



Universidad
Nacional
de Loja

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA

CARRERA DE TRABAJO SOCIAL

Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024

**Trabajo de Integración Curricular
previo a la obtención del Título de
Licenciada en Trabajo Social.**

AUTORA:

Jessica Johana Salazar Chinchay

DIRECTORA:

Lcda. Cinthya Alexandra Torres Calderón, Mgtr.

LOJA – ECUADOR

2025



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Certificación



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

**Sistema de Información Académico
Administrativo y Financiero - SIAAF**

CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Yo, **TORRES CALDERON CINTHYA ALEXANDRA**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja**, año 2024, perteneciente al estudiante **JESSICA JOHANA SALAZAR CHINCHAY**, con cédula de identidad N° **1104877269**.

Certifico:

Que luego de haber dirigido el **Trabajo de Integración Curricular**, habiendo realizado una revisión exhaustiva para prevenir y eliminar cualquier forma de plagio, garantizando la debida honestidad académica, se encuentra concluido, aprobado y está en condiciones para ser presentado ante las instancias correspondientes.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad, a fin de que, de así considerarlo pertinente, el/la señor/a docente de la asignatura de **Integración Curricular**, proceda al registro del mismo en el Sistema de Gestión Académico como parte de los requisitos de acreditación de la Unidad de Integración Curricular del mencionado estudiante.

Loja, 17 de Febrero de 2025



CINTHYA ALEXANDRA
TORRES CALDERON

DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR



Certificado TIC/TT.: UNL-2025-001106

Educamos para **Transformar**



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Autoría

Yo, Jessica Johana Salazar Chinchay, declaro ser autora del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos, de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular, en el Repositorio Digital Institucional-Biblioteca Virtual.

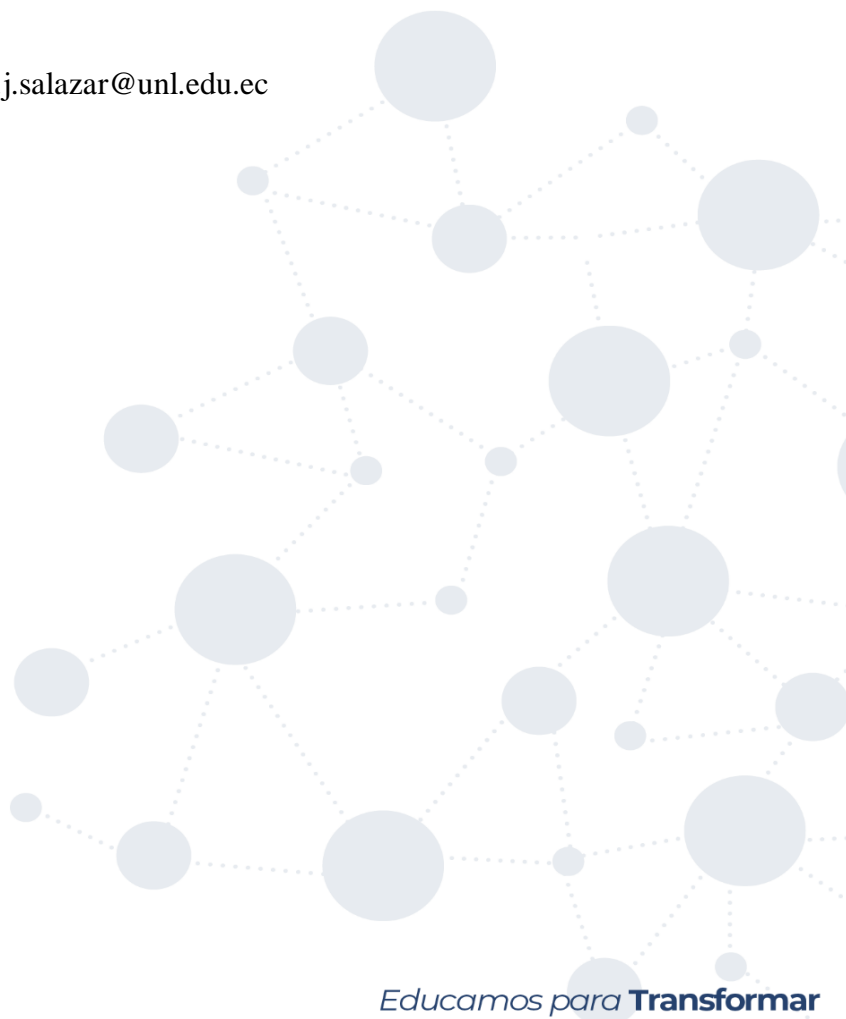
Firma:

Cédula de Identidad: 1104877269

Fecha: Loja 21 de marzo del 2025

Correo electrónico: institucional: jessica.j.salazar@unl.edu.ec

Teléfono: 0979747356



Educamos para **Transformar**

**UNL**Universidad
Nacional
de LojaUnidad de Educación
a Distancia y en Línea

1859 Carta de autorización por parte de la autora, para consulta, reproducción parcial o total y/o publicación electrónica del texto completo, del Trabajo de Integración Curricular.

Yo, **Jessica Johana Salazar Chinchay** declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular titulado: **Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024**, como requisito para optar por el título de Licenciada en Trabajo Social, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos, muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los 21 días del mes de marzo de dos mil veinticinco.

Firma:

Autora: Jessica Johana Salazar Chinchay

Cédula de identidad: 1104877269

Dirección: Loja, calles 18 de Noviembre y Mercadillo

Correo electrónico: jessica.j.salazar@unl.edu.ec

Teléfono: 0979747356

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Director/a del Trabajo de Integración Curricular: Lcda. Cinthya Alexandra Torres Calderón,
Mgtr.



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Dedicatoria

Dedico este trabajo de investigación a:

A mi querida madre, cuyo amor incondicional, paciencia y fortaleza han sido el pilar más fundamental en mi vida. Gracias madre por cada sacrificio realizado, por cada consejo sabio y por siempre estar a mi lado, ayudándome y motivándome a alcanzar mis sueños. Eres mi mayor ejemplo de valentía y dedicación, sin ti este logro no sería posible.

A mis amados abuelitos, cuyas palabras llenas de sabiduría, experiencia y amor me han guiado en los momentos más difíciles, su generosidad, bondad y valores me han enseñado a querer ser una mejor persona siempre. Cada recuerdo con ustedes está lleno de muchas valiosas lecciones de vida que llevo en mi corazón.

Y, a mi hija, mi mayor motivación y el motor de todos mis proyectos, por ti he luchado y seguiré luchando, porque deseo que veas en mí el ejemplo de persistencia y resiliencia. Tu risa, tu amor y en si toda tu existencia son mi mayor tesoro, este logro es tan tuyo como mío.

Jessica Johana Salazar Chinchay



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Agradecimiento

Expreso mi más grande y sentido agradecimiento a:

La Universidad Nacional de Loja, mi alma máter, por ser la institución de educación superior que me acogió durante, mi proceso de formación. Infinitas gracias por brindarme las herramientas y el conocimiento necesario para desarrollarme tanto académica como profesionalmente.

Al personal docente de la Carrera de Trabajo Social, por su constante y valioso compromiso con la formación integral de sus educandos, inculcándonos valores de empatía, justicia y solidaridad que marcan el accionar profesional.

A mi directora de tesis: la Lcda. Cinthya Alexandra Torres Calderón, Mgtr, por su gran aporte, guía, paciencia y acompañamiento durante la ejecución de esta investigación. Gracias por su gran compromiso, por creer en mi trabajo y ser una fuente constante de motivación y conocimiento.

Jessica Johana Salazar Chinchay

Educamos para **Transformar**



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Índice de Contenido

Portada	i
Certificación	ii
Autoría	iii
Carta de autorización	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Índice de Contenido	
Índice de Figuras	
Índice de Tablas	
Índice de Anexo	
1. Título	1
2. Resumen	2
Abstract.....	3
3. Introducción	4
4. Marco Teórico	7
5. Metodología	23
6. Resultados	27
7. Discusión	31
8. Conclusiones	33
9. Recomendaciones	34
10. Bibliografía	35
11. Anexos	45



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

1859 Índice de Figuras

Figura 1. Localización de la Parroquia "San Sebastián" 50

Figura 2. Organigrama estructural del Directorio de la Parroquia “San Sebastián” 51

Índice de Tablas

Tabla 1. Respuestas de entrevista..... 27

Índice de Anexo

Anexo 1. Oficio de autorización 45

Anexo 2. Consentimiento Informado 46

Anexo 3. Propuesta Social 48

Anexo 4. Entrevista 57



Educamos para **Transformar**



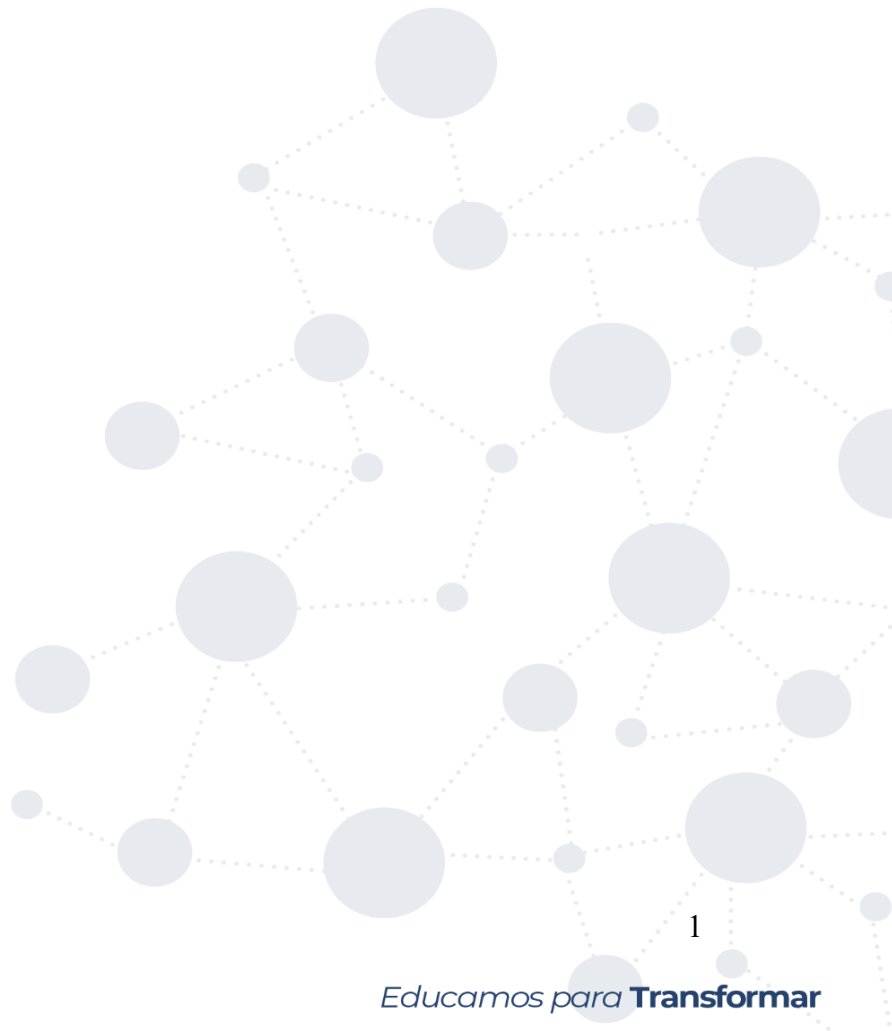
UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

1. Título

Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024





2. Resumen

El propósito de este estudio fue investigar las experiencias de las personas adultas mayores de la ciudad de Loja a lo largo del año 2024 en relación con la ayuda social que recibían de la Parroquia de San Sebastián. El objetivo principal de este estudio fue conocer cómo los individuos perciben y utilizan la ayuda social y los servicios disponibles en su comunidad. Para ello, se llevó a cabo un estudio bibliográfico pertinente, en la que se analizaron las expectativas y exigencias de las personas mayores con respecto al apoyo social que reciben. Esto incluyó un examen tanto de los elementos positivos como de las áreas que podrían necesitar alguna mejora. Su enfoque utilizado fue cualitativo, y consistió en realizar entrevistas semiestructuradas a un grupo de personas adultas mayores representativas de la parroquia. Se recogió información sobre las experiencias de los participantes, su percepción de la ayuda que reciben de las instituciones y de sus familias, así como los obstáculos que encuentran al intentar utilizar los recursos a los que tienen acceso. A pesar de que algunas personas adultas mayores tienen la impresión de contar con una red de apoyo social suficiente, los resultados demostraron que existen deficiencias en la accesibilidad y la calidad de los servicios, especialmente en las áreas de funcionamiento emocional y psicológico. Además, los participantes expresaron su necesidad de un enfoque más personalizado de las intervenciones sociales, así como de un aumento sustancial del compromiso de las instituciones. Estas estrategias incluían la mejora de la accesibilidad a los servicios y el desarrollo de programas dedicados a proporcionar apoyo emocional y psicológico. Los resultados ponen de relieve la importancia de la colaboración entre las instituciones y la comunidad para mejorar la calidad de vida de las personas en edad de jubilación.

Palabras clave: Calidad de vida, apoyo social, adultos mayores



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Abstract

The purpose of this study was to investigate the experiences of older adults in the city of Loja throughout the year 2024 in relation to the social assistance they received from the San Sebastian Parish. The main objective of this study was to learn how individuals perceive and use the social assistance and services available in their community. To this end, a relevant literature review was conducted, in which the expectations and demands of older people with respect to the social support they receive were analyzed. This included an examination of both positive elements and areas that might need some improvement. Its approach used was qualitative, and consisted of conducting semi-structured interviews with a group of representative older adults from the parish. Information was gathered about the participants' experiences, their perception of the help they receive from institutions and their families, as well as the obstacles they encounter when trying to use the resources to which they have access. Despite the fact that some older adults feel that they have a sufficient social support network, the results showed that there are deficiencies in the accessibility and quality of services, especially in the areas of emotional and psychological functioning. In addition, participants expressed their need for a more personalized approach to social interventions, as well as a substantial increase in the commitment of institutions. These strategies included improving accessibility to services and developing programs dedicated to providing emotional and psychological support. The results highlight the importance of collaboration between institutions and the community to improve the quality of life of people of retirement age.

Key words: Quality of life, social support, older adults



3. Introducción

El envejecimiento de la población es concebido como una etapa de transformaciones significativas e importantes, en este sentido, se establece que el proceso de envejecimiento individual, necesita de un conjunto de elementos para tener éxito, los cuales se vincula con la calidad de vida, y las condiciones de salud se conectan directamente con el buen envejecer (Alvarado et al., 2014 citado en Quiroga et al., 2022). En lo correspondiente, al apoyo social, este es considerado como un factor de la red de apoyo social como un constructo, de igual manera, se concibe que el apoyo social es parte de las herramientas que permiten la accesibilidad al bienestar material, físico, emocional ante un ambiente de detrimento a nivel económico, salud y de redes sociales.

En este sentido, Guzmán et al., (2003) citado en Quiroga et al., (2022), explican que el apoyo social, se representa como una herramienta formal e informal, así pues, en lo referido al primero, este destaca la función de los sistemas de seguridad social y el vínculo con el estado y mercado, y del segundo, resalta el rol de las redes, por medio de las relaciones de reciprocidad con el núcleo familiar y amigos, dentro del cual se incluyen a los vecinos, compañeros de trabajo, entre otros.

Según la Organización Mundial de la Salud (2024) los adultos mayores son muy propensos a desarrollar afecciones en la salud mental y problemas emocionales como la depresión, así como enfermedades crónicas. Por lo cual, este tipo de apoyo es crucial en la vida diaria de los adultos mayores, ya que contribuye a su desarrollo humano y, por tanto, mejora su calidad de vida.

La Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, alberga una población considerable de personas adultas mayores, cuya calidad de vida dependen en gran medida del apoyo social que reciben. En la actualidad, se observa que las vivencias en este grupo etario son variadas, condicionadas por múltiples factores como la salud física y mental, la estabilidad económica, y el apoyo social proporcionado por familiares, amigos, y la comunidad en general.

A pesar de la importancia de este tema, carece de la atención que merece por parte de la agenda pública y académica. La falta de investigación sistemática y profunda limita el conocimiento y la comprensión de las necesidades especiales de esta población, lo que a su vez dificulta la implementación de políticas y programas efectivos para mejorar su calidad de vida (Organización Panamericana de la Salud (OPS), 2003).



El problema central de esta investigación radica en comprender cómo se viven y se perciben estas experiencias en la Parroquia San Sebastián. Es necesario explorar a profundidad las historias y las percepciones de los adultos mayores para identificar las fortalezas y debilidades del apoyo social disponible. Además, es fundamental entender cómo estas vivencias influyen en su bienestar general y qué tipos de intervenciones podrían mejorar su calidad de vida. Todas las personas, independientemente de su estatus social, consideran siempre la salud una prioridad, y la salud de la población es fundamental para el funcionamiento de la sociedad (Barredo, Agyepong, Reddy, & Liu, 2020). Esta investigación se orienta a abordar la actual falta de conocimiento, ofreciendo una comprensión profunda de las vivencias de las personas adultas mayores sobre el apoyo social en la parroquia de San Sebastián de Loja.

Considerando este preámbulo, se determina que los beneficiarios directos de esta investigación, son los adultos mayores, que se ubican en la Parroquia de San Sebastián, puesto que las estrategias de intervención diseñadas, están enfocadas a resolver la problemática detectada en este sector, y, también se identifica, la existencia de beneficiarios indirectos, en este caso la academia, ya que los datos recopilados en este trabajo, permiten profundizar los conocimientos del apoyo social dentro de un contexto en específico.

Para comprender de manera, más específica el contexto del tema de investigación, a continuación, se presentan algunos trabajos previos:

En primera posición, se encuentra el trabajo titulado: Vivencias de las personas adultas mayores de la parroquia rural San Pedro de Vilcabamba cantón Loja, frente al abandono familiar, año 2023, desarrollo por Gaona (2023) quien expresa que las personas adultas, son concebidas como un conjunto vulnerable de la sociedad, y que en la mayoría de los casos por sus particularidades sean estas físicas, económicas, psicológicas emocionales son afectados por situaciones bastante denigrantes, como el abandono familiar, esta circunstancia afecta de manera directa en la calidad de vida. En este sentido el investigador encontró que, una de las principales causas de abandono familiar es: la migración de su entorno familiar, ya sea dentro fuera del país, otra de las causas es que las personas mayores han optado por quedarse en su lugar natal, para así continuar con sus costumbres, creencias y tradiciones, y sobre todo por cuestiones referidas al apego de sus bienes materiales.

De igual modo, se tiene la investigación: Apoyo Social Percibido y Calidad de Vida en Adultos Mayores del Hogar de Ancianos Sagrado Corazón De Jesús, efectuada por Cordonez



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

¹⁸⁵⁹ (2019), quien manifiesta el vínculo entre el apoyo social percibido y la calidad de vida de los adultos mayores, ha tenido un impacto favorable acerca de apoyo social percibido, considerando que el núcleo familiar es un aspecto fundamental en la vida de este grupo etario, aspecto que les permite expresar lo que sienten y piensan manteniendo así derecho a la libre expresión.

En esta misma línea se encuentra el trabajo: Apoyo Social y Bienestar Psicológico en Adultos Mayores de Sectores Populares del Sur de Quito que reciben apoyo de una Organización No Gubernamental (ONG), ejecutado por Guala (2024), quien ha encontrado que existe una relación favorable entre el apoyo social y el bienestar psicológico en los sectores populares, del Sur de Quito, con un nivel importante de valoración es la de Ryff, donde los adultos mayores presentan niveles altos de autonomía, crecimiento con el ambiente que los rodea y niveles bajo de crecimiento personal, esto se debe a la percepción que tienen ellos al realizar sus actividades, la satisfacción con su vida y a los propósitos alcanzados.

Por consiguiente, para desarrollar esta investigación, se ha establecido los siguientes objetivos:

- Examinar la literatura existente sobre las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social.
- Identificar las expectativas que tienen las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024.
- Proponer estrategias de intervención para mejorar las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social.

En lo correspondiente, a las limitaciones de este trabajo de investigación, se puede mencionar una cierta resistencia a entregar la información, puesto este grupo de personas considera que sus datos son importantes y que quizás puede ser usado de una manera inadecuada.



4. Marco Teórico

4.1. Antecedentes

Para abordar esta sección, se considera realizar un breve análisis de trabajos previos o similares, que se relacionan con el tema central de investigación, cuyo detalle se muestra a continuación:

En primera posición, se contempla el estudio denominado: Apoyo Social y Bienestar Psicológico en Adultos Mayores de Sectores Populares del Sur de Quito que reciben apoyo de una Organización No Gubernamental (ONG), efectuada por Guala (2024) cuyo propósito fue identificar cual es el vínculo entre el Apoyo Social y el Bienestar Psicológico en un grupo de adultos mayores, para alcanzar este fin, se efectuó un estudio cuantitativo de la información recolectada, de igual manera, este estudio fue de tipo transversal con alcance descriptivo-correlacional. Se consideró el uso de la Escala de Apoyo Social Medical Outcomes Study Social Support Survey (MOS) y la Escala de Carol Ryff, estos instrumentos fueron aplicados a una muestra de 158 adultos mayores. Los principales resultados indican que se ha detectado una correlación favorable entre el apoyo social y el bienestar psicológico en los sectores populares del sur de Quito, así pues, en la escala de Ryff se evidencia niveles altos de autonomía, crecimiento del ambiente y niveles bajos de crecimiento personal, esto se debe a la baja disminución de la percepción en las actividades diarias que realizan, satisfacción con su vida y objetivos alcanzados. (Guala Pullas, 2024)

A continuación, se encuentra el documento titulado: Vivencias de las personas adultas mayores de la parroquia rural San Pedro de Vilcabamba cantón Loja, frente al abandono familiar, año 2023; levantado por Gaona (2023); cuyo objetivo central fue analizar las vivencias de las personas adultas de este sector, el proceso metodológico se compuso de un paradigma cualitativo, de enfoque fenomenológico, la población de estudio se conformó por un total de 241 personas adultas mayores. Los principales datos muestran que las personas adultas no guardan emociones de rencor y resentimiento hacia su núcleo familiar, por el contexto de abandono que están atravesando, sin embargo, este conjunto de personas normaliza esta situación y justifican esta acción, así también, expresan que es su decisión permanecer en el lugar que nacieron hasta el último día de su vida, aunque esto genere nostalgia y angustia (Gaona Álvarez, 2023).

En tercer lugar, se ubica la obra titulada: Influencia del Apoyo Social en la Satisfacción Personal de los Adultos Mayores del Programa Amachay del Distrito de Independencia, 2021,



¹⁸⁵⁹ desarrollado por Sanchez (2022), cuyo propósito fue identificar el grado de influencia entre el apoyo social y la satisfacción de los adultos mayores del programa Amachay, la metodología se compuso de un estudio básico, de diseño no experimental y enfoque cuantitativo, para el instrumento de recolección se consideró el uso del Cuestionario de MOS de Apoyo Social y el de Satisfacción Personal del Adulto Mayor, los cuales fueron aplicados a una población de 73 beneficiarios. Los resultados fundamentales muestran que, el apoyo social posee un alto nivel (88,88%), aspecto que incide en el grado de satisfacción del grupo de adultos mayores, por consiguiente, se concluye que se ha evidenciado, la existencia de una influencia significativa entre el apoyo social y la satisfacción de los adultos mayores. (Sanchez Zamora, 2022)

En cuarta posición, se analiza el artículo: Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor, diseñado por Hernández et al., (2021), cuyo objetivo fue describir cual es el vínculo entre el ambiente social y el bienestar emocional de los adultos mayores, dentro de este documento se analizan las fases de la vejez, edad adulta o tercera edad con el propósito de mostrar cual es la conexión entre estas variables, los datos recopilados muestran que las personas adultas viven en una fase de constante evolución, el cual se caracteriza por un declive natural de los aspectos físicos, biológicos, intelectuales y psicoemocionales, lo cual es propio de la edad. (Hernández Vergel, Solano Pinto, & Ramírez Leal, 2021)

Ocupando la cuarta posición, se encuentra la investigación de: Percepción hacia la Actividad Física, la Calidad de Vida, el Apoyo Social y el Medio Ambiente, por parte de personas Adultas Mayores que Participan en un Programa de Actividad Física, elaborado por Moya (2019), cuya finalidad fue estudiar las percepciones de las personas adultas mayores acerca de la calidad de vida, actividad física y medio ambiente. Para tal efecto, se utilizó un proceso metodológico conformado por un diseño cualitativo, como medio de recolección de datos: se consideró el uso de una entrevista semi estructurada subdividida en dos categorías “intrapersonal e interpersonal”, y al técnica de la observación directa, empleados a un conjunto de 10 participantes, los principales resultados muestran que en la variable intrapersonal, una participación diaria en actividades físicas mejora en gran medida las destrezas físicas de los adultos mayores, lo cual genera un efecto positivo en la salud mental, disfrute y espiritualidad, y esto a su fortalece la calidad de vida de vida.

Y de la variable interpersonal, la información recolectada muestra que el apoyo familiar es un factor trascendental en la “adherencia” a la actividad física, fundamental por parte de los hijos, por medio de palabras positivas y el respectivo acompañamiento ya esté dentro o fuera de un



¹⁸⁵⁹ programa, es por ello, que el apoyo entre “pares” es un factor esencial para las adultas mayores dentro de un programa de actividad física, pues compartir entre ellos incrementa los niveles de satisfacción y un disfrute de las actividades físicas. (Moya Castro, 2019)

En la quinta posición, se tiene la investigación: Relación del Apoyo Social con los Niveles de Soledad Social en los Adultos Mayores del Centro Integral de la Municipalidad De Cayma-Arequipa, 2020, efectuado por Neira y Simbala (2021), este estudio tuvo de identificar la relación entre el apoyo social y el grado de soledad, el proceso metodológico se encuentra conformado por el instrumento: teste de Medical Outcomes Study (MOS) para la dimensión de Apoyo Social y para la dimensión Soledad Social se empleó el Test Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), estas herramientas fueron aplicadas a una población de 145 adultos mayores. Los resultados más destacados muestran que, en más de la mitad de los adultos mayores se detecta un grado medio en los factores apoyo afectivo, emocional, instrumental y social, el 50,3% tienen un nivel medio de soledad social, y los resultados del vínculo de las dos variables el coeficiente de Pearson, indica que si existe una relación estadística significativa entre el apoyo social y el grado de soledad social. (Neira Mendoza & Simbala Esperilla, 2021)

En sexta ubicación, se observa el documento: Vivencias de Adultos Mayores con Hipertensión Arterial en la Comunidad de Llangodén Bajo, Lajas – 2023, efectuado por Pérez y Castañeda (2024) estos investigadores realizan este trabajo con el propósito de analizar y comprender las vivencias de los adultos mayores con hipertensión arterial presente en un grupo de adultos mayores, la metodología que se empleo fue de carácter cualitativo, exploratorio, diseño fenomenológico- hermenéutico, para cumplir con este objetivo se trabajó con un grupo de 15 adultos mayores, quienes participaron de un entrevista, esta herramienta se conformó por dos categorías y subcategorías: Vivencias desfavorables durante la evolución de su enfermedad (cambios generales, condiciones limitantes como resultado de la enfermedad y afrontamiento ineficaz contra la enfermedad); y la segunda categoría denominada: predisposición emocional para un afrontamiento favorable de la enfermedad (disposición para el manejo adecuada de la enfermedad, presencia familiar, deseo de mejoramiento de calidad de vida y convicción religiosa para controlar la enfermedad. Los datos más destacados muestran que, la mayoría de los adultos mayores con hipertensión arterial presentan una gran predisposición emocional para hacer frente de manera positiva la enfermedad acompañados de su familia. (Pérez Ortiz & Castañeda Sigueñas, 2024)



Y, por último, se tiene la investigación: Red de apoyo social del adulto mayor y envejecimiento activo durante la emergencia sanitaria por Covid-19, realizado por Sinchiguano (2022), este documento se desarrolló con la finalidad de identificar cual es la influencia de la red del apoyo social en el proceso de envejecimiento del adulto mayor durante la pandemia. La metodología se basó en un método mixto, este se trabajó en una muestra conformada por 108 adultos y 14 personas entrevistadas. Los resultados muestran que se ha evidenciado que existe una correlación positiva moderada de 0.695 entre el apoyo social percibido y el envejecimiento activo, de igual manera, se ha identificado que la principal red de apoyo social es la recibida por la familia y de grupos religiosos. (Sinchiguano León, 2022)

4.2. Bases Teóricas o conceptuales

Primero es importante establecer una definición de "adulto mayor", ya que el término "vejez" ha caído en desuso por considerarse despectivo y degradante. De manera similar, la expresión "tercera edad" es bastante rígida, ya que se asocia comúnmente con personas de 65 años o más. Esta categorización implica que, sin importar su estado físico o mental, estas personas son consideradas ancianas (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC), 2008).

En Ecuador, se estima que 493,365 adultos mayores son víctimas de violencia especialmente en los centros de cuidado, donde dos de cada tres cuidadores admiten haber ejercido algún tipo de violencia contra personas mayores en el último año. Además, múltiples estudios evidencian la violencia intrafamiliar, frecuentemente perpetrada por los hijos de las personas mayores. Investigaciones en 28 países revelan que, en promedio, el 11.6% de los adultos mayores sufren violencia psicológica, el 2.6% violencia física, el 6.8% violencia patrimonial, el 4.2% abandono y el 0.9% violencia sexual. (Machado, 2019)

Según (Huenchuan & Rovira, 2019) señala que la percepción de las personas mayores como un grupo particularmente vulnerable no ha llevado a su reconocimiento como titulares de derechos. Aunque ha habido progresos significativos en la satisfacción de necesidades básicas relacionadas con la seguridad social y la salud, y existe un consenso sobre la importancia de erradicar el maltrato, se ha observado un menor reconocimiento y avance en aspectos relacionados con la participación, autonomía y empoderamiento de este grupo.

La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores representa un avance significativo en la defensa de los derechos humanos de este grupo. Este instrumento no solo brinda la oportunidad de fortalecer los mecanismos de



¹⁸⁵⁹protección legal, sino que también posiciona a las personas mayores en una nueva categoría: la de sujetos de derechos humanos. Al reconocer a las personas mayores tanto como objeto como sujeto en el discurso de los derechos humanos, se abre una nueva forma de expresión que puede generar nuevas formas de entendimiento sobre la vejez. Esto permite establecer prácticas emancipadoras que tienen el potencial de redefinir el papel de las personas mayores en la sociedad, transformando su estatus legal, moral y político. (Comisión Interamericana de Derechos Humanos, 2022)

4.2.1. Personas mayores

Las personas mayores, son consideradas sujetos de derecho y con especial protección constitucional, juegan un rol activo en la sociedad. No solo tienen garantías y responsabilidades hacia sí mismas, sino también con su familia, su comunidad y las generaciones futuras. El proceso de esta vida está influenciado por diversas experiencias y cambios que se enfrentan a lo largo del curso de la vida. De manera general, se considera que una persona mayor es aquella que ha alcanzado los 60 años de edad o más (Pinilla & Ortiz, 2021)

La Constitución y la legislación de numerosos países reconocen los derechos específicos de las personas mayores, asegurando su protección contra la discriminación y fomentando su bienestar. Estos derechos incluyen el acceso a la atención sanitaria, la protección social y el derecho a vivir con dignidad. Asimismo, se impulsa la participación activa de los adultos mayores en las dimensiones económicas, sociales, culturales y políticas de la vida, con el fin de garantizar su inclusión y su continua contribución a la sociedad (Comisión Interamericana de Derechos Humanos, 2022).

4.2.2. Envejecimiento

El envejecimiento es un proceso complejo y diverso que varía significativamente entre las personas. La forma en que presenta variaciones sustanciales entre los individuos. La forma en que los individuos experimentan el proceso de envejecimiento está determinada por variaciones en su salud, sus capacidades físicas y mentales y sus condiciones socioeconómicas. Los individuos mayores se adaptan y gestionan eficazmente los retos ligados al proceso de envejecimiento sobre todo como resultado de acontecimientos vitales significativos, como la jubilación, el duelo y los cambios en la dinámica familiar (Latorre, 2019). Ecuador está experimentando un rápido aumento del envejecimiento de su población, y las proyecciones indican que en 2065 el país tendrá el mayor número de individuos de 60 años o más (Ministerio de Inclusión Económica y Social [MIES], 2020).



4.2.3. Envejecimiento activo

Es un proceso mediante el cual los adultos mayores mantienen una vida activa promoviendo la participación lo cual les ayudara a tener una vejez con plenitud.

4.2.4. Problemas de salud

Pinilla et al., (2022), señalan que el proceso de envejecimiento abarca una secuencia de transformaciones fisiológicas, psicológicas y sociológicas que pueden tener un impacto sustancial en la salud y el bienestar general de las personas mayores. Para mejorar la calidad de vida durante esta etapa, es necesario comprender estos factores

A medida que los individuos envejecen, aumenta la frecuencia de enfermedades de larga duración como la diabetes, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y la artrosis. Estas afecciones no sólo reducen la calidad de vida, sino que también restringen la autonomía funcional, lo que puede dar lugar a una mayor dependencia de los servicios sanitarios y de cuidados (Organización Mundial de la Salud, 2024). Además, el proceso de envejecimiento va acompañado de una disminución gradual de la potencia muscular y la movilidad física, lo que en última instancia conduce al desarrollo de deficiencias físicas. Los cambios físicos que experimentan las personas mayores pueden socavar su autonomía, incapacitándolas para realizar tareas cotidianas esenciales y, en ciertos casos, aumentando la probabilidad de caídas y lesiones.

Los adultos mayores son más propensos a encontrarse con problemas psicológicos, como la depresión y la ansiedad, sobre todo cuando se enfrentan a circunstancias de soledad, duelos importantes o limitaciones físicas. Estos problemas pueden empeorar cuando se carece de suficiente apoyo social, lo que subraya la importancia de establecer redes de apoyo para mejorar el bienestar emocional de las personas mayores. (Palma & Escarabajal, 2021)

El envejecimiento no sólo presenta problemas físicos y psicológicos, sino que también plantea preocupaciones sustanciales en relación con los cambios cognitivos. La disminución de la memoria, la reducción de la velocidad de procesamiento y otras alteraciones cognitivas pueden dificultar la capacidad de los ancianos para vivir de forma autónoma. La demencia, concretamente la enfermedad de Alzheimer, es una preocupación creciente que puede tener un grave impacto tanto en los individuos con demencia como en sus familiares y cuidadores (Cantón Haras, 2021).

Estos aspectos ponen de relieve la necesidad de una comprensión exhaustiva y profunda del proceso de envejecimiento, así como la importancia de una asistencia social sólida para mejorar el bienestar de las personas mayores. La investigación en este sector tiene la capacidad de mejorar la



¹⁸⁵⁹ formulación de políticas y programas más eficientes, al tiempo que aumenta la comprensión social de los problemas y las necesidades de esta población en expansión (Cantón Haras, 2021).

4.2.5. Apoyo social

La importancia del apoyo social en relación con el impacto de las relaciones humanas en nuestra salud y bienestar emocional ha crecido considerablemente. Esta idea engloba una serie de métodos por los que un individuo obtiene ayuda, comprensión y respaldo de su círculo social, que comprende amigos, familiares, colegas y miembros de la comunidad. El apoyo social se basa en la creencia fundamental de que no estamos solos en nuestra trayectoria vital, pero puede adoptar diversas formas (Red de Salud Bupa, 2024). Diversas investigaciones han demostrado que el apoyo social tiene un impacto positivo sustancial en el bienestar físico y mental, además de proporcionar ventajas emocionales. Los estudios han demostrado que los individuos que poseen redes sociales sólidas tienen una mayor capacidad para gestionar el estrés, experimentan una menor incidencia de enfermedades crónicas y demuestran una recuperación más rápida de diversos trastornos (Aragón, 2020).

El apoyo social es una noción compleja que puede comprenderse tanto desde una perspectiva estructural como funcional. Estructuralmente, el énfasis recae en la noción de red social, que pertenece a las relaciones significativas que posee un individuo. La perspectiva funcional se refiere a las funciones que desempeña esta red, la ayuda que presta y su influencia en el bienestar del individuo. A lo largo de su vida, las redes experimentan cambios tanto en el tamaño como en la disposición de sus conexiones, lo que puede repercutir en la cantidad de ayuda que proporcionan (Lombardo & Soliveréz, 2019).

Para desarrollar programas de intervención que promuevan el bienestar comunitario y la resiliencia individual, es crucial comprender los mecanismos del apoyo social. Unas redes sociales sólidas tienen el potencial de mejorar el bienestar general y mitigar las desigualdades sanitarias entre diversos segmentos demográficos.

4.2.6. Caracterización de la población adulta mayor en Ecuador

La población en Ecuador está envejeciendo rápidamente, y se estima que para el 2065, las personas mayores de 60 años representarán la mayoría del país. Las proyecciones del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) indican que la proporción de adultos mayores respecto al total de la población aumentó del 6.6% al 7.5% entre 2010 y 2020 (Tiguero Figueroa, 2022).



La edad a partir de la cual se considera adulto mayor varía según la legislación de cada país, desde un enfoque biológico, el deterioro de la salud en Ecuador comienza entre los 45 y 54 años, cuando las enfermedades se vuelven más severas. Este deterioro es más pronunciado entre los beneficiarios del Bono de Desarrollo Humano (BDH), quienes, debido a sus condiciones sociales y económicas desfavorables, son más propensos a sufrir enfermedades y accidentes laborales (Valdivieso, Angulo, Bonilla, Chalela, & Sánchez, 2020).

Por otro lado, el enfoque psicológico se centra en los cambios conductuales y las influencias del entorno, que pueden generar tanto efectos positivos como negativos en el bienestar de las personas mayores. El mismo estudio revela que, con el paso del tiempo, la satisfacción con la vida y el bienestar emocional tienden a disminuir, mientras que los niveles de autoestima permanecen estables a través de diferentes grupos etarios. En cuanto al deterioro cognitivo, se observa que entre los adultos mayores que utilizan los servicios del MIES, el deterioro cognitivo leve comienza a manifestarse entre los 75 y 84 años, mientras que los síntomas de demencia se intensifican a partir de los 85 años (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020)

4.2.7. Servicios de cuidado e inclusión económica.

En Ecuador, las personas adultas mayores deben recibir atención prioritaria y especializada. Las políticas y programas destinados a este grupo se fundamentan en los derechos establecidos por la Constitución de 2008, que garantiza su atención y protección contra la violencia en los sectores público y privado. Además, cuentan con el respaldo de diversas leyes que promueven sus derechos, como la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores, su reglamento, y la Ley de Seguridad Social. Existen también normativas que reconocen a las personas mayores como un grupo prioritario, incluyendo la Ley Orgánica de Salud, la Ley de Derechos y Amparo al Paciente, y otras relacionadas con la prevención y atención de diversas condiciones de salud. Ecuador dispone de varios instrumentos de política pública que aseguran los derechos de este sector, como el Plan Nacional de Desarrollo, la Agenda Nacional para la Igualdad Intergeneracional y el Plan Nacional para la Protección Integral de Derechos de las Personas Adultas Mayores, así como planes y estrategias locales (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020, pág. 11).

4.2.8. Apoyo social y el envejecimiento

El apoyo social mitiga los efectos de los acontecimientos traumáticos y las transiciones asociadas al envejecimiento, como la jubilación, el duelo y el deterioro de la salud. Ofrece un



¹⁸⁵⁹ colchón emocional que puede disminuir la aparición de la desesperación, la ansiedad y otros problemas de salud mental prevalentes en las personas mayores.

No obstante, la migración familiar y las alteraciones en los patrones familiares convencionales podrían influir en la disponibilidad del apoyo social. Para garantizar que todos los individuos mayores tengan suficiente apoyo social, es imperativo crear medidas que potencien las redes sociales en las comunidades que pueden ser más susceptibles o estar más divididas.

Un individuo puede depender de apoyos informales dentro de su red de apoyo social, que comprende un círculo restringido de conexiones familiares y no familiares que proporcionan diversas formas de ayuda. Esta red es versátil y sirve tanto para las necesidades ordinarias como para las ocasiones cruciales. Es especialmente valiosa para generar resoluciones innovadoras a conflictos y problemas. La red de apoyo social se define por sus elementos estructurales, como su tamaño, distribución y densidad, así como por sus funciones, que abarcan la asistencia emocional, social, económica, práctica y de tutoría. Además, las conexiones dentro de esta red poseen características distintivas, como la cercanía, las experiencias pasadas mutuas, la comunicación regular y la complejidad, que pueden evaluarse utilizando diferentes herramientas de evaluación (Arias, Sabatini, Scolni, & Tauler, 2023).

La presencia de apoyo social se correlaciona positivamente con una mayor calidad de vida en las etapas posteriores de la vida. Los adultos mayores que poseen redes sólidas suelen expresar mayores niveles de satisfacción personal, independencia y compromiso en actividades sociales, lo que fomenta un proceso de envejecimiento más dinámico y saludable.

En última instancia, el apoyo social es esencial para facilitar un estado de bienestar y satisfacción durante el proceso de envejecimiento. Conocer los distintos aspectos y fomentar el crecimiento de las personas mayores son factores cruciales para mejorar su bienestar y hacer frente a las distintas dificultades que encuentran durante esta fase de la vida.

4.2.9. Retos asociados a la vejez y el envejecimiento

El envejecimiento de la población ejerce presión sobre el sistema de salud, dado que, desde una perspectiva biológica, implica una disminución progresiva de las capacidades físicas y mentales, lo que aumenta el riesgo de enfermedades crónicas. Estas enfermedades tienden a ser más costosas en términos de recursos tanto físicos como humanos. De acuerdo con la OMS, el 75% de las muertes en la región se deben a enfermedades crónicas, y se estima que el envejecimiento de la población representa alrededor del 15% del incremento en la carga total de mortalidad y



¹⁸⁵⁹ morbilidad asociada a estas enfermedades entre 2006 y 2016 (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020).

El estudio Global Burden of Disease señala una alta y creciente prevalencia de enfermedades crónicas en la población adulta, que aumenta con la edad. Por ejemplo, la prevalencia de enfermedades cardiovasculares es notablemente más alta en los mayores de 70 años, superando el 40% en algunos casos, lo que indica un deterioro de la salud en la población mayor a lo largo del tiempo. (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020)

Además, a medida que la población envejece, también se incrementa el porcentaje de personas con limitaciones funcionales, motrices, cognitivas, sensoriales o de comunicación. Aunque algunas limitaciones pueden ser causadas por condiciones congénitas o accidentes, la mayoría están asociadas a enfermedades crónicas, como la diabetes y la hipertensión, o al proceso natural de envejecimiento, especialmente a partir de los 70 años (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020).

Este fenómeno generará una gran presión en el ámbito del cuidado de personas dependientes, ya que el envejecimiento de la sociedad incrementa el número de individuos que requieren ayuda para realizar sus actividades diarias. Además, este aumento en la demanda de atención se produce en un contexto donde el rol tradicional de la familia como principal proveedor de cuidados está en transformación, debido a la disminución de la natalidad, la reducción del tamaño familiar y el aumento de la participación laboral de las mujeres (Reglamento General Ley Organica De Las Personas Adultas Mayores, 2020).

4.2.10. Envejecimiento activo y compromiso social

Entre los centros de atención diurna, hay programas que se centran en empoderar a las personas mayores y promover su participación activa en la sociedad, permitiéndoles influir en las decisiones que benefician a su comunidad. Por ejemplo, la Escuela de Formación para Dirigentes Mayores en Chile busca ofrecer oportunidades de formación y participación a los mayores que forman parte de organizaciones. En Cuba, la Universidad del Adulto Mayor ha graduado a miles de personas mayores, quienes se han convertido en promotores de un envejecimiento saludable en sus comunidades. En México, los Clubes INAPAM fomentan la creación de grupos que pueden tomar decisiones y participar activamente en la vida comunitaria (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020).



En relación con el programa de termalismo en España, se destaca su capacidad para conectar el sistema de salud con la asistencia social, ya que este programa ofrece rehabilitación a los usuarios que cuentan con una recomendación médica. Aunque los centros utilizados son de carácter médico y no están directamente vinculados al IMSERSO. Esta entidad se encarga de establecer una red de instalaciones que proporcionan este servicio (Bonilla, Flores, Chalela, & Sánchez, 2020).

Mis mejores años: Este programa es gestionado por la Secretaría Técnica del Plan Toda una Vida. Inició en agosto de 2017, incluyendo 5,000 nuevos beneficiarios en el sistema de pensiones no contributivas y aumentando las pensiones para adultos mayores en condiciones de pobreza extrema de 50 a 100 dólares. También abarca atención médica, servicios gerontológicos, así como actividades educativas y recreativas para este grupo, según lo declarado por el presidente Moreno (Rigor, 2018).

Programa Nacional de Promoción del Envejecimiento Activo del Iess: El (Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), 2019), a través de los Centros de Atención al Adulto Mayor (CAAM), ofrece diversas actividades recreativas para jubilados y afiliados mayores de 60 años. Estos centros se establecieron dentro de las Unidades Médicas de Salud del IESS con el objetivo de identificar y potenciar las habilidades de la población adulta mayor, contribuyendo a mantener estilos de vida saludables. Esto ayuda a fortalecer su bienestar cognitivo y a prevenir problemas como la depresión, la ansiedad, la obesidad, así como alteraciones metabólicas como la diabetes y la hipertensión. En estos espacios se promueven hábitos saludables mediante actividades físicas y recreativas, que incluyen gimnasia, bailoterapia, danza folclórica, baile de salón, teatro, literatura, estimulación de la memoria, pintura, manualidades y tejido, entre otras. (Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), 2019)

4.3. Bases Legales

A nivel internacional, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha adoptado diversos instrumentos que abordan los derechos y el bienestar de las personas adultas mayores. Entre ellos se encuentran los Principios de las Naciones Unidas en favor de las Personas de Edad (1991) y la Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento (2002) (Muñoz-Pogossian, 2024).

En la Constitución de la República del Ecuador reconoce a las personas adultas mayores como un grupo de atención prioritaria y establece que el Estado garantizará sus derechos. Además,



¹⁸⁵⁹ la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores tiene como objetivo asegurar el ejercicio y la exigibilidad de los derechos de este grupo prioritario (Constitución de la República del Ecuador, 2008).

Según, Guerrero (2024) el sistema legal nacional debe proteger adecuadamente todos los derechos de las personas, incluyendo a los adultos mayores. Esto implica que, más allá de la existencia de la ley, es necesario evaluar la efectividad de su implementación por parte de las autoridades competentes y el grado de cumplimiento. A nivel local, el Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal de Loja cuenta con el Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial, el cual incluye estrategias y programas dirigidos a mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores.

4.3.1. La Ley Orgánica de las personas adultas mayores

El propósito de esta ley es establecer un Sistema Nacional Especializado de Protección Integral de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, el cual promoverá y garantizará los derechos a la atención prioritaria y especializada, así como políticas públicas que respondan a las necesidades del pueblo, así como la necesidad de las personas adultas mayores. Además, esta ley fomentará la conexión entre la sociedad y este grupo a través de acciones políticas, psicomotrices, médicas, educativas, deportivas o culturales, así como la promoción del acceso gratuito a servicios básicos de alta calidad y la lucha contra el abandono, la violencia y el desprecio (Mena & Guerra, 2023).

De acuerdo a la (Ley orgánica de las personas adultas mayores, 2019) en el Art. 1 tiene como objetivo promover, regular y garantizar el reconocimiento y ejercicio de los derechos específicos de las personas adultas mayores, en el marco del principio de atención prioritaria y especializada, de acuerdo con la Constitución y los instrumentos internacionales de derechos humanos, considerando enfoques de género, movilidad humana, generacional e intercultural. Igualmente, el Art. 2 del título I de la Ley Orgánica del Adulto Mayor nos menciona que esta normativa se aplicará a todas las personas adultas mayores, tanto ecuatorianas como extranjeras, que se encuentren en Ecuador, y también protegerá a los ciudadanos ecuatorianos en situación de movilidad humana en el extranjero a través de las misiones diplomáticas y oficinas consulares.

Por otro lado, el Art. 3 de esta Ley tiene diversas finalidades, incluyendo la creación de un Sistema Nacional Especializado de Protección Integral de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, el impulso de mecanismos para garantizar sus derechos, y el desarrollo de políticas y



¹⁸⁵⁹ programas que respondan a sus necesidades y promuevan un envejecimiento saludable. Asimismo, busca fomentar la corresponsabilidad y participación del Estado, la sociedad y la familia para asegurar la inclusión y autonomía de este grupo, considerando sus experiencias de vida y garantizando el ejercicio pleno de sus derechos (Ley orgánica de las personas adultas mayores, 2019).

Además, se propone asegurar la integración y participación activa de las personas adultas mayores en la formulación de políticas públicas y en diversas actividades sociales, culturales y cívicas. La ley establece un marco normativo que facilita el ejercicio pleno de sus derechos y promueve una vida digna mediante el acceso a servicios de calidad en todas las etapas del envejecimiento. También se busca erradicar cualquier forma de abandono, discriminación, violencia y abuso por motivos de edad (Ley orgánica de las personas adultas mayores, 2019).

Para la aplicación de esta Ley, se establecerán principios fundamentales como la atención prioritaria, garantizando que las instituciones implementen medidas adaptadas a las necesidades de las personas adultas mayores. Se asegura que todas las personas de este grupo sean tratadas con igualdad y sin discriminación, y se promoverá su integración en actividades de interés. En caso de dudas sobre la interpretación de la ley, se aplicará la norma más favorable a las personas adultas mayores. Se prohíbe cualquier tipo de discriminación que pueda limitar su reconocimiento y ejercicio de derechos, y se fomentará su participación activa en la toma de decisiones y en el diseño de políticas que les conciernan, con especial atención a sus vivencias y conocimientos (Ley orgánica de las personas adultas mayores, 2019).

4.3.2. Constitución de la República del Ecuador

De acuerdo al Art. 10 de la Ley Orgánica del adulto Mayor es fundamental promover y respetar los derechos de las personas mayores, ofreciéndoles un trato preferente. Ante situaciones de vulnerabilidad, se debe actuar rápidamente e informar a las autoridades correspondientes. Además, es importante contribuir a la supervisión de las medidas de protección, fomentar una cultura de respeto y solidaridad, y garantizar que los servicios de salud, educación y cultura sean accesibles y de calidad. También se debe dar prioridad a su protección en caso de desastres naturales o eventos que pongan en riesgo su vida e integridad.

Por otro lado, el Art. 11 sostiene que es Corresponsabilidad de la Familia, apoyar el desarrollo de habilidades y conocimientos en las personas mayores, promoviendo entornos afectivos que ayuden a erradicar la violencia de igual manera deben satisfacer sus necesidades



¹⁸⁵⁹ básicas, como una nutrición adecuada y atención integral en salud y desarrollo emocional. Es crucial proteger sus derechos frente a cualquier acto que los vulneren y proporcionarles espacios para la recreación, la cultura y el deporte. Sin embargo, se deben atender sus necesidades psicoafectivas, independientemente de su situación familiar, y fomentar capacidades en el cuidado y atención de los adultos mayores dentro del entorno familiar (Ley orgánica de las personas adultas mayores, 2019).

Mientras que en el artículo 36 de la Constitución de la República de Ecuador establece que las personas mayores recibirán prioridad y atención especializada en los ámbitos públicos y privados, especialmente en los campos de inclusión social y económica y protección contra la violencia. Las personas mayores de 65 años se considerarán adultas mayores. El inciso primero del artículo 38 de la Constitución de la República del Ecuador establece que el Estado establecerá políticas públicas y programas de atención a las personas adultas mayores, que tendrán en cuenta las diferencias urbanas y rurales, las inequidades de género, étnico, cultural y las diferencias propias de las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades. Además, fomentará el mayor grado posible de autodeterminación y autonomía de los adultos mayores (Reglamento General Ley Organica De Las Personas Adultas Mayores, 2020).

4.3.3. Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES)

El Ministerio de Inclusión Económica y Social es la entidad encargada de garantizar los derechos de los grupos prioritarios, implementando políticas sociales dirigidas a la población adulta mayor. Este enfoque reconoce el envejecimiento como un proceso activo, digno, saludable y seguro. Los programas se estructuran en tres ejes fundamentales: la inclusión y participación social, que considera a las personas mayores como actores importantes en el desarrollo familiar y comunitario; la protección social, que busca disminuir los efectos de la pobreza, la vulnerabilidad y la exclusión; y la atención y cuidado, que se lleva a cabo a través de servicios y centros gerontológicos, ya sea mediante gestión directa o convenios, apoyados por redes comunitarias. Estos ejes sustentan la oferta de servicios en diversas modalidades (Reglamento General Ley Organica De Las Personas Adultas Mayores, 2020).

4.4. Variables de la investigación

4.4.1. Paradigma de la investigación

El paradigma sistémico es una herramienta para examinar las interrelaciones entre los elementos sociales, económicos, culturales y familiares. Este enfoque integral permite trascender



¹⁸⁵⁹ el estrecho énfasis en las circunstancias de cada individuo y tener en cuenta el marco más amplio en el que residen. Se puede lograr una mayor comprensión de la percepción y la experiencia del apoyo social mediante el examen de las redes de apoyo tanto formales como informales. Esto implica analizar la dinámica de los servicios sociales, las organizaciones comunitarias, la familia, los amigos y los vecinos en su colaboración para ofrecer apoyo a las personas mayores. Además, el paradigma sistémico hace hincapié en la importancia de la retroalimentación y la interacción entre las experiencias de los individuos mayores y su entorno (Pesántez, 2015).

Mediante el paradigma sistemático de diversos tratamientos o programas de apoyo social, es factible determinar las técnicas más eficaces para mejorar la calidad de vida de este grupo demográfico específico. Esto permitirá elaborar propuestas comprendiendo la situación particular de San Sebastián. El enfoque sistémico es una herramienta importante para profundizar en las experiencias de las personas mayores. Reconoce la naturaleza intrincada de los factores que inciden en su bienestar y cómo estos factores interactúan entre sí (Martínez, 2011). Esto puede dar lugar a acciones más informadas y eficientes para atender las necesidades de esta parte significativa de la comunidad.

4.4.2. Personas adultas mayores

Sánchez et al., (2022) citan que la Organización Mundial de la Salud (OMS), expresa que una persona adulta es aquella que se encuentra en una edad comprendida de 60 años en adelante, independientemente de que esta pueda padecer un deterioro físico y mental debido a distintas causas, así pues, para definir otras fases de la vida como: la niñez, adolescencia y a la adultez también se considera la edad cronológica. En algunas naciones se considera a una persona adulta mayor a partir de los 65 años por temas relacionados con la seguridad social.

4.4.3. Apoyo social

“Se refiere a las diversas formas de asistencia, comprensión y respaldo que una persona recibe de su red de relaciones sociales, ya sea de amigos, familiares, colegas o miembros de la comunidad” (Soriano, 2023).

Formas de apoyo social

Soriano (2023) explica que el apoyo social no es una definición de tipo “monolítico” sino más bien es una mezcla de diversos apoyos, que integran varios aspectos de la vida, los cuales se dividen en cuatro categorías:



- **Apoyo emocional:** es forma implica escuchar, analizar y expresar empatía hacia los sentimientos y emociones de otros, este tipo de apoyo incluye palabras de aliento, consuelo y apoyo en momentos difíciles.
- **Apoyo instrumental:** este hace referencia a la asistencia práctica que se otorga en contextos específicos, esto incluye actividades de ayuda financiera, tareas en el hogar, cuidado de niños y otros proyectos puntuales.
- **Apoyo informativo:** implica brindar datos, dirección o consejo en situaciones donde el conocimiento es muy valioso.
- **Apoyo de compañía:** la presencia de otras personas puede generar un efecto de calmante y ser un aspecto reconfortante, este simple acto de estar con alguien de acompañarlo, en circunstancias de soledad o angustia puede ser concebida como un valioso instrumento de apoyo social.

5. Metodología

5.1. Área de estudio

La provincia de Loja alberga a 148.760 habitantes de los cuales el 9,6% (24.119) de la población son adultos mayores, así pues, el desarrollo de esta investigación se llevó a cabo en la Parroquia de San Sebastián de la Ciudad de Loja.

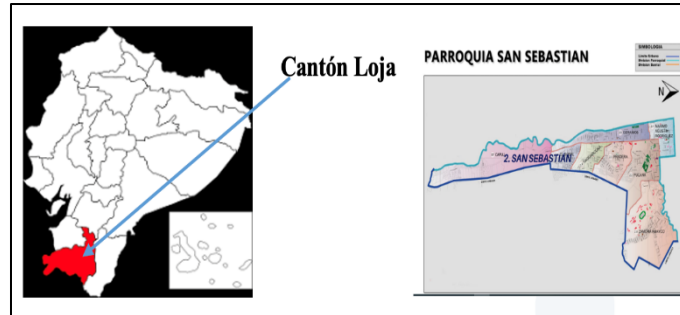


Figura N°. 1. Mapa de ubicación perteneciente a la provincia de Loja, ciudad de Loja, parroquia San Sebastián

5.2. Procedimiento

5.2.1. Enfoque metodológico

Esta investigación tuvo un enfoque cualitativo, Hernández y Mendoza (2018) afirman que se distingue por su énfasis en la minuciosidad y complejidad de los datos, centrándose en las circunstancias e interpretaciones específicas de los fenómenos investigados. El estudio investigó específicamente las vivencias de los adultos mayores frente al apoyo social. Esta información fue crucial para comprender cómo influyen estos factores en su bienestar y en su calidad de vida en general. La recopilación de datos cualitativos implicó la realización de entrevistas en profundidad y la observación del participante. Esta metodología proporcionó una comprensión exhaustiva de las experiencias y perspectivas de los participantes, apoyando así la creación de intervenciones y políticas más eficaces.

5.2.2. Técnicas e instrumentos

Para la ejecución del objetivo 1, que fue examinar la literatura existente sobre las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social, se utilizó como técnica la recopilación bibliográfica, misma que permitió descubrir y examinar teorías, investigaciones y datos pertinentes que dilucidan las experiencias de los individuos mayores, haciendo especial hincapié en dimensiones sociales como la asistencia familiar, la participación comunitaria y el apoyo social. Para dar cumplimiento al segundo objetivo que fue en identificar las expectativas que tienen las



¹⁸⁵⁹ personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024, se realizaron entrevistas semiestructuradas a adultos mayores para investigar a fondo sus vivencias frente al apoyo social. Esta técnica permitió obtener una visión completa y sutil de sus experiencias y necesidades, los resultados de esta herramienta se organizaron en una tabla resumen, esta información sirvió para alcanzar los objetivos; como instrumento se utilizó un cuestionario estructurado, que se conformó por seis interrogantes de tipo abierto, las cuales sirvieron para conocer a profundidad cuales son las vivencias de los adultos mayores, con respecto al apoyo social, y así dar un cumplimiento en el objetivo dos.

Y finalmente para dar cumplimiento, al tercer objetivo, que fue proponer estrategias de intervención para mejorar las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social, dentro de este plan se consideró el planteamiento de estrategias como: jornadas de salud gratuitas, atención psicológica y emocional, sistema de seguimiento médico domiciliario, salud y bienestar, y actividades recreativas y culturales. Estas estrategias servirán fomentar un ambiente no solo de inclusión social sino también de educación.

5.2.3. Tipo de Diseño utilizado

El diseño que se utilizó es el estudio de caso transversal que se alinea con el enfoque cualitativo, ya que permite una exploración en profundidad de las experiencias y percepciones de los adultos mayores en un momento determinado (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

El propósito fue analizar las vivencias de los adultos mayores frente al apoyo social que reciben en un período específico, sin necesidad de realizar un seguimiento longitudinal, es decir un estudio de caso transversal permitió recopilar datos en un momento dado, sin la necesidad de un seguimiento prolongado en el tiempo. Por lo tanto, suele requerir menos recursos y tiempo que un estudio longitudinal, lo cual se ajusta mejor a las limitaciones del proyecto.

5.2.4. Unidad de Estudio

La población objetivo estuvo conformada por 30 personas adultas mayores, que pertenecen a la parroquia de San Sebastián de la Ciudad de Loja.

5.2.5. Muestra y tamaño

Teniendo en cuenta estas consideraciones, se ha determinado que la muestra sea la misma de la población meta de 30 adultos mayores esto debido a que la población es pequeña.



5.2.6. Criterios de Inclusión

Para el desarrollo de esta investigación se consideró, la definición de ciertas características o cualidades que debe cumplir la población objeto de estudio:

- Deben ser Adultos Mayores de la Tercera Edad, que residan en la Parroquia de San Sebastián de la Ciudad de Loja.
- Los participantes aceptaron brindar la información después de leer el consentimiento informado.

5.2.7. Criterios de Exclusión

- Personas Adultas de la Tercera Edad, que no sean residentes de la Parroquia de San Sebastián de la Ciudad de Loja.
- No haber aceptado ser parte de la investigación.

5.2.8. Procesamiento y análisis de los datos

En cuanto al procesamiento y análisis de los datos, se tiene que esta fue abordada en tres momentos o etapas: para el primer objetivo que fue examinar la literatura existente sobre las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social, se empleó una recopilación bibliográfica, efectuando una revisión de la literatura preexistente para comprender a profundidad las vivencias de los adultos mayores frente al apoyo social. Esto con el propósito de establecer una base teórica sólida recurriendo a la investigación previa y a la bibliografía pertinente, para lo cual se revisó una variedad de fuentes como libros, artículos académicos e informes técnicos, provenientes de recursos académicos como Redalyc, Scopus y Google Scholar que ofrecen datos y análisis sobre las experiencias de los individuos adultos mayores en diversos entornos sociales, para luego ser procesada y analizada en cada uno de los contenidos relacionados con la temática principal de dicha investigación. Para el segundo objetivo, se utilizó una entrevista semiestructurada, basado en un cuestionario impreso, mismo que se construyó por un total de seis preguntas efectuadas y aplicadas de manera directa a la población objetivo de adultos mayores, para luego ser organizado pertinentemente en una tabla de análisis. Dicho instrumento permitió obtener una visión completa y sutil de sus experiencias y necesidades. Por último, para dar el cumplimiento al tercer objetivo que consistía en proponer estrategias de intervención para mejorar las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social, para diseñar las estrategias de intervención, se analizó la información recopilada para encontrar redes de apoyo eficaces para las personas adultas mayores. Para luego, levantar un documento escrito que incluye estrategias y

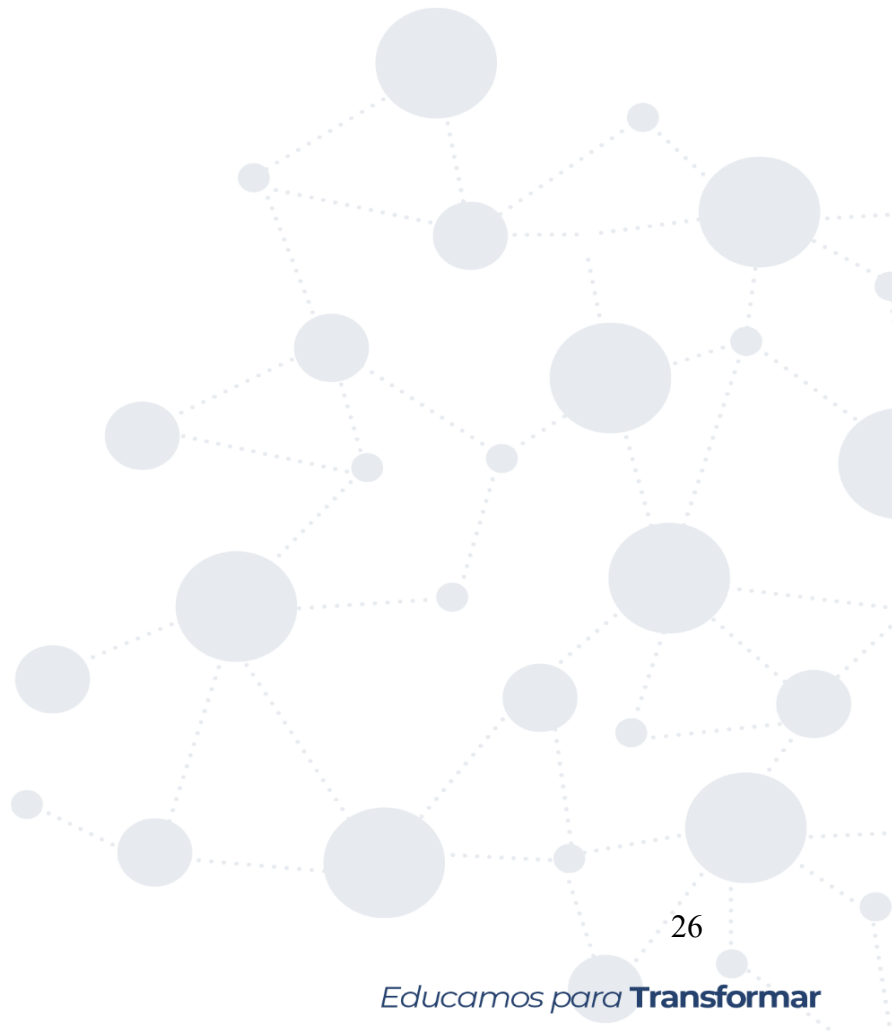


UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

¹⁸⁵⁹ recomendaciones específicas para mejorar las redes de apoyo de los adultos mayores. A través del proceso de sistematización y revisión de la documentación, el plan ofreció un marco práctico para intervenir y mejorar estas redes.



6. Resultados

En esta sección se ubican los resultados de la entrevista aplicada a una población de 30 personas adultas mayores pertenecientes a la Parroquia de San Sebastián, este instrumento se basó en un cuestionario de seis interrogantes, las cuales abarcan una serie de temáticas relacionadas con las vivencias y experiencias, además de conocer cuáles son las percepciones de esta población acerca del apoyo social recibido en la parroquia San Sebastián, así pues, es importante señalar que para una mejor comprensión de la información recopilada, se procedió a organizar la misma en una matriz de resultados, cuyo detalle se muestra a continuación en la tabla:

Tabla 1. Respuestas de entrevista

Interrogantes	Entrevista
Interrogante 1. ¿Con qué frecuencia percibe el apoyo de sus familiares o amigos?	La mayor parte de los entrevistados expresan que a veces reciben apoyo de sus familiares y amigos, sobre todo de sus hijos quienes son los que se ocupan de procurar su bienestar, mientras que un grupo reducido de 8 participantes indicaron que casi siempre son visitados y recién ayuda económica y emocional de parientes cercanos.
Interrogante 2. ¿Participa en actividades comunitarias o grupos sociales? ¿Cuáles?	Esta interrogante permite conocer si, los encuestados participan en actividades comunitarias o grupos sociales, donde la mayor parte de los entrevistados indicaron que sí, participan en ciertas actividades, sobre todo a eventos de tipo social, dentro de este indican que suelen tomar café con sus amigos una vez a la semana, otros mencionan que comparten en reuniones familiares, estas actividades les permiten socializar con otras personas y sentirse más incluidos dentro de un grupo social o familiar, no obstante, un pequeño grupo de entrevistados señalan que no participan en ningún tipo de actividad, esto debido a sus ocupaciones y también porque algunos de ellos pueden sentir que su aporte ya no es valioso, situación que los lleva aislarse, esto debido a la percepción de ser una carga o no encajar en las actividades, de igual modo, se ha evidenciado existen sentimientos de miedo al rechazo o al

juicio social, ya que temen no ser bien recibidos o no sentirse cómodos en estos grupos.

Interrogante 3.

¿Tiene acceso a servicios básicos como salud y vivienda?

Los datos de esta pregunta, permitieron identificar que el todos los entrevistados, cuentan con todos los servicios básicos necesarios, para mantener su calidad de vida.

Como se puede observar esta interrogante se encuentra estructurada, por dos partes, la primera, permite identificar cuáles son las principales fuentes de ingreso de los entrevistados, donde se detecta que algunos entrevistados mencionaron que sus ingresos provienen de la pensión de jubilación y de apoyo económico de familiares, sobre todo de hijos, y otros indicaron que sus ingresos provienen de actividades comerciales propias.

Interrogante 4.

¿Cuáles son sus principales fuentes de ingreso y considera que estas son suficientes para cubrir sus necesidades básicas?

Y, la segunda parte de la interrogante, determinar si sus ingresos cubren sus necesidades, todos los entrevistados mencionaron que estos recursos si les alcanza para mantenerse y cubrir los aspectos relacionados con: alimentación, servicios, básicos, vivienda y salud.

El análisis de esta pregunta tiene un proceso similar a la pregunta previa, ya que esta también se compone de dos interrogantes, la primera: ¿Ha recibido atención médica en su comunidad?, los datos revelan una posición igualitaria entre los entrevistados que, si ha recibido atención médica y las que no, así pues, entre los que expresaron una respuesta favorable, manifiestan que en la comunidad de San Sebastián han participado en jornadas médicas, y capacitaciones en ciertas áreas.

Interrogante 5.

¿Ha recibido atención médica en su comunidad? Si es así, ¿cómo califica la calidad del servicio?

Dentro de este análisis, únicamente se consideraron a las personas que contestaron de manera positiva a la pregunta anterior, en este caso un conjunto de 8 personas manifiestan que el servicio médico fue excelente, esto debido a que las personas que los atendieron fueron amables, respetuosas y las

Interrogante 6.

¿Qué tipo de apoyo espera recibir de la Parroquia San Sebastián en términos de servicios médicos y bienestar social?

indicaciones fueron entendidas en su totalidad, y otros entrevistados comentaron que el servicio médico fue buena, y que están contentos con la predisposición el personal médico a atender sus necesidades.

Finalmente, esta interrogante permitió determinar cuáles son las necesidades puntuales o apoyo esperado de la Parroquia San Sebastián, para con los adultos mayores de la tercera edad, dentro de esta interrogante se ha identificado dos grupos de necesidades: servicios médicos y bienestar social; en lo concerniente al primero, los entrevistados expresan que sería muy importante ser beneficiarios de consultas médicas gratuitas; y de la segunda los participantes de esta investigación manifiestan que desearían recibir exámenes preventivos, ayuda económica, talleres de salud y bienestar y ser parte de redes de apoyo comunitaria.

Fuente. *Elaboración propia del autor.*

La información obtenida de las entrevistas a los adultos mayores de la Parroquia San Sebastián, muestran un contexto complejo en la que convergen tanto en factores favorables como en retos importantes en su calidad de vida. Si bien, es cierto se evidencia que una gran parte de los entrevistados reciben apoyo familiar y social, no obstante, este respaldo no es constante ni equitativo entre los participantes, lo que origina algunos sentimientos de aislamiento y vulnerabilidad. Así pues, el contexto familiar, en particular los hijos, continúan siendo un eje fundamental en el sostén emocional y económico para la mayoría de los encuestados, aunque persisten casos en los que reciben ayuda de manera esporádica o insuficiente.

Por otro lado, en términos de participación social, se evidencio que existe una portación de los entrevistados que se involucra en actividades comunitarias y familiares, aunque se detecta que un grupo de adultos mayores que, ya sea por motivos personales o por barreras sociales y emocionales, deciden apartarse de esos espacios comunitarios. Aspectos vinculados con la posible percepción de no ser útiles, el miedo al rechazo o la falta de motivación que promuevan la integración a estas actividades, son retos importantes que deben ser resueltos con la aplicación de estrategias puntuales que fomenten la inclusión y el sentido de pertenencia e integración.



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

En lo referido al acceso de servicios básicos, se evidencio que todos los entrevistados cuentan con vivienda, alimentación y servicios de salud, a pesar de ello, el acceso a atención médica comunitaria presenta una brecha importante. Por otro lado, algunos entrevistados indican que han sido beneficiarios de jornadas médicas y programas de capacitación en temas de salud, mientras que otros no han recibido ningún tipo de asistencia, lo cual evidencia una gran necesidad de ampliar y reforzar estos servicios en la comunidad.

En lo que corresponde al ámbito económico, la mayor parte de las personas adultas de la tercera edad, indican que dependen de pensiones de jubilación y del apoyo de sus familiares, lo cual les permite cubrir sus necesidades básicas. De igual modo, el hecho de que algunos deban recurrir a actividades comerciales propias para generar ingresos adicionales, muestra la importancia de continuar fomentando alternativas de apoyo económico y bienestar financiero.

Por último, las expectativas que tienen este grupo de entrevistados, reflejan una gran necesidad de una mayor inclusión institucional en la provisión de servicios médicos, y de bienestar social. Entre las principales necesidades se incluyen que la puesta en marcha de consultas médicas gratuitas, exámenes preventivos, apoyo económico y la generación de espacios comunitarios, sin duda alguna les permitirá incrementar sus redes de apoyo.



7. Discusión

El propósito fundamental de esta investigación fue analizar las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024. En este apartado, se procederá a realizar una discusión de los principales resultados encontrados, y estos serán comparados con otros datos de otras investigaciones previas, para así poder, encontrar similitudes o discrepancias significativas, de igual modo, estos resultados permitirán enriquecer en gran manera la información recopilada sobre el tema central.

Los principales hallazgos indican que la mayor parte de los adultos mayores entrevistados de la Parroquia San Sebastián, a veces reciben ayuda y visita de sus familiares más cercanos, sobre todo de los hijos, en este sentido se puede evidenciar que el contacto con su núcleo familiar, no es frecuente, esto debido a varios motivos, el principal es que sus hijos también ya tienen familia, y por ende se han independizado, situación que ocasiona una ausencia continua y hasta casi permanente del hogar, esta circunstancia puede generar diversas situaciones entre los adultos mayores, principalmente en lo relacionado con la parte emocional y afectiva de los mismos.

Estos datos son contrarios a los presentados por Guala (2024) quien ha encontrado que un aspecto importante, en el estudio de las vivencias de los adultos mayores, es con quien vive o reside la persona, ya que estas últimas perciben de mejor manera el afecto, atención y genera un mayor nivel de sensación de seguridad y amparo, en este sentido el núcleo familiar tiene un papel fundamental ya que genera un ambiente seguro para los participantes, lo que les permite experimentar niveles altos de satisfacción y cimentar su propio bienestar psicológico a pesar de las eventualidades enfrentadas en la vejez.

Otra información indica que la mayoría de los adultos mayores que participaron en esta investigación expresan que si participan en actividades comunitarias o grupos sociales, una de las actividades más destacadas, es el poder reunirse con amigos y familiares para compartir un café para poder dialogar del día a día, y de temas de su mayor interés. Esta información es similar a la presentada por Uribe et al., (2024) quienes han detectado que el 51,1% de los adultos mayores cuentan y participan en un programa de apoyo social, en este caso de un programa de bienestar, sin embargo, otros datos importantes indican que el 48,9% de los sujetos expresaron que no son partícipes de ningún programa, esta información es contraria con los encontrados en este trabajo, donde el 23% expresan que no participan en ninguna actividad, esto debido a que ellos pueden



¹⁸⁵⁹ percibir que su aporte no es valioso, o que pueden ser percibidos como una carga o que también no puedan encajar en actividades sociales y comunitarias.

En cuanto al tipo de apoyo social que esperan recibir de la Parroquia San Sebastián, un grupo de adultos mayores desean beneficiarse de consultas médicas gratuitas y de talleres de salud y bienestar, además de redes de apoyo comunitario, este tipo de ayuda son aspectos que resaltan entre los entrevistados, puesto que estos manifiestan a través de estas actividades pueden mejorar sus niveles de bienestar física y mental, este hallazgo es parecido al encontrado por Ariza (2024) quien manifiesta que el apoyo social es un aspecto elemental que incide en el bienestar de los adultos mayores, esto reduce los niveles de estrés, mejorar la salud mental y física e independencia de los mismos, son trascendentales para que los adultos mayores tengan una red de apoyo social fuerte, y así poder hacer frente a los distintos desafíos que genera el proceso de envejecimiento.

También esta investigación destaca la importancia de las redes de apoyo, ya sean estas familiares y comunitarios, son un aspecto fundamental para el mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores, ya que aquellos que tienen una relación frecuente con familiares o amigos experimentan un efecto positivo en su bienestar, situación contraria ocurre con aquellos adultos mayores con conflictos familiares o una débil red de apoyo, ya que estos tienden a experimentar tristeza, lo cual aumenta sus niveles de percepción de abandono.

En lo referente a las limitaciones de este proceso de investigación, se puede mencionar que existió una cierta resistencia a entregar la información, puesto que este grupo de personas considera que sus datos son importantes y que quizás puede ser usado de una manera inadecuada.



8. Conclusiones

La revisión de literatura revela que las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social están marcadas por desafíos relacionados con el abandono familiar, el aislamiento social y las deficiencias en la atención emocional, factores como la migración de familiares y la falta de redes sociales fuertes exacerbaban la vulnerabilidad de este grupo, afectando negativamente su calidad de vida. Sin embargo, el apoyo social percibido, especialmente del núcleo familiar, juega un rol crucial en mejorar su bienestar emocional y psicológico, destacando la necesidad de fortalecer estas redes para un envejecimiento digno.

Los adultos mayores de la Parroquia San Sebastián tienen expectativas claras respecto al apoyo social. Aunque la mayor parte de ellos indican recibir apoyo ocasional de familiares, hay una necesidad de mayor constancia y calidad en la asistencia. Un gran número de entrevistados participan en actividades comunitarias, pero algunos se sienten limitados por barreras emocionales o físicas. Además, existe un fuerte deseo de recibir servicios médicos gratuitos, talleres de salud y redes de apoyo comunitario, lo que refleja una necesidad urgente de intervenciones que integren tanto el aspecto médico como el social para mejorar su calidad de vida.

Las estrategias propuestas se enfocan en abordar las necesidades identificadas, como la mejora de los servicios médicos, el fortalecimiento de redes comunitarias y la promoción de actividades recreativas. Esto responde a la percepción limitada de apoyo social que experimentan los adultos mayores, quienes también expresan el deseo de mayor inclusión y atención personalizada. Estas acciones no solo buscan mejorar su calidad de vida, sino también fomentar un entorno inclusivo que promueva su participación activa en la comunidad.



9. Recomendaciones

Se recomienda fomentar investigaciones que analicen a profundidad las causas estructurales del abandono y la soledad en las personas adultas mayores, promoviendo enfoques comunitarios y participativos que incluyan sus experiencias y necesidades. Asimismo, es crucial desarrollar bases de datos accesibles con estudios relevantes sobre el impacto del apoyo social en la calidad de vida, facilitando un acceso amplio al conocimiento y a posibles soluciones.

Es esencial diseñar programas que respondan a las expectativas de los adultos mayores, tales como talleres de salud, actividades recreativas y redes de apoyo comunitario. A la par, se deben promover campañas de sensibilización para aumentar la participación activa de los adultos mayores en la vida social y cultural, fomentando además espacios de diálogo intergeneracional que fortalezcan sus lazos familiares y comunitarios.

Se sugiere implementar un plan de intervención integral que incluya jornadas médicas gratuitas, programas de atención psicológica y talleres de autocuidado, al tiempo que se crean redes de apoyo comunitarias que involucren voluntarios jóvenes y familiares. Además, es necesario establecer un sistema de monitoreo que evalúe la efectividad de estas acciones y permita ajustes basados en los resultados y el feedback de los beneficiarios.



10. Bibliografía

- Barredo, L., Agyepong, I., Reddy, S., & Liu, G. (2020). *Objetivo 3—Los Objetivos de Desarrollo Sostenible y un 2030 más saludable*. Obtenido de Naciones Unidas: <https://www.un.org/es/chronicle/article/objetivo-3-los-objetivos-de-desarrollo-sostenible-y-un-2030-mas-saludable>
- Alvarado García, A. M., & Salazar Maya, Á. M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Revista Gerokomos*, 25(2), En línea. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2014000200002&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Aragón, D. (2020). La Influencia de las Redes Sociales en el Periodismo Digital. Una Revisión Histórica de la Producción en las Revistas Científicas de Comunicación. En V. Domínguez, *Aproximación Periodística y Educomunicativa al Fenómeno de las Redes Sociales*. (págs. 53-65). España: McGrawHill. Obtenido de <https://investigadores.unison.mx/es/publications/arag%C3%B3n-d-2020-la-influencia-de-las-redes-sociales-en-el-periodism>
- Arias, C., Sabatini, B., Scolni, M., & Tauler, T. (2023). Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 1. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7901>.
- Arias, J., Bozzi, N., Belén, M., & Casasola, L. (2023). La red de apoyo social de personas mayores. *Revista Kairós-Gerontología*, 124–155. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2023v26n32e62243>.
- Ariza Rubina, L. S. (2024). *ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO MAYOR EN UN CENTRO POBLADO DE HUACACHI, HUARI, ÁNCASH, 2024*. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Obtenido de https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/38618/ESTILO_DE_VIDA_APOYO_SOCIAL_%20ADULTO_MAYOR_ARIZA_RUBINA_LINDSAY_SHEY_LA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bonilla, I., Flores, S., Chalela, L., & Sánchez, P. (2020). *Análisis de programas de atención a personas adultas mayores a nivel internacional*. Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), Dirección de Estudios y Análisis, Quito. Ecuador. Obtenido de https://info.inclusion.gob.ec/phocadownloadpap/estudios/atencion_intergeneracional/202



0/analisis_de_programas_de_atencion_a_personas_adultas_mayores_a_nivel_internacion
al.pdf

Cantón Haras, V. (18 de Junio de 2021). ADAPTACIÓN Y VALIDACIÓN DE LA VERSIÓN ESPAÑOLA DE LA PAIN ASSESSMENT IN ADVANCED DEMENTIA SCALE (PAINAD) Y DETERMINACIÓN DE BIOMARCADORES DEL DOLOR EN SALIVA EN PERSONAS MAYORES CON DETERIORO COGNITIVO CON INCAPACIDAD DE COMUNICACIÓN. [Tesis doctoral, Universidad de Córdoba], 1-301. Obtenido de <https://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/21900/2021000002333.pdf?isAllowed=y&sequence=1>

Cardona, D., Segura, A., Segura, A., Muñoz, D., & Restrepo, D. (2019). Características sociales y familiares asociadas al maltrato al adulto mayor de Pasto, Colombia 2016. *CES Psicología*, 12(1), 32–42. <https://doi.org/10.21615/cesp.12.1.3>.

Chamba Rosillo, N. G. (2024). Estrategias de afrontamiento utilizadas en adultos mayores con soledad. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Loja], 1-80. Loja. Obtenido de https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/29408/1/NashelyGuadalupe_ChambaRosillo.pdf

Cohen, S., & Wills, T. (2019). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>.

Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (2022). *Derechos humanos de las personas mayores y sistemas nacionales de protección en las Américas*. Obtenido de https://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/2023/PersonasMayores_ES.pdf

Constitución de la República del Ecuador. (2008). Asamblea Nacional. *Registro Oficial 449*, 1-219. Obtenido de <https://bit.ly/3ZNR7w6>

Cordonez Jara, J. N. (2019). Apoyo Social Percibido y Calidad de Vida en Adultos Mayores del Hogar de Ancianos Sagrado Corazón De Jesús. [Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato], 1-72. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7323f490-3eb1-43e8-a22f-465bee850604/content>

Gaona Álvarez, L. V. (2023). Vivencias de las personas adultas mayores de la parroquia rural San Pedro de Vilcabamba cantón Loja, frente al abandono familiar, año 2023. [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Loja], 1-84. Loja. Obtenido de



https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28016/1/LeidiViviana_%20Gaona%20c3%81lvarez.pdf

Guala Pullas, N. A. (2024). Apoyo Social y Bienestar Psicológico en Adultos Mayores de Sectores Populares del Sur de Quito que reciben apoyo de una Organización No Gubernamental (ONG). [Tesis de grado, Universidad Politécnica Salesiana], 1-51. Quito. Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26997/1/TTQ1428.pdf>

Guerrero Veliz, A. F. (2024). AGRÉGUESE AL CÓDIGO ORGÁNICO INTEGRAL PENAL EL MALTRATO MEDIANTE RESTRICCIÓN DE LOCOMOCIÓN A OTRA PERSONA MAYOR DE EDAD PERTENECIENTE A SU GRUPO FAMILIAR. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Loja], 1-101. Obtenido de https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/29138/1/AndreyFernando_Guerrero_Veliz.pdf

Guzmán, J. M., Huenchuan, S., & Montes de Oca, V. (2003). REDES DE APOYO SOCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES: MARCO CONCEPTUAL. En C. E. Caribe, *Notas de Población* (págs. 35-70). Obtenido de <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/c8d5283c-0660-439d-aa4e-d69204dc70ce/content>

Hernández Vergel, V. K., Solano Pinto, N., & Ramírez Leal, P. (2021). Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(95), 530-543. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/290/29069613004/html/>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la Investigación: Las Rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México D.F.: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C. V.

Huenchuan, S., & Rovira, A. (2019). *Medidas sobre la vejez y envejecimiento para la implementación y seguimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible en América Latina y el Caribe*. Naciones Unidas CEPAL. Obtenido de <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/6597bed7-9d2c-4982-9a9b-ff3d14e75f61/content>

Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS). (29 de marzo de 2019). *El IESS promueve el envejecimiento activo a través de sus Centros de Atención al Adulto Mayor a nivel nacional*. Obtenido de <https://www.iess.gob.ec/sala-de-prensa/>



/asset_publisher/4DHq/content/el-iess-promueve-el-envejecimiento-activo-a-traves-de-sus-centros-de-atencion-al-adulto-mayor-a-nivel-nacional/10174?redirect=https%3A%2F%2Fwww.iess.gob.ec%2Fsala-de-prensa%3Fp_p_id%3D1

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC). (2008). *La población adulto mayor en la ciudad de Quito estudio de la situación sociodemográfica y socioeconómica*. Obtenido de Instituto Nacional de Estadísticas y Censos: [https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Bibliotecas/Estudios/Estudios_Socio-demograficos/Poblac_Adulto_Mayor.pdf)

[inec/Bibliotecas/Estudios/Estudios_Socio-demograficos/Poblac_Adulto_Mayor.pdf](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Bibliotecas/Estudios/Estudios_Socio-demograficos/Poblac_Adulto_Mayor.pdf)

Jiménez, E., Mendoza, Y., Moctezuma, S., Vélez, G., & Cano, A. (2022). Relación entre el apoyo social percibido y la depresión en adultos mayores con asistencia en centro gerontológico. *Gerokomos*, 33(4), 230-233. <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v33n4/1134-928X-geroko-33-04-230.pdf>.

Latorre, C. (2019). El envejecimiento de la población. Oportunidades y retos. *Revista Ciencias de la Salud*, 6-8. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-72732019000300006&lng=en&tlng=es.

Lau, L., Vaingankar, J., & Abdin, E. (2019). Social support network typologies and their association with dementia and depression among older adults in Singapore: a cross-sectional analysis. *Public health*, doi: 10.1136/bmjopen-2018-025303.

Ley orgánica de las personas adultas mayores. (9 de mayo de 2019). *LEY ORGÁNICA DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES*. Obtenido de https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2020-09/Documento_Ley-Org%C3%A1nica-Del-Adulto-Mayor.pdf

Li, F., Luo, S., & Mu, W. (2021). Efectos de las fuentes de apoyo social y resiliencia en la salud mental de diferentes grupos de edad durante la pandemia de COVID-19. *BMC Psychiatry*, 16(21), <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03012-1>.

Lombardo, E., & Soliveréz, C. (2019). Valoración del apoyo social durante el curso vital. *Psicodebate*, 19(1), 51 – 61. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.18682/pd.v1i1.859>

Machado, J. (6 de Junio de 2019). *493.365 adultos mayores son víctimas de algún tipo de violencia en Ecuador*. Obtenido de Diario Primicias: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/adultos-mayores-violencia-mies/>



- ¹⁸⁵⁹ Martínez, M. (2011). El paradigma sistémico, la complejidad y la transdisciplinariedad como bases epistémicas de la investigación cualitativa. *Revista Electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*, 6-27. <https://www.redalyc.org/pdf/2747/274719836002.pdf>.
- Mena, J., & Guerra, M. (2023). Análisis de los derechos constitucionales de los adultos mayores y su protección económica en el Ecuador. *593 Digital Publisher CEIT*, 8(3), 219-229. Obtenido de Digital Publisher CEIT, 8(3), 219-229: <https://doi.org/10.33386/593dp.2023.3.1706>
- Metodología de la Investigación*. (s.f.). Obtenido de <https://virtual.urbe.edu/tesispub/0105003/cap03.pdf>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social [MIES]. (2020). *Caracterización de la vejez y el envejecimiento, un enfoque desde los servicios de inclusión social y económica del MIES*. Quito: Ministerio de Inclusión Económica y Social.
- Moya Castro, D. F. (2019). Percepción hacia la Actividad Física, la Calidad de Vida, el Apoyo Social y el Medio Ambiente, por parte de personas Adultas Mayores que Participan en un Programa de Actividad Física. [Tesis de posgrado, Universidad Nacional], 1-108. Costa Rica. Obtenido de <https://repositorio.una.ac.cr/server/api/core/bitstreams/beb2320a-8035-4b47-ac9e-0591ad00732d/content>
- Municipio de Loja. (2024). *Parroquia de "San Sebastián"*. Obtenido de <https://www.loja.gob.ec/contenido/parroquia-san-sebastian>
- Muñoz-Pogossian, B. (2024). *La Convención Interamericana para la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores: Un Aporte de las Américas al Mundo*. Organización de los Estados Americanos. Obtenido de https://www.cepal.org/sites/default/files/events/files/betilde_munoz_pogossian.pdf
- Neira Mendoza, F. E., & Simbala Esperilla, F. Y. (2021). Relación del Apoyo Social con los Niveles de Soledad Social en los Adultos Mayores del Centro Integral de la Municipalidad De Cayma- Arequipa, 2020. [Tesis de grado, Universidad Católica de Santa María], 1-93. Arequipa. Obtenido de <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f0055094-53b0-4e98-b19a-6be6f48f4c28/content>



- ¹⁸⁵⁹Nieto, C., & Polo, K. (2019). *Emociones que experimenta el adulto mayor frente al abandono familiar en el programa abuelos felices de la ciudad de Valledupar del Cesar*. Valledupar: Universidad de Santander.
- OMS. (1 de octubre de 2024). *Envejecimiento y salud*. Obtenido de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- ONU. (s.f.). *Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades*. Obtenido de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>
- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (25 de septiembre de 2015). *La Asamblea General adopta la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. Obtenido de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (20 de octubre de 2023). *Salud mental de los adultos mayores*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- Organización Mundial de la Salud. (1 de Octubre de 2024). *Envejecimiento y salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Organización Panamericana de la Salud - OPS. (2003). *GUÍA CLÍNICA PARA ATENCIÓN PRIMARIA A LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES. INFOSAL*. Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/39962>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2003). *GUÍA CLÍNICA PARA ATENCIÓN PRIMARIA A LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES. INFOSAL*. Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/39962>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol*, 227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>.
- Palma, E., & Escarabajal, M. (2021). Efectos de la soledad en la salud de las personas mayores. *Gerokomos*, 22-25. doi:<https://dx.doi.org/10.4321/s1134-928x2021000100006>
- Pérez Ortiz, K. E., & Castañeda Sigueñas, L. (2024). Vivencias de Adultos Mayores con Hipertensión Arterial en la Comunidad de Llangodén Bajo, Lajas – 2023. [Tesis de grado, Universidad Nacional Autónoma de Chota], 1-79. Obtenido de <https://repositorio.unach.edu.pe/server/api/core/bitstreams/86dd8c14-5a66-4f34-bb91-10470b1c6ac0/content>



¹⁸⁵⁹ Pesántez, D. (2015). *El modelo sistémico para la intervención en trabajo social*. Cuenca: Universidad de Cuenca.

Pinilla Cárdenas, M. A., Ortiz Álvarez, M. A., & Suárez Escudero, J. C. (2022). Adulto mayor: envejecimiento, discapacidad, cuidado y centros día. Revisión de tema. *Revista Salud Uninorte*, 37(2), En línea. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522021000200488

Pinilla, M., & Ortiz, M. (2021). Adulto mayor: envejecimiento, discapacidad, cuidado y centros día. Revisión de tema. *Revista Salud Uninorte*, 37(2), 488-505. . Obtenido de <https://doi.org/10.14482/sun.37.2.618.971>

Potts, K. (2019). Social Support and Depression among Older Adults Living Alone: The Importance of Friends Within and Outside of a Retirement Community Get access Arrow. *Social Work*, 42(4), 348–362, <https://doi.org/10.1093/sw/42.4.348>.

Quiroga-Sanzana, C. E., Parra-Monje, G. R., Moyano-Sepúlveda, C. J., & Díaz-Bravo, M. A. (2022). Percepción de apoyo social y calidad de vida: la visión de personas mayores chilenas en el contexto de pandemia durante el 2020. *Revista Prospectiva*(33), En línea. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-12132022000100057&script=sci_arttext#B1

Red de Salud Bupa. (2024). *¿Por qué las relaciones sociales son clave para la salud?* Obtenido de <https://www.bupalud.com.ec/salud/relaciones-sociales-beneficios>

Reglamento General Ley Organica De Las Personas Adultas Mayores. (2020). Registro Oficial Suplemento 241. Quito: Lexis Finder. Obtenido de https://www.regulacionagua.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/12/reglamento_lopam0382842001601663401.pdf

REGLAMENTO GENERAL LEY ORGANICA DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES. (08 de Julio de 2020). *Reglamento General de la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores*. Obtenido de REGLAMENTO GENERAL LEY ORGANICA DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES: https://www.igualdad.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/05/reglamento_lopam_mayo2021.pdf

Revista UNIR. (5 de Diciembre de 2023). *Proyectos de intervención social: ¿en qué consisten?* Obtenido de <https://www.unir.net/revista/ciencias-sociales/proyectos-intervencion-social/#:~:text=Un%20proyecto%20de%20intervenci%C3%B3n%20social,su%20propio%20proyecto%20de%20vida.>



- ¹⁸⁵⁹Rigor, E. (18 de Junio de 2018). *Moreno: "Gracias al programa 'Mis Mejores Años' atendemos a más de 80.000 adultos mayores*. Obtenido de <https://ecuadorchequea.com/moreno-gracias-al-programa-mis-mejores-anos-atendemos-a-mas-de-80-000-adultos-mayores/>
- Sánchez Benítez, M., Hernández Fernández, L., Reinerio Rodríguez, C., & Tejada Castañeda, E. (2022). Protección al adulto mayor: necesario enfoque multidimensional por profesionales de la salud en Cuba. *EDUMECENTRO*, 14, En línea. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742022000100097#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,mental%20debido%20a%20diferentes%20causas.
- Sanchez Zamora, C. C. (2022). Influencia del Apoyo Social en la Satisfacción Personal de los Adultos Mayores del Programa Amachay del Distrito de Independencia, 2021. [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán], 1-126. Obtenido de <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10375/Caro%20Sanchez%20Zamora,%20Claudia.pdf?sequence=12>
- Sinchiguano León, G. P. (2022). Red de apoyo social del adulto mayor y envejecimiento activo durante la emergencia sanitaria por Covid-19. [Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato], 1-203. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7edf9398-15d9-42ea-a309-331f9188d2a2/content>
- Soria, R., Flores, M., Lara, N., & Mayen, A. (2019). Apoyo social en población de adultos mayores. *Alternativas psicológicas*, 41, 146-160. <https://www.alternativas.me/attachments/article/199/11.%20Apoyo%20social%20en%20poblaci%C3%B3n%20de%20adultos%20mayores.pdf>
- Soriano, J. (13 de Octubre de 2023). *Apoyo Social: características y efectos psicológicos de disponer de él psicológicos de disponer de él*. Obtenido de Psicología y Mente: <https://psicologiyamente.com/social/apoyo-social>
- Spiers, G., Matthews, F., Barker, R., Stow, D., Kingston, A., & Hanratty, B. (2019). Impact of social care supply on healthcare utilisation by older adults: a systematic review and meta-analysis. *Age and Ageing*, 48(1), 57–66, <https://doi.org/10.1093/ageing/afy147>.
- Taiano González, V. A., Chalela, L. E., & Sánchez Bravo, P. E. (2020). *Análisis de programas de atención a personas adultas mayores a nivel internacional*. Ministerio de Inclusión



- Económica y Social (MIES), Dirección de Estudios y Análisis. Obtenido de https://info.inclusion.gob.ec/phocadownloadpap/estudios/atencion_intergeneracional/2020/analisis_de_programas_de_atencion_a_personas_adultas_mayores_a_nivel_internacional.pdf
- Teca, M., & Luna, A. (2024). RELACIÓN DEL APOYO SOCIAL Y LA SOBRECARGA DEL CUIDADOR DE ADULTOS MAYORES EN SAN JUAN DE PASTOCALLE. *Revista Científica Y Arbitrada De Ciencias Sociales Y Trabajo Social: Tejedora.*, 7(13), 144–165. <https://doi.org/10.56124/tj.v7i13.010>.
- Tiguero Figueroa, A. L. (2022). Habilidades cognitivas y condiciones de vida de los Adultos Mayores “Casa de Vida” del barrio El Paraíso del Cantón Salinas, 2022. [Tesis de grado, Universidad Estatal Península de Santa Elena], 1-81. Obtenido de <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/8670/1/UPSE-TGS-2022-0042.pdf>
- Tijeras, E., González, L., & Postigo, S. (2020). Relación entre el apoyo social, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y el bienestar en adultos mayores. *European Journal of Health Research*, 6(2), 133 -143. doi: 10.30552/ejhr.v6i2.211.
- UNL. (2023). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de <https://www.unl.edu.ec/universidad>: <https://www.unl.edu.ec/universidad>
- Uribe-Camacho, B. S., López-Nolasco, B., Mota-Juárez, M., Monroy-Bautista, A., & Maya-Sánchez, A. (2024). Apoyo social en adultos mayores del municipio de Tlahuelilpan Hidalgo, México. *Revista XIKUA Boletín Científico de la Escuela Superior de Tlahuelilpan*, 12(23), 07-12. Obtenido de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/xikua/issue/archive>
- Valdivieso, S., Angulo, J., Bonilla, A., Chalela, L., & Sánchez, P. (2020). *Caracterización de la vejez y el envejecimiento, un enfoque desde los servicios de inclusión social y económica del MIES*. Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), Dirección de Estudios y Análisis. Obtenido de http://info.inclusion.gob.ec/phocadownloadpap/estudios/atencion_intergeneracional/2020/caracterizacion_de_la_vejez_y_el_envejecimiento_un_enfoque_desde_los_servicios_de_inclusion_social_y_economica_del_mies.pdf
- Zhong, Y., Wang, J., & Nicholas, S. (2020). Social support and depressive symptoms among family caregivers of older people with disabilities in four provinces of urban China: the mediating



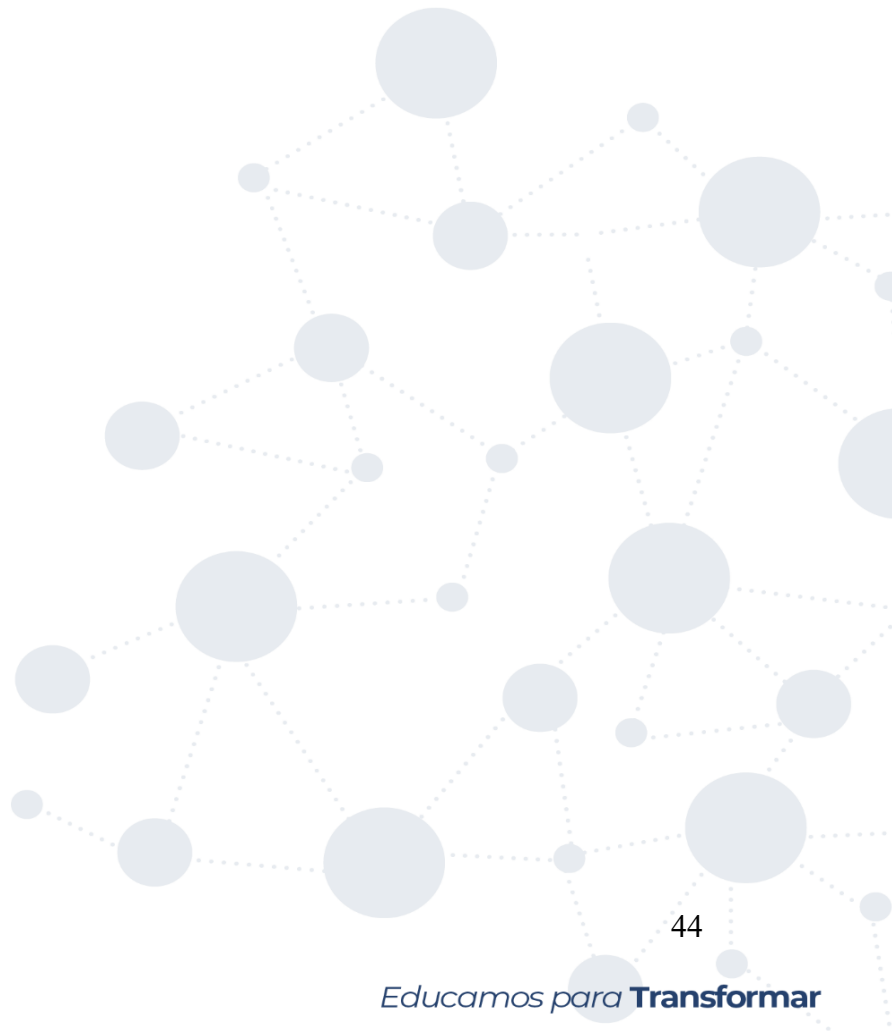
unl

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

role of caregiver burden. *BMC Geriatrics*, 20,
<https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-019-1403-9>.

Geriatrics, 20,





UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

11. Anexos

Anexo 1. Oficio de autorización



FUNDACIÓN CÍVICA "SAN SEBASTIÁN"
POR EL RESCATE AL CIVISMO, CULTURA Y TRADICIONES
Acuerdo Ministerial No 00328

Loja, 31 de enero de 2025

Oficio N° 066 FCSS 2025

Lcda. Mgs.

Cintha Alexandra Torres Calderón

**DOCENTE ACADEMICA DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LINEA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.**

Ciudad.-

De mis consideraciones:

Reciba un atento saludo de quienes conformamos la Fundación Cívica San Sebastián y le auguramos éxitos en sus actividades, en respuesta a su atento oficio del 22 de enero del 2025, mediante el presente autorizamos a la estudiante Jessica Johana Salazar Chinchay para que levante la información requerida para el desarrollo de su tema de tesis "Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja año 2024, a los socios de nuestra Institución y que pertenecen a la parroquia San Sebastián.

Me suscribo de Ud.

Atentamente

Dra. Olga Tapia Palacios



PRESIDENTA DE LA FUNDACIÓN CÍVICA SAN SEBASTIÁN

Parque Bernabé Luis (Calle Bernardo Valdivieso # 12-98 y González Suárez – esquina)
Telf. 0994702666
Loja – Ecuador

Escaneado con CamScanner



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

Anexo 2. Consentimiento Informado

Consentimiento Informado para la participación en el estudio:

Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024

Investigadora Responsable: Jessica Johana Salazar Chinchay

Institución: Universidad Nacional de Loja

Fecha: Loja, 18 de Octubre de 2024

Estimada Sra. Ontaneda Ludeña

Le invitamos a participar en un estudio de investigación sobre las Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024. Antes de decidir si desea participar, es importante que comprenda los detalles del estudio y sus implicaciones. A continuación, se le proporciona la información necesaria para tomar una decisión informada.

1. **Objetivo del estudio:** El objetivo principal de esta investigación es analizar las vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024.
2. **Procedimiento de participación:** Si decide participar, se le solicitará que complete un cuestionario que incluirá preguntas sobre sus vivencias, el apoyo familiar que recibe y las estrategias de afrontamiento que utiliza. El cuestionario será confidencial y sólo se utilizará con fines de investigación.
3. **Confidencialidad:** Toda la información recopilada durante el estudio se mantendrá estrictamente confidencial. Los datos serán analizados y reportados de forma agregada, sin revelar la identidad de los participantes de manera individual.



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

4. **Voluntariedad de la participación:** Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene derecho a negarse a participar o a retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas para usted.

5. **Contacto e información adicional:** Si tiene alguna pregunta o inquietud sobre este estudio, puede comunicarse con el investigador responsable, Jessica Johana Salazar Chinchay, celular 0979747356.

Al firmar a continuación, indico que he leído y comprendido la información proporcionada en este formulario de consentimiento informado. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y todas mis dudas han sido respondidas satisfactoriamente. Entiendo que mi participación en este estudio es voluntaria y puedo retirarme en cualquier momento sin consecuencias negativas.

Sra. Ontaneda Ludeña

Jessica Johana Salazar Chinchay



Anexo 3. Propuesta Social

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN SOCIAL

Título: Plan de intervención para fortalecer el Apoyo Social y Mejorar las Vivencias de las Personas Adultas Mayores, de la Parroquia de San Sebastián

1. ANTECEDENTES:

El comité de San Sebastián tiene su nacimiento el 10 de enero de 1968 en ese entonces con el nombre de comité de la feria semanal de Loja dicho comité se encuentra presidido por los señores Dr. Carlos arrobo Carrión e Ignacio Jaramillo delgado como presidente y vicepresidente respectivamente desde su inicio el comité se proponía buscar el adelanto de la parroquia de en lo social cultural cívico patriótico y económico de las de los ciudadanos fieles a estos postulados logran plasmar las siguientes obras

Creación de la feria semanal de Loja la misma que se crea mediante ordenanza municipal el 3 de abril de 1968 y se establece el 3 de mayo del mismo año en el mercado de San Sebastián con la concurrencia de autoridades de Loja y Zamora Chinchipe y delegaciones de los municipios de las provincias indicadas siendo el alcalde del cantón Loja el señor Dr. Vicente Jaramillo palacios.

Realizaron también la creación del inventario médico no podía faltar el servicio social para quienes lo necesitan el 3 de mayo de 1969 en los altos del mercado de San Sebastián bajo los oficios del reverendo padre Julián Lorente párroco de San Sebastián y de las hermanas de la comunidad de misiones sociales de la iglesia y quienes presentan sus servicios de forma gratuita cabe resaltar que esta de dispensario funciona con el aporte de los socios y socios y ayuda generosa de muchos ciudadanos de la ciudad este dispensario lleva el nombre de Guadalupe bordeore.

Conmemoración de la fundación del hogar a impulso del comité cívico de San Sebastián se inició el 6 de diciembre de 1968 la conmemoración de la fundación de Loja por el capital Alonso de mercadillo el 8 de diciembre de 1543 8 obteniendo previamente el decreto del supremo gobierno elaborado por el ministerio de relaciones exteriores desde entonces licenciado Rogelio Valdivieso mediante el cual se declaró la fiesta cívica para Loja el 8 de diciembre de cada año y se oficializó el ingreso de comerciantes peruanos estas ferias



1859

el consejo municipal de Loja realizó su primera sesión en honor a la fundación de Loja el 8 de diciembre de 1968 el comité cívico intervino con un amplio programa de la fundación.

2. JUSTIFICACION

El presente plan de intervención, está enfocado a mejorar las vivencias de las personas adultas mayores pertenecientes a la Parroquia de San Sebastián de la Ciudad de Loja, por medio del fortalecimiento del apoyo social y la promoción de servicios médicos y el bienestar de la comunidad. La información analizada previamente, ha permitido identificar que este grupo población, tiene retos significativos, como el aislamiento social, la ausencia de atención médica adecuada, el deterioro emocional y la posible percepción de ser una carga para su familia, impacta directamente en su calidad de vida, motivo por el cual es indispensable implementar alternativas que promuevan su inclusión, autonomía y bienestar.

Las estrategias de este plan, nacen de los resultados de la aplicación de las entrevistas efectuadas a los adultos mayores de la parroquia San Sebastián, donde se identifican sus principales necesidades y expectativas en torno al apoyo social, entre los principales resultados se destaca que gran parte los participantes recibe un apoyo limitado de sus familiares y amigos, de igual manera, muchos de ellos no participan en actividades comunitarias debido a barreras emocionales, físicas y sociales. También, se ha detectado que gran parte de ellos, desean recibir atención mayor atención médica y ser parte de redes de apoyo comunitario.

Este plan tiene la finalidad elemental de proponer estrategias de intervención específicas, que estudien estas problemáticas, que fortalezcan los vínculos sociales y comunitarios, así como de asegurar, el acceso a los servicios médicos y fomentar la participación activa de los adultos mayores en actividades sociales y culturales, cada una de las estrategias diseñadas incluye actividades concretas, responsables, cronograma y medios de verificación.

En conclusión, este plan es un llamado concreto y directo a la acción para la construcción de una sociedad más inclusiva, solidaria y socialmente responsable, donde las personas adultas mayores se beneficien del apoyo y reconocimiento que merecen, asegurando su bienestar integral, mejorando su calidad de vida.

3. MARCO INSTITUCIONAL:

Localización física y cobertura espacial

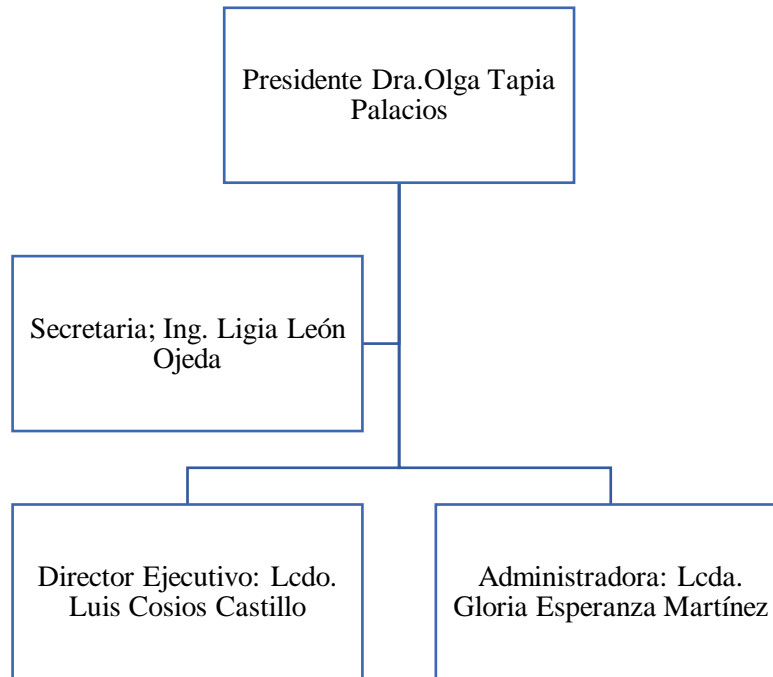


Figura 1. Localización de la Parroquia "San Sebastián"

Nota. La información de la figura corresponde a la localización de la Parroquia "San Sebastián", la cual fue tomada de (Municipio de Loja, 2024).

La ubicación de la Parroquia "San Sebastián", parte de la confluencia del río Malacatos con la quebrada Namanda punto situado en el perímetro Urbano de la ciudad, siguiendo el cauce del mismo río en sentido norte hasta llegar a las inmediaciones del puente vehicular emplazado en el eje de la calle Azuay, a partir del cual, siguiendo el eje de la calle señalada hacia el Este hasta llegar a la intersección con el eje de la calle Juan José Peña, para seguir por ésta hacia el Sur hasta la intersección con la calle Catacocha, continuando por ésta hacia el Oriente hasta la proyección del eje de la calle Ángel B. Carrión, desplazándose por la misma en sentido sur hasta alcanzar el eje de la vía Parque Podocarpus por la que continuará siguiendo su eje hasta interceptarse con la proyección de la línea imaginaria del Perímetro Urbano (PU) de la ciudad entre el mojón # 5 y la confluencia de la quebrada Mendieta y el Río Zamora con coordenadas (700957.05 - 9556460.30). A partir de este punto se recorre en sentido inverso el lindero Este por los mojones 5, 4, 3, 2, y 1. Luego desde el mojón # 1 (PU) que se halla sobre la quebrada Namanda recorriendo su cauce aguas abajo hasta encontrar el mojón # 32 (PU) localizado en la margen oriental del puente existente en la vía a Malacatos, continuando por el cauce de la quebrada hasta la confluencia con el río Malacatos que es el punto de partida de la delimitación (Municipio de Loja, 2024).

1859

Organigrama estructural**Figura 2.** Organigrama estructural del Directorio de la Parroquia “San Sebastián”**4. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA:**

O.G. Elaborar estrategias de intervención orientadas a fortalecer el apoyo social, fomentando el bienestar integral y el mejoramiento de la calidad de las vivencias de los adultos mayores de la Parroquia de San Sebastián, en su contexto social y comunitario.

O.E.1. Fortalecer las redes de apoyo social para personas adultas mayores por medio de estrategias comunitarias que fomente su bienestar emocional.

O.E.2. Promover el acceso a servicios médicos y actividades recreativas a través de la organización de actividades de salud, talleres de autocuidado y eventos culturales.

O.E.3. Desarrollar herramientas sostenibles de atención domiciliaria y de apoyo psicoemocional para personas adultas mayores.

5. AREAS DE INTERVENCIÓN:

Las áreas de intervención pueden ser:

Condiciones Socioculturales



1859

Dinámica familiar	Situación económica/laboral	Situación de vivienda	Situación de salud	Situación Educativa	Rutinas familiares
			X		X

6. BENEFICIARIOS:

Directos	Indirectos
Adultos mayores de la Parroquia San Sebastián.	Comunidad Educativa de la Carrera de Trabajo Social

7. PLAN DE ACCION / ACTIVIDADES:

Tema:	Sistema de seguimiento médico domiciliario
Objetivo de la actividad 1.	Fortalecer las redes de apoyo social para personas adultas mayores por medio de estrategias comunitaria
Actividad N° 1	Sistema de seguimiento médico domiciliario
Tareas	<ul style="list-style-type: none"> • Sistema de seguimiento médico domiciliario
Indicador de medición	Registro de visitas médicas, Historias clínicas y fotografías.
Descripción y metodología de la actividad.	
<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar un listado de adultos mayores que necesiten visitas domiciliadas. • Coordinar visitas médicas periódicas. • Llevar a cabo chequeos de salud en el domicilio. 	
Recursos logísticos:	
Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social	
Recursos Humanos:	
Parroquia de San Sebastián	
Médicos voluntarios	
Duración de la actividad: 4 meses	
Resultados esperados: Mejoramiento de la salud de los Adultos Mayores.	
Costo de la actividad: Gestión interinstitucional de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Loja, y del Comité de la Parroquia de San Sebastián.	



1859

Tema:	Creación de redes de apoyo
Objetivo de la actividad 1.	Fortalecer las redes de apoyo social para personas adultas mayores por medio de estrategias comunitaria
Actividad N° 2.	Generación de redes de apoyo
Tareas	<ul style="list-style-type: none"> Promover actividades de integración y participación.
Indicador de medición	Registro de actividades, Fotografías y Encuestas.
Descripción y metodología de la actividad.	
<ul style="list-style-type: none"> Planificar y desarrollar grupos de lectura, manualidades y juegos tradicionales. Realizar eventos culturales. 	
Recursos logísticos:	
Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social	
Recursos Humanos:	
Parroquia de San Sebastián	
Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social	
Duración de la actividad: 5 meses	
Resultados esperados: Creación y desarrollo de grupos de apoyo social que integre a los Adultos Mayores.	
Costo de la actividad: Gestión interinstitucional de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Loja, y del Comité de la Parroquia de San Sebastián.	

Tema:	Jornadas de salud gratuitas
Objetivo de la actividad 2.	Promover el acceso a servicios médicos y actividades recreativas a través de la organización de actividades de salud, talleres de autocuidado y eventos culturales.
Actividad N° 1	Jornadas de salud gratuitas - acceso a servicios médicos básicos para adultos mayores
Tareas	<ul style="list-style-type: none"> Organizar jornadas medicas mensuales
Indicador de medición	Listado de asistencia
Descripción y metodología de la actividad.	
<ul style="list-style-type: none"> Coordinar con médicos voluntarios y centros de salud cercanos a la parroquia. Efectuar chequeos médicos generales y exámenes preventivos. Promover el acceso a medicamentos esenciales y materiales de salud. 	
Recursos logísticos:	



1859

Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social
Recursos Humanos:
Personas Adultas Mayores Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social Trabajadora Social
Duración de la actividad: 2 meses
Resultados esperados: Adultos Mayores examinados y diagnosticados.
Costo de la actividad: Gestión interinstitucional de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Loja, y del Comité de la Parroquia de San Sebastián.

Tema:	Talleres de salud y bienestar enfocados al autocuidado
Objetivo de la actividad 3.	Desarrollar herramientas sostenibles de atención domiciliaria y de apoyo socioemocional para personas adultas mayores.
Actividad N° 1.	Talleres de salud y bienestar
Tareas	<ul style="list-style-type: none"> • Diseñar los talleres de salud y bienestar direccionados al autocuidado.
Indicador de medición	Registro de asistencia a los talleres, Fotografías y Registro de asistencia.
Descripción y metodología de la actividad.	
<ul style="list-style-type: none"> • Realizar talleres acerca de temas relacionados con nutrición, actividad física, manejo del estrés y cuidado personal Coordinar visitas médicas periódicas. • Ofrecer información sobre los derechos y acceso a servicios públicos. 	
Recursos logísticos:	
Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social	
Recursos Humanos:	
Parroquia de San Sebastián Nutricionistas y Terapeutas	
Duración de la actividad: 4 meses	
Resultados esperados: Mejoramiento de la salud de los Adultos Mayores.	
Costo de la actividad: Gestión interinstitucional de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Loja, y del Comité de la Parroquia de San Sebastián.	



8. CRONOGRAMA

Mes	Semana	Mes	Actividad	Detalle	Costo Estimado
2	1 a la 8	Enero: Planificación y convocatoria	Jornadas de salud gratuitas	Organizar jornadas medicas mensuales	Gestiones y Donativos gestionados por el Comité de la Parroquia de San Sebastián" y Cáritas Parroquial
		Febrero: Ejecución de las jornadas médicas		Coordinar con médicos voluntarios y centros de salud cercanos a la parroquia	
3	1 a la 12	Enero: Planificación y convocatoria	Atención psicológica y emocional	Efectuar chequeos médicos generales y exámenes preventivos	
		Marzo: Sesiones quincenales		Promover el acceso a medicamentos esenciales y materiales de salud.	
4	1 a la 16	Enero: Elaboración del listado de beneficiarios	Sistema de seguimiento médico domiciliario	Brindar sesiones grupales de terapia emocional	
		Abril: visitas quincenales		Ejecutar visitas domiciliarias para brindar apoyo emocional	
4	1 a la 16	Enero: Planificación y convocatoria	Talleres de salud y bienestar enfocados al autocuidado	Planificar charlas sobre el manejo de las emociones y salud mental	
		Abril: Talleres mensuales		Elaborar un listado de adultos mayores que necesiten visitas domiciliadas	
5	1 a la 20	Enero: Planificación y convocatoria	Actividades recreativas y culturales	Coordinar visitas médicas periódicas	
		Mayo: actividades quincenales		Llevar a cabo chequeos de salud en el domicilio	
				Realizar talleres acerca de temas relacionados con nutrición, actividad física, manejo del estrés y cuidado personal	
				Ofrecer información sobre los derechos y acceso a servicios públicos	
				Planificar y desarrollar grupos de lectura, manualidades y juegos tradicionales	
				Realizar eventos culturales	

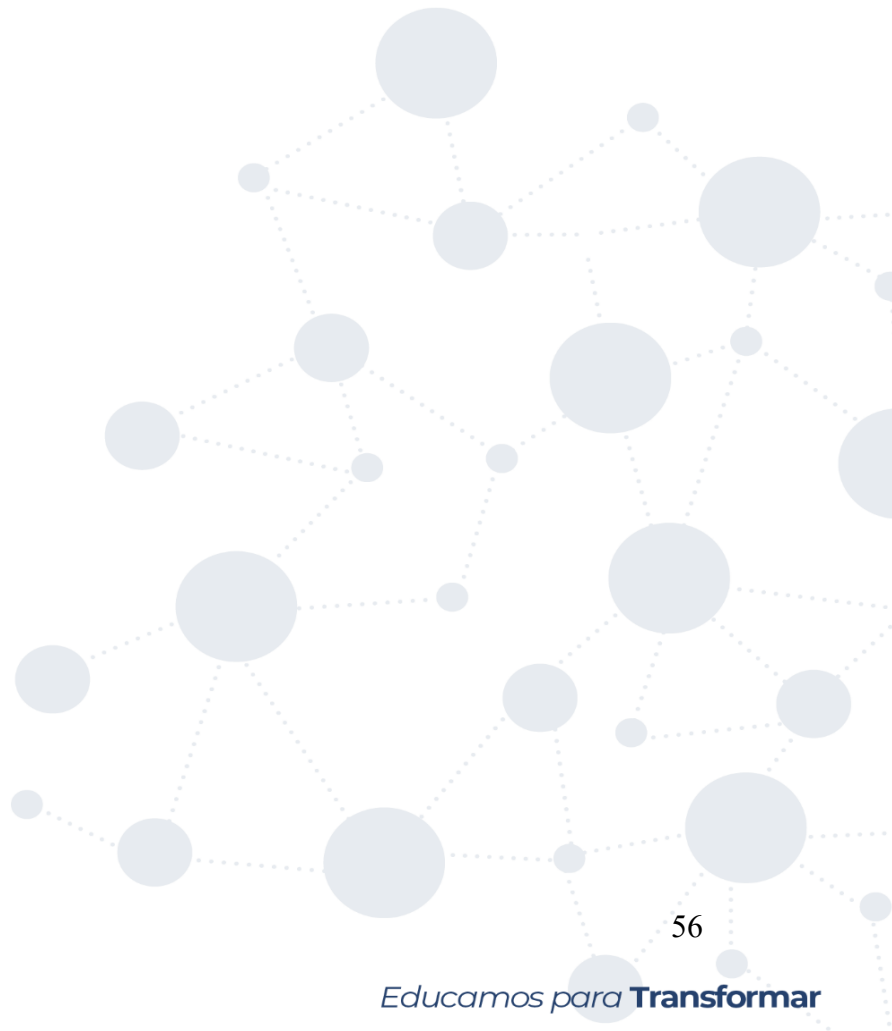


1859

6	1 a la 24	Enero: Planificación y convocatoria	Creación de redes de apoyo	Promover la participación de jóvenes voluntarios con actividades lúdicas	
		Junio: actividades mensuales		Organizar visitas domiciliarias y actividades en conjunto con los adultos mayores	

9. BIBLIOGRAFÍA

La bibliografía se considera los contenidos que son presentados en esta investigación.





UNL

Universidad Nacional de Loja

Unidad de Educación a Distancia y en Línea

1859 Anexo 4. Entrevista

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Unidad de Educación a Distancia y en Línea

Carrera de Trabajo Social

Tema: Vivencias de las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024

Objetivo: Identificar las percepciones que tienen las personas adultas mayores frente al apoyo social de la Parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, año 2024

1. ¿Con qué frecuencia percibe el apoyo de sus familiares o amigos?

.....

2. ¿Participa en actividades comunitarias o grupos sociales? ¿Cuáles?

.....

3. ¿Tiene acceso a servicios básicos como salud y vivienda?

.....

4. ¿Cuáles son sus principales fuentes de ingreso y considera que estas son suficientes para cubrir sus necesidades básicas?

.....

5. ¿Ha recibido atención médica en su comunidad? Si es así, ¿cómo califica la calidad del servicio?

.....

6. ¿Qué tipo de apoyo espera recibir de la Parroquia San Sebastián en términos de servicios médicos y bienestar social?

.....