



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: CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PROGRAMA AÑOS
DORADOS DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DIURNO DEL CANTÓN SAN VICENTE

AUTORAS:

MARÍA BELÉN LÓPEZ ALCÍVAR

ANDREA KATIUSKA POSLIGUA ESMERALDAS

DOCENTE TUTOR

DRA. YANELIS RAMOS ALFONSO

PORTOVIEJO-MANABÍ-ECUADOR

2023

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Quien suscribe, DRA. YANELIS RAMOS ALFONSO, 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: CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PROGRAMA AÑOS DORADOS DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DIURNO DEL CANTÓN SAN VICENTE, desarrollado por las estudiantes María Belén López Alcívar y Andrea Katuska Posligua Esmeraldas, cumplen 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, 14 de marzo 2023



DRA. YANELIS RAMOS ALFONSO

DOCENTE ISTSPE

AUTORÍA

El presente Proyecto de Investigación Titulado: CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PROGRAMA AÑOS DORADOS DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DIURNO DEL CANTÓN SAN VICENTE es absolutamente original, auténtico y personal. En tal virtud, el contenido, efectos legales y académicos que se desprenden del mismo son de exclusiva responsabilidad de las autoras.

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

En calidad de tribunal calificador del Informe Final del Trabajo de Titulación presentado por las señoritas María Belén López Alcívar y Andrea Katuska Posligua Esmeraldas, estudiantes de la Carrera de Promoción Social Comunitaria, bajo la Modalidad Proyecto de Investigación, titulado CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PROGRAMA AÑOS DORADOS DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DIURNO DEL CANTÓN SAN VICENTE, 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 Comunitaria. Para cuya constancia suscribimos, juntamente con la señora presidenta del Tribunal.

Portoviejo, 23 de marzo 2023



Mg. Fany del Rocío Miranda Flores de Valgas

Presidente



Mg. Mariuxi Maricela Palacios Cedeño

**Primer Miembro
Revisor**



Tnlgo. José Luis Mieleles Moreira

Segundo Miembro



Mg. Julio Pérez Marcos

Tercer Miembro

DERECHOS DE AUTOR

Autorizamos 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.

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

Portoviejo, 14 de marzo 2023



María Belén López Alcívar



Andrea Katuska Posligua Esmeraldas

DEDICATORIA

Los sueños siempre marcan el camino a seguir, para alcanzar nuestros objetivos y metas, pero considero que el mayor logro es culminarlos con la bendición de Dios y en compañía de mi familia y personas las cuales son importantes para mí, de manera que las aprecio y quiero mucho, a quienes dedico el presente trabajo de investigación, ya que, sin el apoyo incondicional, emocional y motivacional de ellos, esto no hubiera sido posible.

María Belén López Alcívar

DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada a:

A Dios quien ha sido mi guía, fortaleza y ha estado conmigo hasta el día de hoy.

A mis padres Manuel y Fanny quienes con su amor, paciencia y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, porque con sus oraciones, consejos y palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas.

A mis hermanos Cristian y Katherine por su cariño y apoyo incondicional, durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento gracias.

Simplemente gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer las adversidades.

Andrea Katuska Posligua Esmeraldas

AGRADECIMIENTO

Al finalizar un trabajo tan arduo y lleno de dificultades como el desarrollo de la tesis agradezco a Dios por darnos la vida, sabiduría y con su bendición haber podido llegar a realizar este sueño anhelado. Al Instituto Superior de Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro de Portoviejo por darme la oportunidad de estudiar y pertenecer a esta gran familia abriendo sus puertas; para acrecentar nuestros conocimientos; procurando ser buenos seres humanos y profesionales al servicio de nuestra sociedad.

María Belén López Alcívar

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre mi vida y a toda mi familia por estar siempre presentes.

Mi profundo agradecimiento a todas las autoridades y personal que hacen el Instituto Superior Tecnológico de Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, por confiar en mí y abrirme las puertas quienes con las enseñanzas de sus valiosos conocimientos hicieron que pueda crecer día a día como profesional.

Andrea Katuska Posligua Esmeraldas

ÍNDICE DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I	3
Planteamiento del problema	3
Formulación del problema	4
Delimitación Geográfica	4
Antecedentes	5
Justificación.....	6
Objetivos	6
Objetivo General	6
Objetivos Específicos	7
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO.....	7
Contextualización del tema.....	7
El adulto mayor y su calidad de vida	7
Adulto mayor en el contexto social	9
Áreas de la calidad de vida.....	9
Importancia de cuidar a los adultos mayores.....	12
Cuidados y acompañamiento para el adulto mayor	12
Cuidados generales.....	13
Importancia del envejecimiento activo	14

Normativa Legal del Ecuador	16
Entornos de cuidado y servicios de cuidado.....	19
Programas sociales para el adulto mayor.....	21
CAPITULO III. METODOLOGÍA.....	23
Tipo de investigación.....	23
Enfoque de investigación.....	23
Alcance de la investigación	24
Diseño de la investigación	24
Población y muestra	24
Técnicas de investigación.....	25
Recursos de Recolección.....	25
CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	27
Análisis de los resultados de la encuesta a los adultos mayores.....	27
Análisis de los resultados de la encuesta al personal técnico.....	49
Análisis de la entrevista.....	50
Resultados de la Investigación	51
Discusión.....	52
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	54
Conclusiones.....	54
Recomendaciones.....	55
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	56
ANEXOS.....	59

Anexo 1. Entrevista realizada a la directora.....	59
Anexo 2. Encuesta realizada al personal técnico	60
Anexo 3. Encuesta realizada a los adultos mayores.....	61
ANEXO 4. CRONOGRAMA DE LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO	63
ANEXO 5. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL PROYECTO.....	64
ANEXO 6. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS	65

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Campos e indicadores de calidad de vida	11
Tabla 2. Apoyo hacia los adultos mayores	28
Tabla 3. Calificación de la calidad de vida de los adultos mayores	29
Tabla 4. Estado de salud de los adultos mayores	30
Tabla 5. Afectación física	31
Tabla 6. Tratamiento médico en los adultos mayores	32
Tabla 7. El adulto mayor disfruta de su vida.....	33
Tabla 8. Sentido de la vida en el adulto mayor.....	34
Tabla 9. Concentración de los adultos mayores.....	35
Tabla 10. Seguridad en los adultos mayores	36
Tabla 11. Ambiente físico de los adultos mayores	37
Tabla 12. Sueño en los adultos mayores	38
Tabla 13. Habilidad de los adultos mayores.....	39
Tabla 14. El trabajo en los adultos mayores.....	40
Tabla 15. Personalidad de los adultos mayores.....	41
Tabla 16. Relaciones Sociales del adulto mayor	42

Tabla 17. Vida sexual de los adultos mayores	43
Tabla 18. Amistad en los adultos mayores.....	44
Tabla 19. Condiciones del lugar donde viven los adultos mayores	45
Tabla 20. Acceso a servicios sanitarios para adultos mayores.....	46
Tabla 21. Transporte para los adultos mayores	47
Tabla 22. Sentimientos negativos en el adulto mayor	48

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Apoyo hacia los adultos mayores	28
Gráfico 2. Calificación de la calidad de vida de los adultos mayores.....	29
Gráfico 3. Estado de salud de los adultos mayores.....	30
Gráfico 4. Afectación física	31
Gráfico 5. Tratamiento medico en los adultos mayores.....	32
Gráfico 6. El adulto mayor disfruta de su vida	33
Gráfico 7. Sentido de la vida en el adulto mayor	34
Gráfico 8. Concentración de los adultos mayores	35
Gráfico 9. Seguridad en los adultos mayores.....	36
Gráfico 10. Ambiente físico de los adultos mayores.....	37
Gráfico 11. Sueño en los adultos mayores.....	38
Gráfico 12. Habilidad de los adultos mayores	39
Gráfico 13. El trabajo en los adultos mayores	40
Gráfico 14. Personalidad de los adultos mayores	41
Gráfico 15. Relaciones sociales del adulto mayor	42
Gráfico 16. Vida sexual de los adultos mayores.....	43

Gráfico 17. Amistad en los adultos mayores	44
Gráfico 18. Condiciones del lugar donde viven los adultos mayores	45
Gráfico 19. Acceso a servicios sanitarios para adultos mayores	46
Gráfico 20. Transporte para los adultos mayores	47
Gráfico 21. Sentimientos negativos en el adulto mayor	48

RESUMÉN

La calidad de vida en el adulto mayor significa tener paz y tranquilidad, ser cuidado y protegido por la familia y la sociedad con dignidad. La presente investigación tiene como objetivo analizar la calidad de vida de las personas adultas mayores que asisten al Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente. El tipo de investigación que se asumió en este trabajo es de carácter descriptivo, la metodología utilizada tiene enfoque mixto, utilizando una combinación de herramientas como el análisis, la encuesta, la entrevista y el grupo focal de setenta adultos mayores para obtener la suficiente información que permita el alcance de los objetivos planteados. Los resultados encontrados muestran que en general los adultos mayores se benefician con varias acciones, que son percibidas como limitadas, y no garantizan una adecuada atención por parte de las demás instituciones públicas. Se concluye que las condiciones vida de los adultos mayores que asisten al Centro Gerontológico no son óptimas, por los factores económicos y de salud, por lo que se recomienda incorporar actividades de promoción de salud, prevención y cambios en el estilo de vida saludable e incorporar de ser posible a la familia en las actividades del cuidado, para garantizar la calidad de vida del adulto mayor como es su derecho.

Palabras claves: calidad de vida, adultos mayores, centro gerontológico

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es un proceso natural del ser humano, incesante e irreversible en el cual la persona adquiere una pérdida progresiva de la capacidad de adaptación. Los adultos mayores sanos conservan su funcionalidad, pero al presentarse un desgaste progresivo en su capacidad y sus funciones físicas, se vuelven más vulnerables a las enfermedades y condiciones propias de la edad que pueden llevarlo a la fragilidad y la dependencia (MSP, 2018)

El proceso acelerado del envejecimiento va en aumento en los adultos mayores en relación con la población, y está combinado con altas tasas de pobreza y un débil sistema de protección social, lo que pone al Ecuador en una situación complicada que resalta vulnerabilidad y exclusión social de la población adulta mayor

Según el MSP (2018) el Ecuador al igual que el resto de países en el mundo, tiene una población en proceso de rápido envejecimiento cuya expectativa de vida es de 75 años, las necesidades de seguridad social, salud y económicas en la vejez aumentan significativamente, lo que hace que el adulto mayor se vuelva dependiente de otras personas (MSP, 2018)

El Programa Años Dorados esta creado para adultos mayores de 60 años. Tienen por objetivo conectar a los participantes con actividades que contribuyan a envejecimiento activo y saludable. Lo cual es muy importante para retrasar o prevenir la aparición de algunas enfermedades tanto físicas como mentales.

Los Centros Gerontológicos de atención diurna son servicios de atención durante el día sin necesidad de internamiento, con el objeto de evitar su institucionalización, segregación o aislamiento que promueva el envejecimiento positivo y ciudadanía activa. En estos espacios se brinda atención gerontológica, las personas adultas mayores desarrollan actividades recreativas,

sociales, culturales, deportivas, de prevención y cuidado de la salud, y buen uso del tiempo libre, promoviendo el desarrollo integral durante el proceso de envejecimiento.

El presente trabajo de investigación se orientó a analizar la calidad de vida de los adultos mayores del Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente. El enfoque que se asumió en esta investigación fue de carácter mixto (prevaleciendo la dimensión cualitativa, siendo un factor relevante de la metodología investigativa, la interacción con los adultos mayores, a efectos de conocer sus gustos, hábitos, determinar las actividades que desarrollan y hacer un diagnóstico de los tratos que reciben de los demás miembros de la casa y de la sociedad en donde se desenvuelven.

Como técnicas para la recolección de información se utilizaron la revisión documental y el trabajo de campo; la primera incluyó entrevista a la directora del centro gerontológico y la revisión de fuentes secundarias (consultas en libros, revistas, normas, leyes y reglamentos, entre otras publicaciones relacionadas al tema), que permitieron establecer las definiciones conceptuales de las variables de la investigación. Mientras que la segunda implicó la realización de encuestas al personal técnico y a un grupo de 70 adultos mayores que forman parte del establecimiento.

Los resultados muestran que las personas adultas mayores necesitan de atención y cuidados especiales de forma general, la población que llega a esta etapa de la vida aún puede hacer aportaciones importantes al entorno que los rodea. La experiencia representa un factor clave para transmitir sus conocimientos a las nuevas generaciones, las que tienen aprendizajes teóricos sobre ciertos ámbitos del diario vivir, pero carecen de la práctica que ellos han adquirido con el tiempo.

CAPITULO I

Planteamiento del problema

La calidad de vida en los seres humanos es un tema de mucha contemporaneidad con gran interés y trascendencia para el hombre actual y futuro. Es un objeto de estudio a nivel global, que esta abordado desde los más variados enfoques y figuras teóricas existentes.

En la vejez la calidad de vida depende de múltiples factores tanto ambientales como personales, en el cual influyen las condiciones y comportamientos del individuo. Convirtiéndolo en uno de los problemas demográficos que en la actualidad están presentes de forma relevante en el Mundo y en Ecuador, es una realidad visible que impone retos al sistema de salud y que hace que las autoridades y promotores sociales comunitarios intervengan con la finalidad de identificar y trabajar en aquellos factores que permitan el bienestar de los adultos mayores, etapa donde enfrentan gran estado de vulnerabilidad.

De forma general, la calidad de vida se entiende como el bienestar, la felicidad y satisfacción de una persona, que le permite a la misma persona cierta capacidad para actuar, de funcionar o sentir emociones positivas en su vida. Su adaptación es muy subjetiva, ya que está influida de forma directa en la personalidad y el entorno en el que habita y se desenvuelve.

A partir de estas argumentaciones la presente investigación surge ante el incremento acelerado de la población de adultos mayores y la necesidad de analizar la atención y calidad de vida de cada uno, principalmente de aquellos que forman parte del Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente. El envejecimiento humano es un proceso normal con cambios de carácter biológico y psicológicos de las personas, interactuando continuamente con la vida social, cultural, económica y ecológica, durante el paso del tiempo.

El Programa Años Dorados del Centro Gerontológico de atención Diurna, acoge a adultos mayores, se encuentra ubicado en la Calle Eloy Alfaro y Manabí, Barrio San Pablo del Cantón San Vicente de la Provincia de Manabí, Ecuador.

El centro cumple sus actividades diarias con la finalidad de prestar servicios de atención y cuidado integral sin internamiento a personas adultas mayores con dependencia leve, intermedia o moderada, enfocada en la promoción del envejecimiento positivo y ciudadanía activa, con lapsos de tiempo entre seis y ocho horas; atención completa por medio de la estimulación de sus capacidades, asistencia, alimentación, nutrición, acompañamiento, rehabilitación, recreación, entre otros factores que fomenta el bienestar de los adultos mayores la cual son participes del programa.

Formulación del problema

A partir del problema planteado y con la finalidad de analizar el objeto de estudio se formula la siguiente interrogante:

¿Cómo se evalúa el desconocimiento de la percepción en los adultos mayores que asisten al Centro Gerontológico referente a su calidad de vida?

Delimitación Geográfica

Macro localización: Este trabajo investigativo fue desarrollado dentro del territorio ecuatoriano, en la Provincia de Manabí, Cantón San Vicente.

Micro localización: Este proyecto fue desarrollado exactamente en el Centro Gerontológico Diurno del Programa Años Dorados, donde asisten 70 adultos mayores entre hombres y mujeres, ubicado en la Calle Eloy Alfaro y Manabí, perteneciente al Barrio San Pablo.

Antecedentes

Para el desarrollo de este trabajo investigativo se tomaron como referencia algunas investigaciones entre ellas tenemos una elaborada por Gutiérrez (2019), en la cual demuestra que los adultos mayores se benefician con varias acciones, que son percibidas como limitadas, y no garantizan una adecuada atención por parte de las instituciones públicas.

En esta investigación Gutiérrez (2019) menciona desde la perspectiva teórica del desarrollo humano, que el bienestar es solo posible mediante la ampliación de capacidades de todas las personas, en este caso de los adultos mayores quienes frecuentemente no cuentan con ingresos económicos suficientes para conseguir una alimentación balanceada y sufren el abandono de la familia, lo que aumenta el peligro de adquirir enfermedades y que sean tratadas a tiempo (Gutierrez, 2019)

Teniendo como referente un estudio, desarrollado por Criollo (2018) en el cual menciona que la calidad de vida del adulto mayor constituye un aspecto fundamental para el abordaje del envejecimiento, para aspirar no sólo a vivir más años, sino mantener con éstos el bienestar físico, psicológico, y social del adulto mayor.

Además se asumió como antecedente investigativo una guía de mejoramiento de la calidad en la atención integral de salud de las personas adultas mayores, diseñada por el MSP (2019), la cual fue desarrollada tomando en cuenta los mecanismos internos de los servicios de salud para mejorar el enfoque de la garantía de calidad, su monitoreo y el mejoramiento continuo, en la cual están definidos los estándares de atención, los indicadores e instrumentos para monitorearlos y el enfoque de ciclos rápidos para mejorar los procesos de atención.

Justificación

La presente investigación permitirá llenar vacíos teóricos sobre la calidad de vida de los adultos mayores. Los resultados de esta investigación se enmarcan en brindar la posibilidad de utilizarla como soporte y apoyo a nuevos estudios que utilicen la variable mencionada anteriormente.

El trabajo se justifica metodológicamente empleando la investigación descriptiva y documental con un enfoque de carácter mixto, cualitativo y cuantitativo, para la recolección de datos se realizó una investigación de campo y se aplicará la técnica de la encuesta y la entrevista. La metodología planteada en este estudio podrá ser utilizada por otros investigadores que deseen conocer del tema.

Se justifica principalmente en el ámbito social porque después de ejecutar la investigación se podrá identificar si los adultos mayores que asisten al Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente tienen una calidad de vida adecuada. Gracias a la información que aquí se proporcione, se podrán tomar las medidas correspondientes con la finalidad de mejorar la calidad y condiciones de vida de las personas adultas mayores. Para la ejecución del trabajo de investigación se cuenta con todos los recursos y materiales, humanos y económicos necesarios, por lo que resulta viable su elaboración.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la calidad de vida de las personas adultas mayores que asisten al Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente.

Objetivos Específicos

- Sintetizar los elementos teóricos relacionados a la calidad de vida de los adultos mayores.
- Diagnosticar la atención al adulto mayor dentro del programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente.
- Identificar el aporte de la familia a la calidad de vida del adulto mayor.

CAPITULO II. MARCO TEÓRICO

Contextualización del tema

En este capítulo se analizarán diferentes teorías partiendo desde lo general hasta lo particular, que permitirán argumentar el objeto de estudio y la comprobación de los objetivos de este trabajo investigativo, de acuerdo con la estructura del tema y el lugar donde se desarrolló esta investigación.

El adulto mayor y su calidad de vida

El aumento de los niveles de esperanza de vida y el acelerado crecimiento de la tasa de natalidad han determinado la inversión de la pirámide poblacional. Esta situación requiere de una atención especial a los adultos mayores, porque se debe querer no sólo vivir más, sino en mejores condiciones. Con relación a esta argumentación los estudios sobre la calidad de vida en los adultos mayores juegan un papel importante, porque esto influye en el bienestar psicológico, fisiológico y social de este grupo de personas.

Según el procesamiento de datos de la ONU (2021), hoy existen alrededor de 600 millones de personas adultas mayores de 60 años a nivel mundial, número que para el 2025 se duplicará; se calcula que para el 2050 tendremos más personas mayores de 60 años que niños menores de 15 años. Esta conducta se reflejará en diversos Países de Latinoamérica (ONU, 2021)

Según (Flores et al., 2018) la calidad de vida es un concepto multidimensional que está influenciado por algunas variables socioeconómicas, estilos de vida, condiciones físicas y de salud, vivienda, satisfacción personal y entorno social en el que el adulto mayor se desenvuelve. Conservar una adecuada condición y calidad de vida en aquellas personas que alcanzan la vejez es uno de las problemáticas más grandes y emergentes que enfrentan los sistemas de Salud y las instituciones de Seguridad Social a nivel mundial.

De manera exponencial aumentan las personas que sobrepasan a los 60 años, de la misma forma que aumentan la cantidad de años que han de vivir aquellos que cumplen esta edad. La calidad de vida es un constructo de amplio uso en la actualidad. Ha sido estudiada por diferentes profesionales en todas las áreas educativas, de ahí surgen la existencia de diversas definiciones del término.

Para que las personas adultas mayores alcancen una vida de calidad, o sea una vejez agradable es importante que asuman estilos de vida equilibrados que contribuyan a la salud para que puedan ser autosuficientes e independientes en sus decisiones y actividades personales que les permitan entre otras cosas cuidarse ellos mismos de forma correcta con conocimiento de causa necesario, por esta razón es importante realizar labores de intervención social en estos grupos de edades para incrementar ampliamente sus conocimientos sobre estos aspectos.

En la actualidad son muchas las personas que dedican su esfuerzo y estudio a lo que podría denominarse como la nueva cultura del envejecimiento. Realmente, es el deseo de vivir más años y tener mejores condiciones físicas, sociales y mentales, debido a que los avances sociales están inclinados en la misma dirección, planteando nuevos modelos de un envejecimiento que sea competente con un sentido de carácter útil y que sea productivo, idóneo en el fortalecimiento, desde una dimensión genérica de la salud.

Adulto mayor en el contexto social

Los cambios sociales que sufren los adultos mayores de hoy, las sociedades industrializadas hablan de rol sin rol, es decir, el adulto mayor ocupa una posición social, pero sin obligación de trabajar que le brinde un nivel económico necesario y una vida con dignidad, libre de un trabajo que sea obligatorio, pero al hacer esto pierde dominio en el ámbito social, económico y laboral.

En esta etapa de la vida, el desempeño de roles establecidos como esposo, padre, trabajador se cambia por abuelo, viudo, jubilado, entre otros y la familia como apoyo informal o las instituciones como apoyo formal, se convierten en el único sustento y satisfactor de las necesidades básicas, físicas, psíquicas y sociales del adulto mayor.

Es probable que viva la etapa de su jubilación y retiro como una situación de pérdida y minusvalía, como una especie de marginación social. Con esto fácilmente se sentirá como si no es de gran importancia o no cuenta mucho para los demás porque pensara que los demás no contarán con él y tampoco la familia, que viene a ser el lugar más importante y donde aún puede sentirse tomado en cuenta, esta nueva realidad de la familia en general permite que el adulto mayor vaya de a poco sintiendo que en ese ámbito su presencia no es necesaria o muy significativa. No es algo anormal, por lo tanto, que algunos o quizás muchos de ellos padezcan la experiencia de tener deteriorada su autoestima.

Áreas de la calidad de vida

Según Aponte (2018) considera que, al momento de realizar una evaluación de la calidad de vida, ésta no solo debe ser multidimensional, sino que tiene que contemplar distintos métodos de medida de los distintos componentes y dimensiones. En su estudio contempla cuatro categorías:

Espiritualidad: La espiritualidad puede entenderse como un grupo de sentimientos, creencias y actividades que suponen una averiguación trascendente, sagrado o divino. En tanto representaciones sobre un poder final, ayudan a ofrecer un sentido positivo en la vida, y dirige el comportamiento de las personas, su apoyo interpersonal y su manera de pensar y de sentir. (Aponte, 2018)

Familia: La calidad, condición de vida, y el núcleo familiar podría ser un estado dinámico de confort del núcleo familiar, determinado de manera colectiva y subjetiva, valorado por todos los miembros, en el cual socializan las necesidades a nivel personal y de la familia en general.

Salud: Algunas de las variaciones en la salud de los individuos más grandes se tienen que a la genética, los componentes que más influyen deben ver con el ámbito físico y social, en especial la casa, el vecindario y la sociedad, así como propiedades individuales como el sexo, la etnia o el grado socioeconómico. El ámbito en el cual se vive a lo extenso de la infancia o inclusive en la etapa embrionaria (Aponte, 2018)

Vida Social: Conservar y entablar colaboraciones interpersonales es esencial para el estado de ánimo del adulto mayor para que éste logre vivir en plenitud su día a día. Entre sus beneficios se destaca el aumento de esperanza de vida, mente activa, bienestar físico y emocional, disminución del sentimiento de soledad y calidad de vida (Aponte, 2018)

Para otros autores la calidad de vida se divide en ocho dimensiones: Bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos. Por su parte, intervienen los indicadores de calidad de vida que reflejan la percepción de una persona.

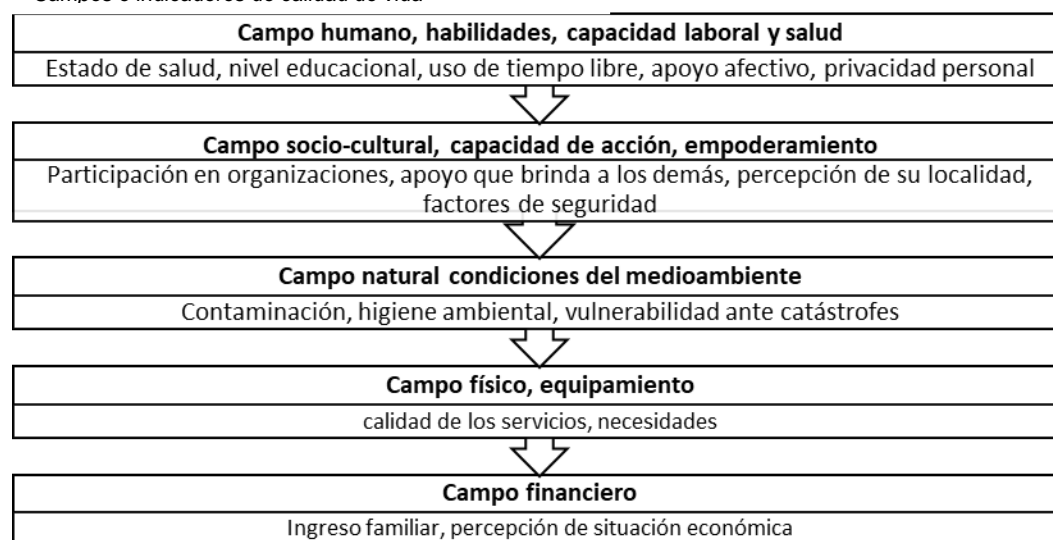
Los criterios para la selección de un indicador se basan en si éste se relaciona funcionalmente con la consiguiente dimensión de calidad de vida, si es validado, si es fiable,

sensible al cambio, o si refleja únicamente los cambios en la situación concerniente (Lara & Hanny, 2022)

Por otro lado, (Olivi et al.,2018) en su investigación “Evaluación de la calidad y condición de vida de las personas adultas mayores en la ciudad de Valparaíso de Chile” toma como referencia cinco campos relacionados a los dominios primordiales en los que desarrollan en su vida.

Tabla 1

Campos e indicadores de calidad de vida



Fuente: Olivi, et. al. (2018)

Los resultados que presentó este estudio, tuvieron como tendencia general, adultos mayores con reacción proactiva respecto a su condición etaria, orientados a resolver los inconvenientes y las carencias, mayoritariamente atribuibles al entorno institucional, de una sociedad en progresivo envejecimiento. Es fundamental señalar que los indicadores de calidad de vida, basados paralelamente en datos fines de condiciones de vida y en la percepción y evaluación subjetiva de las mismas (Olivi, Fadda, & Pizzi, 2018)

Importancia de cuidar a los adultos mayores

A medida que avanzan los años es normal que el cuerpo del ser humano vaya cambiando, ocasionando que tanto el cuerpo como la mente presenten deterioros. Por esta razón es importante que exista una buena sensibilización entre todas las personas sobre lo importante que es atender las necesidades que padecen las personas adultas mayores.

Por ejemplo, en las personas adultas mayores los trastornos de tipo psicológico suelen presentarse con frecuencia, debido a los cambios depresivos por los que pasan. Esto sucede en la mayoría de ocasiones por la pérdida de diversas capacidades que los obliga a depender de los cuidados de otras personas. De esta manera, es fundamental que se les brinde de forma consciente un constante acompañamiento, que fortalecerá su bienestar.

Esto es algo que debe suceder en todos los casos, y se convierte en un compromiso con carácter social y de fraternidad que se debe poseer con las personas adultas mayores, sin tomar en cuenta sus condiciones físicas y psicológicas.

Cuidados y acompañamiento para el adulto mayor

Las personas adultas mayores suelen ser más propensas a tener condiciones especiales o algún tipo de enfermedad, provocadas por algunos hábitos o por su edad. Esto puede llegar a variar en cada adulto mayor, aunque hay un elemento en común que hay que tener en cuenta, y este es precisamente el acompañamiento.

Según Tena (2021) cuando se llega a una determinada edad, empieza a vivir la soledad de una forma más acelerada, que provoca que sufran de diferentes trastornos psicológicos o mentales. Aunque existen diversos tratamientos dependiendo de la condición, es imprescindible que ellos cuenten con el apoyo necesario de parte de sus cuidadores y familiares, quienes son

los encargados de que pueda tener un estado de ánimo propicio y pueda sobrellevar con mayor facilidad este periodo que conlleva varios cambios (Tena, 2021)

Cuidados generales

Higiene en personas adultas mayores: Este aspecto es indispensable, debido a que muchas de estas personas requieren de atención y compañía. De esta manera es importante ayudarlos en el momento que estén en la ducha, cuando realizan su higiene bucal y cuando sea la hora de vestirse.

Una adecuada alimentación: En esta etapa las personas adultas mayores son más propensas a ciertos tipos de alimentos, por esta razón, según su diagnóstico médico es importante fomentar en ellos una alimentación equilibrada, que incluya diferentes tipos de nutrientes como carnes blancas, verduras y ciertas frutas. De esta manera, ellos tendrán la suficiente energía para asumir su día a día y prevenir a su edad la obesidad (Tena, 2021)

La Calidad del sueño: Este punto es primordial, pues las personas adultas mayores suelen sufrir de insomnio que les origina cansancio y desgaste tanto físico y mental. Para evitar este tipo de situaciones es importante crear rutinas para el momento de dormir, eliminar las bebidas que tengan cafeína y prevenir en lo posible los sueños prolongados en el transcurso del día (Tena, 2021)

Prevención de las caídas: Las personas adultas mayores suelen perder el equilibrio y la fuerza muscular, lo cual provoca que se caigan con bastante frecuencia. Ante esto es importante adoptar algunas medidas para evitar que esto ocurra, por ejemplo, eliminar aquellos obstáculos en los espacios donde se moviliza el adulto mayor, debe tener una buena iluminación en el interior y que los zapatos estén ajustados y sean seguros (Tena, 2021)

Acompañamiento emocional: Más allá de estar con el adulto mayor y atenderlo, debemos escucharlos, brindarles respeto, amor incondicional y darle el valor y la importancia que se merecen.

Importancia del envejecimiento activo

Los avances en la medicina hacen que la esperanza de vida de las personas sea cada vez mayor, minimizando el deterioro físico que se sufre con la edad, lo que conlleva un mayor número de personas en esta etapa de la vida que ha fomentado a su vez la aparición de un gran mercado de servicios y productos orientados a ellos, así como conceptos destinados a mejorar su estado físico y mental, como el envejecimiento activo, que pretende abarcar de forma global sus necesidades para aumentar su calidad de vida y compensar los efectos del paso de los años (OMS, 2022)

Según OMS (2021) el envejecimiento activo es un periodo en el cual en que se perfeccionan las oportunidades de salud, la participación y seguridad a fin de mejorar la calidad y condición de vida de las personas en el transcurso que llegan a la vejez. Es decir, consiste en proporcionar los medios necesarios para que los mayores puedan desarrollar todo su potencial físico y ser partícipes en la sociedad también en la última fase del envejecimiento, tras finalizar su etapa activa a nivel productivo, ya que los avances médicos les permiten aumentar su esperanza de vida de forma notable.

El envejecimiento activo busca que los mayores se desarrollen de forma individual y colectiva en esta etapa en la que sus capacidades físicas sufren alteraciones, pero les permiten optar por un estilo de vida saludable con el que fomentar una mayor calidad de vida, así como tener una participación activa en su entorno más cercano, como es la familia, o a nivel social, a

través de actividades formativas, práctica de deporte adaptado a sus capacidades, acciones culturales, entre otras (OMS, 2022)

La OMS (2021) también destaca que la importancia del envejecimiento activo es dotar a los mayores de una vida más larga y plena, con mejor salud y en la que se favorezca su independencia, facilitándoles el acceso a cursos donde, por ejemplo, puedan aprender nuevas aficiones o con los que adquieran los conocimientos para beneficiarse de los avances tecnológicos, entre otros, permitiendo que disfruten de la vida, acercándolos a la sociedad actual y mantenerlos activos (OMS, 2022)

Para poder desarrollar un envejecimiento activo, es fundamental que las personas que aún no han llegado a la tercera edad lleven un estilo de vida saludable basado en una alimentación sana y variada que respete las indicaciones de sus médicos, la práctica de ejercicio diario y adaptado a su nivel, evitando malos hábitos como el tabaco o el alcohol, etcétera, para que así se beneficien de tener una mejor salud que les permita disfrutar de sus aficiones, familias, amigos, vida social.

La longevidad activa, además de beneficiar algunos aspectos vinculados con el físico, también es necesaria para evitar la deficiencia en las capacidades psico-cognitivas, y ello se puede corregir mediante el desarrollo de actividades intelectuales que permitan mantener activas su memoria, su forma de razonar, sus habilidades, entre otros factores (OMS, 2022)

Es importante tener en cuenta que cuanto antes se incorporen estos hábitos saludables al día a día de las personas mejores serán los resultados en la tercera edad, a la que llegarán en mejor estado físico y mental, con una actitud mucho más positiva y activa, por eso queremos recalcar las ventajas de tener una vida activa para disfrutar de un envejecimiento activo. El envejecimiento activo mejora la calidad de vida de las personas mayores proporcionando una

base sólida para seguir siendo independientes y vivir plenamente cada etapa de la vida (OMS, 2022)

Normativa Legal del Ecuador

Cuando se habla de adultos mayores, se toma como referencia a aquellas personas que han cumplido los 65 años de edad, tal cual lo señala la Constitución de la República del Ecuador, debido a su estado vulnerable, tanto en el ámbito físico, emocional, psíquico y por qué no decirlo también económico, pues por su avanzada edad muchas personas piensan erróneamente que este grupo ya no dispone de la fuerza ni aptitud para laborar, por lo tanto, muchos de ellos ya no disponen de los recursos suficientes para su subsistencia y esto disminuye su calidad de vida (COSEDE, 2019)

Por lo expuesto anteriormente LOPAM (2019), la Ley Orgánica del adulto mayor, aprobada en el año 2019, ha pensado en esta necesidad y por ello ha dispuesto un capítulo que habla específicamente de los alimentos a favor de los adultos mayores, lo cual nos lleva a analizar si realmente el cumplimiento de este derecho constitucional llega a garantizarse por medio de la aplicación de esta norma, de manera articulada con las distintas entidades involucradas.

De acuerdo con el reglamento general de la (LOPAM, 2020) en su Artículo 43 hace referencia a la atención de calidad y calidez, señalando que: “Las personas adultas mayores, en todos los ámbitos de la vida, independientemente de su condición física, de salud, psicológica, patrimonial u otros, recibirán atención de calidad y con calidez” (LOPAM, 2020)

Posteriormente señala LOPAM (2019) en su artículo 46 con la finalidad de brindar una atención eficaz y oportuna de servicios sustentados en normas y estándares de alta calidad, la autoridad nacional de la inclusión económica y social, en conformidad con lo que establece la

Constitución de la República acerca de la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, deberá implementar de manera progresiva centros y servicios de atención gerontológica en las modalidades de:

- Centros gerontológicos residenciales
- Centros gerontológicos de atención diurna
- Espacios de socialización y de encuentro
- Atención domiciliaria
- Centros de acogida temporal

Para tal efecto, emitirá los correspondientes reglamentos técnicos sobre atención al adulto mayor para personas naturales y jurídicas, públicas, privadas, mixtas o masivas y de economía solidaria, incluyendo en su caso a las familias, comunidades locales, sociedades y redes sociales e interinstitucionales, proceso socio educativo, salud, nutrición y alimentación, entre otros.

El objeto de la Ley es garantizar la protección de los derechos de las personas mayores y garantizar el derecho a la igualdad y la no discriminación. Reconocer la responsabilidad básica de los países de desarrollar políticas y programas que promuevan la inclusión de las personas mayores, tomando en cuenta sus experiencias y creando un marco legal que permita a las personas mayores el pleno ejercicio de sus derechos. Esforzarse por erradicar todas las formas de abandono por edad, discriminación, odio, explotación, violencia y abuso contra este grupo social

Cabe acotar que en el marco de la LOPAM (2020) se ha establecido un sistema nacional especial para el amparo absoluto de los derechos de las personas adultas mayores. El objetivo de este sistema nacional es proteger integralmente los derechos de las personas mayores

mediante el diseño, desarrollo, implementación, seguimiento y evaluación de normas, políticas, mecanismos, servicios públicos y privados en todas las circunstancias y en todos los niveles de gobierno (LOPAM, 2020).

Esto pertenece a la dirección del sistema MIES, que también tiene su propia atribución según el artículo 64 de la misma Ley:

- a) Diseñar y desarrollar programas y servicios específicos de inclusión económica y social para las personas adultas mayores.
- b) Desarrollar e implementar programas de sensibilización y formación continua sobre derechos de las personas adultas mayores.

De acuerdo con estas atribuciones, el MIES (2020) ofrece servicios de atención y cuidado, así como de aseguramiento no contributivo, que forman parte de la Misión Mis Mejores Años. No cabe duda que el Estado ecuatoriano tiene la responsabilidad fundamental de formular una política nacional para garantizar los derechos de las personas adultas mayores, basada en una clara planificación entre las instituciones que conforman el sistema nacional especializado para el amparo absoluto de los derechos de los adultos mayores.

Además de impulsar la creación de centros especializados y hospitales geriátricos que brinden una atención de primer nivel. Ante todo, el Estado ecuatoriano debe sancionar cualquier forma de discriminación, maltrato, mal uso y violencia contra las personas mayores (MIES, 2022)

Las personas adultas mayores aún conservan los mismos derechos que cualquier otra persona de otras edades según La Carta Magna de la República del Ecuador en su artículo 36 plantea lo siguiente: “Los adultos mayores en su totalidad merecen recibir una atención que sea única y especializada en todas las áreas ya sean públicas y privadas, sobre todo en aquellos

campos de inserción con carácter social y económico, y en especial la protección contra la violencia”. (Lopez, 2008)

En otras palabras, se debe cuidar a las personas mayores implementando las condiciones de un modelo integral de atención en salud, asegurando su alimentación, salud, cuidado diario, aplicando esta política para preservar su derecho a la autonomía y relaciones sociales, protegerlos de la violencia intrafamiliar además de garantizar su estabilidad física, psíquica y social (Lopez, 2008)

En el País existe una mala interpretación de esta etapa de la edad, ya que muchos adultos mayores son considerados una carga para la familia, son degradados y condenados como improductivos y solitarios, por tal razón, es necesario que las familias contribuyan en el cambio de los estilos de vida de los adultos mayores permitiendo que estos retomen su protagonismo en todos los ámbitos.

Entornos de cuidado y servicios de cuidado

Según (Barrios et al., 2018) la salud no es sólo la ausencia de enfermedad; el reconocimiento de la necesidad de fortalecer su preservación y promoción a nivel físico, psíquicos y social también entrama las facultades y posibilidades de compensar las necesidades de vida como la independencia, la satisfacción, la felicidad y la protección (Barrios & Paravic, 2018)

Por esta razón, es importante incluir leyes y proyectos dirigidos a mejorar el ambiente de socialización de las personas adultas mayores, que contemplen: programas de ayuda social, promover la vejez desde un ambiente de derechos, de un envejecimiento activo y lleno de salud; que incentive a los adultos mayores a participar en actividades que les engrandezca y los haga

sentir importantes y también impulsar los servicios de atención integral con calidad y respeto. Por lo expuesto, en nuestro País se contemplan algunos servicios, tales como:

Los Centros Gerontológicos residenciales: Son Instituciones que ofrecen servicios de admisión para la asistencia y cuidado a personas adultas mayores desde los 65 años o más que necesitan de ayuda especial ya sea temporalmente o definitivamente, que no pueden estar al cuidado de sus seres queridos. También, es una ayuda para aquellos adultos mayores que no tienen un lugar donde vivir de forma permanente y estén en completo abandono, por falta de familiares, situación económica y extrema pobreza, que estén en un alto nivel de peligro o que deseen ingresar voluntariamente (SNI, 2022)

Los Centros Gerontológicos de atención diurna: Son aquellos servicios que funcionan en un lapso de tiempo durante el día, en el cual los adultos mayores con leves dependencias ligeras, intermedias y moderadas pueden asistir como un servicio de acompañamiento en su vida familiar, social y con la comunidad; dicho servicio está orientado en el sostenimiento de los factores y mentales del adulto mayor para evitar su deterioro a través de la colaboración en actividades acorde a su edad que fomenten la armonía, la solidaridad y socialización con el medio (SNI, 2022)

Áreas dinámicas para una vejez digna, revitalización, interacción, socialización y encuentro: Son lugares creados para desarrollar encuentros, colaboración y socialización de adultos mayores sanos y aquellos que puedan movilizarse por sí mismo. En estos lugares, se desarrollan actividades de estimulación psico-motriz, cognitiva, interactiva y de integración, propensos a la convivencia, intervención, protección y dependencia con la comunidad y el impulso de una vejez activa y sana (SNI, 2022)

Asistencia a domicilio: Este servicio promueve el cuidado de los adultos mayores que por diversas razones no pueden movilizarse a un centro para recibir asistencia, es decir que

dependen del cuidado y acompañamiento de otras personas para trasladarse de un lugar a otro y hacer sus actividades instrumentales y básicas de su vida cotidiana. Contiene acciones con la familia acerca del cuidado y actividades recreativas, destinadas a promover la independencia, el cuidado, la distracción, mediante la convivencia, cooperación, protección y su interrelación con la sociedad. Se busca desarrollar mecanismos de apoyo y desarrollo de habilidades para los familiares y cuidadores (SNI, 2022)

Programas sociales para el adulto mayor

Según (Gutierrez, 2019) envejecer con una alta calidad de vida es considerado uno de los logros humanos más importantes, pero se convertirá en un problema si la sociedad no brinda soluciones adecuadas a sus consecuencias. Considerando cuánta responsabilidad tiene la sociedad por el bienestar de las personas mayores.

Por esto es importante que interactúen adecuadamente en la sociedad para lograr su salud mental, con la posibilidad de detección temprana y seguimiento de varios aspectos sociales prevenibles de despersonalización. En general, las personas mayores no participan en actividades sociales por lo tanto necesitan acompañamiento y apoyo psicosocial (Gutierrez, 2019)

Ante lo expresado por el autor, OPS (2021) concuerda en que los adultos mayores sanos e independientes contribuyen al bienestar de las familias y comunidades locales, y es un mito describirlos como receptores pasivos de servicios sociales o de salud. Sin embargo, en la actual situación socioeconómica compleja e incierta, el número de adultos mayores está creciendo exponencialmente, solo una intervención oportuna puede aumentar la contribución de este grupo al desarrollo social y evitar que se convierta en un factor de la crisis sanitaria.

Por ello, cuentan con un programa que está estructurado por cinco líneas de acción: impulsar política pública sobre el envejecimiento saludable en todos los países, crear entornos amigables a todas las personas mayores, armonizar los sistemas de salud, desarrollar sistemas de prestación de atención a largo plazo y mejorar la medición, seguimiento y la investigación sobre el envejecimiento (OPS, 2021)

Resulta claro que un programa de desarrollo de las habilidades sociales, puede optimizar la calidad de las relaciones sociales e interpersonales de los adultos mayores, dándoles la oportunidad de sobrellevar esta etapa del ciclo de la vida con mayor satisfacción; razón por la cual el MIES (2022) lleva a cabo programas que se basan en tres ejes de política pública:

- Inclusión y participación social: dado que se considera a esta población como actores del cambio social
- Protección social: enfocada en mitigar los efectos de la pobreza, vulnerabilidad y exclusión social
- Atención y cuidado: por medio del funcionamiento de servicios y centros gerontológicos de administración directa o convenios de cooperación (MIES, 2022)

En el presente año en la ciudad de Guayaquil el MIES (2022) desarrolló el programa “Envejeciendo Juntos”, este se dio en Monte Sinaí y zonas aledañas se atendieron alrededor de 770 adultos mayores con y sin discapacidad. Para su efecto, se brindó cobertura directa por medio de convenios firmados en conjunto de siete organizaciones sociales que brindan atención domiciliaria. Uno de los beneficiados manifestó su agrado ya que puede sentirse en un ambiente parecido al de su familia, con la ayuda de la fundación Amigos por Siempre, desarrollan ejercicios para establecer amistades y mantenerse activos. (MIES, 2022)

CAPITULO III. METODOLOGÍA

Tipo de investigación

El presente trabajo representa una investigación de carácter descriptivo, documental y de campo, ya que permitió analizar la variable propuesta, la cual parte con el análisis sobre la calidad de vida de los adultos mayores que asisten al Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente.

Dicha investigación fue de campo ya que se obtuvo información con la toma de datos reales y testimonios de los actores por medio de la entrevista a la directora del Centro Gerontológico y Técnicos que trabajan en el mismo, y la encuesta aplicada a los adultos mayores por medio de la Escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF, la cual hubo que trasladarse al Centro Gerontológico.

La investigación fue descriptiva ya que partió de un proceso inicial, donde el fenómeno a estudiar forma un sistema amplio, la cual permitió esclarecer características de la muestra. A la vez fue documental porque se recopiló información sobre antecedentes e investigaciones propuestas por otros autores mediante consultas de fuentes, a través de la lectura de documentos, bibliografías, libros, revistas, entre otros apoyos; para luego de ello describir cada una de sus características, con el objetivo de indagar acerca de la calidad de vida en adultos mayores que son parte del Programa Años Dorados.

Enfoque de investigación

El tema sobre la calidad y condición de vida de las personas adultas mayores se abordó desde el enfoque mixto es decir (cualitativo – cuantitativo) porque se hizo uso del método estadístico descriptivo para evaluar el nivel de calidad y condición de vida observada, ya que con la búsqueda de información se direccionará a entender mejor el fenómeno estudiado, una vez

obtenida la información algunos datos fueron procesados mediante gráficos cuantitativos o estadísticos.

Alcance de la investigación

Se establecerá la investigación exploratoria con la finalidad de analizar la calidad y condición de vida de los adultos mayores que asisten al programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente, las condiciones y los servicios que reciben en el establecimiento.

Diseño de la investigación

Se recurrirá a un diseño no experimental aplicado de forma transversal, ya que no se modificará la variable propuesta en el tema.

Población y muestra

Población: La población que se asumió en este trabajo de investigación fue de 70 adultos mayores. Debido a que la población con la que se trabajó no es muy extensa, no será necesaria el cálculo de la muestra.

Muestra: La investigación se llevó a cabo en las instalaciones del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente, cuya muestra estuvo compuesta por la misma cantidad considerada en la población, es decir 70 adultos mayores que asisten a este establecimiento, 29 de ellos son mujeres y 41 son hombres con edades referenciales a partir de los 67 años hasta los 96 años.

Técnicas de investigación

- **Revisión y análisis bibliográficos:** Mediante esta técnica logramos obtener argumentaciones y teorías críticas, para realizar un correcto estudio y análisis del tema de investigación.
- **Entrevista:** Esta técnica nos permitió mantener un dialogo coloquial con la directora que dirige el Centro Gerontológico. (Anexo 1 y 2)
- **Encuesta:** Esta técnica nos permitió recabar y proporcionar datos verídicos a partir de los cuales se hizo posible establecer algunas definiciones la encuesta fue realizada a los adultos mayores del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente y al personal técnico.
- **Cuestionario:** Se elaboraron dos cuestionarios, uno dirigido a los 70 adultos mayores y el otro al personal técnico. El cuestionario está constituido por 21 preguntas para evaluar las dimensiones relevantes de calidad de vida de los adultos mayores y fueron tomadas mediante la Escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF. (Anexo3)

Recursos de Recolección

Humanos:

- Autoras del proyecto
- 70 adultos mayores que participan en el programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente.
- La directora del establecimiento
- Personal Técnico del Centro Gerontológico (6 personas)
- Tutor del trabajo de titulación

Materiales:

- Libros

- Revistas
- Manuales
- Guías
- Útiles de oficina

Tecnológicos

- Computadora
- Impresora
- Cámara
- Pen Drive

Financieros

El valor invertido en el desarrollo de este trabajo de investigación fue de \$100,00 para gastos de movilización y alimentación porque el lugar se encuentra a considerada distancia de nuestras viviendas y fueron varias visitas las que se realizaron; el mismo que permitió el cumplimiento de los objetivos propuestos, y fue asumido por las autoras del proyecto.

CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En el presente capítulo se analizaron los resultados obtenidos de las técnicas empleadas en el desarrollo de esta investigación, entre ellas encuesta y entrevista realizada en el Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente.

Análisis de los resultados de la encuesta a los adultos mayores

Se realizó una encuesta a los 70 adultos mayores del Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente de los cuales 41 son hombres y 29 mujeres, cuyas edades van desde los 67 años hasta los 96 años, de los cuales 57 son solteros (en su mayoría hombres), 10 aún están casados y 3 son viudos. En este grupo de adultos mayores 61 no poseen ninguno tiene nivel de estudios y solo 9 han llegado hasta la primaria.

Esta encuesta tuvo como finalidad analizar la calidad de vida de este grupo de 70 personas adultas mayores, y para el desarrollo de esta encuesta se tomó como referencia parte del cuestionario WHOQOL. WHOQOL-BREF, mediante el cual se valoraron los siguientes aspectos:

¿Obtiene de otras personas el apoyo que necesita?

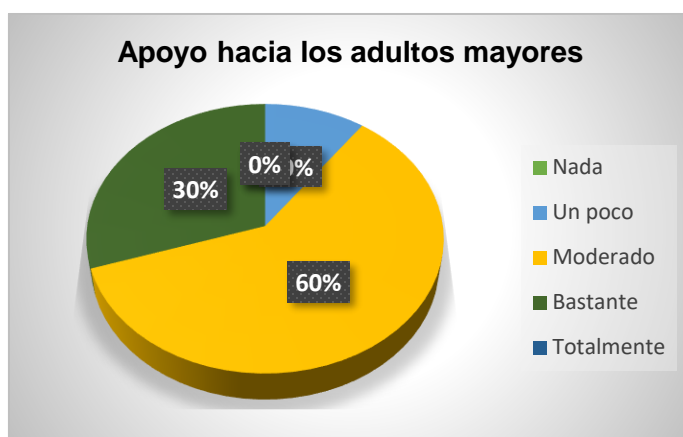
Tabla 2

Apoyo hacia los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	-	-
Un poco	7	10%
Moderado	42	60%
Bastante	21	30%
Totalmente	-	-
	70	100%

Gráfico 1

Apoyo hacia los adultos mayores



Interpretación: Los datos establecidos en el gráfico demuestran que de 70 adultos mayores el 10% correspondiente a 7 adultos mayores solo recibe un poco de apoyo, el 30% es decir 21 reciben bastante apoyo y el 60% en su mayoría tiene poco apoyo.

Análisis: En este caso se logró determinar que la mayor parte de los adultos mayores no reciben el apoyo ni la ayuda necesaria para solventar sus necesidades ya sean económicas o sociales, es importante mencionar que existen diferentes formas de apoyar a los adultos mayores y este apoyo debe iniciar desde la familia comenzando por la comunicación.

¿Cómo calificarías tu calidad de vida?

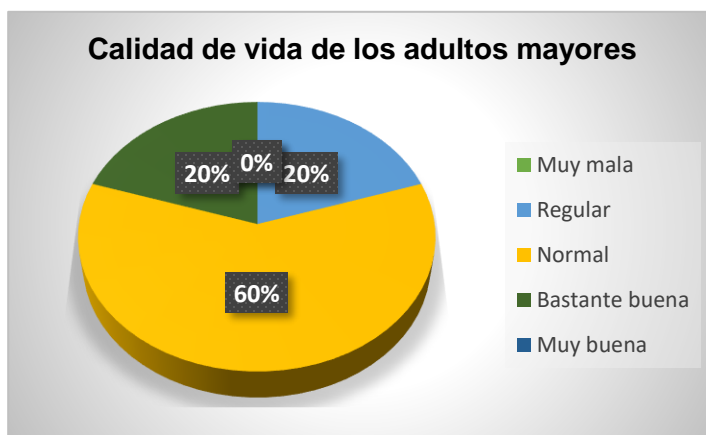
Tabla 3

Calificación de la calidad de vida de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy mala	-	-
Regular	14	20%
Normal	42	60%
Bastante buena	14	20%
Muy buena	-	-
	70	100%

Gráfico 2

Calificación de la calidad de vida de los adultos mayores



Interpretación: En la representación gráfica se visualiza que del grupo total de adultos mayores es decir 70, el 20% correspondiente a 14 considera que tiene una calidad de vida regular, otro 20% equivalente a otras 14 personas cree que bastante buena y el 60% es decir 42 adultos afirman tener una calidad de vida normal.

Análisis: Aquí evidenciamos que ninguno considera tener una calidad de vida bastante buena, la mayoría menciona tener una vida normal acompañada de diversas situaciones entre ellas problemas económicos y de salud. Calidad de vida para los adultos mayores del centro Gerontológico significa tener paz y tranquilidad, ser cuidados y protegidos por la familia con decencia, amor y respeto.

¿Cómo de satisfecho esta de salud?

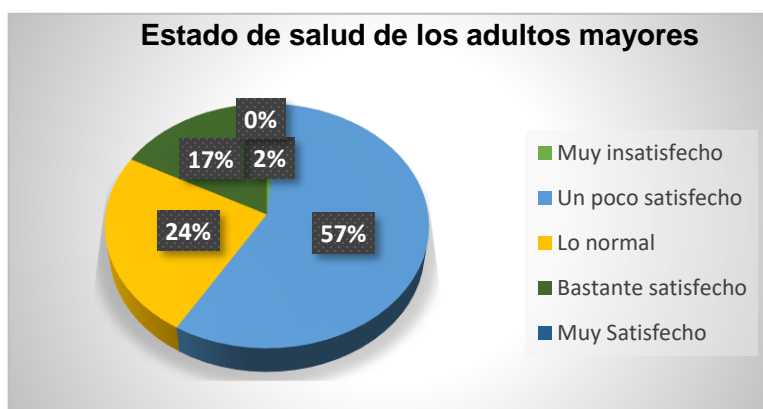
Tabla 4

Estado de salud de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	1	2%
Un poco satisfecho	40	57%
Lo Normal	17	24%
Bastante Satisfecho	12	17%
Muy satisfecho	-	-
	70	100%

Gráfico 3

Estado de salud de los adultos mayores



Interpretación: En la graficación de esta pregunta se logró visualizar que de 70 adultos mayores solo 1 equivalente al 2% se siente muy insatisfecho con su salud, 40 correspondiente al 57% está un poco insatisfecho, 17 adultos es decir el 24% lo normal y 12 de ellos es decir el 17% se encuentran bastantes satisfecho con su salud.

Análisis: Aquí logramos evidenciar que a pesar de estas dificultades la mayoría de adultos mayores que participaron en esta investigación consideran que tienen una salud normal acorde a su edad, normalizando las dolencias físicas, los problemas de hipertensión, de diabetes que tienen algunos de ellos, porque la mayoría de los adultos mayores de acuerdo al estilo de vida que han llevado a lo largo de su vida han adquirido estos problemas de salud que también son propios del envejecimiento.

¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?

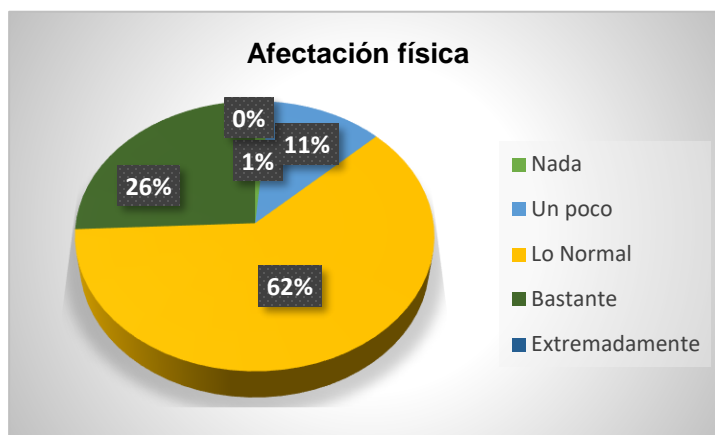
Tabla 5

Afectación física

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	1	1%
Un poco	8	11%
Lo Normal	43	62%
Bastante	18	26%
Extremadamente	-	-
	70	100%

Gráfico 4

Afectación física



Interpretación: Del total de los 70 adultos mayores que participaron en la encuesta solo el 1% es decir un adulto mayor afirma que el dolor físico no le impide hacer lo que necesita, al 11% equivalente a 8 personas solo le impide un poco, al 26% es decir 18 personas le impide bastante y al 62% correspondiente a 43 personas solo lo normal.

Análisis: En este caso la mayor parte aún puede realizar de forma normal sus actividades cotidianas a pesar de padecer algunas molestias físicas entre ellas dolores de espalda o columna, de rodillas y dolores en otras articulaciones, en algunos adultos mayores este tipo de molestias les impide caminar correctamente, sufren caídas y cansancio frecuentemente.

¿En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?

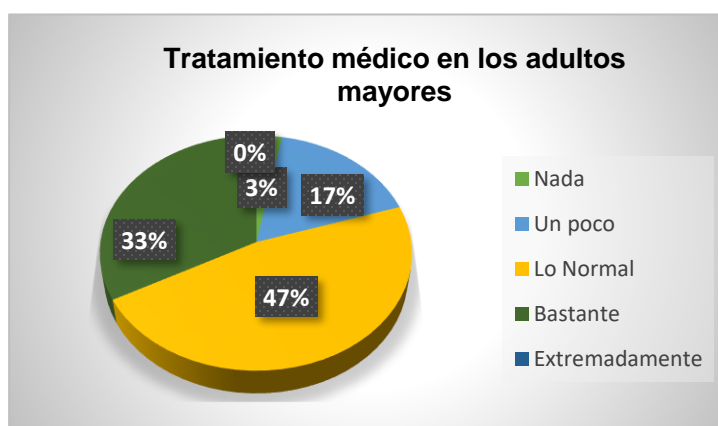
Tabla 6

Tratamiento médico en los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	2	3%
Un poco	12	17%
Lo Normal	33	33%
Bastante	23	47%
Extremadamente	-	-
	70	100%

Gráfico 5

Tratamiento médico en los adultos mayores



Interpretación: Dentro de esta interrogante se logró evidenciar a través de la graficación que dos adultos mayores, es decir el 3% del grupo, no requiere tratamiento médico; 12 correspondiente al 17% lo requieren un poco; 33 equivalente al 33% de adultos solo lo normal y 23 adultos, es decir el 47% requiere bastante de tratamiento médico.

Análisis: Por medio de esta encuesta se logró verificar que la mayor parte de adultos mayores requieren de un tratamiento médico para mejorar su calidad de vida, los tratamientos médicos le brindan al adulto mayor una oportunidad para prevenir enfermedades o diagnosticarlas a tiempo y evitar su prolongación o su complicación, las enfermedades para atender en este grupo de adultos mayores están relacionadas a hipertensión, diabetes, osteoporosis entre otros.

¿Cuánto disfruta de la vida?

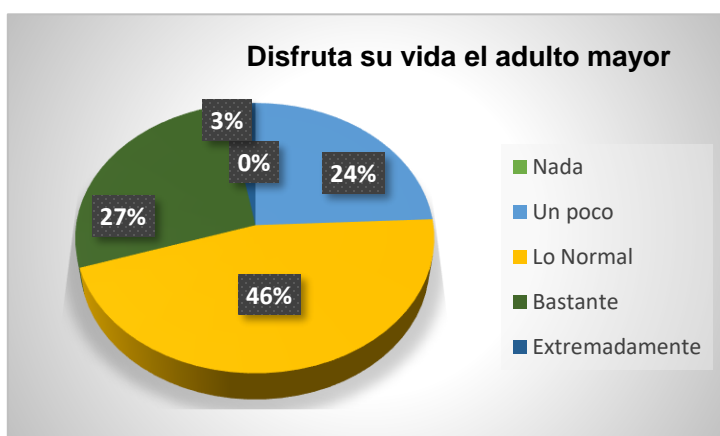
Tabla 7

El adulto mayor disfruta de su vida

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	-	-
Un poco	17	24%
Lo Normal	32	46%
Bastante	19	27%
Extremadamente	2	3%
	70	100%

Gráfico 6

El adulto mayor disfruta de su vida



Interpretación: Según los resultados representados en el gráfico de los 70 adultos mayores solo el 3% equivalente a dos personas disfruta la vida al extremo; el 27% que equivale a 19 adultos disfruta bastante; el 46% correspondiente a 32 disfruta la vida lo normal y el 24% es decir 17 adultos solo un poco.

Análisis: En esta interrogante la mayoría de los adultos mayores disfrutaban la vida lo normal, en este caso según lo que logramos dialogar con ellos lo normal para ellos es vivir padeciendo necesidades económicas y problemas en su salud, como sociedad hemos normalizado que la vejez debe estar asociada a enfermedades y padecer necesidades, creyendo que no tienen derecho a recibir apoyo económico cuando la Normativa establece lo contrario.

¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?

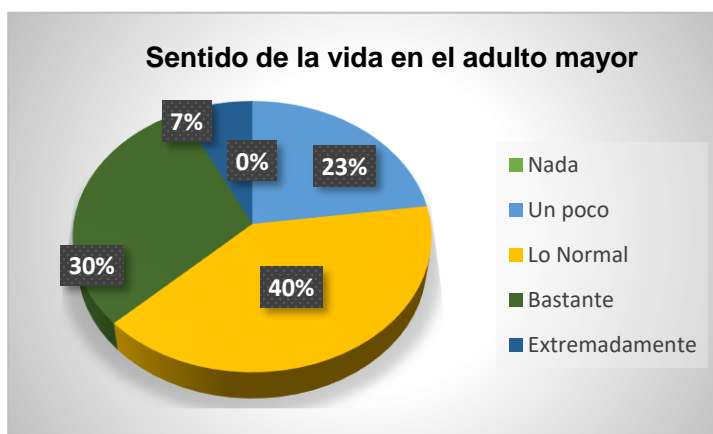
Tabla 8

Sentido de la vida en el adulto mayor

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	-	-
Un poco	16	23%
Lo Normal	28	40%
Bastante	21	30%
Extremadamente	5	7%
	70	100%

Gráfico 7

Sentido de la vida en el adulto mayor



Interpretación: Los datos reflejados en el gráfico permiten visualizar que de los 70 adultos solo 5 personas sienten que su vida tiene sentido, es decir el 7%; 16 adultos que equivale al 23% consideran que su vida tiene poco sentido; 21 personas correspondiente al 30% piensan que su vida tiene bastante sentido; y 28 adultos, es decir el 40% afirman que lo normal.

Análisis: Aquí logramos evidenciar que ellos no solo tienen dificultades en su estado físico sino también mental, ellos se han alimentado psicológicamente de ideas que asocian el envejecimiento como etapa de muerte o un ciclo de enfermedades, ellos no visualizan oportunidades de vida, todos estos factores generan enfermedades mentales con carácter depresivo y cambios de ánimos que hacen que su calidad de vida vaya en deterioro.

¿Cuál es su capacidad de concentración?

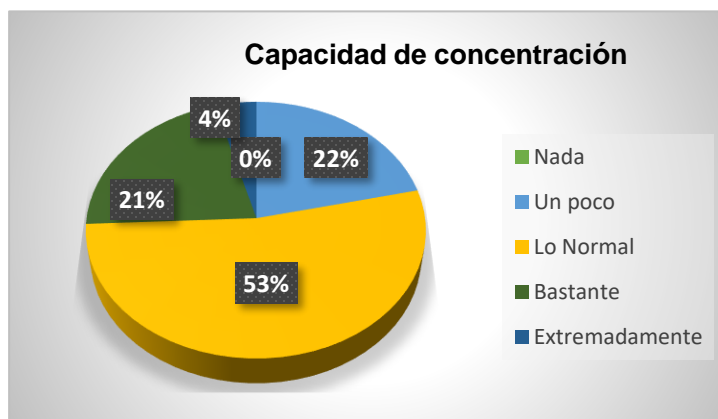
Tabla 9

Concentración de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	-	-
Un poco	15	22%
Lo Normal	37	53%
Bastante	15	21%
Extremadamente	3	4%
	70	100%

Gráfico 8

Concentración de los adultos mayores



Interpretación: En la representación gráfica logramos evidenciar que solo el 4% equivalente a 3 personas poseen una extrema capacidad de concentración; el 21% correspondiente a 15 adultos mayores tienen bastante concentración; el 22% de las personas, es decir 15 tienen poca concentración y el 53% que equivale a 37 personas solo tienen un nivel de concentración normal.

Análisis: Aquí logramos evidenciar que a pesar que la edad de los adultos mayores de este Centro Gerontológico va desde los 69 años hasta los 97 años su capacidad de concentración es bastante buena, aun poseen la capacidad de prestar atención selectivamente, y son capaces de procesar gran cantidad de información, aún conservan recuerdos y prevalecen en ellos una buena memoria.

¿Cuánta seguridad siente en su vida?

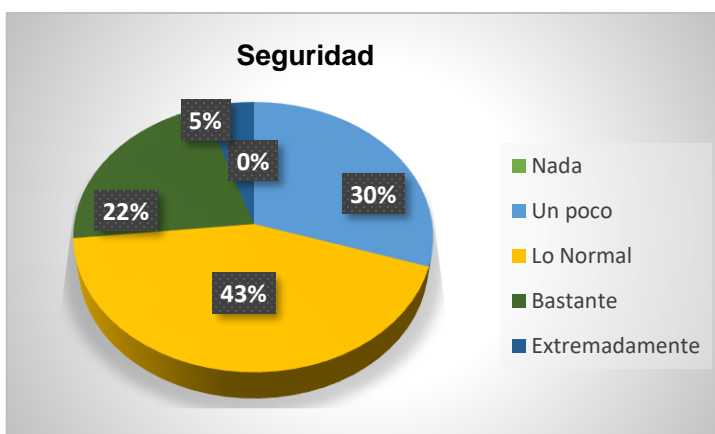
Tabla 10

Seguridad en los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	-	-
Un poco	18	30%
Lo Normal	26	43%
Bastante	13	22%
Extremadamente	3	5%
	70	100%

Gráfico 9

Seguridad en los adultos mayores



Interpretación: Aquí se visualiza que del total de 70 adultos mayores que participaron en la encuesta solo el 3% equivalente a las 5 personas sienten extrema seguridad; el 22% correspondiente a 13 adultos sienten bastante seguridad; el 30% de este grupo, es decir 18 sienten pocos seguros y el 43% que equivale a 26 considera que lo normal.

Análisis: En esta interrogante evidenciamos que la mayoría de los adultos mayores se sienten seguros de forma normal es decir a su edad les toca adaptarse a los espacios en lugar que los espacios sean adaptados para ellos, a esta edad ellos se vuelven más vulnerables y sienten que algunos espacios son de riesgo para ellos y no son seguros para su movilización.

¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?

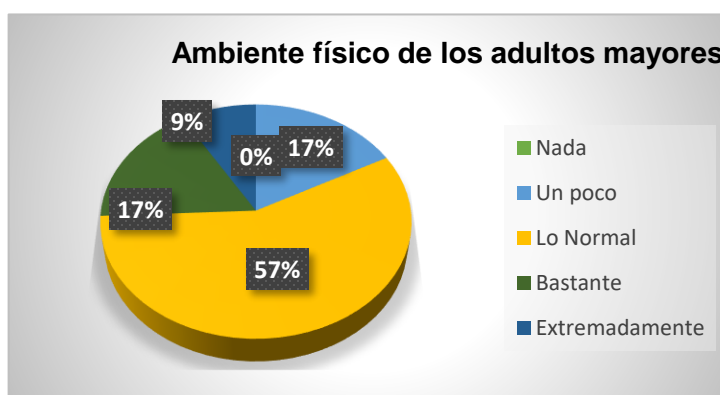
Tabla 11

Ambiente físico de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nada	-	-
Un poco	12	17%
Lo Normal	40	57%
Bastante	12	17%
Extremadamente	6	9%
	70	100%

Gráfico 10

Ambiente físico de los adultos mayores



Interpretación: En esta graficación se evidencia que en este grupo de 70 adultos mayores el 9% equivalente a 6 personas considera que su ambiente físico es bastante saludable, el 17% que viene a ser 12 personas cree que es bastante saludables, otro 17% igual a 12 personas afirma que es poco saludable y el 57% considera que es normal el ambiente que lo rodea.

Análisis: En este caso la mayoría considera que su espacio es saludable de forma normal, es decir como ha sido durante toda su vida, a pesar de su edad no existen cambios que les facilite realizar sus actividades o vivir de mejor manera, a pesar de que son personas vulnerables el espacio no está acondicionado para ellos, en el Centro Gerontológico se les hace difícil el acceso a los baños ya que no están bien acondicionados, de igual manera en el lugar donde viven, esto genera que su calidad de vida no se optima.

¿Cómo de satisfecho/a esta con su sueño?

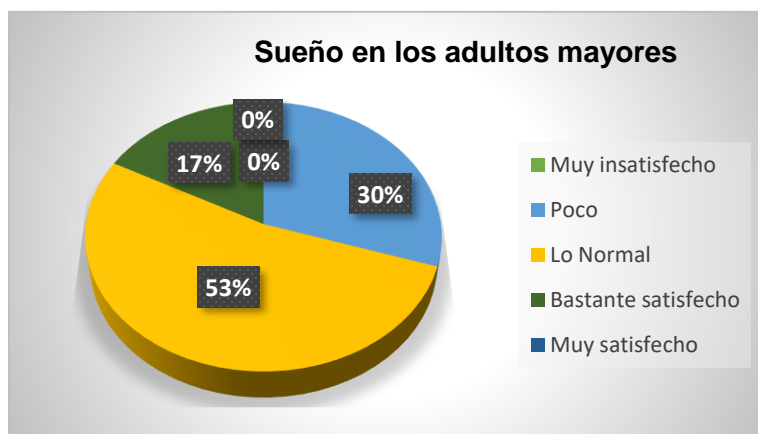
Tabla 12

Sueño en los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	21	30%
Lo normal	37	53%
Bastante satisfecho	12	17%
Muy satisfecho	-	-
	70	100%

Gráfico 11

Sueño en los adultos mayores



Interpretación: Los datos graficados demuestran que de los 70 adultos el 17% equivalente a 12 personas se sienten bastante satisfecho con su sueño, el 30% del grupo, es decir 21 adultos se sienten poco satisfecho y el 53% que viene a ser 37 personas se sienten lo normal de satisfecho.

Análisis: Aquí logramos visualizar que la mayoría de adultos mayores están satisfecho con su nivel de sueño y optan por dormir temprano y levantarse a tempranas horas del día, en otros las complicaciones en su salud no le permiten tener un sueño prolongado, El sueño influye en la memoria, por lo que dormir adecuadamente es vital sobre todo para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores

¿Como de satisfecho/a esta con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?

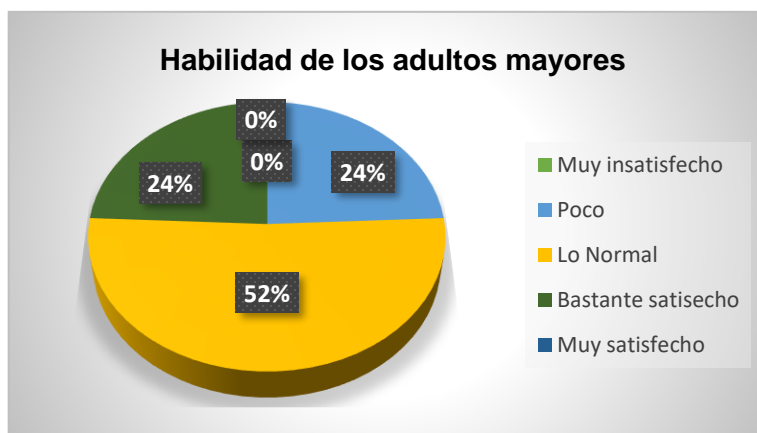
Tabla 13

Habilidad de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	17	24%
Lo normal	36	52%
Bastante satisfecho	17	24%
Muy satisfecho	-	-
	70	100%

Gráfico 12

Habilidad de los adultos mayores



Interpretación: En la representación gráfica se logra visualizar que el 24% de los adultos mayores equivalente a 17 personas, está bastante satisfecho por la capacidad que tiene para realizar sus actividades diarias, otro 24% correspondiente también a 17 personas se siente poco satisfecho y el 52% restante es decir 36 adultos se siente lo normal satisfecho.

Análisis: Con esta interrogante hemos logrado evidenciar que la mayoría de los adultos mayores son independientes al momento de realizar sus necesidades y actividades, a pesar de que sus habilidades en relación a la motora fina y gruesa ya se están deteriorando ellos se esfuerzan por realizar sus actividades cotidianas lo que no beneficia a su calidad de vida.

¿Cómo de satisfecho esta con su capacidad de trabajo?

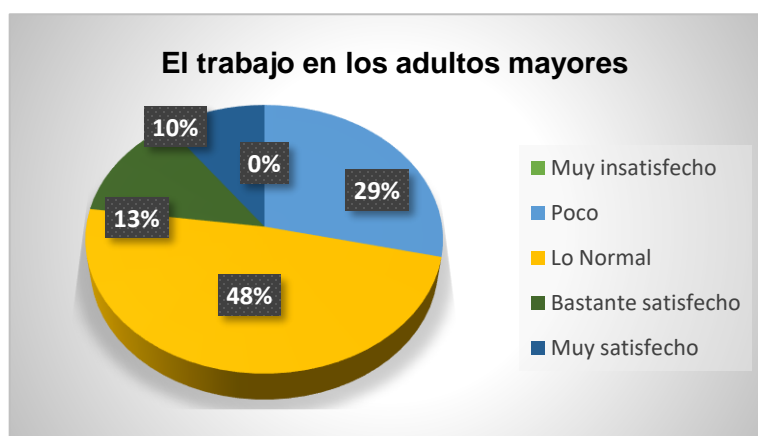
Tabla 14

El trabajo en los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	20	29%
Lo normal	34	48%
Bastante satisfecho	9	13%
Muy satisfecho	7	10%
	70	100%

Gráfico 13

El trabajo en los adultos mayores



Interpretación: En esta graficación se evidencia que del grupo de adultos mayores el 10% correspondiente a 7 están muy satisfecho en su capacidad de trabajo; el 13% equivalente a 9 personas están bastante satisfecho; el 29% de adultos, es decir 20 están poco satisfecho y el 48% que equivale a 34 esta lo normal.

Análisis: En este caso logramos verificar que todos tienen las ganas de trabajar, en su mayoría trabajan realizando oficios pesados y por necesidad económica pero su capacidad debido a las dificultades en su salud no le permiten hacerlo satisfactoriamente, el trabajo fortalece la calidad de vida en ellos porque de esta manera se siguen sintiendo útiles y autorrealizados.

¿Cómo de satisfecho esta de sí mismo?

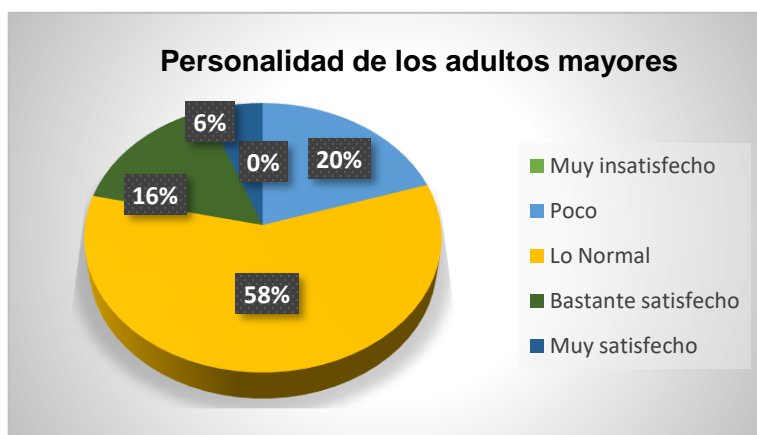
Tabla 15

Personalidad de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	14	20%
Lo normal	41	58%
Bastante satisfecho	11	16%
Muy satisfecho	4	6%
	70	100%

Gráfico 14

Personalidad de los adultos mayores



Interpretación: Los datos en la gráfica evidencian que de los 70 adultos mayores el 6% equivalente a 4 personas, están muy satisfecho de sí mismo; el 16% de adultos es decir 11 personas está bastante satisfecho; el 20% correspondiente a 14 está poco satisfecho y el 58% que equivale a 41 personas se siente lo normal satisfecho.

Análisis: Aquí logramos evidenciar que una parte no se siente satisfecho por su condición física otros porque han tenido pérdidas significativas y una gran parte simplemente siente que todo lo que les ha tocado pasar son procesos de la vida, es decir su calidad de vida se ve deteriorada porque psicológicamente adquieren pensamientos negativos que los hace sentir frustrados.

¿Cómo de satisfecho/a esta con sus relaciones personales?

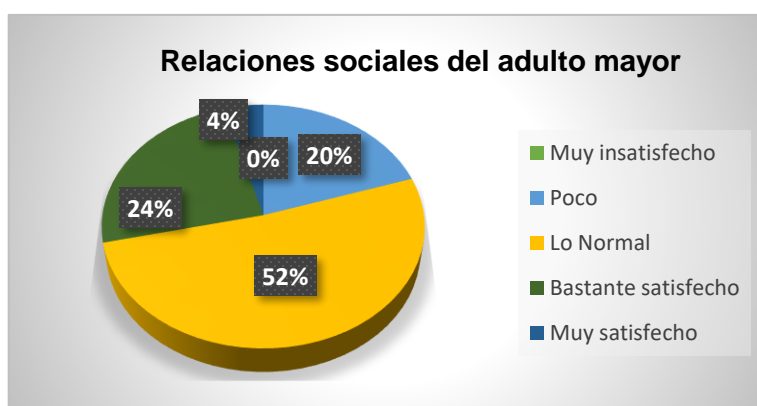
Tabla 16

Relaciones sociales del adulto mayor

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	14	20%
Lo normal	36	52%
Bastante satisfecho	17	24%
Muy satisfecho	3	4%
	70	100%

Gráfico 15

Relaciones sociales del adulto mayor



Interpretación: En esta graficación se puede verificar que el 4% correspondiente a 3 adultos mayores, están muy satisfechos con sus relaciones personales; el 20% que equivale a 14 personas se siente poco satisfechos; el 24% es decir 17 personas están bastantes satisfecho y el 52% equivalente a 36 personas están satisfechos de forma normal.

Análisis: En el Centro Gerontológico todos son muy sociables y les gustan mantener diálogos, aunque algunos se sienten excluidos por su edad y por esta era tecnológica se han adueñado de las relaciones interpersonales, las relaciones interpersonales impulsan la participación social en los adultos mayores y contribuyen significativamente a fortalecer su calidad de vida por lo tanto es un aspecto clave para que ellos tengan un envejecimiento saludable y activo.

¿Cómo de satisfecho/a esta con su vida sexual?

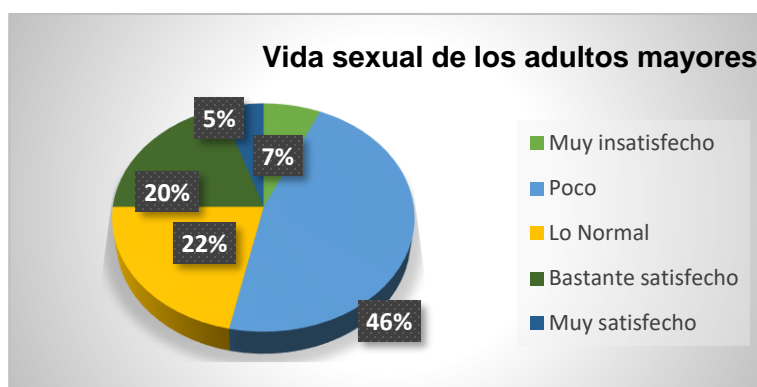
Tabla 17

Vida sexual de los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	4	7%
Poco	28	46%
Lo normal	23	22%
Bastante satisfecho	12	20%
Muy satisfecho	3	5%
	70	100%

Gráfico 16

Vida sexual de los adultos mayores



Interpretación: Por medio de este gráfico se logró visualizar que el 5 % de los adultos mayores correspondiente a 3 personas están satisfechos con su vida sexual; el 7 % que equivale a 4 adultos están muy insatisfechos; el 20% que viene a ser 12 personas se sienten bastante satisfechos: el 22% de los adultos es decir 23 están normal y el 46% es decir 28 personas se sienten poco satisfechos.

Análisis: En este caso evidenciamos que a pesar de que les resultó algo incomoda la pregunta la mayoría se siente poco satisfecho con su vida sexual a la edad que tienen, ya que han presentado cambios no solo en los hombres sino también las mujeres, algunos se ven seriamente afectados porque no pueden disfrutar de las relaciones sexuales, esto origina problemas psicológicos y deteriora su calidad de vida.

¿Cómo de satisfecho/a esta con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?

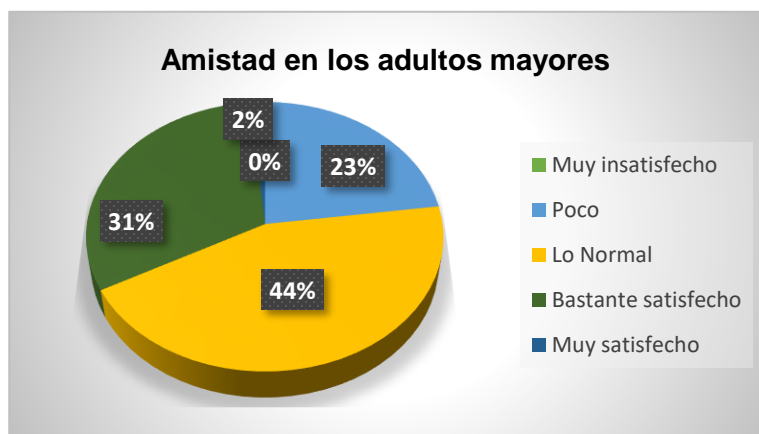
Tabla 18

Amistad en los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	16	23%
Lo normal	31	44%
Bastante satisfecho	22	31%
Muy satisfecho	1	2%
	70	100%

Gráfico 17

Amistad en los adultos mayores



Interpretación: Los datos procesados en el gráfico demuestran que solo el 2% de los adultos mayores que equivale a 1 se siente muy satisfechos con el apoyo de sus amigos; el 23% que corresponde a 16 adultos, se siente poco satisfechos; el 31% es decir 22 persona se sienten bastante satisfechos y el 40% se siente de manera normal el apoyo de sus amigos.

Análisis: Dependiendo del nivel de confianza que alcanzamos con ellos, aquí evidenciamos que algunos están satisfechos con el apoyo que reciben, aunque consideran que no es suficiente y en ocasiones requieren más de apoyo moral y de tiempo para compartir con ellos, psicológicamente los amigos constituyen una fuente de apoyo social en la calidad de vida de los adultos mayores.

¿Como de satisfecho/a esta de las condiciones del lugar donde vive?

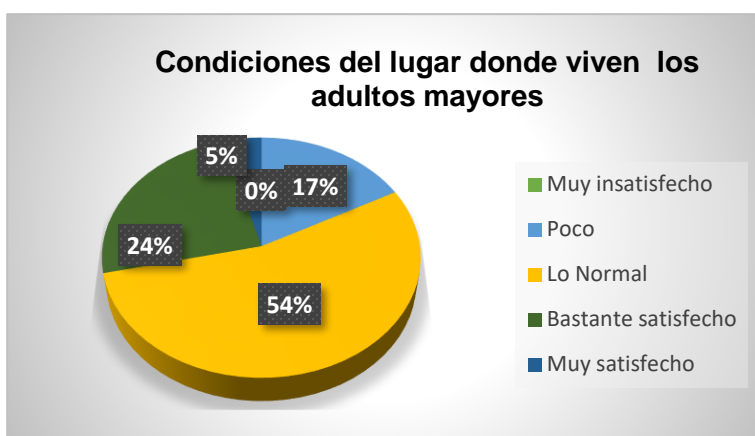
Tabla 19

Condiciones del lugar donde viven los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	12	17%
Lo normal	38	54%
Bastante satisfecho	17	24%
Muy satisfecho	3	5%
	70	100%

Gráfico 18

Condiciones del lugar donde viven los adultos mayores



Interpretación: Gráficamente se observa que el 5% de los adultos mayores equivalentes a 3 personas, están muy satisfechos con las condiciones del lugar donde viven; el 15% que corresponde a 12 personas están poco satisfechas; el 24% que equivale a 17 adultos están bastantes satisfechos y el 54% es decir 38 personas sienten que sus condiciones son las normales.

Análisis: Aquí se evidencia que la mayoría vive en condiciones normales pero que no son accesibles para ellos, otros viven en condiciones no muy buenas debido a la situación económica, el espacio en el que viven no es digno y tranquilo para que su calidad de vida sea la adecuada, y no reciben la atención necesaria.

¿Cómo de satisfecho/a esta con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?

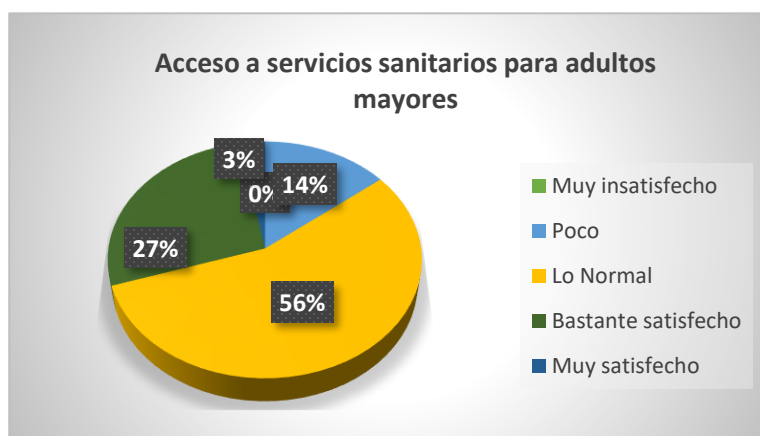
Tabla 20

Acceso a servicios sanitarios para adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	10	14%
Lo normal	39	56%
Bastante satisfecho	19	27%
Muy satisfecho	2	3%
	70	100%

Gráfico 19

Acceso a servicios sanitarios para adultos mayores



Interpretación: Los datos establecidos en el gráfico demuestran que solo el 3% equivalente a 2 adultos están muy satisfecho con el acceso a los servicios sanitarios; el 14% correspondiente a 10 personas están poco satisfecho; el 27% que equivale a 19 adultos mayores están bastante satisfechos y el 56% equivalente a 39 se sienten normal con el acceso que tienen.

Análisis: Logramos evidenciar en este caso que la mayor parte está satisfecha del acceso que tiene a los servicios sanitarios considerando que la comodidad de su casa va de acuerdo a sus posibilidades económicas, es importante destacar que los servicios sanitarios no ofrecen mayor accesibilidad para ellos, de cierta manera son algo incómodos y les dificultan el acceso a ellos es decir no contribuyen a su calidad de vida.

¿Cómo de satisfecho/a esta con los servicios de transporte de su casa?

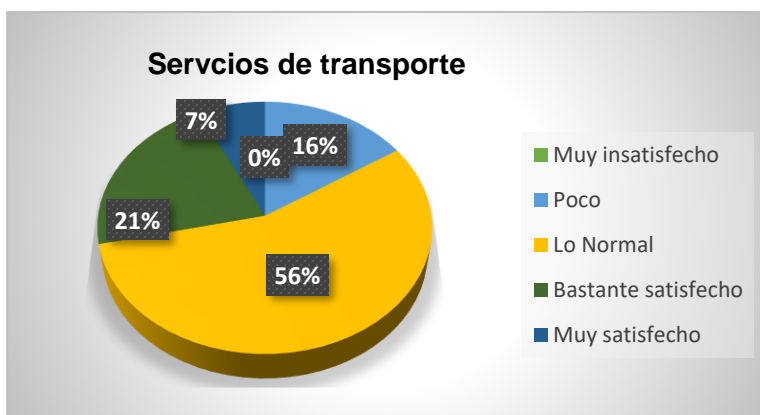
Tabla 21

Transporte para los adultos mayores

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy insatisfecho	-	-
Poco	11	16%
Lo normal	39	56%
Bastante satisfecho	15	21%
Muy satisfecho	5	7%
	70	100%

Gráfico 20

Transporte para los adultos mayores



Interpretación: Los datos expuestos en el gráfico evidencia que de los 70 adultos mayores solo el 7% que vendría a ser 5 personas están satisfechas con el servicio de transporte de su zona; el 16% equivalente a 11 adultos están poco satisfechos; el 21% correspondiente a 15 personas están bastante satisfecho y el 56% es decir 39 adultos lo consideran normal.

Análisis: Aquí ellos consideran normal movilizarse como las demás personas esto significa padecer de algunas incomodidades que en algunas situaciones los pone en riesgo, en los transportes públicos los espacios no son inclusivos para ellos, ni ofrecen mayor seguridad, las personas que movilizan a los adultos mayores en ocasiones no les tienen paciencia y todos estos factores tampoco contribuyen a su calidad de vida.

¿Con que frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión?

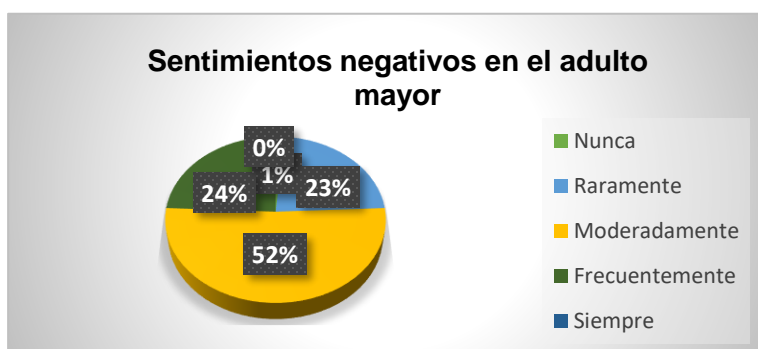
Tabla 22

Sentimientos negativos en el adulto mayor

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	1%
Raramente	16	23%
Moderadamente	36	52%
Frecuentemente	17	24%
Siempre	-	-
	70	100%

Gráfico 21

Sentimientos negativos en el adulto mayor



Interpretación: Según los datos graficados el 1% correspondiente a un adulto mayor siempre ha tenido sentimientos negativos; el 23% equivalente a 16 personas rara vez ha tenido este tipo de sentimientos; el 24% que corresponde a 17 adultos los tiene frecuentemente y el 52% es decir 36 adultos mayores los tiene de manera moderada.

Análisis: La mayoría de adultos manifiestan que, si tienen sentimientos negativos no con mucha frecuencia, pero si moderadamente es decir de vez en cuando, lo que los lleva a experimentar una serie de emociones como la angustia, la tristeza, el miedo, el estrés, la impotencia, la desesperanza y el aislamiento, de cierta manera afecta su estado emocional y psicológico.

Análisis de los resultados de la encuesta al personal técnico

Esta encuesta fue realizada a seis personas que laboran en Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente, conformado por una cuidadora, una terapeuta ocupacional, una cuidadora tallerista, una psicóloga clínica, un trabajador social y un fisioterapeuta y se obtuvieron los siguientes resultados:

- Todo el personal técnico tiene conocimiento acerca del envejecimiento saludable, el cual es un proceso continuo de oportunidades para mejorar y mantener la calidad de vida de los adultos mayores, sin embargo, se necesita implementar actividades para fortalecer el estado físico y mental de los adultos mayores.
- El personal técnico tiene amplio conocimiento acerca de los derechos y deberes del adulto mayor, sin embargo, algunos de sus derechos siguen siendo vulnerados entre ellos tener una vida digna, acceso a una atención integral y salud continuamente.
- Se consultó si tenían conocimiento sobre la Normativa Técnica de población adulta mayor, respondiendo de forma positiva todos, mencionando que esta normativa regula el funcionamiento de los servicios de atención gerontológica mediante atención directa o por convenios, sin embargo, los adultos mayores no reciben la protección y las garantías necesaria para gozar de un envejecimiento positivo.
- Se logró evidenciar que del tiempo que lleva en la institución todo el personal técnico, ha recibido capacitaciones, talleres, congresos y demás actividades de formación específica en cada una de sus áreas, en este caso se requiere fortalecer en base a la situación de cada adulto y no de forma general.
- Se determinó que el personal técnico de acuerdo a su área, cuentan con un registro de seguimiento de medición de estado físico, mental y emocional del adulto mayor, sin

embargo, visualizamos que algunos adultos mayores poseen problemas depresivos que influyen de forma negativa en su calidad de vida.

- Mediante esta encuesta el personal técnico del centro gerontológico afirma que tienen un protocolo de atención de acuerdo a su área, sin embargo, logramos evidenciar que no realizan un registro constante para evaluar la calidad de vida de los adultos mayores.
- Referente a las actividades diarias, el personal técnico afirma que ellos incluyen actividades que impidan el deterioro físico, cognitivo y que fomente la autonomía, tales como el estiramiento y calentamiento con uso de bandas, actividades para el reconocimiento de formas y colores, identificación de sonidos, juegos visomotores y de coordinación, motricidad fina, rehabilitación, masoterapia y electroterapia.

Análisis de la entrevista

La entrevista fue realizada a la directora de la y se determinaron como resultados las siguientes afirmaciones:

- En el Centro Gerontológico si se realizan actividades para la prevención y detección del deterioro cognitivo y físico del adulto mayor, sin embargo, visualizamos que los adultos mayores presentan problemas emocionales que están afectando su calidad de vida.
- La directora establece que realizan actividades intergeneracionales que les permite a los adultos mayores fomentar la recuperación de sus conocimientos y actitudes, esto lo evidenciamos en los adultos mayores al manifestar que poseen un buen nivel de concentración.
- También manifestó que se tienen identificadas las instituciones correspondientes para coordinar la atención y referencia ante amenazas o vulneración de los derechos humanos, sin embargo, logramos visualizar que se siguen vulnerando los derechos del adulto mayor.

- De acuerdo a la información obtenida de la entrevista en el Centro Gerontológico, se fomentan los cuidados especializados para el adulto mayor y se desarrollan foros, debates, talleres con las familias y la comunidad, sin embargo esto fue algo que no logramos evidenciar, porque lo hacen de manera ocasional y debería desarrollarse con frecuencia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor.
- Se han implementado actividades orientadas a la promoción de la salud y prevención de enfermedades a través de estándares de alimentación, hidratación e higiene, pero evidenciamos que no se realizan de forma frecuente.
- El Centro Gerontológico cuenta con un plan de acciones para la prevención, manejo y seguimiento de casos de enfermedades y estado nutricional con el MSP, pero no se les ha dado el seguimiento correspondiente, y el adulto mayor debe estar en constante control médico para mejorar su calidad de vida.
- Se capacita al personal técnico sobre la presencia de alteraciones que ocurren en el envejecimiento realizando un seguimiento y registro de evolución del adulto mayor, pero no logramos visualizar dicho registro.

Resultados de la Investigación

Sobre la variable de calidad de vida se encontró la presencia de una calidad de vida regular en los adultos mayores que participaron en el desarrollo de esta investigación. Es decir, los participantes no cuentan con una percepción favorable sobre sus condiciones de vida actual.

Luego de aplicarse las técnicas de investigación en este estudio también se logró evidenciar que en el Centro Gerontológico los adultos mayores se sienten cómodos y en un ambiente sociable, debido a la atención que reciben del personal técnico, pero se requieren de más recursos para fortalecer y esta forma la institución pueda brindar mayores beneficios.

Dentro de los factores de riesgo que inciden en la calidad de vida de los adultos mayores tenemos: el abandono familiar, la situación económica, los estilos de vida, las condiciones físicas, de salud, de vivienda y del medio donde se desenvuelven.

Sobre la base de los resultados de la investigación, es posible señalar algunas de las áreas prioritarias que el estado en conjunto con las instituciones correspondientes deben tener presente para mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores, entre ellas tenemos: promover un sistema de previsión social que garantice la satisfacción de las necesidades de los adultos mayores y su autonomía económica; dotar a la ciudad de otras infraestructura y entornos seguros y adecuados a las necesidades de este grupo etario y desarrollar medidas específicas para facilitar la movilidad de las personas mayores y que toda la comunidad se beneficie de estos recursos.

Todo esto incentivaría una mayor participación de los adultos mayores en el espacio público, redundando en su reconocimiento como sujetos activos y en su inserción social.

Discusión

De acuerdo al criterio de Aponte (2018) quien destaca que la falta de libertad afecta a la salud tanto física como psicológica del adulto mayor, se destaca como un hallazgo relevante de esta investigación la percepción que ellos tienen sobre el rol que la familia debe cumplir en su proceso así como poder compartir su tiempo con aquellos integrantes de la familia que ha compartido sus mejores años de juventud y que puede contribuir en base a su experiencia al fortalecimiento del núcleo familia.

En este trabajo investigativo se logró visualizar que existe un predominio del sexo masculino con percepción de la calidad de vida media sobre el femenino. Se considera que los hombres, con mayor frecuencia, terminan solos y limitados en sus posibilidades de llenar las

demandas personales en la vida diaria, por lo que buscan apoyo en instituciones sociales. Contrariamente, las mujeres tienden a permanecer en los hogares asumiendo diversas actividades, tanto para el beneficio del resto de la familia, como específicamente en la atención de menores.

De acuerdo a Krzeimen (2020), una forma de medir la calidad de vida es valorar las diferentes condiciones observables que determinan si la persona está recibiendo el trato y atención que se merece o, por el contrario, el trato que recibe de los demás deja mucho que desear (Krzeimen, 2020). En este sentido, los datos obtenidos en las encuestas realizadas a los setenta adultos mayores que asisten al Programa Años Dorados del Centro Gerontológico Diurno del Cantón San Vicente, muestran que estos no se sienten suficientemente valorados, por parte de la sociedad ni por diferentes Instituciones Públicas

La calidad de vida tiene también un enfoque social y económico, pues la vida humana requiere de determinadas condiciones de orden social y económico, por ser estas fundamentales para el desarrollo como seres humanos y poder satisfacer sus necesidades de tipo material. Aunque la calidad de vida no se puede reducir a las condiciones socioeconómicas, estas son fundamentales para el bienestar del ser humano.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

A partir de los análisis bibliográficos realizados y de acuerdo a los resultados obtenidos en la elaboración y desarrollo de este trabajo investigativo se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- Se determinó que la mayoría de adultos mayores de este Centro Gerontológico no gozan de una buena salud, tampoco tienen convivencia con otras personas y tienen cierta dificultad para realizar las actividades que realizaban anteriormente.
- Mediante los análisis teóricos se logró determinar que la calidad de vida de los adultos mayores que asisten al centro gerontológico debe evaluarse continuamente desde su situación económica, física, social y estado de salud, porque cada adulto mayor presenta situaciones diferentes y de esta manera se puede fortalecer su calidad de vida atendiendo sus problemáticas de forma individual.
- Se determinó que la calidad de vida de los adultos mayores depende también de la participación de las personas que están a su cuidado, que les permitan sentirse integrados en las actividades familiares y sociales.
- Referente al personal técnico se evidenció la necesidad de que ellos lleven un control exhaustivo que les permita diagnosticar frecuentemente la calidad de vida de los adultos mayores para en base a esa información implementar nuevas estrategias.

Recomendaciones

En base a las conclusiones establecidas y de acuerdo al estudio en general se recomienda lo siguiente:

- Incluir actividades en las cuales los adultos mayores recuerden su juventud, esto no solo ayudara con su memoria si no que contribuirá a que puedan recordar momentos gratos y las historias de sus vidas, estas actividades dan motivación y energía ante la vida.
- Desarrollar programas de ayuda al adulto mayor y a sus cuidadores para enfrentar el envejecimiento, entendiéndolo como un proceso natural y adaptativo e interviniendo en el favorecimiento de sus fuentes de poder, es decir la fuerza física, la reserva psicológica y social, el concepto de sí mismo y su autoestima, la energía, el conocimiento, la motivación y las creencias.
- Seguir fortaleciendo los conocimientos del personal técnico para mejorar los servicios y la calidad de vida de los adultos mayores que asisten a esta institución, sobre todo en el área de la salud y alimentación.
- Gestionar recursos dirigidos al Centro Gerontológico para crear nuevas infraestructuras y espacios que beneficien a más adultos mayores, así de esta forma mejorar su calidad y condiciones de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aponte, V. (20 de Agosto de 2018). Scielo. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612015000200003
- Barrios, S., & Paravic, T. (2018). PROMOCIÓN DE LA SALUD Y UN ENTORNO LABORAL SALUDABLE. Sao Paulo, Brasil: Revista Latino-Americana de Enfermagem. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281421858019>
- COSEDE. (21 de Diciembre de 2019). Obtenido de <https://www.cosede.gob.ec/wp-content/uploads/2019/08/CONSTITUCION-DE-LA-REPUBLICA-DEL-ECUADOR.pdf>
- Criollo, M. (24 de Abril de 2018). UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/8166>
- Flores Herrera BI, C. M. (2018). Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revciemmedhab/cmh-2020/cmh201c.pdf>
- Gutierrez, E. (2019). UNIVERSIDAD ESTATAL PENINSULA DE SANTA ELENA. Obtenido de <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/3907/1/UPSE-TOD-2017-0004.pdf>
- Lara, J., & Hanny, G. (11 de Febrero de 2022). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5717/571772328006/html/>
- LOPAM. (8 de Julio de 2020).
- Lopez, S. (2008). Vlex. Obtenido de <https://www.ecuadorlegalonline.com/biblioteca/carta-magna-de-ecuador/>

Mesa, D., Valdes, B., Espinoza, Y., Verona, A., & Israel, G. (1 de Diciembre de 2020). Revista Cubana de Medicina General Integral. Recuperado el 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000400010

MIES. (14 de Diciembre de 2022). Obtenido de <file:///C:/Users/DELL%20I7/Downloads/2020%20INFORME%20PAM%20NOVIEMBRE.pdf>

MSP. (Agosto de 2018). MSP. (R. Lara, A. Velarde, M. Mena, & P. Alvarez, Edits.) Recuperado el 18 de enero de 2023, de <https://aplicaciones.msp.gob.ec/salud/archivosdigitales/documentosDirecciones/dnn/archivos/MANUAL%20PARA%20CUIDADORES%20DE%20LA%20PERSONA%20ADULTA%20MAYOR.pdf>

MSP. (Septiembre de 2019). (L. Vaca, Ed.) Recuperado el 7 de febrero de 2023, de <https://aplicaciones.msp.gob.ec/salud/archivosdigitales/documentosDirecciones/dnn/archivos/GUIA%20%20DE%20MEJORAMIENTO%20DE%20LA%20CALIDAD%20EN%20LA%20ATENCI%C3%93N%20INTEGRAL%20DE%20SALUD%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYO.pdf>

Olivi, A., Fadda, G., & Pizzi, M. (2018). Scielo. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v21n84/v21n84a9.pdf>

OMS. (1 de Octubre de 2022). ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

ONU. (11 de Diciembre de 2021). Obtenido de <https://www.un.org/es/global-issues/ageing>

OPS. (Agosto de 2021). ORGANIZACION PANAMERICANA DE LA SALUD. Obtenido de <https://www.paho.org/es/envejecimiento-saludable>

SNI. (6 de Febrero de 2022). Sistema Nacional de Informacion. Obtenido de <https://www.infancia.gob.ec/entornos-favorables-y-servicios-de-cuidado/>

Tena. (28 de Julio de 2021). Tena Academia. Obtenido de <https://www.tena.com.ec/academia-tena/cuidados-del-adulto-mayor/>

ANEXOS

Anexo 1

ENTREVISTA REALIZADA A LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN

1. ¿Realizan actividades para prevención y detección del deterioro cognitivo y físico del adulto mayor?
2. ¿Realizan actividades intergeneracionales que les permita a los adultos mayores fomentar la recuperación de los conocimientos, actitudes y prácticas de este grupo?
3. ¿Tienen identificadas las instituciones correspondientes para coordinar la atención y referencia ante amenazas y/o vulneración de los derechos humanos?
4. ¿En el Centro Gerontológico, fomenta los cuidados especializados del adulto mayor?
5. ¿Generan talleres con las familias y /o comunidad?
6. ¿Cuentan con protocolos de atención para el Adulto Mayor?
7. ¿Realizan foros, debates y demás actividades que permitan al adulto mayor estar involucrado en la toma de decisiones de la vida cotidiana en el Centro Gerontológico?
8. ¿Cuentan con un registro de seguimiento y medición de estado físico, mental y emocional?
9. ¿Han implementado actividades orientadas a la promoción de la salud y prevención de enfermedades a través de estándares de alimentación, hidratación e higiene?
10. ¿Tienen un plan de acciones para la prevención, manejo y seguimiento de casos de enfermedades y estado nutricional con el MSP?
11. ¿Capacitan técnicos sobre la presencia de alteraciones que ocurren en el envejecimiento?
¿Realizando seguimiento y registro de evolución del usuario?

Anexo 3

CUESTIONARIOS WHOQOL. WHOQOL-BREF

Sexo: Hombre Mujer

Edad:

¿Qué estudios tiene?: Ninguno Primarios Medios Universitarios

¿Cuál es su estado civil?: Soltero /a Separado/a Casado/a Divorciado/a En pareja
Viudo/a

	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
1. ¿Obtiene de otras personas el apoyo que necesita?	1	2	3	4	5

	Muy mala	Regular	Normal	Bastante Buena	Muy buena
2. ¿Cómo calificarías su calidad de vida?	1	2	3	4	5

	Muy insatisfecho	Un poco satisfecho	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
3. ¿Cómo de satisfecho está con su salud?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia al grado en que ha experimentado ciertos hechos.

	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
4. ¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?	1	2	3	4	5
5. ¿En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?	1	2	3	4	5
6. ¿Cuánto disfruta de la vida?	1	2	3	4	5
7. ¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	1	2	3	4	5
8. ¿Cuál es su capacidad de concentración?	1	2	3	4	5
9. ¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?	1	2	3	4	5
10. ¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia si se ha sentido satisfecho/a y cuánto, en varios aspectos de su vida.

	Muy insatisfecho	poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
11. ¿Cómo de satisfecho/a está con su sueño?	1	2	3	4	5
12. ¿Cómo de satisfecho/a está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?	1	2	3	4	5
13. ¿Cómo de satisfecho/a está con su capacidad de trabajo?	1	2	3	4	5
14. ¿Cómo de satisfecho/a está de sí mismo?	1	2	3	4	5
15. ¿Cómo de satisfecho/a está con sus relaciones personales?	1	2	3	4	5
16. ¿Cómo de satisfecho/a está con su vida sexual?	1	2	3	4	5
17. ¿Cómo de satisfecho/a está con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?	1	2	3	4	5
18. ¿Cómo de satisfecho/a está de las condiciones del lugar donde vive?	1	2	3	4	5
19. ¿Cómo de satisfecho/a está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?	1	2	3	4	5
20. ¿Cómo de satisfecho/a está con los servicios de transporte de su zona?	1	2	3	4	5

La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que usted ha sentido o experimentado ciertos sentimientos.

	Nunca	Raramente	Moderadamente	Frecuentemente	Siempre
21. ¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, o depresión?	1	2	3	4	5

ANEXO 4. CRONOGRAMA DE LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO

CRONOGRAMA DE LA ELABORACION DEL PROYECTO																
ACTIVIDAD	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Título y problema de investigación																
Introducción																
Objetivos																
Justificación																
Desarrollo de marco teórico																
Metodología de investigación																
Análisis e interpretación de resultados																
Conclusiones y recomendaciones																
Bibliografía																
Anexos																
Sustentación																

ANEXO 6. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Fig. 1.- Socialización de la investigación con el personal técnico del Centro Gerontológico



Fig. 2.- Desarrollo de la encuesta al personal técnico del Centro Gerontológico



Fig. 3 y 4.- Desarrollo de la encuesta a los adultos mayores (hombres) del Centro Gerontológico



Fig. 5.- Desarrollo de la encuesta a los adultos mayores (mujeres) del Centro Gerontológico



Fig. 6.- Socialización del tema con los adultos mayores del Centro Gerontológico



Fig. 7.- Compartiendo experiencias con los adultos mayores



Fig. 8.- Conociendo la calidad de vida de cada adulto mayor



Fig. 6.- Socializando el trabajo y las actividades que desarrollan el personal técnico en el Centro Gerontológico