



INSTITUTO SUPERIOR
Tecnológico de Ciencias Religiosas y
Educación en Valores
SAN PEDRO

CARRERA DE PROMOCIÓN SOCIAL COMUNITARIA

PROYECTO DE TITULACIÓN

Previo a la obtención del título de

TECNÓLOGO EN PROMOCIÓN SOCIAL COMUNITARIA

MODALIDAD: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.

TEMA

Plan de acción para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad
“La López” del Cantón Chone

AUTORES

Wendy Jamileth Mendoza Santos

Silvia Ximena Zambrano Rodríguez

TUTORA

Ing. Aracely Cornejo Villegas.

Portoviejo-Manabí-Ecuador

2024

ISTSPE

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Quien suscribe, Ing. Aracely Cornejo Villegas, docente de la carrera de Promoción Social Comunitaria del Instituto Superior Tecnológico en Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, en calidad de tutor del trabajo de titulación: PLAN DE ACCIÓN PARA FORTALECER LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN LA COMUNIDAD "LA LÓPEZ" DEL CANTÓN CHONE, desarrollado por las estudiantes Mendoza Santos Wendy Jamileth y Zambrano Rodríguez Silvia Ximena, cumple con los requisitos establecidos, a la vez que doy fe de:

- La verificación de que el trabajo desarrollado por los estudiantes cumple con el diseño metodológico y rigor científico según la modalidad escogida por los autores.
- Asesoramiento oportuno a los estudiantes en el desarrollo del trabajo de titulación.
- Confirmación de la Originalidad del Trabajo

Portoviejo, Junio 2024



Ing. Aracely Cornejo Villegas
DOCENTE ISTSPE

AUTORÍA

El presente Proyecto de investigación titulado: **Plan de acción para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad “La López” del Cantón Chone** es absolutamente original, auténtico y personal. En tal virtud, el contenido, efectos legales y académicos que se desprenden del mismo son de exclusiva responsabilidad del autor.

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

En calidad de tribunal calificador del Informe Final del Trabajo de Titulación presentado por las señoritas Mendoza Santos Wendy Jamileth y Zambrano Rodríguez Silvia Ximena, estudiantes de la Carrera de Promoción Social Comunitaria, bajo la Modalidad Proyecto de Investigación, titulado “Plan de acción para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad la López del Cantón Chone”, nos permitimos informar que el trabajo ha sido revisado y calificado de acuerdo al Artículo 31 literal c del Reglamento de Régimen Académico, emitido por el CES como requisito previo a la obtención del Título de Tecnólogo en Promoción Social. Para cuya constancia suscribimos, juntamente con la señora presidenta del Tribunal.

Portoviejo, Junio 2024



Primer miembro


Segundo miembro
Tercer miembro

DERECHOS DE AUTOR.

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico de Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, para que haga uso de este Trabajo de Titulación como un documento disponible para la lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los derechos de mi trabajo de Titulación a favor del Instituto Superior Tecnológico de Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, con fines de difusión pública. Además, autorizo su reproducción total o parcial dentro de las regulaciones de la institución.

Portoviejo, Junio 2024

Mendoza Santos Wendy Jamileth

f.  _____

Zambrano Rodríguez Silvia Ximena

f.  _____

DEDICATORIA.

Dedicamos este logro a Dios quien nos ha concedido el privilegio de la vida, la salud y del razonamiento e inteligencia para poder prepararnos a nivel profesional y así poder cumplir nuestro más anhelado sueño.

A nosotras mismo por la constancia y el empeño que le pusimos a nuestra carrera, por superar cada obstáculo y haberlo convertido en una fortaleza para continuar.

A nuestros padres por brindarnos su amor desde el día uno, a mi hija Zoe, también a los hijos de mi compañera Silvia que son Ricardo, Snaider, y Jesús por ser el motor que nos inspiraban a seguir adelante, dedicamos con todo el corazón y el sentir hacia a ellos este tan anhelado logro que hoy por hoy tenemos la dicha de compartir.

Mendoza Santos Wendy Jamileth

Zambrano Rodríguez Silvia Ximena

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradecemos a Dios por sus bendiciones por habernos guiado y dado las fortalezas para poder seguir adelante, permitiéndonos cumplir nuestras metas y propósitos.

A nuestras familias por sus consejos, su constante amor y apoyo incondicional en el transcurso de nuestra carrera estudiantil, gracias por incentivarnos y sostener nuestras manos cuando sentíamos decaer.

A nuestra tutora de tesis la ING Aracely Cornejo, gracias por su guía y apoyo en este proceso, a los docentes con quienes compartimos en todo este trayecto de aprendizaje, gracias por sus enseñanzas y formación.

Mendoza Santos Wendy Jamileth

Zambrano Rodríguez Silvia Ximena

INDICE DE CONTENIDO

Introducción.....	1
1. CAPITULO 1.....	4
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.2 Formulación del Problema.....	6
1.3 Justificación	6
1.4 Antecedentes.....	7
1.5 Delimitación	9
1.5.1 Delimitación Temporal.....	9
1.5.2 Delimitación Espacial.....	9
1.6 Objetivos.....	10
1.6.1 Objetivo General.....	10
1.6.2 Objetivos Específicos	10
2. CAPITULO II.....	11
2.1 MARCO TEÓRICO.....	11
2.2 Envejecimiento poblacional en América Latina.....	11
2.2.1 Factores que impulsan el envejecimiento poblacional.....	12
2.2.2 Implicaciones del envejecimiento poblacional en Ecuador	14
2.3 Políticas y legislación en Ecuador	15
2.3.1 Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores.....	16
2.3.2 Otras políticas gubernamentales relevantes	17
2.4 Experiencias internacionales exitosas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores	18

2.5	Programas y Servicios de atención para las personas adultas mayores en Ecuador	20
2.6	Necesidades y prioridades de los adultos mayores	22
2.7	Enfoque holístico y desarrollo humano sostenible	23
3.	CAPITULO III.....	28
3.1	DISEÑO METODOLÓGICO	28
3.1.01	Enfoque de Investigación	28
3.1.02	Línea de Investigación.....	28
3.2	Población y Muestra	29
3.3	Métodos de investigación utilizados.....	29
4.	CAPITULO IV.....	31
4.1	Resultados y Discusión.....	31
4.2	Discusión de los datos recolectados.....	42
4.3	PROPUESTA DE PROYECTO	43
4.3.1	Tema	43
4.3.2	Datos informativos.....	43
4.3.3	Descripción de la propuesta.....	44
4.3.4	Antecedentes de la propuesta.....	45
4.3.5	Justificación	45
4.3.6	Impacto	46
4.3.7	Objetivos de la propuesta.....	46
	Objetivo general	46
	Objetivos específicos	46
4.3.8	Análisis de factibilidad	46

4.3.9	Diseño de la propuesta (acciones)	47
4.3.10	Duración	47
4.3.11	Evaluación	47
5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	48
5.1	Conclusiones.....	48
5.2	Recomendaciones	49
	Referencias	50

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1	Ubicación del sitio La López - Chone - Manabí	10
----------------------	---	----

INDICE DE FIGURAS

Figura 1	¿Sexo del adulto mayor encuestado?.....	32
Figura 2	¿Cuántos familiares viven con usted?	33
Figura 3	¿Se siente cómodo en el tipo de vivienda que vive?	34
Figura 4	¿Recibe alguna ayuda económica de parte del gobierno?	35
Figura 5	¿Cuál es su principal ingreso económico?	36
Figura 6	¿Cuáles son las actividades que se le dificultan realizar actualmente?	37
Figura 7	¿Tiene alguna enfermedad degenerativa?	38
Figura 8	Recibe tratamiento especializado para sus enfermedades	39
Figura 9	¿Cuenta con algún seguro?.....	40

Figura 10 ¿Asiste o le visitan de algún programa social de parte de algunas de estas entidades?	41
--	----

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 ¿Sexo del adulto mayor encuestado?	31
Tabla 2 ¿Cuántos familiares viven con usted?.....	32
Tabla 3 ¿Se siente cómodo en el tipo de vivienda que vive?.....	33
Tabla 4 ¿Recibe alguna ayuda económica de parte del gobierno?.....	34
Tabla 5 ¿Cuál es su principal ingreso económico?	35
Tabla 6 ¿Cuáles son las actividades que se le dificultan realizar actualmente?	36
Tabla 7 ¿Tiene alguna enfermedad degenerativa?	37
Tabla 8 Recibe tratamiento especializado para sus enfermedades.....	38
Tabla 9 ¿Cuenta con algún seguro?	39
Tabla 10 ¿Asiste o le visitan de algún programa social de parte de algunas de estas entidades?	40

RESUMEN

El presente resumen ofrece una síntesis concisa y precisa del estudio realizado, que tiene como objetivo principal el fortalecimiento de la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone. Se presenta un análisis detallado de las condiciones, necesidades y limitaciones de esta población, así como la propuesta de un plan de acción integral para abordar sus requerimientos físicos, emocionales y sociales.

Se justifica la relevancia de este estudio en el contexto actual, destacando la importancia de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y proporcionarles un entorno favorable para su bienestar general. A través de una metodología rigurosa, se caracterizan las condiciones de los adultos mayores, se identifican las necesidades no cubiertas y se proponen acciones específicas para mejorar su calidad de vida.

Los resultados obtenidos hasta el momento revelan datos significativos sobre la composición familiar, la percepción de la vivienda, el acceso a ayuda económica y servicios de salud, así como las dificultades en actividades cotidianas y la prevalencia de enfermedades degenerativas. Estos hallazgos respaldan la necesidad de intervenciones personalizadas y programas de apoyo adecuados para esta población.

En cuanto a la discusión, se resalta la importancia de promover la participación comunitaria, mejorar el acceso a recursos sociales y servicios de salud, y desarrollar programas integrales de atención y cuidado para adultos mayores. Se concluye que estas medidas son fundamentales para mejorar la calidad de vida y el bienestar de los adultos mayores en la comunidad "La López".

Palabras clave: adultos mayores, calidad de vida, intervenciones, comunidad, bienestar

ABSTRACT

This abstract provides a concise and accurate synthesis of the study conducted, aimed at enhancing the quality of life of older adults in the "La López" community of Cantón Chone. It presents a detailed analysis of the conditions, needs, and limitations of this population, as well as the proposal of a comprehensive action plan to address their physical, emotional, and social requirements.

The relevance of this study in the current context is justified, emphasizing the importance of improving the quality of life of older adults and providing them with a conducive environment for their overall well-being. Through rigorous methodology, the conditions of older adults are characterized, unmet needs are identified, and specific actions are proposed to enhance their quality of life.

The results obtained so far reveal significant data on family composition, housing perception, access to financial assistance and health services, as well as difficulties in daily activities and the prevalence of degenerative diseases. These findings support the need for personalized interventions and appropriate support programs for this population.

Regarding the discussion, the importance of promoting community participation, improving access to social resources and health services, and developing comprehensive care programs for older adults is highlighted. It is concluded that these measures are fundamental to improving the quality of life and well-being of older adults in the "La López" community.

Keywords: older adults, quality of life, interventions, community, well-being

Introducción

La presente investigación se enfoca en abordar un tema de vital importancia para la comunidad "La López" del Cantón Chone: el fortalecimiento de la calidad de vida de los adultos mayores. En la actualidad, el envejecimiento poblacional es un fenómeno global que presenta desafíos significativos en términos de bienestar y atención a este segmento de la población. En este contexto, es fundamental comprender y abordar las necesidades específicas de los adultos mayores para garantizar su calidad de vida y bienestar integral.

El planteamiento del problema se centra en la identificación de las condiciones y necesidades de los adultos mayores en la comunidad "La López", así como en la formulación de un plan de acción efectivo que contribuya a mejorar su calidad de vida. A pesar de los avances en materia de atención a la población adulta mayor, aún existen desafíos significativos en términos de acceso a servicios de salud, apoyo social, y participación activa en la comunidad, entre otros aspectos relevantes para su bienestar.

En este contexto, los objetivos de la investigación se orientan hacia la caracterización de las condiciones de los adultos mayores en la comunidad "La López", la identificación de necesidades no cubiertas o limitaciones referentes a su calidad de vida, y la propuesta de acciones concretas para favorecer su bienestar integral.

Para abordar estos objetivos, se ha diseñado una metodología de investigación que combina enfoques cuantitativos y cualitativos. Este enfoque mixto permite obtener una comprensión integral de la situación de los adultos mayores en la comunidad "La López", combinando el análisis de datos numéricos y estadísticos con la exploración de patrones y perspectivas a través de métodos cualitativos como la observación directa y la revisión bibliográfica.

1. CAPITULO 1

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En las últimas décadas, el envejecimiento de la población ha emergido como un fenómeno global con profundas implicaciones sociales, económicas y de salud. Este cambio demográfico ha llevado consigo desafíos significativos relacionados con el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores. A nivel latinoamericano y nacional, se evidencian esfuerzos para abordar estas cuestiones, sin embargo, persisten desigualdades y deficiencias en la atención y apoyo a esta creciente población.

Según la CEPAL la acelerada tendencia de envejecimiento que atraviesa la región conllevará a que, para el año 2050, las personas de edad avanzada representen el 25,1% (193 millones) de la población total. Esto implica que habrá 2,1 veces más personas mayores que en el año 2022. (CEPAL, 2022)

De acuerdo con el Observatorio de Envejecimiento del BID, la región de América Latina y el Caribe está experimentando un proceso de envejecimiento a una velocidad notable. Las estimaciones indican que la proporción de la población mayor de 60 años en esta área aumentará del actual 11% al 25% en un lapso de 35 años, casi la mitad del tiempo que le llevó a Europa atravesar una transición demográfica similar. Además, se prevé que la tasa de envejecimiento en la región se acelerará aún más a partir del año 2030. (BID, 2018)

En el contexto de Latinoamérica, la inminente transformación demográfica hacia un perfil poblacional más envejecido plantea desafíos significativos para la región. La rapidez con la que se espera que la población de adultos mayores aumente, según la CEPAL y el Observatorio de Envejecimiento del BID, subraya la urgencia de abordar este fenómeno de manera integral y adaptada a las realidades locales.

En Ecuador el índice que refleja la proporción de la población de más de 65 años conocido como índice de envejecimiento poblacional, actualmente sitúa en 89 personas mayores por cada 100 niños. Se anticipa que este indicador experimentará casi el doble de su valor actual para el año 2050, proyectándose a alcanzar las 165 personas adultas mayores por cada 100 niños. Además, la expectativa de vida al nacer ha experimentado un incremento del 63.4% desde mediados del siglo pasado, pasando de 48.6 años en el año 1950 a 76.7 años en la actualidad. (Forttes, 2021)

Ecuador se encuentra en una posición adecuada en la actualidad para atender las necesidades de las personas adultas mayores, gracias a la implementación de diversas políticas gubernamentales. Entre estas, se destaca la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores, la cual establece los derechos y deberes de esta población, así como las responsabilidades del Estado para asegurar su bienestar. (LOPAM, 2019)

Además, el plan de trabajo del actual presidente Daniel Noboa ha delineado metas específicas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, abordando aspectos como programas de sensibilización, centros de asistencia integral y mejoramiento del sistema de pensiones, y la promoción de su participación activa en la sociedad. (Noboa, 2022)

En general, Ecuador está preparado actualmente para la atención a las personas adultas mayores, pero aún hay desafíos que superar para garantizar que todos los adultos mayores tengan acceso a los servicios que necesitan para vivir una vida digna.

En el contexto local, se observa la necesidad de desarrollar estrategias más específicas y adaptadas a las realidades locales para abordar los desafíos que enfrentan los adultos mayores. El Cantón Chone no escapa a esta dinámica, y la comunidad "La López" se presenta como un microcosmos donde estas problemáticas se manifiestan de manera particular.

Al realizar un análisis detallado de la situación en la comunidad "La López" del cantón Chone, se ha identificado una serie de desafíos que impactan directamente en la calidad de vida de los adultos mayores. El diagnóstico inicial revela condiciones de salud precarias, limitado acceso a servicios médicos y una falta de actividades recreativas adaptadas a sus necesidades específicas.

Además, se evidencian barreras arquitectónicas que dificultan la movilidad de los adultos mayores en espacios públicos y privados. La falta de conciencia comunitaria sobre las necesidades particulares de esta población contribuye a un sentimiento de aislamiento y soledad entre los adultos mayores de la comunidad.

1.2 Formulación del Problema

¿Cómo se pueden diseñar e implementar estrategias específicas y adaptadas a las realidades locales en la comunidad la López del cantón Chone, para abordar los desafíos identificados en cuanto a la calidad de vida de los adultos mayores, considerando el acelerado proceso de envejecimiento poblacional y las particularidades de la atención a esta población en el contexto local?

1.3 Justificación

Esta investigación se fundamenta en la necesidad urgente de abordar los desafíos específicos que enfrentan los adultos mayores en la comunidad "La López" del cantón Chone, Ecuador. Con la aceleración del envejecimiento poblacional a nivel latinoamericano y nacional, es esencial comprender y atender las problemáticas particulares de esta población. La presencia de barreras arquitectónicas y la falta de conciencia comunitaria en "La López" resaltan la urgencia de intervenciones específicas que mejoren la calidad de vida de los adultos mayores en este contexto local.

La investigación también se justifica por la oportunidad de aprender de experiencias exitosas a nivel latinoamericano y nacional, proporcionando ideas valiosas que puedan aplicarse y adaptarse a las realidades específicas de "La López".

Además, la participación activa de la comunidad en el diseño e implementación de estrategias es crucial para garantizar la sostenibilidad y relevancia de las intervenciones, así como para fomentar un sentido de pertenencia y empoderamiento local. En conjunto, esta investigación no solo aborda una tendencia demográfica, sino que también ofrece respuestas concretas a desafíos locales, contribuyendo al conocimiento científico y social en el ámbito del envejecimiento poblacional.

1.4 Antecedentes

En el contexto de la investigación, se incorporan valiosos antecedentes que exploran las necesidades y prioridades de la población adulta mayor en Ecuador, así como propuestas y enfoques innovadores para mejorar su calidad de vida.

Los autores Flores et al. (2023) en su investigación ponen de manifiesto las necesidades y prioridades predominantes entre la población adulta mayor en Ecuador, las cuales se concentran en áreas esenciales. En el ámbito de la salud, en la educación, en materia de protección social y por último en el ámbito de la inclusión social donde se observa el anhelo de participar de manera activa en la sociedad y en los procesos de toma de decisiones.

Los autores Tarpuk et al. (2020) en su plan de formación propuesto en su investigación presento valiosas contribuciones para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Se destaco por su enfoque en la andragogía, reconociendo la educación de adultos como esencial para diseñar programas de actividad física, recreativa y cultural adaptados a sus necesidades y con enfoque integral y práctico, que proporciono una guía

efectiva para el diseño de programas que fortalezcan la calidad de vida de los adultos mayores. (p. 102)

Las autoras Guerra et al. (2021) en su investigación expresan que la formación continua destinadas a la tercera edad desempeñan un papel crucial al elevar la calidad de vida de estas personas. Este enfoque no solo les brinda atención y una sensación de utilidad, propiciando un envejecimiento activo, sino que también facilita la interacción social con sus pares y otros miembros de la comunidad, permitiendo su plena inserción en el continuo perfeccionamiento de la sociedad. (p. 14)

El autor Ortiz (2020) en su investigación resaltan la relevancia de la práctica de actividades físicas para potenciar diversos aspectos de la calidad de vida en adultos mayores, al identificar las limitaciones que afectan la calidad de vida de la población estudiada, se propusieron actividades físico-recreativas adaptadas a sus necesidades específicas, con el objetivo de mejorar indicadores subjetivos relacionados con la calidad de vida. (p. 107)

Diversos estudios, como los de autores internacionales, han explorado enfoques innovadores para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Las autoras Mesa et al. (2020) en su estrategia de intervención para mejorar la salud física, mental y emocional de los adultos mayores: proponen acciones de salud relacionadas con ejercicios físicos, de relajación, dinámicas grupales y bailoterapia promoviendo así un envejecimiento activo y saludable. (p. 5)

Los autores Román et al. (2020) nos aportan expresando la necesidad de desarrollar programas de inmersión en el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) dirigidos a personas mayores, considerando su condición particular de vulnerabilidad frente a factores de riesgo asociados a la depresión. Estos programas

deben orientarse hacia la alfabetización digital, procurando que adquieran las competencias esenciales para utilizar las TIC según sus necesidades y preferencias personales. (p. 120)

La autora Castro (2022) en su investigación plantea una propuesta del Modelo Tayta Holístico que surge como una estrategia integral para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, centrada en nutrir holísticamente el proceso de envejecimiento y promover el desarrollo cognitivo, con énfasis en el enfoque de desarrollo humano sostenible y reconocimiento del adulto mayor como un ser único y multidimensional. (p. 49)

La exploración de enfoques innovadores destinados a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores ha sido abordada por diversos estudios internacionales. Estos enfoques reflejan la diversidad de estrategias que pueden contribuir a mejorar la calidad de vida en la etapa de la vejez, considerando aspectos físicos, emocionales, sociales y tecnológicos.

1.5 Delimitación

1.5.1 Delimitación Temporal

Este estudio se llevará a cabo durante el primer semestre del año 2024, abarcando el período comprendido desde el 1 de enero hasta el 30 de junio. Durante este lapso, se recopilarán datos, se implementarán estrategias y se realizarán análisis para alcanzar los objetivos propuestos.

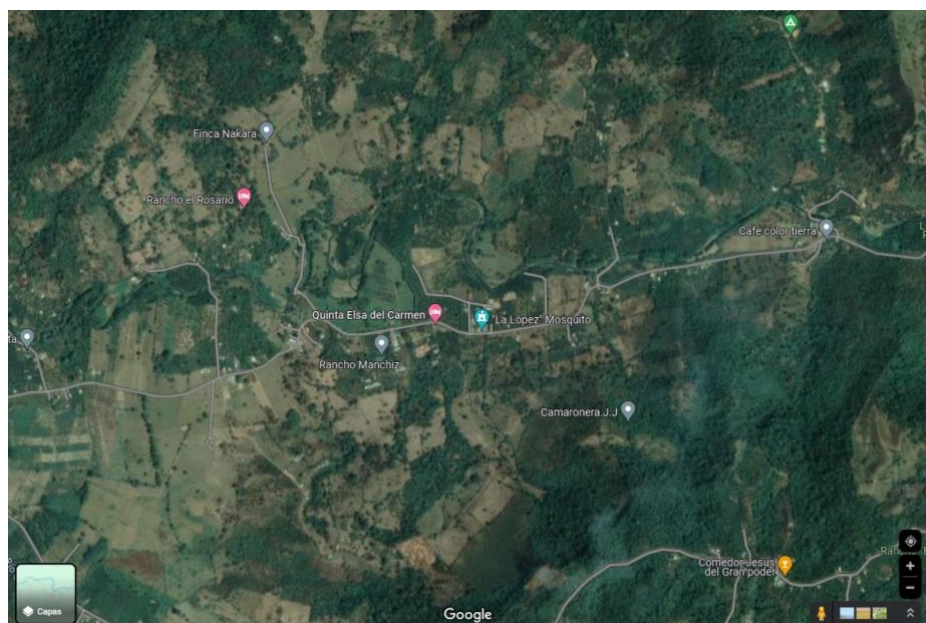
1.5.2 Delimitación Espacial

La investigación se centrará en la comunidad "La López", ubicada en la parroquia de Ricaurte, perteneciente al Cantón Chone. Esta área geográfica específica servirá como el contexto principal de estudio, donde se llevarán a cabo observaciones, encuestas y otras

actividades para caracterizar las condiciones de vida de los adultos mayores y proponer acciones que fortalezcan su calidad de vida.

Ilustración 1

Ubicación del sitio La López - Chone - Manabí



Nota: Tomado de <https://www.google.com/maps/@-0.6622313,-80.0161048,2956m/data=!3m1!1e3?entry=ttu>

1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo General

- Elaborar un plan de acción que permita fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores pertenecientes a la comunidad “La López” del cantón Chone.

1.6.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar las condiciones de los adultos mayores de la comunidad “La López”.
- Establecer las necesidades no cubiertas o las limitaciones referentes a la calidad de vida de los adultos mayores.
- Proponer las acciones para favorecer la calidad de vida de los adultos mayores.

2. CAPITULO II

2.1 MARCO TEÓRICO

2.2 Envejecimiento poblacional en América Latina

El envejecimiento poblacional es un fenómeno demográfico que se caracteriza por el incremento de la proporción de personas mayores y la prolongación del curso de vida. En América Latina y el Caribe, este proceso se está acelerando a un ritmo más rápido que en otras regiones del mundo.

La definición de la edad a partir de la cual una persona es considerada adulto mayor puede variar según el país y las normativas locales en América Latina. En muchos lugares, la edad que se utiliza como referencia para la categoría de adulto mayor suele estar en el rango de 60 a 65 años. Sin embargo, es importante destacar que no existe un estándar único en toda la región y las definiciones pueden variar. (Huenchan, 2018)

En Ecuador, la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores (LOPAM) establece las disposiciones legales relacionadas con los derechos y deberes de las personas adultas mayores. Según esta ley, se considera adulto mayor a aquella persona que ha alcanzado los 65 años de edad. (LOPAM, 2019)

El envejecimiento poblacional es un fenómeno demográfico que se caracteriza por el incremento de la proporción de personas mayores y la prolongación del curso de vida. En América Latina y el Caribe, este proceso se está acelerando a un ritmo más rápido que en otras regiones del mundo. (CEPAL, Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2022)

En 2022, en América Latina y el Caribe viven 88,6 millones de personas mayores de 60 años, que representan el 13,4% de la población total. Se prevé que esta proporción

aumente al 16,5% en 2030 y al 25,1% en 2050. (CEPAL, Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2022)

Este proceso de envejecimiento tiene importantes implicaciones para la sociedad, la economía y las políticas públicas. Entre los desafíos que plantea se encuentran:

- El aumento de la demanda de servicios sociales y de salud para personas mayores, como atención médica, cuidados de larga duración y vivienda accesible.
- La disminución de la fuerza laboral activa, lo que podría afectar el crecimiento económico y el desarrollo social.
- El aumento de la desigualdad social, ya que las personas mayores son más propensas a la pobreza y la exclusión social.

2.2.1 Factores que impulsan el envejecimiento poblacional

El envejecimiento poblacional en América Latina y el Caribe está impulsado por una serie de factores, entre los que se incluyen:

La disminución de la tasa de natalidad. La tasa de natalidad en América Latina y el Caribe ha disminuido significativamente en las últimas décadas. En 1960, la tasa de natalidad era de 3,8 hijos por mujer. En 2022, la tasa de natalidad es de 2,1 hijos por mujer. (CEPAL, 2022)

El aumento de la esperanza de vida. La esperanza de vida en América Latina y el Caribe también ha aumentado significativamente en las últimas décadas. En 1960, la esperanza de vida era de 51,4 años. En 2022, la esperanza de vida es de 72,8 años. (CEPAL, 2022)

Esta información sobre el envejecimiento poblacional en América Latina y el Caribe revela un cambio demográfico significativo con importantes implicaciones sociales, económicas y de salud.

El envejecimiento poblacional en Ecuador es un fenómeno que se está acelerando. En 2022, las personas mayores de 65 años representaban el 6,5% de la población total. Se prevé que esta proporción aumente al 10,4% en 2030 y al 21,9% en 2050. (Anangón, 2023)

Este proceso de envejecimiento está impulsado por una serie de factores, entre los que se incluyen:

La disminución de la tasa de natalidad. La tasa de natalidad en Ecuador ha disminuido significativamente en las últimas décadas. En 1960, la tasa de natalidad era de 6,6 hijos por mujer. En 2022, la tasa de natalidad es de 2,2 hijos por mujer. (Samaniego & Quito, 2022)

La disminución de la tasa de natalidad es un factor clave que impulsa el envejecimiento poblacional en Ecuador. Una tasa de natalidad baja significa que hay menos nacimientos cada año, lo que lleva a una disminución de la población joven y un aumento de la población mayor.

El aumento de la esperanza de vida. La esperanza de vida en Ecuador también ha aumentado significativamente en las últimas décadas. En 1960, la esperanza de vida era de 52,8 años. En 2022, la esperanza de vida es de 75,8 años. (Samaniego & Quito, 2022)

El aumento de la esperanza de vida es otro factor clave que impulsa el envejecimiento poblacional en Ecuador. Una esperanza de vida alta significa que las personas viven más tiempo, lo que lleva a un aumento de la población mayor.

2.2.2 Implicaciones del envejecimiento poblacional en Ecuador

El envejecimiento poblacional en Ecuador plantea una serie de implicaciones multifacéticas que abarcan áreas críticas de la sociedad.

Demanda de servicios sociales y de salud; el envejecimiento poblacional está dando lugar a un aumento de la demanda de servicios sociales y de salud para personas mayores. Esto incluye servicios como atención médica, cuidados de larga duración y vivienda accesible. (Fernández & Urgiles, 2023)

Se observa una presión significativa sobre los sistemas de salud debido al aumento de la demanda de servicios especializados para atender condiciones crónicas y enfermedades asociadas con el envejecimiento. Esta realidad subraya la necesidad de adaptar los sistemas de atención médica para satisfacer las necesidades específicas de una población mayor.

Disminución de la fuerza laboral activa; el envejecimiento poblacional también está dando lugar a una disminución de la fuerza laboral activa. Esto afecta el crecimiento económico y el desarrollo social. (Fernández & Urgiles, 2023)

La disminución de la fuerza laboral activa como resultado del envejecimiento poblacional se convierte en un aspecto crítico que impacta negativamente tanto en el crecimiento económico como en el desarrollo social de Ecuador. Esta tendencia, respaldada por la investigación de Fernández & Urgiles (2023), refleja un cambio significativo en la dinámica laboral del país.

Asimismo, se presentan desafíos considerables en el ámbito de la seguridad social y las pensiones. El incremento de personas jubiladas y la disminución relativa de la población activa plantean la necesidad de revisar y ajustar políticas para garantizar la sostenibilidad financiera de estos sistemas. (Fernández & Urgiles, 2023)

Esta cuestión tiene implicaciones económicas significativas y requiere una planificación estratégica a largo plazo.

Aumento de la desigualdad social; las personas adultas mayores son más propensas a la pobreza y la exclusión social. El envejecimiento poblacional aumenta estas desigualdades. La vivienda y la accesibilidad también emergen como áreas críticas, demandando una adaptación en la planificación urbana y las políticas de vivienda para crear entornos seguros y accesibles para la población mayor. (Castro, 2022)

La gestión eficaz del envejecimiento poblacional en Ecuador requiere una visión integral y colaborativa entre el gobierno, la sociedad civil y el sector privado. La formulación de políticas y estrategias que aborden tanto las necesidades inmediatas como las proyecciones futuras es esencial para garantizar el bienestar y la contribución significativa de la población mayor en la sociedad ecuatoriana.

2.3 Políticas y legislación en Ecuador

La Constitución de la República del Ecuador reconoce a las personas adultas mayores como un grupo de atención prioritaria, garantizando su derecho a una vida digna con igualdad de oportunidades y acceso a servicios públicos. En específico, la Carta Magna asegura derechos fundamentales como la atención médica integral y gratuita, educación continua y formación profesional, trabajo digno y productivo sin discriminación, vivienda accesible, y participación en la vida social, cultural y política del país. (CRE, 2008)

Además de consagrar estos derechos, la Constitución establece la obligación del Estado de garantizar su ejercicio a través de políticas públicas, programas y servicios. También insta al Estado a promover el envejecimiento activo y saludable mediante iniciativas educativas, de salud y recreativas. La protección de las personas adultas

mayores en situación de vulnerabilidad se destaca como una responsabilidad estatal, que debe abordarse mediante programas de asistencia social.

2.3.1 Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores

En 2019, Ecuador promulgó la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores (LOPAM), la cual designa a este grupo como una prioridad en la atención, garantizando su derecho a una vida digna con igualdad de oportunidades y acceso a servicios públicos. (LOPAM, 2019)

La LOPAM detalla derechos específicos para las personas adultas mayores, abarcando atención médica integral y gratuita, educación continua y formación profesional, empleo digno y productivo sin discriminación, vivienda adecuada y accesible, así como participación activa en la vida social, cultural y política del país. (LOPAM, 2019)

Estos derechos, consagrados en la ley, buscan asegurar condiciones de vida óptimas para la población adulta mayor y reflejan el compromiso del Estado ecuatoriano con su bienestar y participación plena en la sociedad.

La Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores (LOPAM) en Ecuador impone al Estado una serie de obligaciones destinadas a asegurar el pleno ejercicio de los derechos de este grupo. Dichas responsabilidades incluyen la garantía de los derechos establecidos en la LOPAM mediante la implementación de políticas públicas, programas y servicios específicos.

Además, se exige al Estado promover el envejecimiento activo y saludable, lo que implica el diseño y ejecución de programas educativos, de salud y recreativos orientados a este fin. La ley también establece la obligación de proteger a las personas adultas mayores en situación de vulnerabilidad a través de la implementación de programas de

asistencia social. Estas disposiciones reflejan el compromiso estatal de no solo reconocer los derechos de la población adulta mayor, sino también de asegurar activamente su bienestar y protección integral.

2.3.2 Otras políticas gubernamentales relevantes

Además de la LOPAM, existen otras políticas gubernamentales relevantes para las personas adultas mayores en Ecuador. Entre estas políticas se incluyen:

- El Plan Nacional del Buen Vivir 2021-2025. Este plan establece el objetivo de garantizar una vida digna para las personas adultas mayores, a través de políticas de salud, educación, empleo y participación social.
- El Plan Nacional de Adultos Mayores 2021-2025. Este plan establece las líneas de acción para la implementación de la LOPAM, a través de programas de salud, educación, empleo, vivienda y participación social.

La presencia de políticas gubernamentales adicionales en Ecuador, además de la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores (LOPAM), demuestra un enfoque integral y multidimensional para abordar las necesidades de la población adulta mayor.

En conjunto, estas políticas revelan un esfuerzo gubernamental por abordar de manera integral los desafíos y las oportunidades asociadas al envejecimiento de la población en Ecuador. Además, subrayan la importancia de un enfoque coordinado que vincule la legislación con planes de acción específicos, reforzando así la implementación efectiva de medidas destinadas a mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores.

2.4 Experiencias internacionales exitosas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores

En los últimos años, se han desarrollado una serie de programas y estrategias exitosas en otros países latinoamericanos o a nivel mundial para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Estas experiencias se basan en una serie de principios clave, como el envejecimiento activo y saludable, la inclusión social y la sostenibilidad financiera.

El autor López (2020) en su investigación los programas y estrategias exitosas en Europa para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores expresa que:

El paradigma del envejecimiento activo es una estrategia exitosa en Europa para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Este paradigma se enfoca en potenciar discursos políticos que permitan a las personas, las poblaciones y las sociedades optimizar la productividad y la independencia de las personas mayores. El envejecimiento activo se propone como marco político dentro del cual articular la intervención en el envejecimiento de la población y se considera una estrategia para potenciar la participación continua de las personas mayores y el aprovechamiento en positivo de los retos que plantean los procesos de envejecimiento. Aunque son múltiples y diversos los significados del paradigma y del concepto del envejecimiento activo en la literatura científica, el envejecimiento activo es la propuesta más reciente y predominante en el ámbito europeo. (p. 179)

La perspectiva presentada por el autor López (2020) respecto al envejecimiento activo como estrategia exitosa en Europa para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores resalta la importancia de un enfoque integral y proactivo hacia el proceso de envejecimiento. La conceptualización del envejecimiento activo va más allá de la mera

longevidad, buscando optimizar la productividad y la independencia de las personas mayores en la sociedad.

Otros países como Suecia enfocan sus políticas públicas en programas como "Plataforma para la vida" que ofrece una variedad de servicios y beneficios a las personas mayores, incluyendo atención médica, asistencia social, vivienda accesible y oportunidades para la participación social. Fundamentado en la premisa de que las personas mayores tienen el derecho de vivir una vida plena y activa, el programa se enfoca en cuatro áreas clave. (MSASS, 2022)

En términos de salud, proporciona atención médica preventiva y curativa, así como apoyo a aquellos que requieren cuidados de larga duración. En cuanto a la asistencia social, se ofrece ayuda para satisfacer necesidades básicas como alimentos, vivienda y transporte. El apoyo para la adquisición o construcción de viviendas accesibles es una prioridad en el área de vivienda, y en participación social, se brindan oportunidades para que las personas mayores se involucren en actividades sociales y culturales.

Este programa ha recibido reconocimiento internacional por su éxito en mejorar la calidad de vida de las personas mayores en Suecia, contribuyendo a la reducción de la pobreza y la exclusión social, y facilitando que las personas mayores mantengan un estilo de vida activo y productivo. (MSASS, 2022)

En Japón el programa "50+ Design" promueve el diseño de productos y servicios que sean accesibles y útiles para las personas mayores. El programa se basa en el principio de que las personas mayores son un grupo diverso con necesidades y preferencias variadas. El programa busca fomentar el diseño de productos y servicios que sean accesibles para todas las personas mayores, independientemente de su condición física, cognitiva o económica. (MASTJ, 2022)

El programa "50+ Design" ha sido reconocido internacionalmente por su éxito en promover el diseño accesible para personas mayores. El programa ha ayudado a aumentar la conciencia sobre la importancia del diseño accesible, y ha contribuido a mejorar la calidad de vida de las personas mayores en Japón.

La experiencia de países como Suecia y Japón destaca la importancia de programas integrales y centrados en las necesidades de las personas mayores para mejorar su calidad de vida.

Estos ejemplos demuestran que las políticas públicas que se centran en la atención integral, la participación social y el diseño accesible pueden tener un impacto significativo en el bienestar de las personas mayores. Además, el reconocimiento internacional de estos programas subraya la relevancia y eficacia de estos enfoques innovadores, que podrían inspirar y ser adaptados por otros países que buscan mejorar la calidad de vida de sus poblaciones de adultos mayores.

2.5 Programas y Servicios de atención para las personas adultas mayores en Ecuador

Los servicios de atención para la población adulta mayor en Ecuador abarcan diversas categorías, de los cuales los más importantes están regidos por el Ministerio de Inclusión Económica y Social ya que es el ente rector de las políticas y programas de atención a la población adulta mayor en Ecuador. (MIES, 2024)

Los diferentes servicios y centros de atención disponibles y son los siguientes:

Centros gerontológicos residenciales: Estos centros están concebidos para albergar a personas adultas mayores que no pueden ser atendidas por sus familiares o en el hogar. (Cedeño & García, 2019)

Hospicios para cuidados terminales: Ofrecen atención y cuidado a personas adultas mayores en etapas finales de vida. (Cedeño & García, 2019)

Cuidados progresivos a largo plazo: Se ofrecen tanto en domicilio como en instituciones, y están diseñados para personas adultas mayores que requieren de atención y cuidado a lo largo de un período prolongado. (Cedeño & García, 2019)

Unidades de evaluación geriátrica: Estos centros ofrecen evaluaciones y diagnósticos específicos para personas adultas mayores, con el objetivo de identificar y abordar problemas de salud y funcionalidad. (Cedeño & García, 2019)

Espacios alternativos de recreación, socialización y encuentro: Estos espacios se centran en promover el envejecimiento positivo y saludable, y ofrecen actividades recreativas, culturales y deportivas para personas adultas mayores. (MIES, Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2024)

Modalidades diurnas: Estos servicios ofrecen atención integral a personas adultas mayores a través de asistencia, alimentación, nutrición, rehabilitación y recreación. (MIES, 2024)

Centros gerontológicos residenciales: Estos centros ofrecen atención y cuidado a personas adultas mayores de 65 años en adelante, que no tengan referentes familiares comprobados, que se encuentren en situación de pobreza, pobreza extrema, abandono, maltrato o que hayan sido vulnerados en sus derechos. (MIES, 2024)

Los programas y servicios de atención a la población adulta mayor en Ecuador están diseñados para abordar las necesidades y problemas específicos de esta población, y buscan mejorar su calidad de vida y bienestar. Cada programa tiene requisitos específicos de elegibilidad, pero los más considerados en la mayoría de ellos es que las

personas adultas mayores se encuentren en un estado de vulnerabilidad, sin familiares referentes y vivir en condiciones de pobreza y extrema pobreza.

2.6 Necesidades y prioridades de los adultos mayores

Las necesidades y prioridades de los adultos mayores son una consideración crucial en la formulación de políticas y programas dirigidos a este grupo demográfico. Al abordar estas necesidades y prioridades de manera efectiva, se puede contribuir significativamente a mejorar la calidad de vida y el bienestar de los adultos mayores. A continuación, se destacan algunas de las principales áreas de necesidades y prioridades identificadas para este grupo:

Según la investigación de Tarpuk et al. (2020) las necesidades y prioridades de los adultos mayores incluyen la búsqueda de calidad de vida, la promoción de la autonomía y la movilidad, la inclusión social y la atención integral.

Para los autores Mesa et al. (2020):

Las necesidades y prioridades de los adultos mayores son variadas, abarcando aspectos físicos, emocionales, sociales y de salud que buscan la autonomía, independencia y dignidad son componentes esenciales, enfatizando el respeto a las decisiones y preferencias individuales. En conjunto, estas necesidades y prioridades subrayan la importancia de un enfoque integral que considere aspectos físicos, emocionales, sociales y ambientales para promover un envejecimiento activo y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. (p. 7)

El autor Ortiz (2020) determina que las necesidades y prioridades de los adultos mayores se centran en aspectos cruciales para su bienestar (p. 55). Esto incluye el bienestar emocional, la percepción positiva del entorno social, la participación en

actividades sociales, la satisfacción de necesidades básicas y la capacidad para afrontar las condiciones de vida.

En conjunto, estas dimensiones subrayan la importancia de abordar integralmente la salud física, emocional, social y ambiental de los adultos mayores, promoviendo un envejecimiento activo y una mejor calidad de vida.

2.7 Enfoque holístico y desarrollo humano sostenible

Entre las estrategias para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores resalta la de Castro (2022) que propone un modelo de atención con enfoque de desarrollo humano sostenible para mejorar la calidad de vida de adultos mayores; este modelo busca abordar las dimensiones de calidad de vida física, psicológica y social de los adultos mayores, con el fin de promover un envejecimiento saludable y mejorar su bienestar integral.

El enfoque propuesto por Castro (2022) para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores destaca por su perspectiva de desarrollo humano sostenible. El modelo se centra en abordar integralmente las dimensiones físicas, psicológicas y sociales de la vida de los adultos mayores, con el propósito de promover un envejecimiento saludable y mejorar su bienestar global.

El modelo propuesto incluye varias medidas específicas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Algunas de estas medidas incluyen:

1. *Abordaje motivacional y holístico:* El modelo propone un enfoque motivacional y holístico que permite fortalecer el bienestar del adulto mayor.
2. *Coordinación intersectorial:* Se destaca la necesidad de coordinación intersectorial con organizaciones y entidades que promuevan el envejecimiento saludable.

3. *Participación comunitaria*: Se propone fomentar la participación comunitaria del adulto mayor y la creación de espacios comunitarios para su desarrollo integral.
4. *Protección y desarrollo*: Se menciona la importancia de acciones en favor de la protección y desarrollo de los adultos mayores a través de centros de atención integral.

Estas medidas buscan abordar las necesidades físicas, psicológicas, sociales y ambientales de los adultos mayores, con el objetivo de mejorar su calidad de vida. Las medidas específicas propuestas, como el abordaje motivacional y holístico, la coordinación intersectorial, la participación comunitaria y la protección a través de centros de atención integral, buscan atender las necesidades diversificadas de los adultos mayores.

Este enfoque holístico resalta la importancia de considerar múltiples dimensiones en la formulación de políticas y programas para garantizar un envejecimiento activo y una mejor calidad de vida.

2.8 Calidad de Vida

La calidad de vida es un concepto multidimensional que abarca diversos aspectos del bienestar físico, mental, emocional y social de las personas. Se refiere a la percepción individual o colectiva de la satisfacción y el grado de cumplimiento de las necesidades y deseos en diferentes áreas de la vida (Arevalo et al., 2019).

Para los adultos mayores, la calidad de vida se refiere a su bienestar integral en todas las áreas de la vida a medida que envejecen. Incluye aspectos físicos, emocionales, sociales y cognitivos que afectan su satisfacción y felicidad en esta etapa de la vida (Zuñiga et al., 2017).

Los aspectos mas importantes sobre la calidad de vida según Martínez et al. (2018) están resumidos en los siguientes:

Salud física

Salud mental y emocional

Bienestar social

Condiciones de vida

Autonomía y participación

La calidad de vida para los adultos mayores se refiere a su capacidad para mantener un nivel óptimo de bienestar físico, emocional y social, así como su capacidad para adaptarse y disfrutar de la vida a medida que envejecen. Es un concepto multidimensional que abarca diversos aspectos de la vida de las personas mayores y puede influir en su felicidad y satisfacción en esta etapa de la vida.

2.8 Actividad física y ejercicio

La actividad física y el ejercicio son esenciales para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. En primer lugar, contribuyen significativamente a la salud física al fortalecer los músculos, mejorar la resistencia cardiovascular y la flexibilidad (Arevalo et al., 2019). Esto ayuda a prevenir enfermedades crónicas como enfermedades cardíacas, diabetes tipo 2 y osteoporosis, lo que conduce a una mejor calidad de vida y una mayor esperanza de vida.

Además, mantenerse activo físicamente ayuda a preservar la funcionalidad física, lo que permite a los adultos mayores realizar actividades cotidianas de forma independiente. Esto es crucial para su autonomía y calidad de vida en la vejez. Asimismo,

el ejercicio regular tiene beneficios significativos para la salud mental y emocional al reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, y mejorar el bienestar emocional.

Otro aspecto importante es el impacto positivo del ejercicio en la salud cognitiva. Se ha demostrado que el ejercicio regular mejora la función cognitiva, incluida la memoria, la atención y la velocidad de procesamiento (Román et al., 2020). Esto ayuda a reducir el riesgo de deterioro cognitivo y demencia en la edad avanzada.

Además, participar en actividades físicas grupales proporciona oportunidades para interactuar socialmente, establecer nuevas amistades y fortalecer las conexiones sociales. Esto promueve el bienestar emocional y la sensación de pertenencia a una comunidad, lo que contribuye positivamente a la calidad de vida de los adultos mayores.

La actividad física y el ejercicio son elementos fundamentales para mejorar y mantener la calidad de vida de los adultos mayores al promover la salud física, la funcionalidad, el bienestar emocional, la salud cognitiva y la interacción social. Incorporar rutinas de ejercicio regular y promover un estilo de vida activo son aspectos esenciales de cualquier estrategia destinada a mejorar la calidad de vida en esta población.

2.9 Nutrición y alimentación

La nutrición y la alimentación son aspectos vitales que inciden de manera significativa en la calidad de vida de los adultos mayores (Flores et al., 2023). En primer lugar, una dieta equilibrada proporciona los nutrientes esenciales para mantener la salud física, fortaleciendo el sistema inmunológico y previniendo enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardíacas. Esta adecuada ingesta de nutrientes también contribuye a mantener la masa muscular, promoviendo así la independencia funcional y la capacidad de realizar actividades diarias.

Además, una alimentación saludable influye en la funcionalidad física y la autonomía de los adultos mayores. Los nutrientes adecuados ayudan a mantener la fuerza muscular y la movilidad, lo que les permite mantener una vida activa y participar en actividades sociales y recreativas (Tarpuk et al., 2020). A nivel emocional, una dieta equilibrada puede mejorar el estado de ánimo, reducir el riesgo de depresión y ansiedad, y promover la salud cognitiva, lo que contribuye al bienestar emocional y mental de los adultos mayores.

Por último, una alimentación adecuada tiene un impacto positivo en la calidad de vida global de los adultos mayores. Les proporciona energía y vitalidad para disfrutar de una vida activa y participativa, fomentando así su independencia y autonomía. Promover una alimentación equilibrada y nutritiva es esencial para garantizar una buena calidad de vida en esta etapa de la vida, permitiendo a los adultos mayores mantener su salud física, funcionalidad y bienestar emocional.

Otros factores que contribuyen a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores según las autoras Cedeño & García (2019) son:

Bienestar cognitivo

Participación social y actividades recreativas

Acceso a la tecnología y medios de comunicación

Salud sexual y relaciones íntimas

Espiritualidad y sentido de propósito

3. CAPITULO III

3.1 DISEÑO METODOLÓGICO

3.1.01 Enfoque de Investigación

La metodología en la que se basó este estudio tuvo un enfoque mixto; que según el autor Sánchez (2019) nos permite combinar la rigurosidad y objetividad de los datos cuantitativos con la profundidad y riqueza de los datos cualitativos, lo que proporcionará una base sólida para el diseño de un plan de acción efectivo que fortalezca la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone.

El enfoque cuantitativo se empleó para analizar datos numéricos y estadísticos provenientes de la encuesta a las familias de la comunidad la López y las observaciones sobre la calidad de vida de los adultos mayores. El enfoque cualitativo se enfocó en descubrir patrones y perspectivas a través de métodos como la observación directa y revisión bibliográfica.

3.1.02 Línea de Investigación

La línea de investigación que se relaciona directamente con el proyecto de investigación sobre fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone es la siguiente:

Desarrollo Social y Organizacional: Esta línea implica la elaboración de proyectos sociales y el acompañamiento a los procesos de organización y desarrollo local y regional. En el contexto del proyecto sobre adultos mayores, este enfoque se relaciona con la implementación de programas y proyectos específicos destinados a mejorar la calidad de vida de este grupo demográfico en la comunidad. Además, implica trabajar en el fortalecimiento de la organización comunitaria y el desarrollo de capacidades locales para abordar las necesidades identificadas.

3.2 Población y Muestra

Población es el conjunto completo de todos los elementos de interés de estudio (Porras, 2023, p. 3).

En el contexto del proyecto de investigación sobre fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone, se realizará una encuesta al total de la población adulta mayor de la comunidad, que comprende 65 adultos mayores.

La encuesta tiene como objetivo caracterizar las condiciones de vida de estos adultos mayores, identificar las necesidades no cubiertas o las limitaciones referentes a su calidad de vida, y proponer acciones para favorecer su bienestar.

La realización de la encuesta permitirá obtener información directa de los adultos mayores, lo que contribuirá significativamente al diseño de un plan de acción efectivo para fortalecer su calidad de vida.

3.3 Métodos de investigación utilizados

Revisión Bibliográfica y Sistematización Teórica: Los autores Reyes y Carmona (2020) nos expresa que la investigación documental, también conocida como investigación bibliográfica, es una técnica cualitativa que se centra en recopilar y seleccionar información de diversas fuentes como libros, artículos, revistas, películas y otros documentos. Este enfoque implica una observación activa durante el análisis de datos, donde se identifican, seleccionan y relacionan los datos con el objeto de estudio.

Este método involucro analizar referentes teóricos relacionados con el tema de envejecimiento poblacional, calidad de vida de los adultos mayores y programas de atención a la población adulta mayor.

Técnicas

Encuesta a familias: El autor Quispe (2013) define a la encuesta como una herramienta de investigación que busca recopilar datos y opiniones de un grupo específico de personas sobre un tema determinado. Se lleva a cabo mediante una serie de preguntas estructuradas y estandarizadas que se presentan a los encuestados.

Por lo que se realizó una encuesta estructurada para recopilar información sobre la percepción de las familias de la comunidad "La López" respecto a la calidad de vida de los adultos mayores y las necesidades específicas que identifican en este grupo poblacional.

La encuesta se diseñó para obtener datos sobre diversos aspectos relacionados con el bienestar de los adultos mayores, como su salud física y mental, el acceso a servicios de salud, el apoyo social y familiar que reciben, las actividades recreativas disponibles, entre otros. Además, se incluyeron preguntas sobre la satisfacción con los programas y servicios de atención existentes y las sugerencias para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad.

La observación directa: se utilizó en esta investigación para complementar y enriquecer la información recopilada a través de otras técnicas, como la revisión bibliográfica y la encuesta a familias. Esta técnica permitió obtener información detallada sobre el comportamiento, las interacciones sociales y las condiciones de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López".

A través de la observación directa, fue posible registrar aspectos como la participación en actividades cotidianas, la interacción con familiares y vecinos, el acceso a recursos y servicios en el entorno comunitario, entre otros. Esta información complementaria proporcionada por la observación directa ayudó a obtener una

comprensión más completa y contextualizada de la situación de los adultos mayores en la comunidad.

4. CAPITULO IV

4.1 Resultados y Discusión

En el presente capítulo, se exponen los resultados obtenidos a través de la aplicación de la metodología de investigación diseñada para abordar el tema de fortalecimiento de la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone. Este análisis reflexivo busca proporcionar una visión integral y contextualizada de la situación de los adultos mayores en la comunidad "La López", con el fin de orientar la formulación de estrategias y políticas efectivas para su atención y cuidado.

Tabla 1

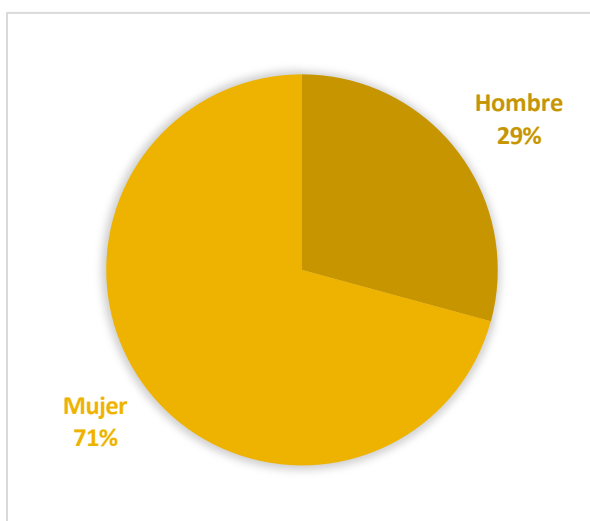
¿Sexo del adulto mayor encuestado?

Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Hombre	19	29%
Mujer	46	71%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 1

¿Sexo del adulto mayor encuestado?



Análisis: La Tabla 1 presenta el análisis de los datos obtenidos en relación con la pregunta y según los resultados, el 29% de los encuestados son hombres y el 71% son mujeres.

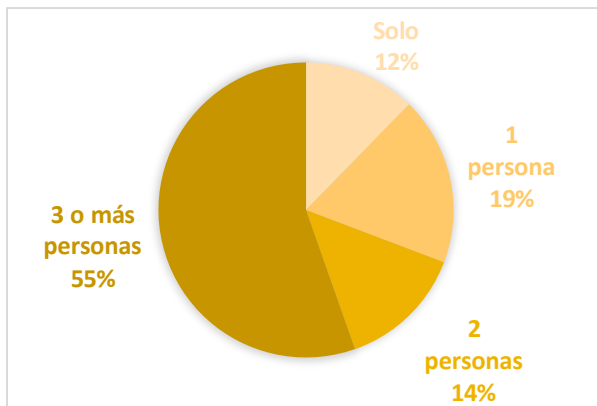
Este análisis proporciona información importante sobre la distribución de género dentro de la población de adultos mayores encuestados, lo que puede ser relevante para comprender mejor las necesidades y características específicas de cada grupo y diseñar intervenciones adecuadas para mejorar su calidad de vida.

Tabla 2

¿Cuántos familiares viven con usted?

Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Solo	8	12%
1 persona	12	19%
2 persona	9	14%
3 o más personas	36	55%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 2*¿Cuántos familiares viven con usted?*

Análisis: La Tabla 2 presenta el análisis de los datos recopilados y los resultados muestran que el 12% de los encuestados viven solos, mientras que el 19% vive con una persona, el 14% con dos personas y el 55% con tres o más personas.

Estos datos reflejan la diversidad en la composición familiar de los adultos mayores en la comunidad, lo que puede tener implicaciones significativas en términos de apoyo social y cuidado interpersonal.

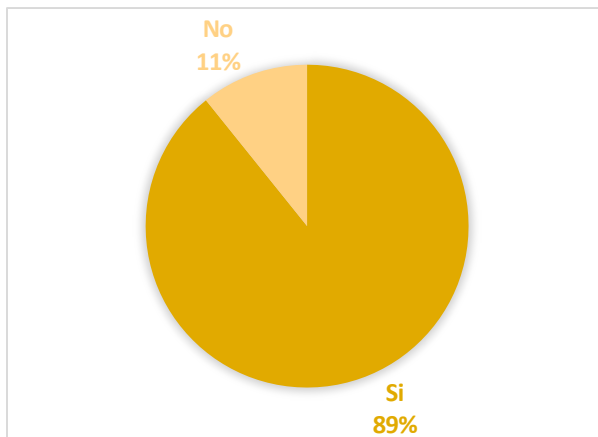
Tabla 3*¿Se siente cómodo en el tipo de vivienda que vive?*

Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Si	58	89%
No	7	11%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 3

¿Se siente cómodo en el tipo de vivienda que vive?



Análisis: La Tabla 3 presenta el análisis de los datos obtenidos de la pregunta y los resultados muestran que el 89% de los encuestados afirmaron sentirse cómodos en el tipo de vivienda en el que residen, mientras que el 11% indicó no sentirse cómodos.

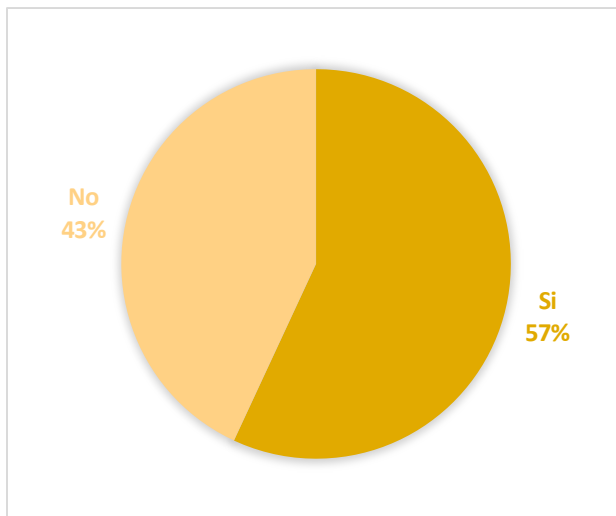
Este alto porcentaje de adultos mayores que se sienten cómodos en su vivienda sugiere que la mayoría de ellos están satisfechos con su entorno residencial actual. Sin embargo, es importante investigar más a fondo las razones por las cuales el 11% restante no se siente cómodo, ya que podría ser indicativo de problemas de accesibilidad, seguridad u otras preocupaciones que podrían afectar su calidad de vida y bienestar general.

Tabla 4

¿Recibe alguna ayuda económica de parte del gobierno?

Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Si	37	57%
No	28	43%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 4*¿Recibe alguna ayuda económica de parte del gobierno?*

Análisis: La Tabla 4 presenta el análisis de los datos obtenidos de la pregunta y según los resultados, el 57% de los encuestados afirmaron recibir alguna forma de ayuda económica por parte del gobierno, mientras que el 43% indicó no recibirla.

Este hallazgo resalta la importancia de los programas de asistencia económica gubernamentales en el apoyo a la población adulta mayor en esta comunidad. Sin embargo, también sugiere que aún existe un porcentaje considerable de adultos mayores que no reciben este tipo de ayuda, lo que podría indicar la necesidad de expandir o mejorar los programas de asistencia económica para garantizar una cobertura más amplia y equitativa entre esta población.

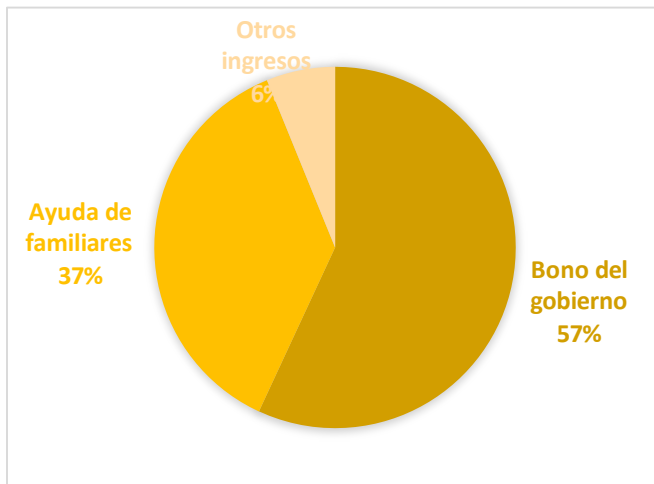
Tabla 5*¿Cuál es su principal ingreso económico?*

Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Bono del Gobierno	37	57%
Ayuda de familiares	24	37%
Otros ingresos	4	6%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 5

¿Cuál es su principal ingreso económico?



Análisis: La Tabla 5 presenta el análisis de los datos obtenidos de la pregunta y según los resultados, el 57% de los encuestados indicaron que su principal ingreso económico proviene del bono del Gobierno, mientras que el 37% mencionó que recibe ayuda económica de familiares. Solo el 6% de los encuestados señaló otros ingresos como su principal fuente económica. Este hallazgo destaca la importancia de los programas de bonos gubernamentales como una fuente crucial de ingresos para la población adulta mayor en esta comunidad. Sin embargo, también muestra que un porcentaje significativo de adultos mayores dependen de la ayuda económica de sus familiares para sustentar sus necesidades financieras.

Tabla 6

¿Cuáles son las actividades que se le dificultan realizar actualmente?

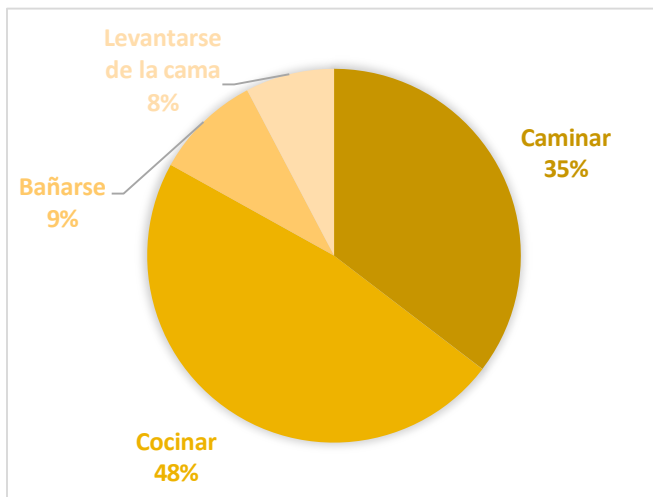
Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Caminar	23	35%
Cocinar	31	48%
Bañarse	6	9%

Levantarse de la cama	5	8%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 6

¿Cuáles son las actividades que se le dificultan realizar actualmente?



Análisis: La Tabla 6 muestra el análisis de los datos obtenidos de la pregunta y según los resultados, el 48% de los encuestados mencionaron que les resulta difícil cocinar, seguido por el 35% que señaló dificultades para caminar. Un porcentaje menor, el 9%, indicó que les resulta difícil bañarse, mientras que el 8% mencionó dificultades para levantarse de la cama.

Estos hallazgos resaltan las actividades cotidianas que representan desafíos significativos para los adultos mayores en esta comunidad. La dificultad para realizar estas actividades básicas puede tener un impacto negativo en su calidad de vida y autonomía.

Tabla 7

¿Tiene alguna enfermedad degenerativa?

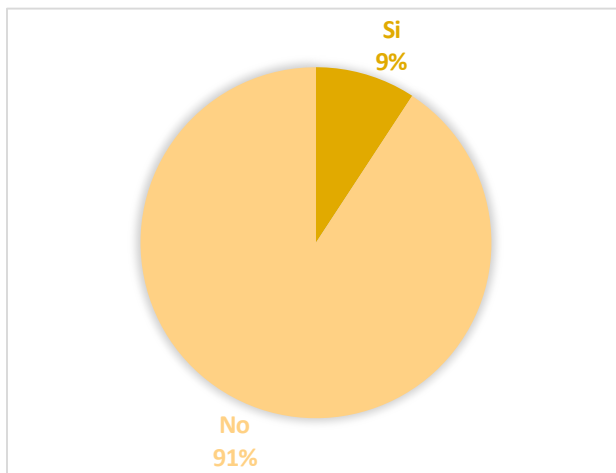
Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Si	6	9%

No	59	91%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 7

¿Tiene alguna enfermedad degenerativa?



Análisis: La Tabla 7 presenta el análisis de los datos recopilados en relación con la pregunta y según los resultados, el 91% de los encuestados indicaron que no tienen ninguna enfermedad degenerativa, mientras que el 9% mencionó que sí poseen alguna.

Esta información es relevante para comprender la prevalencia de enfermedades degenerativas dentro de la población de adultos mayores en la comunidad estudiada. El conocimiento de esta situación permite identificar las necesidades de atención médica y cuidado especializado que puedan requerir aquellos que padecen estas enfermedades, así como implementar medidas preventivas y de apoyo para mejorar su calidad de vida y bienestar general.

Tabla 8

Recibe tratamiento especializado para sus enfermedades

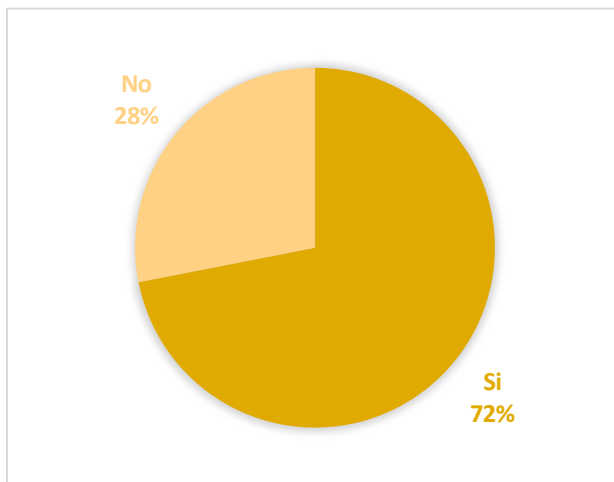
Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Si	9	12%

No	56	88%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 8

Recibe tratamiento especializado para sus enfermedades



Análisis: La Tabla 8 presenta el análisis de los datos recopilados en relación con la pregunta y según los resultados, el 88% de los encuestados indicaron que no reciben tratamiento especializado para sus enfermedades, mientras que el 12% mencionó que sí lo reciben.

Esta información es relevante para comprender la accesibilidad a servicios de salud especializados dentro de la población de adultos mayores en la comunidad estudiada.

Tabla 9

¿Cuenta con algún seguro?

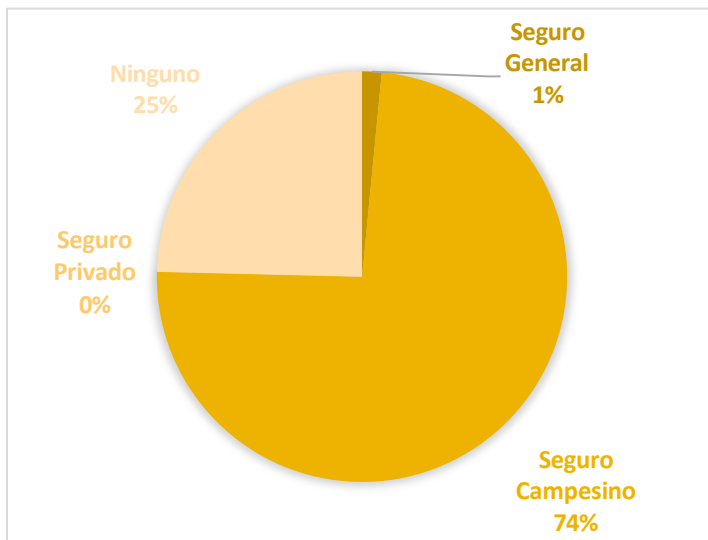
Alternativas	Cantidad	Porcentajes
Seguro General	1	1%
Seguro Campesino	48	74%
Seguro Privado	-	-

Ninguno	16	25%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 9

¿Cuenta con algún seguro?



Análisis: La Tabla 9 muestra el análisis de los datos recopilados en relación con la pregunta y según los resultados, el 74% de los encuestados indicaron contar con el Seguro Campesino, mientras que el 25% mencionó no tener ningún tipo de seguro. Además, el 1% señaló tener el Seguro General. No se registraron respuestas relacionadas con el Seguro Privado en esta muestra.

Este análisis proporciona información importante sobre la cobertura de seguros entre los adultos mayores de la comunidad estudiada, lo que puede ser útil para identificar brechas en la protección financiera y orientar políticas dirigidas a mejorar el acceso a servicios de salud y protección social para este grupo poblacional.

Tabla 10

¿Asiste o le visitan de algún programa social de parte de algunas de estas entidades?

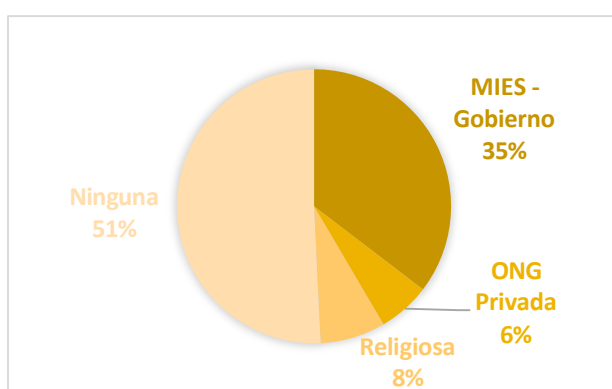
Alternativas	Cantidad	Porcentajes
--------------	----------	-------------

MIES - Gobierno	23	35%
ONG Privada	4	6%
Religiosa	5	8%
Ninguna	33	51%
Total	65	100%

Nota: Datos proporcionados por los adultos mayores de la comunidad “La López”

Figura 10

¿Asiste o le visitan de algún programa social de parte de algunas de estas entidades?



Análisis: La Tabla 10 presenta el análisis de los datos obtenidos en relación con la pregunta y según los resultados, el 35% de los encuestados indicaron recibir visitas o asistir a programas sociales del Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) del Gobierno, seguido por un 8% que mencionó recibir visitas de entidades religiosas y un 6% de ONG privadas. Además, el 51% de los encuestados indicaron no recibir visitas de ninguna de estas entidades sociales.

Este análisis proporciona información valiosa sobre la participación de los adultos mayores en programas sociales y el alcance de las intervenciones de diferentes entidades en la comunidad estudiada, lo que puede ayudar a identificar áreas de mejora en la prestación de servicios sociales y de apoyo para este grupo demográfico.

4.2 Discusión de los datos recolectados

Los resultados revelan una distribución de género significativa dentro de la población de adultos mayores encuestados, donde el 71% son mujeres y el 29% son hombres. Este hallazgo sugiere la necesidad de considerar las diferencias de género al diseñar intervenciones y servicios dirigidos a este grupo demográfico.

En cuanto a la composición familiar, se encontró que el 55% de los encuestados vive con tres o más personas, lo que destaca la importancia del apoyo social y familiar en la vida de los adultos mayores en esta comunidad.

El análisis de la percepción de confort en la vivienda muestra que la gran mayoría de los adultos mayores (89%) se sienten cómodos en el tipo de vivienda en el que residen, lo que sugiere un alto grado de satisfacción con su entorno residencial actual.

En términos de apoyo económico, se encontró que el 57% de los encuestados reciben alguna forma de ayuda económica por parte del gobierno, principalmente a través del bono gubernamental. Sin embargo, el 43% de los adultos mayores no reciben este tipo de ayuda, lo que destaca la necesidad de ampliar los programas de asistencia económica para garantizar una cobertura más amplia y equitativa.

Respecto a las actividades diarias, se identificaron desafíos significativos, como dificultades para cocinar (48%) y caminar (35%), lo que resalta la importancia de implementar medidas de apoyo para mejorar la autonomía y calidad de vida de los adultos mayores en estas áreas.

En cuanto a la salud, se encontró que el 9% de los adultos mayores padecen alguna enfermedad degenerativa, y solo el 12% de ellos reciben tratamiento especializado para sus enfermedades, lo que sugiere la necesidad de fortalecer el acceso a servicios de salud especializados para este grupo poblacional.

En términos de protección financiera, se encontró que la mayoría de los encuestados (74%) cuentan con el Seguro Campesino como su principal seguro, mientras que el 25% no tienen ningún tipo de seguro, lo que resalta la importancia de mejorar el acceso a servicios de salud y protección social para esta población.

Finalmente, en cuanto a la participación en programas sociales, se encontró que el 35% de los adultos mayores reciben visitas o asisten a programas sociales del Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) del Gobierno, lo que destaca la importancia de fortalecer la prestación de servicios sociales y de apoyo para este grupo demográfico.

Los resultados de esta investigación proporcionan información valiosa sobre la situación de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone y resaltan la importancia de implementar intervenciones y políticas dirigidas a mejorar su calidad de vida y bienestar general.

4.3 PROPUESTA DE PROYECTO

4.3.1 Tema

Fortalecimiento de la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone.

4.3.2 Datos informativos

- Ubicación: Comunidad "La López", Cantón Chone, Provincia de Manabí, Ecuador.
- Población Objetivo: 65 adultos mayores.

4.3.3 Descripción de la propuesta

El proyecto para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone se fundamenta en la premisa de abordar integralmente las necesidades físicas, emocionales y sociales de este grupo demográfico. Se estructura en torno a intervenciones específicas diseñadas para proporcionar un apoyo holístico que promueva su bienestar y calidad de vida.

Atención Médica Integral: Se establecerá un programa de atención médica integral que incluya evaluaciones de salud periódicas, consultas médicas regulares y acceso a servicios de atención primaria y especializada. Se brindará atención personalizada para el manejo de enfermedades crónicas, control de medicación y seguimiento de tratamientos médicos.

Programas de Bienestar y Actividades Recreativas: Se desarrollarán programas de bienestar diseñados específicamente para adultos mayores, que incluyan actividades físicas adaptadas a sus necesidades y capacidades. Se organizarán actividades recreativas y culturales, como talleres de arte, música, danza, manualidades y excursiones, para fomentar la participación social y el enriquecimiento personal.

Apoyo Emocional y Social: Se establecerán grupos de apoyo emocional donde los adultos mayores puedan compartir sus experiencias, preocupaciones y necesidades, y recibir apoyo mutuo de sus pares. Se promoverán actividades de voluntariado y participación en la comunidad para fortalecer el sentido de pertenencia y conexión social.

Capacitación y Sensibilización: Se llevarán a cabo sesiones de capacitación y sensibilización sobre el envejecimiento activo, la prevención de enfermedades y el autocuidado, dirigidas tanto a los adultos mayores como a sus cuidadores y familiares.

Se organizarán charlas educativas sobre temas relevantes para la población de adultos mayores, como la planificación financiera, la seguridad en el hogar y la prevención de caídas.

Acceso a Recursos y Servicios Sociales: Se facilitará el acceso a servicios sociales y recursos comunitarios, como asistencia alimentaria, transporte público adaptado, programas de vivienda para adultos mayores y servicios de asistencia legal y financiera.

Evaluación y Seguimiento: Se realizarán evaluaciones periódicas para monitorear el progreso y la efectividad de las intervenciones implementadas, con el fin de realizar ajustes y mejoras continuas en el diseño y la ejecución del proyecto.

Se establecerá un sistema de seguimiento individualizado para garantizar la continuidad y la personalización de la atención brindada a cada adulto mayor.

Esta descripción detallada de la propuesta refleja un enfoque integral y multifacético que busca abordar las necesidades físicas, emocionales y sociales de los adultos mayores en la comunidad "La López", con el objetivo último de mejorar su calidad de vida y promover su bienestar integral.

4.3.4 Antecedentes de la propuesta

La propuesta surge a partir de los resultados de esta misma investigación que reveló las condiciones y necesidades de los adultos mayores en la comunidad "La López". Dichos resultados evidenciaron áreas de oportunidad para mejorar la calidad de vida de este grupo demográfico.

4.3.5 Justificación

El envejecimiento poblacional es un fenómeno global que plantea desafíos significativos en términos de atención y cuidado de los adultos mayores. En el contexto

de la comunidad "La López", es crucial implementar acciones específicas para garantizar el bienestar y la dignidad de este grupo poblacional.

4.3.6 Impacto

La implementación de este proyecto tendrá un impacto positivo en la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López", mejorando su bienestar físico, emocional y social. Además, contribuirá al fortalecimiento del tejido social y comunitario, promoviendo la inclusión y el apoyo mutuo entre los residentes.

4.3.7 Objetivos de la propuesta

Objetivo general

- Elaborar e implementar un plan de acción integral para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López".

Objetivos específicos

- Identificar y abordar las necesidades físicas y de salud de los adultos mayores.
- Promover la participación social y la integración comunitaria de los adultos mayores.
- Facilitar el acceso a recursos y servicios sociales para mejorar el bienestar emocional de los adultos mayores.
- Fomentar la autonomía y la independencia de los adultos mayores en sus actividades diarias.

4.3.8 Análisis de factibilidad

- a) **Viabilidad Financiera:** Se buscará financiamiento a través de recursos gubernamentales, donaciones y colaboraciones con organizaciones locales.

- b) **Recursos Humanos:** Se contará con un equipo técnico del ISTSPE que incluya promotores sociales que coordinen con los profesionales de la salud, trabajadores sociales, voluntarios y líderes comunitarios.
- c) **Recursos Materiales:** Se requerirán materiales y equipos básicos para la implementación de actividades y servicios para adultos mayores.

4.3.9 Diseño de la propuesta (acciones)

1. Realización de evaluaciones de salud y necesidades específicas de cada adulto mayor.
2. Implementación de programas de ejercicio físico adaptado y terapias ocupacionales.
3. Organización de actividades recreativas y culturales para promover la participación social.
4. Creación de redes de apoyo comunitario para brindar asistencia emocional y social.
5. Capacitación y sensibilización sobre el envejecimiento activo y el cuidado de adultos mayores para la comunidad.

4.3.10 Duración

El proyecto se llevará a cabo durante un período de 12 meses, con posibilidad de extensión según las necesidades y resultados obtenidos.

4.3.11 Evaluación

La efectividad del proyecto será evaluada mediante indicadores cuantitativos y cualitativos, como la mejora en la calidad de vida percibida por los adultos mayores, el aumento en la participación en actividades sociales, y la retroalimentación de los

participantes y la comunidad. Se realizarán evaluaciones periódicas para realizar ajustes y mejoras continuas en el desarrollo del proyecto.

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Tras analizar las condiciones de los adultos mayores en la comunidad "La López", se evidencia una diversidad en las necesidades y características de este grupo demográfico. La mayoría de los adultos mayores viven acompañados por familiares, y un alto porcentaje se siente cómodo en su tipo de vivienda actual. Sin embargo, se identifican dificultades significativas en actividades básicas como cocinar y caminar, lo que sugiere la necesidad de intervenciones específicas para mejorar su calidad de vida.
- Los datos revelan que una proporción considerable de adultos mayores en la comunidad "La López" dependen de ayuda económica del gobierno, principalmente a través del bono gubernamental, y que la mayoría no cuenta con seguro privado. Además, se identifican dificultades en actividades cotidianas como caminar, cocinar y bañarse, lo que destaca la importancia de programas de asistencia y cuidado para abordar estas limitaciones y mejorar su calidad de vida.

- Las conclusiones de la investigación sugieren la necesidad de implementar intervenciones específicas para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López". Estas acciones podrían incluir el desarrollo de programas de atención médica integral, la promoción de actividades recreativas y de bienestar, la facilitación de acceso a recursos sociales y servicios de salud, y la sensibilización sobre el envejecimiento activo y el cuidado personal.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda desarrollar programas integrales de atención y cuidado para adultos mayores en la comunidad "La López", que aborden tanto las necesidades físicas como emocionales y sociales de este grupo demográfico. Estos programas deberían incluir servicios médicos especializados, asistencia en actividades diarias, apoyo emocional y social, y actividades recreativas y de bienestar diseñadas específicamente para adultos mayores.
- Es importante promover la participación comunitaria y el envejecimiento activo entre los adultos mayores en la comunidad "La López". Se recomienda establecer programas y actividades que fomenten la participación en grupos de apoyo, clubes sociales, actividades recreativas y voluntariado. Esto no solo contribuirá a mejorar su calidad de vida, sino que también fortalecerá el sentido de pertenencia y conexión con la comunidad.
- Se recomienda mejorar el acceso de los adultos mayores en la comunidad "La López" a recursos sociales y servicios de salud. Esto incluye facilitar el acceso a programas de asistencia económica y seguro médico, así como promover la conciencia sobre los servicios disponibles y cómo acceder a ellos. Además, es

fundamental desarrollar estrategias para abordar las dificultades identificadas en actividades cotidianas como caminar, cocinar y bañarse, mediante la provisión de servicios de rehabilitación, adaptaciones en el hogar y asistencia personalizada

Referencias

- Anangón, F. (2023). Población adulta mayor en la agenda de políticas de Ecuador: Una aproximación desde el neoinstitucionalismo. *Cuestiones Políticas*, 41(77).
- Arevalo AVECILLA, D., GAME, C., PADILLA LOZANO, C., & WONG, N. (2019). Predictores de la Calidad de Vida Subjetiva en Adultos Mayores de Zonas Urbanas y Rurales de la Provincia del Guayas, Ecuador. *Información tecnológica*, 30(5), 271-282. <https://doi.org/ISSN 0718-0764>
- BID. (junio de 2018). *Banco Interamericano de Desarrollo*. Panorama de envejecimiento y dependencia en América Latina y el Caribe: <https://publications.iadb.org/es/panorama-de-envejecimiento-y-dependencia-en-america-latina-y-el-caribe>
- Castro, J. (2022). Propuesta de modelo de atención con enfoque de desarrollo humano sostenible para mejorar la calidad de vida de adultos mayores. Cachapoyas. *Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas*, 14-52.
- Cedeño, M., & García, A. (2019). Centros integrales para la atención del adulto mayor: una visión del modelo gerontológico social en la ciudad de Portoviejo. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. <https://doi.org/https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/09/atencion-adulto-mayor.html>
- CEPAL. (13 de diciembre de 2022). *Comisión Económica para América Latina y el Caribe*. CEPAL examina el panorama actual del envejecimiento en la región, así como los avances y desafíos para el ejercicio de los derechos y la inclusión de las personas mayores: <https://www.cepal.org/es/noticias/cepal-examina-panorama-actual-envejecimiento-la-region-asi-como-avances-desafios>

ejercicio#:~:text=El%20rápido%20proceso%20de%20envejecimiento,personas%20mayores%20que%20en%202022.

- CEPAL. (2022). Envejecimiento en América Latina y el Caribe. *Informe de América Latina y el Caribe para el cuarto examen y evaluación del Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento* - CEPAL, 9-175.
- CRE. (2008). *Constitución de la República de Ecuador*. MONTECRISTI: Juan León Mera N.º 1936 y Patria, Edif. Senplades.
- Fernández, N., & Urgiles, J. (2023). Calidad de vida en adultos mayores de una parroquia rural de Ecuador durante la pandemia COVID-19. *Revista Conrado*, 19(1), 155-165.
- Flores, C., González, M., & Cevallos, F. (2023). Plan de acción para fortalecer la calidad de vida de las personas adultas mayores en Ecuador. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Nacional de Loja*.
- Forttes, P. (2021). Envejecimiento y Atención a la Dependencia en Ecuador. *Co-publicación BID-Eurosocial*, 5-61. <https://doi.org/https://eurosocial.eu/wp-content/uploads/2021/03/Envejecimiento-y-atencion-a-la-dependencia-en-Ecuador.pdf>
- Guerra, S., Acosta, D., & Guerra, R. (2021). Formación continua y calidad de vida de los adultos mayores. *Educación Médica Superior*, 35(4). https://doi.org/http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412021000400014&lng=es&tlng=es.
- Huenchan, S. (2018). Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. *CEPAL*, 11-253.
- LOPAM. (2019). *Ley Organica de las Personas Adultas Mayores*. Quito: Suplemento del Registro Oficial No. 484.
- López, R. (2020). El paradigma del envejecimiento activo en Europa: conceptualización, recepción y apropiación. *Universidad de Granada*.
- MASTJ. (2022). "50+ Design". *Ministerio de Asuntos Sociales y Trabajo de Japón*, Tokio.
- Mesa, D., Valdés, B., Espinosa, Y., Verona, A., & García, I. (2020). Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(4), 1-10. https://doi.org/https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.es_ES
- MIES. (2024). *Ministerio de Inclusión Económica y Social*. Dirección Población Adulta Mayor: <https://www.inclusion.gob.ec/direccion-poblacion-adulta-mayor/>
- MIES. (2024). *Ministerio de Inclusión Económica y Social*. Atención a Personas Adultas Mayores: <https://www.inclusion.gob.ec/atencion-a-personas-adultas-mayores/>
- MSASS. (2022). "Personas mayores en Suecia: Estocolmo". *Instituto Nacional de Estadística de Suecia*.
- Noboa, D. (2022). Plan de Trabajo Plurianual para Presidente y Vice presidente de la República de Ecuador. *Alianza Acción Democrática Nacional*.

- Ortiz, J. (2020). "Plan grupal de actividades físico-recreativas para incrementar la calidad de vida subjetiva en adultos mayores del Barrio Chimbacalle en Quito". *Universidad de las Fuerzas Armadas*.
- Porras, A. (2023). Conceptos básicos de estadística. *Centro de Investigación en Geografía y Geomática "Ing. Jorge L. Tamayo"*, 1-9.
<https://doi.org/https://centrogeo.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1012/157/1/13-Conceptos%20Básicos%20de%20Estadística%20-%20Diplomado%20en%20Análisis%20de%20Información%20Geoespacial.pdf>
- Quispe, A. (2013). *El uso de la encuesta en las ciencias sociales*. Mexico: Díaz de Santos.
- Reyes, R., & Carmona, A. (2020). La investigación documental para la comprensión ontológica del objeto de estudio. *Universidad Simon Bolivar*, 1-4.
- Román, P., Pérez, M., & Tadeu, P. (2020). Envejecimiento activo y uso de internet para mejorar la calidad de vida de las personas mayores. *PIXEL-BIT Revista de Medios y Educación*(60), 109-134. <https://doi.org/https://doi.org/10.12795/pixelbit.76963>
- Samaniego, M., & Quito, J. (2022). Calidad de vida en adultos mayores no institucionalizados de Cuenca-Ecuador, 2022. *Maskana - Universidad de Cuenca*, 14(1), 41-50.
<https://doi.org/https://doi.org/10.18537/mskn.14.01.0>
- Sánchez Flores, F. A. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122.
<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Tarpuk, E., Cáceres, C., Ambato, N., & Campos, C. (2020). Actividad física, recreativa y cultural, alternativa para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores rurales. *Revista Digital de Educación Física*, 11(62), 90-105.

ANEXOS

Encuesta dirigida a las familias de la comunidad para fortalecer la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad "La López" del Cantón Chone.

1. **¿Cuántos familiares viven con usted?**
 - a) 1
 - b) 2
 - c) Más de 5
 - d) Otros
2. **¿Se siente cómodo en el tipo de vivienda que vive?**
 - a) Si
 - b) No
3. **¿Recibe alguna ayuda económica del gobierno?**
 - a) Si
 - b) No
4. **¿Cuál es su principal ingreso económico?**
 - a) Bono del Gobierno
 - b) Ayuda de Hijos
 - c) Otros
5. **¿Cuáles son las actividades que se le dificultan realizar actualmente?**
 - a) Caminar
 - b) Cocinar
 - c) Bañarse
 - d) Levantarse de la cama
6. **Tiene alguna enfermedad degenerativa**
 - a) Si
 - b) No
7. **Recibe tratamiento especializado**
 - a) Si
 - b) No

8. ¿Cuenta con algún seguro?

- a) Seguro General
- b) Seguro Campesino
- c) Ninguno

9. ¿Asiste a controles médicos con regularidad?

- a) Si
- b) No

10. ¿Cuáles son las actividades que realizas para cuidar de tu salud?

- a) Alimentación saludable
- b) Ejercicios físicos
- c) Consumo de medicamentos
- d) Bailo terapia

Ilustración 2

Tutorías presencial y vía meet con Tutora de tesis





Ilustración 3
Encuesta aplicada en la comunidad





Ilustración 3
Reunidas con adultas mayores y familiares en la comunidad



