



Comunicado de la SEGG respecto a las restricciones de contacto social en las residencias de mayores.

La Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG), ante las restricciones de contacto social que están sufriendo las personas que viven en residencias de mayores en la lucha contra el coronavirus, y que suponen la disminución o anulación de visitas de familiares y amigos y de salidas al exterior de los residentes, **MANIFIESTA** que:

- La restricción de la movilidad y el contacto social tiene importantes repercusiones negativas en el adulto mayor, especialmente un incremento en la incidencia de síndromes geriátricos.
- El aislamiento, máxime entre quienes ya lo han sufrido previamente, puede suponer la pérdida de anclajes afectivos y motivaciones, y por tanto pérdida de sentido de vida. La restricción del contacto social favorece la aparición de trastornos afectivos como el síndrome de ansiedad, la distimia o la depresión.
- Desde la perspectiva funcional, el confinamiento y las limitaciones de movilidad asociadas al mismo, favorecen el sedentarismo y, por lo tanto, la aparición de sarcopenia (pérdida de masa y función muscular) y fragilidad.
- También pueden producir síndrome de inmovilidad e incrementar la incidencia de incontinencia urinaria o el agravamiento de la misma, si estaba ya presente antes del confinamiento.
- Desde la perspectiva cognitiva y conductual, las restricciones de la movilidad y de relaciones sociales rompen las rutinas habituales pudiendo agravar los deterioros cognitivos ya presentes, incrementando la incidencia de sintomatología conductual y de delirium.

La protección de la salud pública no sólo es proteger del contagio a las personas mayores, sino también estimular la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud a través de la realización de actividad física y contacto social frecuentes.

La SEGG es consciente de que desescalar siempre conlleva rebotes en el contexto actual de la enfermedad en nuestro país. Estos rebotes pueden afectar especialmente a las residencias de personas mayores por sus características, por tanto, que hay que extremar las precauciones en esta población, pero el aislamiento extremo está causando importantes efectos secundarios en estas personas, afectando a veces, muy gravemente, a su estado de salud físico, psíquico y emocional.

Por ello, SOLICITA a las autoridades sanitarias la búsqueda permanente del difícil equilibrio entre proteger del contagio por coronavirus, los derechos de estas personas, y la posibilidad de realizar una vida lo más normal posible.

Y, siempre en función de la progresión de la epidemia, SOLICITA que se intenten facilitar al máximo los contactos sociales y las salidas al exterior.

En los momentos en los que nos sea posible, SOLICITA mantener todas las vías posibles de comunicación (teléfono, videoconferencia...) y sobre todo, se incremente el número de actividades físicas, sociales y ocupacionales dentro de la misma residencia, reforzando los profesionales que sean necesarios para este fin.