



Cambios evolutivos en los adultos mayores y estilos de vidas saludables

Evolutionary changes in the elderly and healthy lifestyles

Mudanças evolutivas no idoso e estilos de vida saudáveis

Mayra Zulay Agurto-Unuzungo ^I
mzagurto_est@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0009-7004-431X>

Anita Maggie Sotomayor-Preciado ^{II}
asotomayor@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-3616-7633>

Correspondencia: mzagurto_est@utmachala.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de junio de 2023 * **Aceptado:** 25 de julio de 2023 * **Publicado:** 04 de agosto de 2023

- I. Estudiante de la Carrera de Enfermería, Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- II. Magíster en Gerencia en Salud para el Desarrollo Local, Especialista en Gerencia y Planificación Estratégica en Salud, Licenciada en Enfermería, Universidad Técnica de Machala, Ecuador.

Resumen

El objetivo del estudio fue determinar cómo influyen los factores asociados a la calidad de vida en los adultos mayores del Cantón Santa Rosa que permita implementar estilos de vida saludables y un envejecimiento activo, la investigación tiene un enfoque cuantitativo, analítico, descriptivo de corte transversal, con una muestra de 47 adultos mayores de los clubes que interviene el GAD Municipal del Cantón Santa Rosa en la Provincia de El Oro. Como resultados se evidencia que los adultos mayores presentan mayor antecedentes patológicos como diabetes mellitus con un 36,17 %, hipertensión arterial con un 29,79 %, en referencia a la escala de capacidad funcional de Barthel la independencia representa el 70,21%, un 14,89% dependencia moderada; con respecto a las actividades básicas de la vida diaria, dentro de la escala de depresión geriátrica de Yesavage se evidencio que el 55,32% no tienen síntomas depresivos, un 36,17% síntomas depresivos leves, en la escala de deterioro cognitivo un 80,85% de adultos mayores demuestran tener un estado cognitivo normal, un 17,02% deterioro cognitivo leve. Para concluir, es importante identificar conocer como influyen los cuidados que brinda enfermería, y como contribuyen en la calidad de vida de los adultos mayores desde los aspectos cognitivo, psicológico y dependencia, determinando la importancia que tienen este grupo y su aporte significativo en la vida productiva y social.

Palabras claves: Funcionamiento cognitivo; calidad de vida; estilos de vida saludables; envejecimiento; Barthel; Yesavage; cuidados paliativos.

Abstract

The objective of the study was to determine how the factors associated with the quality of life influence the elderly of the Santa Rosa Canton that allows the implementation of healthy lifestyles and active aging, the research has a quantitative, analytical, descriptive cross-sectional approach, with a sample of 47 older adults from the clubs involved in the Municipal GAD of the Santa Rosa Canton in the Province of El Oro. As results, it is evident that older adults have a greater pathological history such as diabetes mellitus with 36.17%, arterial hypertension with 29.79%, in reference to the Barthel functional capacity scale, independence represents 70.21%, 14.89% moderate dependence; Regarding the basic activities of daily living, within the Yesavage geriatric depression scale, it was evidenced that 55.32% had no depressive symptoms, 36.17%

mild depressive symptoms, and 80% on the cognitive impairment scale. 85% of older adults show a normal cognitive state, 17.02% mild cognitive impairment. To conclude, it is important to identify how the care provided by nursing influences, and how they contribute to the quality of life of older adults from cognitive, psychological and dependency aspects, determining the importance of this group and its significant contribution in life. productive and social.

Keywords: Cognitive functioning; quality of life; healthy lifestyles; aging; barthel; Yesavage; palliative care.

Resumo

O objetivo do estudo foi determinar como os fatores associados à qualidade de vida influenciam os idosos do cantão de Santa Rosa que permitem a implementação de estilos de vida saudáveis e envelhecimento ativo, a pesquisa tem uma abordagem quantitativa, analítica, descritiva e transversal, com uma amostra de 47 idosos dos clubes envolvidos no GAD Municipal do cantão de Santa Rosa na província de El Oro. Como resultados, é evidente que os idosos têm um maior histórico patológico como diabetes mellitus com 36,17%, arterial hipertensão com 29,79%, referente à escala de capacidade funcional de Barthel, independência representa 70,21%, 14,89% dependência moderada; Com relação às atividades básicas da vida diária, dentro da escala de depressão geriátrica de Yesavage, evidenciou-se que 55,32% não apresentavam sintomas depressivos, 36,17% sintomas depressivos leves e 80% na escala de comprometimento cognitivo. estado, 17,02% comprometimento cognitivo leve. Em conclusão, importa identificar como os cuidados prestados pela enfermagem influenciam e contribuem para a qualidade de vida dos idosos a partir dos aspetos cognitivos, psicológicos e de dependência, determinando a importância deste grupo e o seu contributo significativo na vida produtiva. e social.

Palavras-chave: Funcionamento cognitivo; qualidade de vida; estilos de vida saudáveis; envelhecimento; bartel; Yesavage; cuidados paliativos.

Introducción

Durante el proceso de envejecimiento los adultos mayores experimentan una serie de cambios que afecta su aspecto físico y psicológico. Esto es importante determinar que estos cambios provocan en el adulto mayor se le implemente cuidados específicos y supervisión en su salud. Las alteraciones físicas son las primeras en manifestarse durante el envejecimiento ya que son

una continuidad de la declinación que comienza cuando alcanza la madurez física. A esa edad finaliza la etapa del crecimiento y empieza la involución física, pero no todos los cambios se producen en la misma época e igual ritmo (Ciano, 2019).

Los adultos mayores se consideran personas vulnerables porque su organismo tarda mucho tiempo en recuperarse de cualquier proceso que afecte su normalidad, pero al mismo tiempo la mayoría de las personas mayores ante esta vulnerabilidad desarrollan una serie de estrategias y mecanismos de adaptación que compensan las carencias, lo que les permite llevar una vida sana y autónoma (Esmeraldas et al., 2019).

Los estilos de vida se definen como el conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas de manera cotidiana. En la actualidad los hábitos y estilos de vida constituyen la base epidemiológica de la prevención de enfermedades siendo considerados la herramienta médica preventiva más utilizada en el primer nivel de atención de salud para fomentar la promoción de salud y la prevención de enfermedades (Guallo et al., 2022).

Dentro del grupo de estilos de vida saludables se incluyen la nutrición adecuada, el mantenimiento de un peso corporal óptimo, la práctica sistemática de actividades físicas y el descanso apropiado, la higiene personal, las relaciones interpersonales y la actividad sexual. Las que actúan de forma individual o colectiva, influyen de manera significativa, en menor o mayor grado en el estado de salud de las personas (Gort et al., 2019)

La calidad de vida comprende la importancia del juicio subjetivo, una buena salud, las circunstancias económicas favorables y de la familia, por otro lado, la sociedad también incide positivamente en el bienestar de los adultos mayores (Lepe et al., 2020). En el caso de las personas de la tercera edad la calidad de vida se puede asociar con diferentes variables vinculadas a la salud física y psicológica, a pesar de ello investigaciones previas indican que algunos factores que alteran esta calidad son la salud y función cognitiva (Chango y Guarate, 2019). Sin embargo, una buena percepción influye en el funcionamiento conductual, la voluntad de vivir y el envejecimiento sano (Queirolo et al., 2020).

Se calcula que 40 millones de personas a nivel mundial requieren cuidados especiales cada año, a causa del deterioro físico y cognitivo de la población y el incremento de patologías crónicas degenerativas y no transmisibles (Ayala et al., 2023). Por lo que, es relevante abordar las necesidades de cuidados al final de la vida mediante la concientización y promoción de la salud,

la capacitación del equipo multidisciplinario y la incorporación de los cuidados paliativos en los sistemas de salud (Hernández et al., 2019).

Es importante el trabajo en equipo en el que se describa los cuidados en los adultos mayores que por el envejecimiento van provocando discapacidades y dependencia y con ello requieren ser cuidados por personal especializado compuesto por un grupo multidisciplinario que brinda atención integral al paciente y la familia como parte del apoyo clínico, psicoemocional y espiritual (García et al., 2020). El rol de enfermería es indispensable debido al contacto directo que mantiene con los pacientes y familiares, siendo ellos los cuidadores primarios que necesitan conocer sobre confort que el paciente requiere en esta etapa de su vida, el manejo de la sintomatología, requiriendo mayor empatía para mejorar la comunicación y la buena toma de decisiones por parte del paciente y el núcleo familiar (Runzer et al., 2019). El presente estudio tiene como finalidad determinar cómo influyen los factores asociados a la calidad de vida en los adultos mayores del Cantón Santa Rosa y que permita implementar estilos de vida saludables y un envejecimiento activo.

Metodología

La investigación tiene un enfoque cuantitativo, analítico, tipo descriptivo de corte transversal. La población de estudio fue de 260, con una muestra de 47 adultos mayores de los clubes que interviene el GAD Municipal del Cantón Santa Rosa en la Provincia de El Oro. Criterios de inclusión adultos mayores que pertenecen al GAD Municipal de la localidad; criterios de exclusión adultos mayores que se rehúsan a participar en el estudio y no formen parte del GAD. Mediante el consentimiento informado y de forma voluntaria aceptan ser parte del estudio, lo que permitió aplicar escalas de Barthel, depresión geriátrica de Yesavage, deterioro cognitivo de Pfeiffer y datos sociodemográficos, los datos son tabulados mediante el programa estadístico Statistical Package for the Social Science (IBM-SPSS).

Resultados

Tabla 1. Edad y sexo

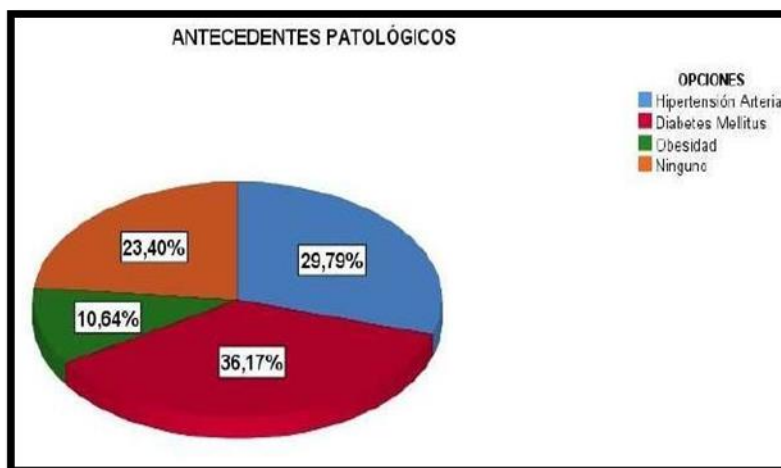
EDAD	PORCENTAJE	SEXO	PORCENTAJE
65 - 70	19,1 %	Masculino	23,4 %

71 - 89	76,6 %	Femenino	76,6 %
90 - 99	4,3 %	Intersexual	0 %
Total	100,0 %	Total	100,0 %

FUENTE: Datos tabulados por autora

En la tabla 1 se observa que el 76,6% se encuentran en el rango de edades entre los 71-89 años, un 19,1% de 65 a 70 años y el 4,3% de 90 a 99 años. Lo que evidencia que el mayor porcentaje está en la edad comprendida entre 71 a 89 años que van a presentar mayor dependencia y cuidados paliativos en un momento de su vida. En cuanto al género el de mayor prevalencia es el femenino.

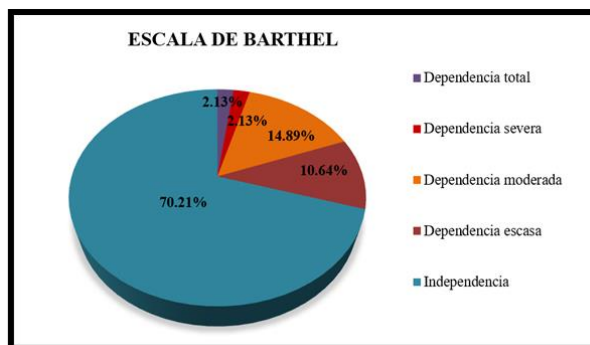
Figura 1. Antecedentes patológicos



FUENTE: Datos tabulados por la autora

En la figura 1 en cuanto a los antecedentes patológicos, los datos obtenidos demuestran que el 36,17% de los adultos mayores padecen Diabetes Mellitus, un 29,79% con hipertensión arterial, un 10,64% con diagnóstico de obesidad y el 23,40% de adultos mayores no presentan antecedentes patológicos.

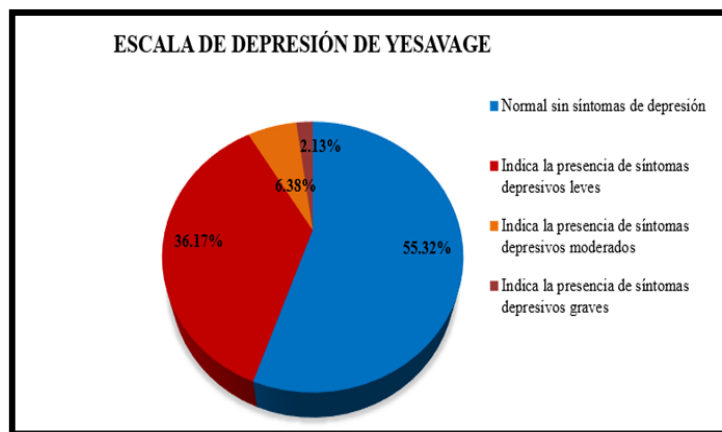
Figura 2. Escala de Barthel



FUENTE: Datos tabulados por autora

En la figura 2 se hace referencia a la escala de Barthel donde el 70,21% de adultos mayores son independientes, un 14,89% con dependencia moderada, 10,64% presenta dependencia escasa y 4,26% que demuestra una dependencia severa y total. Se determina que los adultos mayores del Cantón Santa Rosa en su mayoría son aún independientes en sus actividades diarias, es importante destacar que un 14,9% presentan dependencia leve, severa y total que se ve comprometida debido a enfermedades discapacitantes.

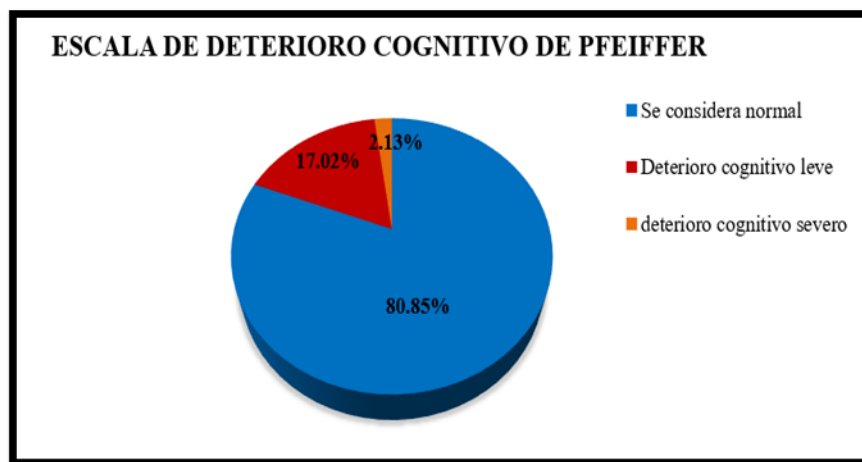
Figura 3. Escala de Yesavage



FUENTE: Datos tabulados por autora

En la figura 3 que representa la escala de depresión de Yesavage se observa que un 55,32% de adultos mayores no presentan síntomas de depresión, el 36,17% síntomas leves, 6,38% síntomas depresivos moderados y el 2,13% síntomas depresivos graves.

Figura 4. Escala de deterioro cognitivo (Escala SPMSQ DE PFEIFFER)



FUENTE: Datos tabulados por autora

La escala de Pfeiffer representada en la figura 4, se observa un 80,85% de adultos mayores con estado cognitivo normal, un 17,02% que indica deterioro cognitivo leve y un 2,13 % que manifiesta deterioro cognitivo severo. Lo que nos permite observar que 19,15% de los encuestados presentan deterioro cognitivo debido a que tienen un deterioro de la salud mental.

Discusión

El trabajo de investigación permitió conocer como influyen los cuidados que brinda enfermería, y como contribuyen en la calidad de vida de los adultos mayores desde los aspectos cognitivo, psicológico y dependencia, determinando la importancia que tienen este grupo y su aporte significativo en la vida productiva y social, la misma que le permita relacionarse en actividades físicas adecuadas para su edad, evitando el deterioro muscular, como parte de las enfermedades osteodegenerativas y cardiovasculares propias de la vejez, otro elemento fundamental son los aspectos psicoemocionales y como estos afectan en la salud mental y social que lo conlleva a situaciones de mayor estrés por falta de relacionarse con la familia y su entorno, para lo cual es

necesario realizar actividades que mejoren el estado cognitivo para un envejecimiento activo y saludable.

Las variables asociadas a provocar mayor fragilidad en los adultos mayores es la pobreza, la falta de asistencia sanitaria, la inequidad en salud, la educación, etnia y cultura que impactan negativamente el estado de bienestar que se observan con la presencia de barreras económicas y sociales, la vulnerabilidad social, la desprotección, amenazas a la satisfacción de sus necesidades y violación a sus derechos personales, sociales y legales.

En la Investigación de Verónica Lliguisupa y demás autores, cuyo objetivo fue determinar el nivel de depresión de los adultos mayores usuarios de un hospital de la provincia del Azuay, donde el 56,1% es de género femenino y las edades que predominaron 52,4% fueron entre 65-74 años, además los resultados pusieron en evidencia que el 53,7% de adultos mayores no presentaban síntomas depresivos, el 35,3% adquirieron un nivel de depresión leve y el 11% depresión establecida (Lliguisupa et al., 2020), el trabajo antes mencionado tiene similitud con los datos de la investigación en el Cantón Santa Rosa referentes a la depresión, debido a que el 55,32% no se evidenciaron síntomas de depresión, el 36,17% síntomas leves, un 6,38% moderados y 2,13% síntomas graves siguiendo el mismo patrón de comportamiento. Además otro estudio realizado en Perú por Yovana Quispe, en el que determinó la relación entre la depresión y calidad de vida en adultos mayores residentes de una zona vulnerable en San Martín de Porres, los resultados obtenidos indican que el 46,9% el rango de edad comprendido es de 61 a 69 años, el 57,7% eran hombres y en cuanto a la presencia o no de síntomas de depresión, el 40,8% no padecía síntomas depresivos, el 40,8% síntomas depresivos leve y el 18,4% depresión establecida, siendo evidente que la participación social ha logrado que los adultos mayores tengan una contribución con la sociedad brindándoles un impacto positivo debido a que se sienten activos, útiles y escuchados, estableciendo en ellos estabilidad emocional, salud mental y mejora de la calidad de vida (Quispe, 2021).

Algo importante de mencionar es que en la presente investigación la población estudiada en un 65,96% son de estado civil casados, pertenecen a una comunidad urbana y con respecto a la participación social, realizan diferentes actividades contempladas en el proyecto para adultos mayores tales como bailo terapia, actividades físicas y lúdicas con el fin de vincularse con la sociedad, estas apreciaciones son relevantes para el desarrollo o no de síntomas depresivos, lo cual también se evidenció en la investigación, realizada por Sáenz Saulo y demás autores, en un

estudio en comunidades alto andinas del Perú, donde el 40,7% según cuestionario de Yesavage y el 37,47% reportan la presencia de depresión, asociada a la edad, además, se constató que los trastornos depresivos en las personas adultas mayores también guardaban relación al área geográfica siendo mayor en pobladores rurales (Sáenz et al., 2019). En cuanto a factores sociales asociados a depresión, Morales Cristina y Alcívar M. Alejandro, encontraron que el 45% de los pacientes estudiados presentaban depresión mayor, el 35% depresión leve y el 20% no presentan depresión, datos significativos, debido a que evidenciaron que los adultos mayores presentaban depresión por la falta de acompañamiento familiar y que en su gran mayoría viven solos. (Morales y Alcívar, 2021).

Por otra parte, un hallazgo relevante en el presente estudio es el deterioro cognitivo de los encuestados, los resultados mostraron que un 80,85% de adultos mayores se encontraban con un estado cognitivo normal, un 17,02% deterioro cognitivo leve y un 2,13 % deterioro cognitivo severo, en este sentido Anita Sotomayor y demás autores, investigaron la relación del funcionamiento Cognitivo de la Vejez , la dependencia y la depresión, en adultos mayores de un hogar de ancianos de la Ciudad de Machala, y determinaron a través de la escala de Barthel que un 70,21% de personas adultas mayores eran independientes, un 14,89% tenían dependencia moderada, un 10,64% con dependencia escasa y un 2,13% con dependencia total y severa, siendo los adultos mayores con síntomas depresivos severos quieren además padecían deterioro cognitivo asociado a la edad (Sotomayor et al., 2022), otro estudio realizado por la misma autora sobre el impacto en la salud mental de los adultos mayores post pandemia. Las emociones presentadas fueron stress con 51,1%, angustia 44,4%, 43% temor, 34,8% tristeza, 14,1% llora con facilidad, las mismas relacionadas con preocupación por contraer covid-19 con 37,2%, extrañan a familiares 29,2%, problemas económicos 18,6%, y en cuanto a las enfermedades presentes son la hipertensión con un 51,1%, diabetes mellitus 31,9%, artrosis 20%, discapacidades 11,1% y enfermedades cardíacas 10,4%, la población adulta mayor presenta enfermedades crónicas degenerativas. La mayoría de los Adultos mayores presentaron afecciones Psicoemocional debido al confinamiento, es necesario recalcar la falta de apoyo sanitario, información inadecuada de Covid-19 y el nulo apoyo psicológico. Por lo que podemos evidenciar que los adultos mayores igual tienen un índice elevado de sentimiento emocional ya sea por padecer enfermedades o el sentimiento de sentirse abandonados por familiares y la sociedad (Sotomayor et al., 2021).

Un estudio de Angamarca y demás autores menciona que el 50% de pacientes mayores a 80 años, presentan síntomas de deterioro cognitivo, debido sobre todo a que a medida que se envejece la auto reparación de nuestro organismo disminuye lo que condiciona mayor riesgo de deterioro o demencia (Angamarca et al., 2020). En esta línea investigativa se encuentra el estudio realizado por Velasco Ximena en dos Centros Vida de la Ciudad de Villavicencio, Colombia, donde se estableció que el 59,4% de adultos mayores eran independientes, un 20,8% levemente independientes, 18% moderadamente dependientes y el 1,9% completamente dependientes, siendo el grupo de adultos mayores independientes los que presentaban menores niveles de depresión, quedando demostrado que existen relación íntima entre dependencia funcional y depresión (Velasco et al., 2019). Asimismo, en el estudio de Paredes y demás autores, en San Juan de Pasto, Colombia, en una zona urbana el 70,8% de adultos mayores presentaban independencia, el 28,6%, dependencia leve y el 0,6% dependencia grave (Paredes et al., 2018). Esto debido a que el proceso de envejecimiento genera mayor susceptibilidad a la aparición de enfermedades limitantes las cuales interfieren en el desempeño de actividades de la vida cotidiana por lo que se hace urgente la implementación de actividades, que ayuden al adulto mayor a estar activos y envejecer dignamente (Echeverría et al., 2022). Esto también afirmado por el estudio de Campoverde Francisco y Maldonado Jorge en el año 2021 en el Hogar de Ancianos Corazón de María, ubicado en el norte de la ciudad de Quito, donde encontraron un 37,5% de adultos mayores son independientes, 38,5% moderadamente dependientes, el 15% escasamente dependientes, 2,5% severamente dependientes y 6,5% totalmente dependientes, siendo estos resultados directamente proporcionales a las tareas de ocio y entretenimiento realizadas por los adultos mayores con el fin de permanecer activos física y mentalmente, lo que sumado a la compañía familiar generó sensación de bienestar en el grupo investigado (Campoverde y Maldonado, 2021).

En cambio, Andrea Amézquita Parrado y demás autores en el año 2020 realizaron una investigación de intervención a adultos mayores residentes de un hogar geriátrico de la ciudad de Villavicencio, en donde se evidencio que el 34,6% de adultos mayores eran independientes, el 50% dependían levemente de alguien más, el 11,5% presentaron dependencia moderada y el 3,8% dependencia total, lo que afectó severamente su calidad de vida y deterioro funcional (Amézquita y Rodríguez, 2020). En este aspecto se debe tener claro que los adultos mayores son considerados como uno de los grupos vulnerables en la sociedad, puesto que presentan

alteraciones que dificultan el buen funcionamiento de su organismo, siendo una de ellas las funciones mentales, la cual da como resultado el deterioro cognitivo que es muy común en este grupo etario (Velasco et al., 2019). En relación al instrumento índice de Barthel utilizado en el presente estudio y por Baracaldo y demás autores en el estudio Nivel de dependencia funcional de personas mayores, les permitió determinar que un 35% presentan dependencia moderada, el 29% independientes, el 23% dependencia severa y el 6% dependencia escasa (Baracaldo et al., 2019).

Por otro lado, en la investigación de Contreras Coco y demás autores, en su estudio a personas mayores en una clínica geriátrica de Huancayo, Perú, donde la prevalencia de demencia es del 9,9%, el 11% deterioro cognitivo leve, el 23% personas con dependencia severa (Contreras et al., 2019). Es importante mencionar que varios autores coinciden que el rol que cumple enfermería como parte del manejo integral de los pacientes adultos mayores, es imprescindible para mejorar su calidad de vida, en este sentido, el profesional debe usar como guía los resultados obtenidos del proceso de atención de enfermería y en base a aquello implementar planes de cuidado e intervenciones, desde una visión holística acordes a las necesidades fisiológicas y espirituales de los pacientes (Figueredo., et al 2019). En esta misma línea relacionada con el cuidado, Soto y demás autores, recalcan que en los pacientes adultos mayores se debe enfatizar el cuidado espiritual, debido a que por su edad son vulnerables a sufrir cuadros relacionados con depresión, estrés y ansiedad, los cuales muchas de las veces son relegadas a segundo plano por lo que no son abordados de forma oportuna. En este aspecto las intervenciones de enfermería se convierten en componentes que permiten determinar el origen de la problemática y a partir de aquello crear planes de cuidado que incluyan a la familia y otros profesionales afines, con el objetivo de mantener una dinámica que genere un ambiente propicio para el paciente (Soto., et al 2019). En este aspecto las intervenciones de enfermería son clave fundamental en el entrenamiento de la memoria, terapia y estimulación cognitiva, aumentar el apoyo emocional, terapias de familia y disminuir las causas de la depresión en este grupo (Mejía et al., 2021).

Referencias

1. Amézquita Parrado, A. J. y Rodríguez Roldan, L. C. (2020). Nivel de dependencia del adulto mayor del hogar geriátrico Divino Niño en la ciudad de Villavicencio-Meta. *Boletín Semillero de Investigación en Familia*, (2), 30–36. ISSN:2744-8592.

2. Angamarca Coello, D. E., Domínguez Villizhañay, J. D., González Ortega, A. y Muñoz Palomeque, D. G. (2020). Eficacia del mini mental y PFEIFFER (SPMSQ) para detectar deterioro cognitivo en mayores de 65 años. *Vive Revista de Salud*, 3(9), 149–157. ISSN: 2664–3243. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v3i9.55>
3. Ayala Salinas, R., Ponce Gómez, G. y Carmona Mejía B. (2023). Necesidades de cuidados paliativos en el Paciente Crónico Degenerativo Complejo. *Enfermería Global*, (69), 167-180. ISSN 1695-6141. <https://doi.org/10.6018/eglobal.513611>
4. Baracaldo Campo, H. A., Naranjo García, A. S. y Medina Vargas, V. A. (2019). Nivel de dependencia funcional de personas mayores institucionalizadas en centros de bienestar de Floridablanca (Santander, Colombia). *Gerokomos*, 30(4), 163–166. ISSN 1134-928X.
5. Campoverde, F. y Maldonado, J. (2021). Valoración de independencia funcional en pacientes geriátricos. *Vozandes*, 31(2), 56–64. <https://doi.org/10.48018/rmv.v31.i2.8>
6. Chango, V. y Guarate, Y. (2019). Sobrecarga del cuidador de adultos mayores dependientes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(6), 13173–13183. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1315
7. Ciano, N. (2019). Perspectivas de los adultos mayores sobre su situación actual y proyección futura: Talleres de reflexión. *Orientación y sociedad*, 19(1), 73-83. ISSN 1851-8893
8. Contreras, C., Condor, I., Atencio, J. y Atencio, M. (2019). Prevalencia de demencia y funcionalidad en una clínica geriátrica de Huancayo, Perú, 2016-2017. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(1), 51-55. ISSN 1025-5583. <https://dx.doi.org/10.15381/anales.v80i1.15583>
9. Echeverría, A., Astorga, C., Fernández, C., Salgado, M. y Villalobos Dintrans, P. (2022). Funcionalidad y personas mayores: ¿dónde estamos y hacia dónde ir? *Revista Panamericana de salud pública*, 46(14), e34. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2022.34>
10. Esmeraldas Vélez, E. E., Falcones Centeno, M. R., Vásquez Zevallos, M. G., Solórzano Vélez, J. A. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 3(1). ISSN: 2588-073X.

11. Figueredo Borda, N., Ramírez-Pereira, M., Nurczyk, S., & Díaz-Videla, V. (2019). Modelos y Teorías de Enfermería: Sustento Para los Cuidados Paliativos. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 8(2), 22-33. <https://doi.org/10.22235/ech.v8i2.1846>
12. García López, L. E., Quevedo Navarro, M., La Rosa Pons, Y. y Leyva Hernández, A. (2020). Calidad de vida percibida por adultos mayores. *Revista Electrónica Medimay*, 27(1), 16–25. ISSN: 2520-9078.
13. Gort Hernández, M., García Parodi, M.M., Mesa Trujillo, D., Espinosa Ferro, Y., Verona Izquierdo, A.I. (2019). Vinculación universidad-comunidad en la calidad de vida del adulto mayor. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 23(4). ISSN 1561-3194.
14. Guallo Paca, M. J., Parreño Urquizo, A. F., Chávez Hernández, J. P. (2022) Estilos de vida saludables en adultos mayores. *Revista Cubana de Reumatología*, 24 (4).
15. Hernández-Zambrano, S. M., Torres Melo, M. L., Barrero Tello, S. S., Saldaña García, I. J., Sotelo Rozo, K. D., Carrillo Algarra, A. J., Rodríguez Valero, K. A. (2019). Necesidades de cuidado paliativo en hemodiálisis percibidas por pacientes, cuidadores principales informales y profesionales de enfermería. *Enfermería Nefrológica*, 22(2), 141-149. <https://dx.doi.org/10.4321/s2254-28842019000200005>
16. Lepe Martínez, N., Cancino Durán, F., Tapia Valdés, F., Zambrano Flores, P., Muñoz Veloso, P., González San Martínez, I. y Ramos Galarza, C. (2020). Desempeño en Funciones Ejecutivas de Adultos Mayores: Relación Con su Autonomía y Calidad de Vida. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 29(1), 92-103. ISSN 2631-2581.
17. Lliguisupa-Peláez, V., Álvarez Ochoa, R., Bermejo-Cayamcela, D., Ulloa-Castro, A. y Estrada-Cherres, J. (2020). Niveles de depresión en adultos mayores atendidos en un hospital de segundo nivel. *Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación*, 8(1), 16-21. <http://dx.doi.org/10.26423/rcpi.v8i1.310>
18. Mejía, C. R., Fernández-Ledezma, C. y Cossio-Andina, E. (2021). Deterioro cognitivo en poblaciones urbanas y rurales de la mediana altura geográfica en Bolivia: Prevalencia y factores asociados. *Revista Chilena de Neu- Psiquiatra*, 59(4), 280-288. ISSN 0717-9227. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272021000400280>

19. Morales-Pachay, C. G. y Alcívar-Molina, S. C. (2021). Depresión en adultos mayores de la Fundación una Vida con Propósito. *Polo Del Conocimiento*, 63(6), 509-520. ISSN: 2550 - 682X. DOI: 10.23857/pc.v6i12.3382
20. Mostacero Morcillo, E. y Martínez Martín, M. L. (2019). Rol de la enfermera en el envejecimiento activo y saludable. Revisión narrativa. *Gerokomos*, 30(4), 181-189. ISSN 1134-928X.
21. Paredes-Arturo, Y. V., Yarce-Pinzón, E. y Aguirre-Acevedo, D. C. (2018). Funcionalidad y factores asociados en el adulto mayor de la ciudad de San Juan de Pasto, Colombia. *Revista ciencias de la salud*, 16(1), 114-128. ISSN 1692-7273. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.6494>
22. Queirolo Ore, S. A., Barboza Palomino, M. y Ventura-León, J. (2020). Measuring the quality of life in institutionalized seniors in Lima (Peru). *Enfermería Global*, 19(60), 274–288. <https://doi.org/10.6018/eglobal.420681>
23. Quispe Medina, Y. Y. (2021). Depresión y calidad de vida en adultos mayores que residen en una zona vulnerable en San Martín de Porres. *Ágora*, 8(2), 3-10. <https://doi.org/10.21679/arc.v8i2.212>
24. Runzer-Colmenares, F. M., Parodi, J. F., Pérez-Agüero, C., Echegaray, K. y Samamé, J. C. (2019). Las personas con enfermedad terminal y la necesidad de cuidados paliativos: una deuda pendiente de los servicios de salud. *Acta Médica Peruana*, 36(2), 134-144. ISSN 1728-5917.
25. Sáenz-Miguel, S., Runzer-Colmenares, F. M. y Parodi, J. F. (2019). Trastornos depresivos en adultos mayores de once comunidades altoandinas del Perú, 2013-2017. *Acta médica peruana*, 36(1), 26–31. <https://doi.org/10.35663/amp.2019.361.632>
26. Soto Morales, A. M., Olivella Fernández, M. C., & Bastidas Sánchez, C. V. (2020). Cuidado espiritual al adulto mayor, elemento del conocimiento y práctica de enfermería. *Revista ciencia y cuidado*, 17(1), 123–131. <https://doi.org/10.22463/17949831.1563>
27. Sotomayor Preciado, A. M., Espinoza Carrión, F. M., Rodríguez Sotomayor, J. R., Campoverde Ponce, M. R. (2021). Impacto en la salud mental de los adultos mayores post pandemia Covid-19, El Oro Ecuador. *Revista Polo del conocimiento*, 6(1), 362-380. ISSN: 2550 - 682X. <http://dx.doi.org/10.23857/pcv6i1.2132>

28. Sotomayor Preciado, A. M., Zhunio Bermeo, F. I., Ajila Saraguro, A. B., Peláez Días, P. A. (2022). Funcionamiento Cognitivo de la Vejez y la Dependencia del Adulto Mayor. *Revista Dominio de la Ciencia*, 8(3), 722-734. ISSN 2477-8818. <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i3>
29. Velasco Hernández, B. X., Salamanca Ramos, E. y Velasco Páez, Z. J. (2019). Funcionalidad de los adultos mayores de los Centros Vida de Villavicencio – Colombia. *Revista ciencia y cuidado*, 16(3), 70–79. <https://doi.org/10.22463/17949831.1556>.

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).