la mirada que va estar focalitzada a l'exterior passa a concentrar-se en el món interior. És un moment privilegiat d'introspecció, de balanç entre el que un va ser i el que és actualment. Aquesta interioritat implica un «repàs» per la història de vida, però també, una possibilitat de «re-escritura» d'aquesta. Una altra línia de pensament, complementària a l'anterior, suposaria reflexionar sobre el següent punt, que fa referència a l'envelliment com l'elaboració d'un dol.

L'envelliment com l'elaboració d'un dol. Acceptar la vellesa és un procés complex, gradual, dolorós de vegades, ja que comporta fer-se càrrec d'experiències de separació i poder mantenir actiu el desig de la vinculació, de la relació, de la participació.

La vellesa es podria anomenar l'«edat dels dols», pel fet que són nombroses i constants les pèrdues de familiars, d'amics i també les pèrdues de funcions o capacitats, tant mentals com corporals. Aquestes pèrdues que tenen lloc d'una manera tan accelerada en el temps, sobrecarreguen l'aparell mental, i la seva elaboració constitueix una de les tasques específiques i fonamentals que han de processar el psiquisme de la persona gran. Les respostes a aquestes situacions estan influenciades per les experiències prèvies i per la qualitat de les relacions que s'han tingut anteriorment. Podem dir que són nombroses les persones que envellixen de manera satisfactòria. Tenen un concepte positiu d'elles mateixes, se senten estimades i valorades, es vinculen positivament amb els altres, tenen recursos interns suficients que els permeten mantenir viu el desig de viure malgrat els canvis i les limitacions corporals. Entre les persones que no envellixen bé, hi ha aquelles que se senten com algú que ha perdut el seu valor, manifestant un sentiment d'abandonament, d'apatia, de desesperança davant

la vida, amb dificultats en la regulació de l'autoestima.

La transformació que produeix l'envelliment remet, des del punt de vista psicològic, al procés identificatori, perquè cal elaborar una nova representació d'un mateix. Per concebre l'envelliment, cal donar per finalitzada la representació del jove que se'n va anar. La persona gran, a més de la tasca constant d'elaborar els seus dols, ha de conservar un bon nivell d'autoestima. Per això ha de ser conscient dels recursos positius que encara té, és a dir, les capacitats que conserva, evitant de sentir-se una ruïna sense valor. Mentre que l'aparició de reminiscències, de records és un indicador de l'elaboració normal del dol, la nostàlgia suposa una tristesa dolorosa a l'hora de recordar, en la qual el subjecte posa l'accent en el que no ha estat assolit, en allò que no ha aconseguit. L'ideal que es presenta al subjecte és inabastable i així sorgeixen sentiments de culpabilitat i de frustració. La persona recorda amb dolor, experimentant un malestar. Qui sóc ara? Què faré? Quant valc jo? són preguntes que inquieten i que plantegen una recerca de sentit per al temps que queda per viure.

La capacitat d'estimar i la capacitat de ser estimat són dues condicions bàsiques de la qualitat de vida de la persona gran. En la vellesa hi ha la capacitat d'estimar, sempre que es conservi la capacitat reparatòria, sempre que es mantingui el desig de la trobada amb els altres. Per tant, el desig d'estimar no es perd amb l'edat si s'estima la vida. El perill és l'augment de l'egocentrisme com a reacció a les pèrdues biològiques i culturals. L'única impotència real és la manca de desig, de comptar amb l'altre. Quan l'elaboració d'aquestes pèrdues no es realitza satisfactòriament, es produeix un empobriment de la personalitat, que atempta contra la capacitat d'estimar, de gaudir, de treballar, de comunicar, característiques associades a una bona manera d'envellir. Cada societat determina la seva pròpia mirada sobre la vellesa i transmet els seus valors i models sobre la gent gran i sobre les pràctiques dels professionals que intervenim sobre aquest col·lectiu de persones. Per tant, envellir suposa un procés d'adaptació al món en el qual a cada un li ha tocat de viure.

L'envelliment com un procés d'adaptació. La identitat personal es construeix dins un context social més facilitador d'experiències d'enriquiment personal o dins un altre que no ho és tant. La societat actual és precària pel que fa a la seva contribució a la creació d'oportunitats d'envelliment satisfactori. L'actual generació de persones grans hauria de trobar nous rols desenvolupats dins de dissenys socials participatius que els permetessin recuperar el propi protagonisme.

Revisem algunes de les característiques del moment social actual i la seva repercussió sobre la gent gran. Quan parlem de gent gran, tenim present l'edat de 65 anys –moment de la jubilació– com a inici de l'etapa de la vellesa. Per a una societat centrada en la producció, el treball és l'eix al voltant del qual s'organitzen les formes de vida de les persones. Com que no s'ha creat un rol social que substitueixi el dels treballadors, aquells que deixen de treballar passen a ser «ningú socialment» i això porta a la pèrdua de la identitat social. La jubilació pot implicar una ruptura dels vincles i les relacions que s'han anat construint al llarg de la vida laboral, per passar a disposar

d'un temps lliure per al qual, en general, les persones no s'han preparat. A la persona que se jubila se li planteja la contradicció entre la imposició social de la jubilació i la necessitat de relació i integració social.

La supervivència fins a edats avançades converteix les persones grans en autèntics pioners d'una geografia vital fins ara deserta i inexplorada, de la qual no es tenen antecedents. Amb l'augment del temps de vida, la vellesa no és un estat transitori previ a la mort, sinó una època de durada incerta i en augment. És això el que marca una diferència radical entre les imatges del «vell» que es van tenir en el passat i de «ser vell» en la postmodernitat: la vellesa ja no és un estat de pas, sinó un lloc on es viu o es sobreviu segons sigui el cas. Aquesta època de la postmodernitat ha estat anomenada «l'imperi de l'efímer», en al·lusió a la vertiginosa època dels canvis, producte de la revolució tècnica i de la globalització econòmica. La velocitat, el soroll, la fugacitat dels fets i la pressa són característiques de la nostra forma de viure, com si la meta fos acumular dades banals que ràpidament deixen de tenir sentit. Avui, ens preocupa allargar la vida i escurçar les circumstàncies. Les relacions humanes són breus i és difícil construir vincles. Més que relacionar-se, les persones es connecten, com circuits que s'encenen i s'apaguen, es connecten com els ordinadors, amb la llibertat de desconnectar-se en el moment en què es vulgui posar distància. S'han descobert formes de comunicar-se a distància, però això no ha aconseguit recuperar la proximitat amb l'altre. La idea de durada, que podria simbolitzar la vellesa, es reemplaça com a valor social i cultural per la idea d'instantaneïtat. Però en allò que és instantani no és possible narrar la pròpia experiència. Així, la vellesa, que es construeix a través de la història de vida, del relat, queda exclosa de la representació social. Aquesta transformació radical produeix efectes desqualificadors del saber de la gent gran: devaluació i depreciació de la memòria viva i crisi de la tradició. Se substitueix la memòria col·lectiva per la memòria electrònica. Es valora la memòria com a arxiu, que també és vulnerable i precari com la memòria personal. En aquest context social es té una visió esbiaixada i amb prejudicis del col·lectiu de la gent gran. Es parla d'ells com si tots fossin iguals, com a persones que no produeixen, no aporten, originen despeses, com una càrrega. I el pitjor és que molts han interioritzat aquest sentiment d'inutilitat, sentint en el més profund del seu ésser que ningú no els necessita, ni esperen res seu, perquè no tenen coses valuoses per a donar.

La interrelació entre la persona gran i la seva família, així com el paper de l'una i de l'altra en la societat han evolucionat en les últimes dècades. En la família actual, reduïda a mida, desenganxada de familiars, ficada en espais mínims, la persona gran de vegades no hi té cabuda. Actualment també apareixen noves formes o modes de subjectivació, en les quals els membres grans han hagut d'incrementar la seva relació de responsabilitat amb els membres de generacions més joves. Moltes persones grans són les principals responsables de la cura dels nêts, de manera que el paper d'avi ha adquirit major transcendència en la vida familiar, podent-les considerar com les guardianes de la família, la xarxa de seguretat, l'element de cohesió, símbol d'unió de diverses vides,

reserves de temps, ajuda i atenció.

Els darrers canvis que ha experimentat la societat, la tecnologia, la medicina, han allargat l'esperança de vida de les persones, s'han sobrepassat les barreres cronològiques que es van emprar per a delimitar la vellesa i han aparegut malalties cròniques degeneratives que han contribuït a identificar el deteriorament i la invalidesa com a característiques de la persona gran. Cobra especial significat la consideració de la persona gran com algú malalt; així, al temor d'envel·lir s'hi afegeix la por del deteriorament, de la invalidesa. La persona gran és vista com algú malalt que necessita que la cuidin i no com una persona capaç de tenir desitjos i projectes per a organitzar la seva vida futura. Se la considera com algú que és objecte d'atencions, no com un subjecte de desitjos. S'associa l'envel·liment a la dependència i es percep com una càrrega per a la societat dels joves.

Per tant, s'haurien de potenciar actituds preventives que consideressin la persona gran com a subjecte, com a algú que pot intervenir respecte ell mateix en la millora de la seva qualitat de vida. La societat també podria canviar aquestes mirades reduccionistes envers la persona gran, apostant per una vellesa satisfactòria més que saludable, estimulant intervencions professionals més lligades a l'ètica del desig, que a l'ètica de la cura.

Com a **conclusió** i en resposta a la qüestió sobre què passaria si, en comptes de pensar en la vellesa com un problema es considerés com una nova oportunitat de construir un projecte de vida, podem respondre el següent: si bé envellir suposa afrontar canvis i pèrdues, es tractaria de descobrir noves maneres de vinculació, en lloc de paralitzar l'activitat i perdre el desig. La resposta caldrà trobar-la en cada persona i no en patrons preestablerts. Acceptar la vellesa requereix conservar l'aliança amb la generació passada, a la vegada que cedir a favor de la nova. La persona gran és la dipositària de la funció vinculadora entre generacions, de transmetre, contar, comunicar, lliurar mitjançant la paraula. És un treball d'enllaçar passat, present i futur, de redescobrir la pròpia història, donant-hi significat a partir d'un present de menor treball productiu i reproductiu, de menor esforç físic, la qual cosa redunda en un major treball emocional. El rol de la persona gran és el de mediador en la conversa entre generacions. És important per a ell sentir-se una part dins la cadena generacional i fomentar la seva identitat. La persona gran ha de triar, com un desafiament, entre quedar-se amarrat a aquests significants negatius o descobrir nous camins per a construir la seva identitat.

Voldríem expressar el nostre agraïment a Silvia Viel per haver pogut incloure en aquesta presentació les seves reflexions sobre el procés de fer-nos grans des d'una aproximació interna, tant per la seva vàlua en la comprensió d'aquest procés de la nostra vida, com pel fet que emmarquen els eixos temàtics dels articles que conté el present monogràfic. Per això aquest estudi porta per títol *Envel·liment i salut*, per tal donar cabuda a una visió d'aquest procés vital des d'un vessant positiu, que ens porti coneixements per gaudir-ne, tant professionalment com personalment, de la manera més meritòria i saludable possible.

En la nostra societat hi ha un progressiu augment de la longevitat. «És una bona notícia: vivim més i possiblement millor», ens planteja Antoni Nello en el seu assaig *Reptes ètics de l'atenció a la gent gran*, però alhora ens planteja nous reptes, també ètics, que cal plantejar en termes de coresponsabilitat. En l'atenció a la gent gran, és necessària l'articulació de les responsabilitats, les quals corresponen als professionals que els atenen, als familiars i a les persones cuidadores, i a la societat en general, tenint present també la responsabilitat de la mateixa persona gran.

En el marc de l'envelliment com a procés que té lloc al llarg de tota la vida, es van produint canvis a nivell físic, emocional, cognitiu i social que cal conèixer per tal de fomentar la prevenció i l'envelliment saludable, tant en les persones grans com en els seus familiars. Pel que fa als canvis físics, **Antoni Salvà, Laura Coll i Xavier Rojano**, en el seu article *La fragilitat en les persones grans*, ens parlen del concepte de fragilitat, que fa referència a un estat d'elevada vulnerabilitat en les persones grans, la qual cosa comporta un major risc per a la salut. Ens refereixen que l'activitat física és fonamental per a la prevenció i el tractament de la fragilitat, ja que millora la massa muscular i la força, el deteriorament funcional, la inactivitat física i, fins i tot, el rendiment cognitiu i la depressió. En aquesta mateixa línia, **Carme Martin, Maria Giné, Jesús Fortuño i Myriam Guerra**, en el seu article *Activitat física i envelliment*, plantegen l'activitat física com un instrument de gran utilitat per tal de minimitzar els efectes de la progressiva pèrdua de funcionalitat en l'envelliment, de manera que un estil de vida saludable és fonamental per a mantenir un envelliment òptim. Cal dir que les pràctiques físiques i esportives vinculades a les persones grans, a Catalunya s'han desenvolupat considerablement en els darrers anys, amb un increment de la conscienciació de la pràctica d'activitat física per a la prevenció de malalties cròniques i per a l'augment de l'esperança de vida. En aquest sentit, **Jesús Fortuño, Myriam Guerra, Jordi Segura, Carme Martin i Maria Giné**, en el seu article *Características de la Salud de las Personas Mayores que practican Ejercicio Físico de carácter comunitario en Catalunya con respecto otro tipo de prácticas dirigidas a este colectivo*, ens descriuen la qualitat de vida relacionada amb la salut en persones que participen en programes d'exercici físic per a persones grans en la nostra comunitat.

Un altre dels canvis físics que cal tenir molt presents en el procés d'envelliment fa referència a la pèrdua auditiva, ja que és un dels canvis més comuns en les persones grans i comporta importants implicacions en la qualitat de vida, per la seva relació amb la comunicació. En aquest sentit, en l'article de **Jesús Valero, Olga Bruna i Sara Signo**, *Envelliment i comunicació: interrelació entre els factors auditius, cognitius i emocionals*, s'aporten evidències científiques sobre l'impacte negatiu que la presbiacusia pot tenir tant en l'esfera comunicativa com en l'àmbit cognitiu i emocional, fent èmfasi en la importància de la seva

avaluació i intervenció des d'una perspectiva interdisciplinària.

Pel que fa als canvis afectius, en el seu article *Canvis emocionals en l'envelliment*, **Belén Garzon i Pedro Roy** ens descriuen les característiques dels trastorns depressius, ansiosos i dels trastorns bipolars, les peculiaritats de cada entitat i les formes de manifestar-se en les persones grans, com també les conseqüències que generen en la família i en l'entorn social. Per altra banda, **Clara Gomis** ens parla del procés de dol, en el seu article *El dol en la vellesa. Significació i afrontament de la pèrdua de la parella en les persones grans*, a partir d'una revisió de les principals qüestions que emmarquen el dol en l'envelliment, analitzant tant els factors de risc com els de protecció. En l'article *L'envelliment en persones amb trastorn mental sever*, escrit per **Carol Palma, Núria Farriols, Cristina Torres, María Fernández, Isabel Alonso, Miriam Gregorio, Anna Palacios, Anna Salvador, Álvaro Frías i Josep Cañete**, els autors ens presenten un estudi amb l'objectiu de descriure alguns aspectes mèdics i de gestió de casos en població gran afectada per trastorn mental, fent èmfasi en la necessitat de tenir cura de les persones amb malaltia mental d'edat avançada, on la fragilitat física i psicosocial s'accentua a nivell de comorbiditat amb altres patologies mèdiques.

Entre els canvis neuropsicològics associats al procés d'envelliment s'ha descrit la presència de canvis en diverses funcions cognitives, en major o menor grau, entre les quals cal destacar la memòria, especialment la capacitat per a adquirir i fixar informació nova, l'atenció, la velocitat de processament de la informació, les funcions visuoperceptives i les funcions executives, amb una relativa preservació del llenguatge, especialment el vocabulari, i dels coneixements que hem anat adquirint al llarg de la nostra vida. Per tal d'optimitzar el funcionament cognitiu i afavorir un envelliment satisfactori, l'activitat mental i les relacions socials, són fonamentals, ja que, a més, incideixen favorablement en el benestar emocional. Cal tenir present que els canvis de memòria són freqüents entre les persones grans i, en una bona part, aquestes queixes subjectives romandran més o menys estables, sense evolucionar cap a cap quadre de demència. Ara bé, en altres casos, aquestes queixes inicials poden constituir símptomes clínics prodromics d'un possible inici d'un procés neurodegeneratiu. La diferenciació entre les característiques de deteriorament cognitiu que podria indicar la possible presència de demència, dels canvis cognitius propis de l'envelliment, s'ha convertit en un dels reptes de les neurociències en els darrers anys. Per això, en l'article *Nous criteris de recerca per al diagnòstic del deteriorament cognitiu lleu*, **Judit Subirana** ens presenta els principals avenços en la investigació referents al concepte de deteriorament cognitiu lleu i a la malaltia d'Alzheimer, per tal d'emmarcar els nous criteris de recerca.

Com ja hem comentat anteriorment, el progressiu increment de persones grans ha generat un augment

de patologies associades a l'edat que habitualment provoquen dependència, la qual cosa pot incidir greument en la qualitat de vida de les persones afectades i de les seves famílies. Un dels reptes actuals és l'abordatge de les demències, especialment la malaltia d'Alzheimer, motiu pel qual diversos articles del present monogràfic tracten sobre aquest tema. En primer lloc, en l'article *El modelo de la Atención Centrada en la Persona: Análisis descriptivo de una muestra de personas mayores con demencia en centros residenciales*, escrit per **Josep Vila, Feliciano Villar, Montse Celdran i Elena Fernández**, es fa una anàlisi descriptiva d'una mostra de persones que pateixen demència, ingressades en una institució, per tal d'avaluar la qualitat assistencial que reben, aplicant el *Dementia Care Mapping* (DCM) com a metodologia d'observació sistemàtica i com a instrument que aporta noves variables com el benestar emocional, la diversitat ocupacional i la qualitat de la interacció social. En els darrers anys, s'estan començant a dur a terme estudis per tal de determinar els canvis cognitius i emocionals en el procés d'envel·liment en persones amb discapacitat intel·lectual. En aquest sentit, en l'article *Canvis neuropsicològics en el procés d'envel·liment en les persones amb Síndrome de Down*, **Sara Signo, Olga Bruna, Roser Fernández, Glòria Canals, Laura Mangado i Tània Manzano**, es descriu un estudi multicèntric que s'està duent a terme amb la finalitat de determinar el patró de deteriorament i l'evolució dels canvis cognitius i emocionals en el procés d'envel·liment en les persones amb Síndrome de Down, per tal de facilitar la seva detecció precoç i poder millorar, així, la seva qualitat de vida.

Pel que fa a l'atenció als cuidadors de persones amb demència, els estudis sobre el cuidador familiar són els més nombrosos i refereixen canvis a nivell psicològic, físic, social i familiar, com també a nivell econòmic, els quals provoquen habitualment sobre càrrega, estrès i burnout i afecten la seva salut i el seu benestar. En l'article *El rol de cuidador en l'atenció a persones amb demència*, **Olga Bruna, Eulàlia Ros, Eulàlia Cucurella, Sara Signo, Carla Dalmau i Mariona Brocal**, descriuen els trets característics dels cuidadors no professionals –siguin familiars o no–, fent èmfasi, alhora, en les noves línies d'investigació que han sorgit en els darrers anys, les quals se centren també en els aspectes més positius del fet de cuidar, en el marc del desenvolupament de la psicologia positiva. En el present monogràfic també hi hem inclòs l'article *Aportacions de la musicoteràpia a les persones amb demència*, escrit per **Carme Solé, Melissa Mercadal, Mónica De castro i Adrián Galati**, en el qual fan conèixer els beneficis que la musicoteràpia pot aportar a les persones amb demència pel que fa a la millora de la seva qualitat de vida. Finalment, **Maria José Ciudad i Ignasi Sáez**, en el seu article *Aplicaciones de les TIC a l'envel·liment i a la demència: estat actual i experiències*, ens descriuen l'aplicació de les Noves Tecnologies de la Informació i la Comunicació a l'envel·liment i a les demències, amb la finalitat de

reduir l'ús i la necessitat dels serveis sanitaris, per tal de millorar la qualitat de vida i ajudar a mantenir la persona en el seu domicili.

Per concloure, voldríem agrair a tots els autors la seva participació en aquest monogràfic sobre envel·liment i salut, com també les seves aportacions sobre aquest tema des d'una perspectiva interdisciplinària i integral. Amb aquestes aportacions, tant des del vessant científic com des de l'experiència professional, esperem haver contribuït a millorar el coneixement d'aquest procés propi de la nostra vida.

Olga Bruna

Editora de Temàtica 30(1)