



## **Calidad de vida del adulto mayor: una oportunidad para construir procesos de intervención desde el trabajo social.**

Dra. Nora Hilda Fuentes León<sup>17</sup>

Dra. Ruth Lomelí Gutiérrez<sup>18</sup>

Dra. Victoria Colmenares Ríos<sup>19</sup>

### **Resumen**

De acuerdo a distintas proyecciones de vida realizadas en México, por organismos gubernamentales y no gubernamentales, concluyen que la población adulta ha ido en aumento, de acuerdo a lo que menciona CONAPO, 2015 [...]

[...] para el año 2050 esta composición se verá profundamente alterada, ya que se prevé que únicamente dos de cada diez mexicanos tendrán menos de 15 años (20.7%), proporción casi idéntica a la de adultos mayores, quienes representarán 21.5 por ciento de la población total, (p.113).

Los adultos mayores forman parte indispensable de la sociedad, desde el sentido de la experiencia, las aportaciones culturales y sociales, en la transmisión de conocimientos a las generaciones jóvenes, sin embargo, esta idea se ha ido perdiendo, debido a los cambios en la vida actual, que van desde las tecnologías hasta las formas de convivencia. Con lo anterior se puede decir que en cada familia para el 2050 tendrán un adulto mayor en casa, por lo que resulta relevante establecer estrategias de intervención en familia desde el Trabajo Social. La siguiente investigación metodológicamente se trata de un trabajo con enfoque cuantitativo realizado en la población de la Asociación Civil (A.C.) “Apapachos del Corazón” de la ciudad de Coatzacoalcos, Ver. Integrada por 11 adultos mayores pertenecientes de los encuestados 7 son mujeres y 4 hombres. El diseño es, no experimental de alcance descriptivo

---

<sup>17</sup> Universidad Veracruzana [nfuentes@uv.mx](mailto:nfuentes@uv.mx)

<sup>18</sup> Universidad Veracruzana [rlomeli@uv.mx](mailto:rlomeli@uv.mx)

<sup>19</sup> Universidad Veracruzana [vcolmenares@uv.mx](mailto:vcolmenares@uv.mx)



UANL



FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



y transversal, lo que permitió conocer las distintas dimensiones de la calidad de vida del adulto mayor, de tal manera relacionar las respuestas con lo que podría significar formar parte de la A.C. El cuestionario WHOQOL – BREF, contiene dimensiones que permiten medir la salud física, psicológica, relación social y ambiente y se puede apreciar que las dimensiones proporcionan datos de tipo cuantitativo ya que el instrumento es cerrado y permite acercarnos a la obtención de datos objetivos.

**Palabras clave:** *Adulto mayor, calidad de vida, familia.*



## **Introducción**

El tema de los adultos mayores se hace cada vez más común, sobre todo de encontrar propuestas que tienen la intencionalidad de analizar lo que se vive en esa etapa del ser humano, describir aspectos tales como la calidad de vida, en relación a este aspecto que van más allá de solo un bienestar en la dimensión de salud, con base a los datos consultados en las estadísticas de estudio poblacional, se menciona que casi la mitad de la población mundial para el 2050 tendrá arriba de sesenta años.

Por lo que en la actualidad al conocer las proyecciones a futuro de la población, se considera que en algunos años en el mundo habrá un alto índice de adultos mayores, así entonces las políticas de gobierno y programas sociales que estén enfocadas a la atención de esta población, pueden marcar la diferencia en distintos ámbitos y formas de vida para este sector de la población, por ello en la siguiente investigación se plasma la calidad de vida de los adultos mayores desde una A.C, a través de la aplicación de un instrumento de tipo cuantitativo de WHOQOL – BREF el cual nos muestra un panorama de las distintas dimensiones la salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente que el adulto mayor vive en su contexto.

La investigación considera las respuestas de los adultos mayores apenas como un acercamiento al escenario de lo que viven desde la Asociación Civil (A.C.) “Apapachos del Corazón” de Coatzacoalcos, Veracruz, la información brinda ayuda a profundizar en los factores que se encuentran relacionados a su calidad de vida. -

## **Calidad de Vida del Adulto Mayor**

Para adentrarnos en el análisis de la calidad de vida de los adultos mayores, es necesario retomar la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS, s.f.). En relación a la “Calidad de vida como la percepción del individuo de su posición en la vida en el contexto de la cultura y sistema de valores en los que vive y en relación a sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones” esta definición es muy importante y amplia, para estudiar la calidad de vida es necesario considerar la percepción que tienen los sujetos en este caso los adultos mayores en relación al bienestar físico, psíquico, social y espiritual.



Un concepto que se requiere aclarar para el desarrollo de este trabajo es el de salud, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), define el concepto de salud como: “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. A medida que la población mundial envejece, asegurar una vida digna y satisfactoria para los adultos mayores se convierte en una prioridad fundamental. En esta etapa de la vida abarca no solo la salud física y mental, sino también el bienestar emocional, la integración social y la seguridad económica, aspectos que en conjuntos determinan el grado de satisfacción y la percepción positiva de la vida. Para comprender cómo se pretende abordar cada una de estas áreas a continuación se describen los tópicos que integran la calidad de vida (Mesa et al. 2020).

En este escrito se entiende a la salud física y mental como los pilares fundamentales de la calidad de vida del adulto mayor. De acuerdo a la Organización mundial de la Salud (OMS, 2024), la salud mental y a la actividad física como:

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental. Y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.

La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.

Es decir, con el envejecimiento, aumentan las probabilidades de padecer enfermedades crónicas, problemas de movilidad y otras condiciones médicas que pueden afectar significativamente la calidad de vida (Torres et al. 2020). Por ello, el acceso a servicios de salud de calidad, programas de prevención y tratamientos adecuados son esenciales.



UANL



FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



Asimismo, la salud mental es igualmente crucial; la soledad, la depresión y la ansiedad son problemas comunes entre los adultos mayores, y abordarlos mediante apoyo psicológico y programas de bienestar mental puede marcar una gran diferencia en su calidad de vida.

En cuanto, al bienestar emocional y las relaciones sociales, estas juegan un papel vital en la vida de los adultos mayores. Mantener relaciones sociales saludables y recibir apoyo emocional contribuye enormemente al bienestar general (García, et al. 2020). La participación en actividades comunitarias, el mantenimiento de redes sociales y la interacción regular con familiares y amigos son factores que ayudan a prevenir el aislamiento social y a mejorar la calidad de vida. Las relaciones significativas y el sentido de pertenencia a una comunidad proporcionan un apoyo emocional esencial que promueve una vida más plena y satisfactoria.

Un tercer tópico es la seguridad económica, otro de los componentes de la calidad de vida del adulto mayor, la estabilidad financiera permite a los adultos mayores vivir de manera independiente y digna, cubriendo necesidades básicas como la vivienda, la alimentación y la atención médica, la falta de recursos económicos puede llevar a situaciones de vulnerabilidad y dependencia, afectando negativamente la calidad de vida. Por lo tanto, en esta etapa de la vida, los programas gubernamentales de pensión para personas de la tercera edad son esenciales, en México el Programa Pensión para el Bienestar de las Personas Adultas Mayores (PBAM), representa para muchos de los adultos mayores una de sus principales fuentes de ingreso.

También es necesario mencionar el entorno físico y social en el que viven los adultos mayores puesto que tiene un impacto significativo en su calidad de vida. Un entorno seguro, accesible y adecuado puede facilitar la movilidad y la participación en actividades diarias, mientras que un entorno inadecuado puede restringir la independencia y aumentar el riesgo de accidentes. Además, un entorno social que valore y respete a los adultos mayores, brindándoles oportunidades para participar y contribuir, es fundamental para su bienestar (García, et al. 2020).

En sí, la calidad de vida del adulto mayor es un reflejo de los valores y prioridades de una sociedad. Asegurar una vida digna, saludable y satisfactoria para los adultos mayores no



UANL



FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



solo es un deber moral, sino también una inversión en el bienestar de toda la comunidad. Al abordar los diversos aspectos que afectan la calidad de vida de los adultos mayores, desde la salud y el bienestar emocional hasta la seguridad económica y el entorno, podemos crear una sociedad que valore y respete a sus miembros mayores, garantizando así que todos puedan disfrutar de una vida plena y significativa en todas las etapas de la vida.

### Metodología

Este trabajo de investigación metodológicamente tiene un **enfoque cuantitativo**, el diseño es no experimental de alcance descriptivo que de acuerdo a Hernández et al. (2014)

Con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas. (p.92)

Considerando el tiempo de aplicación el estudio es transversal, lo cual da pauta a conocer las distintas dimensiones de la calidad de vida del adulto mayor.

En cuanto al **contexto** la Asociación Civil Apapachos del Corazón es una guardería para adultos mayores, se encuentra ubicada en la C. Francisco Hernández #203, en la colonia Rafael Hernández Ochoa, en la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz, México, abre sus puertas a las siete de la mañana y funciona durante doce horas de lunes a viernes, se les brinda desayuno, comida y cena en este lugar los adultos mayores pasan momentos agradables que los hacen salir de su rutina.

No se utilizó una muestra, dado que la **población** de la guardería de adultos mayores es un total de 11 adultos mayores que asisten de manera constante a la Asociación Civil “Apapachos del Corazón”, de los encuestados 7 son mujeres y 4 hombres. Por lo que considerando el tamaño de la población se optó por investigar a toda la población.

Respecto al **instrumento**, La calidad de vida del adulto mayor es un tema de creciente importancia en nuestras sociedades envejecidas. El envejecimiento poblacional representa desafíos y oportunidades para los profesionales del trabajo social, quienes desempeñan un



papel crucial en la mejora del bienestar de esta población. En este contexto, el instrumento WHOQOL-BREF, desarrollado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, s.f.). Se convierte en una herramienta valiosa para evaluar y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores a través de estrategias de intervenciones bien fundamentadas y estratégicamente diseñadas.

La aplicación del WHOQOL-BREF comienza con la recolección de datos detallados sobre la calidad de vida de los adultos mayores. Este instrumento de 26 ítems permite evaluar cuatro dominios esenciales: físico, psicológico, relaciones sociales y entorno. La administración del cuestionario puede realizarse de manera auto-administrada o a través de entrevistas, lo cual es crucial para obtener una comprensión profunda de las necesidades y percepciones de los adultos mayores.

### **Aplicación de Cuestionario WHOQOL – BREF**

Fórmula

$$X = \frac{\text{No. Total de Respuestas Opcionales por Individuos} \times 100}{\text{Total de Individuos Entrevistados}}$$

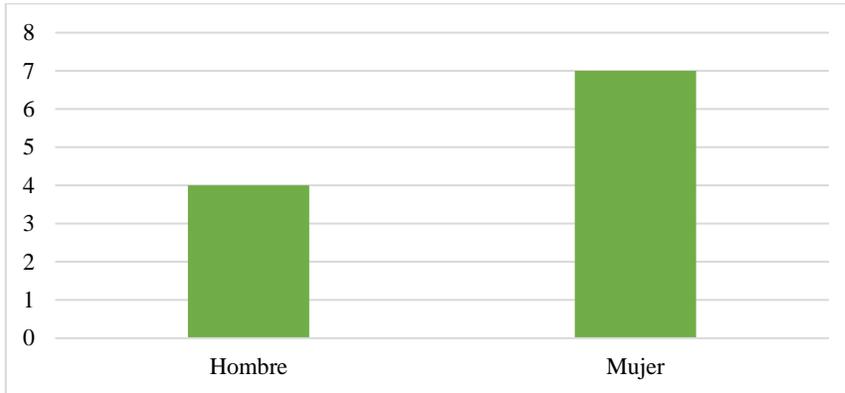
Una vez recolectados los datos, el siguiente paso fue el análisis detallado de los resultados. Este análisis permite identificar áreas específicas de fortaleza y áreas que requieren intervención. Por ejemplo, en el dominio físico, problemas como el dolor crónico o la falta de movilidad pueden señalar la necesidad de intervenciones médicas o terapéuticas. En el dominio psicológico, la detección de sentimientos negativos puede indicar la necesidad de apoyo emocional o programas de bienestar mental. Evaluar la calidad de las relaciones sociales y las condiciones del entorno también proporciona una visión completa de los factores que influyen en la calidad de vida de los adultos mayores.

## **Resultados**

En relación a los resultados obtenidos, se describen a continuación.

### **Figura 1**

*Sexo*

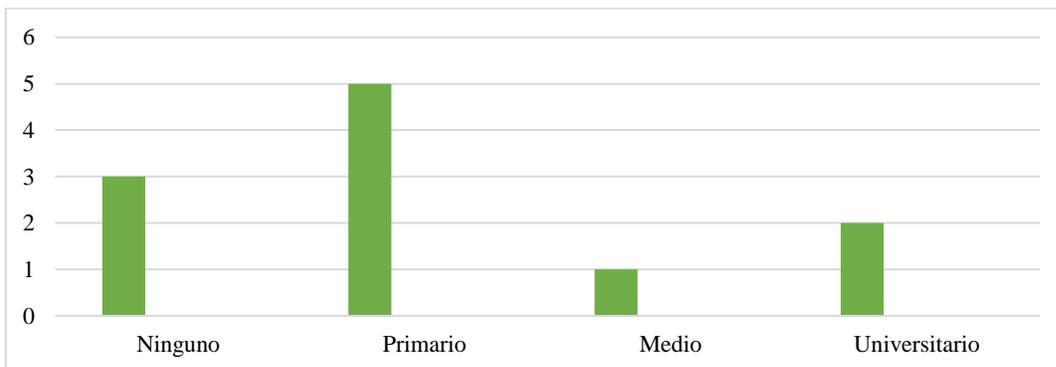


Nota: Elaboración propia (2024)

En la figura 1, se muestran la variable “Sexo”. El mayor índice lo representa la respuesta “Mujer” tiene un total de siete individuos y “Hombre” con cuatro sujetos. Por lo tanto, la población encuestada el mayor índice lo representan las mujeres.

**Figura 2**

*Nivel de educación*



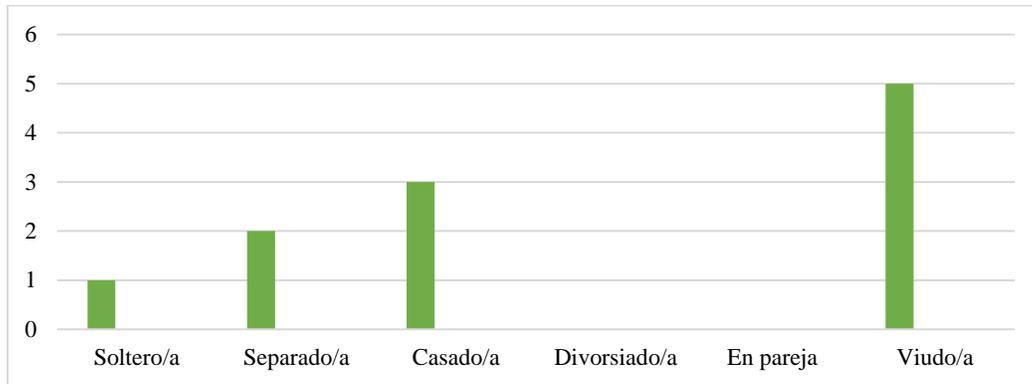
Nota: Elaboración propia (2024)

En la figura 2 se exponen las respuestas que dieron los encuestados en relación a la variable “Nivel de Educación”. Con mayor índice, la respuesta fue “Primario” con cinco sujetos; en segundo lugar, son tres los sujetos que no tienen “Ningún” tipo de estudio; en tercer lugar “Universitario” con dos y, en cuarto lugar, el nivel “Medio” con menor valor de un solo sujeto. Por lo tanto, el nivel de educación que predomina en sujetos sociales encuestados fue el primario.

**Figura 3**



*Estado civil*

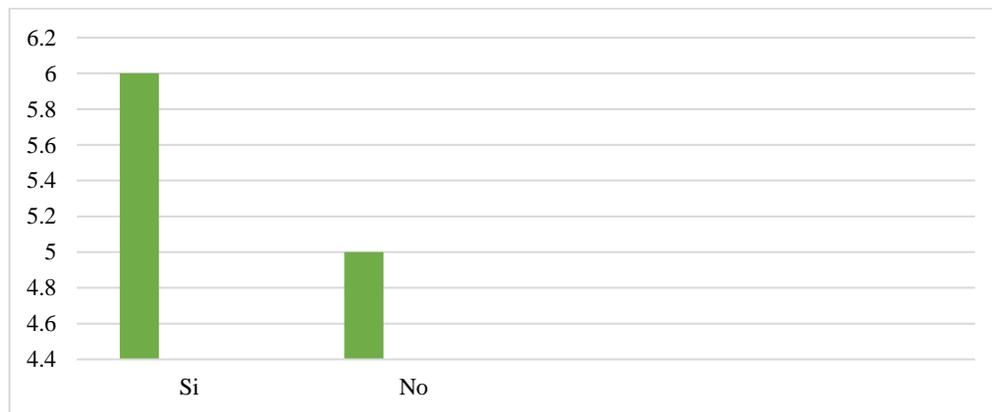


Nota: Elaboración propia (2024)

En la figura 3 se representa la variable “Estado Civil”. En primer lugar, la respuesta “Viudo/a” donde cinco de los encuestados manifiestan encontrarse actualmente en este estado civil; en segundo lugar, los “Casado/a” con tres; en tercer lugar, se identifican los “Separado/a” con dos sujetos y “Soltero/a” con un solo sujeto, Por lo tanto, la población encuestada en su mayoría son viudos, considerando el ciclo vital de la familia y las edades de los encuestados se pudo explicar que el estado civil que predomina es la viudez.

**Figura 4**

*Padecimiento de enfermedades*



Nota: Elaboración propia (2024)

En la figura 4 se describe la variable “Padecimiento de Enfermedades”. En primer lugar, seis de los adultos mayores respondieron que “Si” presentan diversos padecimientos, tales como: la diabetes y prostatitis; en segundo lugar, 5 personas mencionaron que “No”



UANL FTSyDH

# POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



tienen enfermedades. Por lo tanto, se puede identificar que la población encuestada presenta diversos problemas de salud.

**Tabla 1**

*Calidad de vida*

	Muy mala (1)	Regular (2)	Normal (3)	Bastante buena (4)	Muy buena (5)
<b>1. ¿Cómo calificaría su calidad de vida?</b>	0	0	2	1	8
	=	=	=	=	=
	0%	0%	18.1%	9.09%	72.7%

Nota: Elaboración propia (2024)

La tabla 1 muestra el porcentaje de las respuestas dadas en relación a la “Calidad de vida”. De acuerdo a la percepción de los adultos mayores el 72.7% mencionan que su calidad de vida es muy buena; en segundo lugar, el 18.1% de los individuos señalan tener una calidad de vida “Normal”; en tercer lugar, el 9.09% de los sujetos lo califica como “Bastante buena”, del total de los adultos mayores ninguno de ellos manifiesta tener una calidad de vida “Muy mala” o “Regular”. Por lo tanto, la población encuestada está a gusto con su calidad de vida.

**Tabla 2**

*Satisfacción con su estado de salud*

	Muy insatisfecho (1)	Un poco insatisfecho (2)	Lo normal (3)	Bastante satisfecho (4)	Muy satisfecho (5)
<b>2. ¿Cómo de satisfecho está con su salud?</b>	0	1	4	0	6
	=	=	=	=	=
	0%	9.09%	36.3%	0%	54.5%

Nota: Elaboración propia (2024)

La tabla 2 expone los porcentajes en relación a interrogante que nos permite identificar el nivel de satisfacción de los adultos mayores en relación a su salud. En primer



UANL FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



lugar, el 54.5% mencionan estar satisfechos con su salud; en segundo lugar, el 36.3% de los individuos señalan “Lo normal”; en tercer lugar, el 9.09% de los sujetos se encuentran “Un poco insatisfecho”, en relación a su estado de salud no hay ni un solo adulto mayor que se sienta “Muy insatisfecho” o “Bastante satisfecho” con su estado de salud. Por lo tanto, la población encuestada prioriza su salud.

**Tabla 3**

*Grado de experimentación de acontecimientos en las últimas 2 semanas.*

	Nada (1)	Un poco (2)	Lo normal (3)	Bastante (4)	Extremadamente (5)
<b>3.</b> ¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?	5 = 45.4%	0 = 0%	4 = 36.3%	2 = 18.1%	0 = 0%
<b>4.</b> ¿En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?	0 = 0%	2 = 18.1%	5 = 45.4%	3 = 27.2%	1 = 9.09%
<b>5.</b> ¿Cuánto disfruta de la vida?	0 = 0%	0 = 0%	2 = 18.1%	1 = 9.09%	8 = 72.7%
<b>6.</b> ¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	0 = 0%	1 = 9.09%	0 = 0%	1 = 9.09%	9 = 81.8%



7. ¿Cuál es su capacidad de concentración?	1 = 9.09%	1 = 9.09%	0 = 0%	2 = 18.1%	7 = 63.6%
8. ¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?	0 = 0%	1 = 9.09%	1 = 9.09%	2 = 18.1%	7 = 63.6%
9. ¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?	0 = 0%	0 = 0%	2 = 18.1%	0 = 0%	9 = 81.8%

Nota: Elaboración propia (2024)

La tabla 3 nos permite el “Grado de experimentación de acontecimientos en las últimas 2 semanas” de vida de los adultos mayores, en relación diversos cuestionamientos, por lo que se describirán las de mayor porcentaje en cada respuesta el 45.4% piensa que el dolor (físico) en “Nada” le impide hacer lo que necesita en su vida cotidiana, en relación al grado que necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria el 45.4% respondió que “Lo normal”, una pregunta muy importante que nos permite ver la satisfacción con la calidad de vida que tiene los adultos mayores , es en relación a ¿Cuánto disfruta de la vida?, el resultado es muy satisfactorio el 72.7% menciona que “Extremadamente” y se refuerza con el porcentaje obtenido en el cuestionamiento hasta qué punto siente que su vida tiene sentido el 81.8% respondió que “Extremadamente”, los adultos mayores se perciben aún con muy buena capacidad de concentración pues el 63.6% menciona que “Extremadamente”, en relación a la percepción de la seguridad en su vida diaria el 63.6% se siente “Extremadamente” seguro y en cuanto a que tan saludable es el ambiente físico a su alrededor 81.8% perciben su entorno “Extremadamente” sano.

**Tabla 4**

*Experimentación y capacidad en la realización de ciertas cosas en las últimas 2 semanas. Medidas.*



UANL FTSyDH

# POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



	Nada (1)	Un poco (2)	Lo normal (3)	Bastante (4)	Totalmente (5)
10. ¿Tiene energía suficiente para la vida diaria?	0 = 0%	1 = 9.09%	3 = 27.2%	2 = 18.1%	5 = 45.4%
11. ¿Es capaz de aceptar su apariencia física?	0 = 0%	1 = 9.09%	2 = 18.1%	0 = 0%	8 = 72.7%
12. ¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?	0 = 0%	0 = 0%	2 = 18.1%	3 = 27.2%	7 = 63.6%
13. ¿Dispone de la información que necesita para su vida diaria?	0 = 0%	0 = 0%	2 = 18.1%	0 = 0%	9 = 81.8%
14. ¿Hasta qué punto tiene oportunidad de realizar actividades de ocio?	1 = 9.09%	1 = 9.09%	2 = 18.1%	2 = 18.1%	5 = 45.4%



15. ¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?	1 = 9.09%	1 = 9.09%	3 = 27.2%	1 = 9.09%	5 = 45.4%
--	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------

Nota: Elaboración propia (2024)

Las respuestas que dadas por los adultos mayores a los cuestionamientos que se engloban en la tabla 4 en relación a la “Experimentación y capacidad en la realización de ciertas cosas en las últimas 2 semanas.” 45.4% considera que tiene “Totalmente” energía suficiente para la vida diaria, 72.7% acepta su apariencia física “Totalmente”, 63.6% que representa a la respuesta “Totalmente” considera que tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades, casi el total de la población dispone de la información que necesita para su vida diaria totalmente con el 81.8%, en relación a si tienen la oportunidad de realizar actividades de ocio 45.4% considera que “Totalmente” y el mismo porcentaje se considera capaz de desplazarse de un lugar a otro, lo que nos permite deducir que los adultos mayores están satisfechos en cuanto a las cosas que aún pueden realizar, al menos en las últimas dos semanas.

**Tabla 5**

*Sentimientos de satisfacción en varios aspectos de su vida en las últimas 2 semanas.*

	Muy insatisfecho (1)	Poco (2)	Lo normal (3)	Bastante satisfecho (4)	Muy satisfecho (5)
16. ¿Cómo de satisfecho/a está con su sueño?	1 = 9.09%	1 = 9.09%	2 = 18.1%	0 = 0%	7 = 63.6%
17. ¿Cómo de satisfecho/a está con su habilidad para	1 = 9.09%	0 = 0%	2 = 18.1%	1 = 9.09%	7 = 63.6%



UANL FTSyDH

# POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



realizar sus actividades de la vida diaria?	9.09%	0%	18.1%	9.09%	63.6%
<b>18.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está con su capacidad de trabajo?	1 = 9.09%	0 = 0%	2 = 18.1%	1 = 9.09%	7 = 63.6%
<b>19.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está de sí mismo?	0 = 0%	1 = 9.09%	2 = 18.1%	0 = 0%	8 = 72.7%
<b>20.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está con sus relaciones personales?	0 = 0%	0 = 0%	1 = 9.09%	0 = 0%	10 = 90.9%
<b>21.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está con su vida sexual?	4 = 36.3%	0 = 0%	2 = 18.1%	1 = 9.09%	4 = 36.3%
<b>22.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?	0 = 0%	0 = 0%	1 = 9.09%	0 = 0%	10 = 90.9%
<b>23.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está de las condiciones del lugar donde vive?	0 = 0%	0 = 0%	2 = 18.1%	0 = 0%	9 = 81.8%
<b>24.</b> ¿Cómo de satisfecho/a está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?	0 = 0%	1 = 9.09%	1 = 9.09%	1 = 9.09%	8 = 72.7%



UANL FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



25. ¿Cómo de satisfecho/a está con los servicios de transporte de su zona?	0 = 0%	0 = 0%	1 = 9.09%	0 = 0%	10 = 90.9%
--	--------------	--------------	-----------------	--------------	------------------

Nota: Elaboración propia (2024)

La tabla 5 nos permite visualizar que tan satisfechos o insatisfechos se identifican los adultos mayores en varios aspectos de su vida en las últimas 2 semanas. “Muy satisfecho” con el 63.6% se encuentran en relación al tiempo de su sueño, con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria y con la capacidad para desarrollar aun un trabajo, “Muy satisfechos” pero con el 72.7% están de sí mismo, las preguntas que sobresalen por el alto porcentaje son dos, en ellas los adultos mayores se perciben “Muy satisfechos” con el 90.9% que representa a 10 de los 11 encuestados y que están estrechamente vinculadas una tiene que ver en cuanto a sus relaciones personales y la otra con el apoyo que obtienen de sus amigos/as, en cuanto a que tan satisfechos se sienten en relación a su vida sexual los adultos mayores, el porcentaje no se concentró en una de las respuesta se perciben el 36.3% dijo estar “Muy satisfecho”, sin embargo otro 36.3% se encuentra en el polo opuesto “Muy insatisfecho”, en cuanto a las condiciones del lugar donde vive el 81.8% están “Muy satisfechos”, 72.7% menciono estar “Muy satisfecho” con el acceso que tiene a los servicios sanitarios y por último el 90.9% se perciben “Muy satisfechos” con los servicios de transporte de su zona.

**Tabla 6**

*Frecuencia de sentimientos negativos en las últimas 2 semanas.*

	Nunca (1)	Raramente (2)	Moderadamente (3)	Frecuentemente (4)	Siempre (5)
26. ¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza,	3 = 27.2%	2 = 18.1%	2 = 18.1%	3 = 27.2%	1 = 9.09%



desesperanza, ansiedad, o depresión?					
---	--	--	--	--	--

Nota: Elaboración propia (2024)

En la tabla 6 se muestran las “Frecuencia de sentimientos negativos en las últimas 2 semanas”. El 27.2% de las personas adultas mayores indican que “Frecuentemente” tienen este tipo de sentimientos tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, o depresión, el mismo porcentaje menciona que “Nunca” tienen sentimientos negativos; el 18.1% de los sujetos señalan que “Raramente” y con ese mismo porcentaje mencionaron también que “Moderadamente” sufren de sentimientos negativos y el 9.09% de los usuarios relatan que “Siempre” adolecen de tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión.

Para el análisis de los resultados es necesario retomar la definición de calidad de vida de acuerdo con la OMS (como se citó en el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, INAPAM, 2021) la calidad de vida y envejecimiento saludable es:

“[...] la percepción que tiene una persona sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones. Es un concepto de amplio alcance que está atravesado de forma compleja por la salud física de la persona, su estado fisiológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y la relación que tiene con su entorno.” (OMS, 2002).

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud define el envejecimiento saludable como el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez. La capacidad funcional consiste en tener los atributos que permiten a todas las personas ser y hacer lo que para ellas es importante (OMS, 2020).

De acuerdo con los resultados obtenidos a través de la aplicación del Cuestionario WHOQOL – BREF, se pudo identificar que los adultos mayores de la Asociación Civil Apapachos del Corazón, se perciben con buena calidad de vida y que disfrutan la vida, dado que en su mayoría a la interrogante directa donde se les cuestiono como califican su calidad de vida, ellos respondieron que muy buena, este resultado se pudo contrastar con las respuestas dadas a otras interrogantes, como la relacionada con la salud los adultos expresan



UANL



FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



no depender en su totalidad de un tratamiento médico para ser funcionales y mentalmente se perciben con capacidad física y de concentración para su vida cotidiana.

Considerando las definiciones que fundamentan esta investigación, se puede decir que los adultos mayores objetos de esta investigación están viviendo un envejecimiento saludable, que les permite disfrutar de las actividades que realizan en la guardería Apapachos del Corazón, en cuanto al contexto familiar se perciben seguros, la mayoría menciona tener recursos para cubrir sus necesidades, en el contexto social están satisfechos con sus relaciones personales, consideran que cuentan con redes de apoyo (amigos en particular), en cuanto a su contexto se sienten a gusto en cuanto a sus espacios físicos y los servicios con los que cuentan, y lo más importante considerando la definición de calidad de vida los adultos mayores se sienten satisfechos de sí mismos y a gusto con su apariencia física.



### Referencias

e-consulta.com “Apapachos del Corazón”, guardería para abuelitos en el sur de Veracruz, <https://e-veracruz.mx/nota/2022-09-09/sociedad/apapachos-del-corazon-guarderia-para-abuelitos-en-el-sur-de-veracruz>

García, L. E., Quevedo, M., La Rosa, Y., & Leyva, A. (2020). Calidad de vida percibida por adultos mayores. *Medimay*, 27(1), 16-25. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revciemedhab/cmh-2020/cmh201c.pdf>

Hernández R., Fernández C. y Baptista M. (2014) *Metodología de la Investigación* (6ª ed.) McGRAW-HILL

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (2021) *Calidad de vida para un envejecimiento saludable* <https://www.gob.mx/inapam/articulos/calidad-de-vida-para-un-envejecimiento-saludable#:~:text=Elementos%20que%20conforman%20la%20calidad,%2C%20expectativas%2C%20est%C3%A1ndares%20y%20preocupaciones>.

Mesa, T., Valdés, A., Espinosa, F., Verona, I., & García, M. (2020). Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(4), 1-10.

Organización Mundial de la Salud, (2024.) *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*, [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-response/?gad\\_source=1&gclid=EAIaIQobChMIhYX16uiEhwMVDBWtBh1oHA I4EAAYASAAEgJN9fD BwE](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-response/?gad_source=1&gclid=EAIaIQobChMIhYX16uiEhwMVDBWtBh1oHA I4EAAYASAAEgJN9fD BwE)

Organización Mundial de la Salud, (s.f.). PROGRAMA DE SALUD MENTAL WHOQOL, Calidad de Vida <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-calidad-01.pdf>

Torres, Á. F. R., Gaibor, J. A. G., & Pozo, D. I. L. (2020). Los beneficios de la actividad física en la calidad de vida de los adultos mayores. *EmásF: revista digital de educación física*, (63), 22-35.

WHOQOL - measuring Quality of life. (s/f). Who.int. de <https://www.who.int/tools/whoqol>