

## **Efecto de la edad en las funciones ejecutivas.**

Cuando hablamos del concepto de funciones ejecutivas lo entendemos como íntimamente ligado al de resolución de problemas. La resolución de problemas se refiere a conductas específicas, como la formación de conceptos y la capacidad de cambiar de rutina mental, que afectan a la calidad con que se realiza una tarea. El de funciones ejecutivas es un término más amplio que compagina procesos que incluyen anticipación, selección de objetivos y planificación u organización. Estos dos términos descritos a menudo se emplean conjuntamente para describir los procesos de percepción de los parámetros relevantes de una situación, activación de los almacenes de experiencias y planificación de nuevas secuencias de comportamiento. Para llevar a cabo estas habilidades se requiere de una serie de pasos o niveles que pueden estructurarse de la siguiente forma:

1. **Motivación.** Para iniciar cualquier actividad que requiera un esfuerzo de pensamiento, es necesario tener un motivo que haga urgente la tarea y necesita una resolución. La determinación de objetivos, de lo que uno necesita y desea, precisa de autoconciencia y motivación. En personas con sintomatología depresiva puede apreciarse baja motivación. Obviamente, una alteración de la motivación puede influir en el intento o en la forma de resolución del

problema. La motivación es, por lo tanto, una condición necesaria para que se inicie y mantenga un proceso ejecutivo.

2. Planificación. Analizar la tarea y considerar distintas soluciones previamente a la realización de cualquier acción. La impulsividad o falta de análisis de la tarea antes de responder conduce a respuestas erróneas por haberse centrado solo en cualidades superficiales. En esta fase se requiere capacidad para anticipar el futuro con relación a las circunstancias presentes y sopesar distintas alternativas.
3. Ejecución. Se refiere a la puesta en marcha de las conductas necesarias para cumplir el objetivo. Se requiere iniciación, mantenimiento, cambio y finalización de secuencias de conducta complejas de forma ordenada e integrada. En este proceso interfieren frecuentemente dos tipos de conducta: la perseveración, que implica la insistencia en una respuesta que ya no es relevante o útil, y la persistencia o dificultad de mantener en el tiempo una respuesta voluntaria que si es productiva.
4. Evaluación del rendimiento. El proceso se dará por finalizado sí la solución corresponde al objetivo inicial. De no ser así, proseguirá la búsqueda de estrategias. En esta fase se requiere capacidad de regulación y autocorrección de las conductas llevadas a cabo.

Aunque las investigaciones difieren sobre la afectación que el envejecimiento tiene en los lóbulos frontales, si parece evidente que las funciones ejecutivas estarían entre las funciones cognitivas sensiblemente afectadas por el envejecimiento. Es a cierta afectación frontal que se atribuyen algunos de los tópicos que, a menudo, se asocian a la forma de ser de las personas mayores y que tienen que ver con las funciones ejecutivas: rigidez de pensamiento, ritualización, labilidad emocional, tendencia a la indiferencia y al aislamiento, etc.

Es importante conocer los efectos que la edad o, en su caso, determinados trastornos pueden tener en las funciones ejecutivas, ya que tales funciones están relacionadas con el desempeño de las actividades de la vida diaria. Se ha sugerido que, en la medida en que las funciones ejecutivas estén íntegras, una persona puede mantenerse productiva e independiente, incluso padeciendo otras pérdidas cognitivas. El declive que la edad pueda producir en las funciones ejecutivas no es homogéneo, puesto que están formadas por distintos componentes (recordemos: capacidad de planificación, toma de decisiones, flexibilidad, etc.). Aunque aún es un aspecto sujeto a actuales y futuras investigaciones, estas son algunas hipótesis sobre los efectos del envejecimiento en las funciones ejecutivas:

-Es probable que el enlentecimiento general que experimentan algunos mayores en el procesamiento de información o en la toma de decisiones se deba a la disfunción ejecutiva.

-Algunos de los componentes ejecutivos, como la flexibilidad cognitiva, no parecen afectarse hasta después de los 70 años, aunque existen distintas teorías al respecto.

-Es bastante aceptado que la edad influye en la capacidad de planificación, pero no está claro cuál es la edad más crítica a partir de la cual pueden percibirse tales efectos. Las dificultades pueden apreciarse en aspectos como la regulación de la propia conducta para seguir un plan establecido, o la necesidad de un mayor esfuerzo para captar el sentido abstracto o figurado de las cosas.

En suma, aunque los resultados de las investigaciones muestran gran heterogeneidad en el efecto que el envejecimiento pueda tener en las funciones ejecutivas, es muy importante conocer qué son y cómo se manifiestan para poder detectar conductas que puedan ser indicativas de trastornos subyacentes. En el caso del envejecimiento normal, conocer sus posibles limitaciones puede conducir a tomar decisiones sobre el estilo de vida, las necesidades de ayuda o supervisión, etc.