



Universidad  
Nacional  
de Loja

# Universidad Nacional de Loja

## Unidad de Educación a Distancia y en Línea

### Carrera de Trabajo Social

**El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, en la actualidad.**

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

**AUTORA:**

Judith Elizabeth Calva Betancourt

**DIRECTOR:**

Eco. Miguel Orlando Duche Quezada, Mgtr.

Loja – Ecuador

2025

## 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, **DUCHE QUEZADA MIGUEL ORLANDO**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, en la actualidad**, perteneciente al estudiante **JUDITH ELIZABETH CALVA BETANCOURT**, con cédula de identidad N° **1105257982**.

**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, 20 de Febrero de 2025



Firmado digitalmente por:  
MIGUEL ORLANDO  
DUCHE QUEZADA

F) \_\_\_\_\_  
DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN  
CURRICULAR



Certificado TIC/TT.: UNL-2025-001235

1/1  
Educamos para Transformar

## **Autoría**

Yo, **Judith Elizabeth Calva Betancourt**, 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:** 1105257982

**Fecha:** Loja, 02 de abril de 2025

**Correo electrónico:** judith.calva@unl.edu.ec

**Teléfono:** 0988437435

**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, **Judith Elizabeth Calva Betancourt** declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular titulado: **El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, en la actualidad**, 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 dos días del mes de abril de dos mil veinticinco.

**Firma:**

**Autora:** Judith Elizabeth Calva Betancourt

**Cédula de identidad:** 1105257982

**Dirección:** Provincia de Loja, cantón Espíndola, parroquia El Ingenio, barrio Consaguana - vía a la Chamana.

**Correo electrónico:** judith.calva@unl.edu.ec

**Teléfono:** 0988437435

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**

**Director del Trabajo de Integración Curricular:** Ec. Miguel Orlando Duche Quezada Mgtr.

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a Dios, por ser mi refugio en los momentos de dificultad. Por darme la sabiduría necesaria para superar los desafíos y la fuerza para no rendirme.

A mi papá, aunque ya no esté, su amor, enseñanzas y recuerdos han sido mi inspiración a lo largo de este camino. Este logro lo dedico a tu memoria.

A mi mamá, Felicia Betancourt Castillo, por su amor incondicional, apoyo constante y por ser mi ejemplo de lucha y perseverancia. Cada logro es el reflejo de todo lo aprendido de ti.

A mi esposo, Darwin Troya, por ser mi compañero de vida, mi apoyo incondicional y mi motivación. Gracias por alentarme a alcanzar mis metas.

A mi amiga, Diana Espinoza, por el apoyo constante, su amistad sincera y por estar presente en los momentos difíciles, tu compañía ha sido invaluable en este proceso.

A mis fieles amigos, Doby y Duque, por alegrar mis días con su amor incondicional y por ser fuente constante de felicidad y ternura.

Con infinito cariño y agradecimiento.

.

*Judith Elizabeth Calva Betancourt*

## **Agradecimiento**

Extiendo mi sincero agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a la Unidad de Educación a distancia y en línea, a la Carrera de Trabajo Social, a la dirección, al personal administrativo y en especial a la planta docente por brindarme la formación académica y las herramientas necesarias para alcanzar este logro, todo lo aprendido será de mucho beneficio tanto en mi vida profesional como personal.

De la misma manera, al Eco. Miguel Orlando Duche Quezada Mgtr, director del trabajo de integración curricular, por su guía, apoyo y compromiso durante todo este proceso. Su orientación fue fundamental para el desarrollo de este trabajo. Así también, al Lcdo. Jofre Alexander Abarca Muñoz Mgtr, ya que con sus conocimientos me brindó orientaciones y sugerencias para la elaboración del trabajo.

También considero oportuno agradecer al Lcdo. Jorge Cuenca, presidente del Gad Parroquial El Ingenio, por permitirme llevar a cabo mi trabajo en uno de los barrios de su jurisdicción, mostrando siempre disposición y apertura para colaborar con este proyecto.

Finalmente, a todos quienes de una u otra manera me brindaron su apoyo, ya sea con palabras de aliento o con su tiempo. Su contribución fue esencial para la culminación de este esfuerzo académico.

***Judith Elizabeth Calva Betancourt***

## Índice de contenido

Portada .....	i
Certificación.....	ii
Autoría .....	iii
Carta de autorización. ....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento.....	vi
Índice de contenido .....	vii
Índice de tablas .....	vii
Índice de figuras.....	xii
Índice de anexos.....	xiii
1. Título.....	1
2. Resumen.....	2
2.1. Abstract .....	3
3. Introducción .....	4
4. Marco teórico .....	6
4.1. Paradigma sociocrítico.....	6
4.2. Antecedentes históricos .....	6
4.3. Datos Estadísticos .....	8
4.4. Bases teóricas.....	10
4.4.1. Teorías psicológicas.....	10
4.4.2. Teorías sociales.....	10
4.4.3. Teorías de la actividad o del apego.....	10
4.4.4. Teorías del envejecimiento exitoso.....	11
4.4.5. Teoría de la actividad.....	11
4.4.6. Teoría de la desvinculación .....	11
4.4.7. Teoría de la continuidad.....	11

4.5. Variable uno: Envejecimiento.....	12
4.5.1. Definición de envejecimiento .....	12
4.5.2. Etapas del envejecimiento.....	13
4.5.3. Tipos de envejecimiento .....	14
4.5.3.1 Envejecimiento normal .....	14
4.5.3.2. Envejecimiento activo o saludable.....	15
4.5.3.3 Envejecimiento Patológico .....	15
4.5.4. Principales cambios en el proceso de envejecimiento .....	16
4.5.4.1. Cambios físicos.....	16
4.5.4.2. Cambios cognitivos.....	17
4.5.4.3. Cambios Sociales .....	17
4.5.4.4. Cambios emocionales .....	18
4.6. Variable dos: Relaciones interpersonales .....	19
4.6.1. Definición de relaciones interpersonales .....	19
4.6.2. Tipos de relaciones interpersonales .....	19
4.6.2.1. Familiares.....	19
4.6.2.2. Superficiales.....	20
4.6.2.3. Circunstanciales .....	20
4.6.3. Factores que influyen en las relaciones interpersonales .....	20
4.6.4. Familia .....	21
4.7. Marco Legal.....	21
4.7.1. Declaración Universal de Derechos Humanos .....	21
4.7.2. Constitución de la República del Ecuador de 2008 .....	22
4.7.3. Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores.....	22
4.7.4. Reglamento General Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores.....	22
4.7.5. Plan de Desarrollo Para el Nuevo Ecuador 2024-2025 .....	23
4.8. Factores de riesgo .....	23



4.8.1. Aislamiento social.....	23
4.8.2. Pobreza.....	23
4.8.3. Pérdida de amigos .....	24
5. Metodología.....	25
5.1. Área de estudio .....	25
5.1.1 Localización y características .....	25
5.2. Procedimiento .....	26
5.2.1. Método de estudio.....	26
5.2.2. Enfoque de la investigación .....	27
5.2.3. Tipo de investigación.....	27
5.2.4. Diseño de la investigación .....	27
5.2.5. Población.....	27
5.2.6. Muestra .....	28
5.2.7. Consideraciones éticas .....	28
5.2.8. Criterios de inclusión .....	28
5.2.9. Criterios de exclusión .....	28
5.2.10. Objetivo, método, técnica, instrumentos y procedimiento. ....	28
5.2.10.1. Objetivo específico 1 .....	28
5.2.10.2. Objetivo específico 2 .....	29
5.2.10.3. Objetivo específico 3 .....	30
5.2.11. Procesamiento de datos.....	31
5.2.12. Análisis de datos .....	31
6. Resultados.....	32
6.1 Etapas del proceso de envejecimiento .....	32
6.1.1. Características del proceso de envejecimiento .....	32
6.1.1.1. Características de 60 a 64 años .....	32
6.1.1.2. Características de 65 a 74 años .....	32

6.1.1.3. Características de 75 a 84 años .....	32
6.1.1.4. Características de 85 años y más .....	33
6.1.2. Edad y dificultades para realizar actividades físicas.....	33
6.1.3. Edad y estado de salud.....	34
6.1.4. Edad y capacidad para concentrarse .....	34
6.1.5. Edad y capacidad de aprendizaje .....	35
6.2. Factores que afectan las relaciones interpersonales de los adultos mayores .....	35
6.2.1. Composición del hogar .....	35
6.2.2 Estado de salud e interacción con familiares cercanos .....	36
6.2.3. Dificultades para recordar información y relación con amigos y vecinos.....	37
6.2.4. Interacción con familiares cercanos, amigos o vecinos .....	37
7. Discusión.....	39
8. Conclusiones.....	42
9. Recomendaciones.....	43
10. Bibliografía.....	44
11. Anexos.....	51

## Índice de tablas

Tabla 1 Edad y dificultades para realizar actividades físicas .....	33
Tabla 2 Edad y estado de salud.....	34
Tabla 3 Edad y capacidad para concentrarse .....	34
Tabla 4 Edad y capacidad de aprendizaje .....	35
Tabla 5 Estado de salud e interacción con familiares cercanos .....	36
Tabla 6 Dificultades para recordar información y relación con amigos y vecinos.....	37
Tabla 7 Interacción con familiares cercanos, amigos o vecinos .....	38

## Índice de figuras

Figura 1 Ubicación del cantón Espíndola y de la parroquia El Ingenio .....	26
Figura 2 Ubicación del barrio Consaguana.....	26
Figura 3 Composición del hogar.....	36

## Índice de anexos

Anexo 1. Oficio Autorización.....	51
Anexo 2. Consentimiento informado.....	51
Anexo 3. Estructura de la encuesta.....	54
Anexo 4. Ficha Bibliográfica.....	56
Anexo 5. Tablas y gráficos de la encuesta.....	60
Anexo 6. Propuesta.....	60
Anexo 7. Memoria fotográfica.....	64



**unl**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Unidad de Educación  
a Distancia y en Línea

## 1. Título

El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio

Consaguana de la parroquia El Ingenio, en la actualidad



Educamos para **Transformar**

## 2. Resumen

El envejecimiento es un proceso natural que impacta significativamente en la calidad de vida de las personas adultas mayores, siendo más evidente en los años más avanzados, es un fenómeno multidimensional que afecta los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, y estos a su vez inciden en las relaciones interpersonales de los adultos mayores con su familia y entorno social. En este sentido, se desarrolló la investigación **“El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio”**, la misma que analizó la relación entre el proceso de envejecimiento y las relaciones interpersonales de los adultos mayores, cuyos objetivos incluyeron señalar las etapas del envejecimiento, identificar y analizar los factores que afectaron sus relaciones interpersonales. Para el desarrollo de la investigación se utilizó un enfoque mixto, de tipo exploratorio, diseño no experimental y corte transversal. Los resultados señalan que los factores como el avance en la edad, las limitaciones físicas, problemas de salud física y cognitiva, la falta de apoyo familiar, son determinantes en las relaciones interpersonales; 17% de adultos de 65 a 74 años tienen problemas de autonomía y bienestar físico y cognitivo, este indicador se incrementa al 67% en los adultos de 75 a 84 años y llega al 100% en los adultos de más de 85 años. El envejecimiento y sus factores impactan significativamente en dichas relaciones, a medida que avanza la edad, el deterioro de la salud física y cognitiva limita su capacidad para interactuar, reduciendo la frecuencia de interacciones familiares y sociales, 50% de los encuestados se relacionan con sus familiares cercanos apenas una vez al mes y 65% interactúa rara vez con sus amigos y vecinos, situación que incrementa la soledad, aislamiento social y condiciona su desarrollo emocional y calidad de vida de los adultos mayores.

**Palabras clave:** Adultos mayores, envejecimiento, etapas de envejecimiento, relaciones interpersonales, desarrollo emocional.



## 2.1. Abstract

Aging is a natural process that has a significant impact on the quality of life of older adults, being more evident in the more advanced years, it is a multidimensional phenomenon that affects biological, psychological and social aspects, and these in turn affect the interpersonal relationships of older adults with their family and social environment. In this sense, the research “Aging and interpersonal relationships of older adults in the Consaguana neighborhood of El Ingenio parish” was developed, which analyzed the relationship between the aging process and the interpersonal relationships of older adults, whose objectives included pointing out the stages of aging, identifying and analyzing the factors that affected their interpersonal relationships. A mixed, exploratory, non-experimental, cross-sectional, non-experimental design was used for the development of the research. The results indicate that factors such as advancing age, physical limitations, physical and cognitive health problems, lack of family support, are determining factors in interpersonal relationships; 17% of adults aged 65 to 74 years have problems of autonomy and physical and cognitive well-being, this indicator increases to 67% in adults aged 75 to 84 years and reaches 100% in adults over 85 years. Aging and its factors have a significant impact on these relationships; as age advances, the deterioration of physical and cognitive health limits their ability to interact, reducing the frequency of family and social interactions; 50% of those surveyed interact with their close relatives only once a month and 65% rarely interact with their friends and neighbors, a situation that increases loneliness, social isolation and conditions the emotional development and quality of life of older adults.

**Keyword:** Older adults, aging, stages of aging, interpersonal relationships, emotional development.



### 3. Introducción

El envejecimiento es un proceso natural que afecta a todas las personas, caracterizado por cambios físicos, cognitivos y emocionales que pueden influir significativamente en la calidad de vida de los adultos mayores (Rodríguez et al., 2022). En este contexto, las relaciones interpersonales cumplen un rol importante ya que como lo indican Chenche et al. (2023) facilitan la convivencia en el entorno familiar, social y laboral, permitiendo el intercambio de formas de sentir y de ver la vida, así como la satisfacción de necesidades afectivas y emocionales (p. 3). Sin embargo, en la realidad no siempre sucede esto, ya que a medida que la edad avanza se presentan dificultades que limitan estas interacciones.

Los desafíos que enfrentan los adultos mayores en su vida cotidiana son diversos, como lo señalan Esmeraldas et al. (2019) aproximadamente el 1% de las personas mayores de 65 años en el mundo están completamente inmovilizadas, mientras que un 6% enfrenta serias dificultades para realizar actividades básicas de la vida diaria, y hasta un 10% adicional presenta limitaciones moderadas. Estos porcentajes aumentan de forma significativa al considerar a la población mayor de 80 años, lo cual no solo afecta su autonomía, sino también puede repercutir negativamente en su capacidad para interactuar familiar y socialmente.

En este contexto, el problema que se plantea en la presente investigación radica en las dificultades que se presentan en las relaciones interpersonales de los adultos mayores en el proceso de envejecimiento, como resultado del deterioro físico, cognitivo, edad avanzada, abandono, en otros, particularmente dentro de su núcleo familiar en el barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, cantón Espíndola, provincia de Loja. El estudio y análisis de estas variables resulta de alta importancia, puesto que permite comprender su relación e identificar los factores que influyen en estas interacciones, no solo desde una perspectiva teórica sino también práctica. Adicionalmente, a través del presente estudio se obtiene información relevante que facilita la elaboración de estrategias de intervención orientadas a fortalecer los lazos familiares y comunitarios.

La investigación aporta con información y elementos de análisis sobre las condiciones de vida de los adultos mayores del barrio Consaguana, insumos que bien podrían servir para el estudio de otras poblaciones; en primer lugar, contribuye a hacer visible la importancia de las relaciones interpersonales en la vejez y cómo estas influyen en su bienestar emocional y social. En segundo lugar, permite identificar las necesidades y dificultades que enfrentan en su entorno familiar, facilitando el diseño de estrategias de intervención enfocadas en fortalecer sus vínculos afectivos y mejorar su calidad de vida. Y tercero, la investigación promueve el desarrollo de nuevos conocimientos que fortalecerán la labor del trabajador social en la atención



y acompañamiento de los adultos mayores, impulsando acciones que fomenten su integración y participación activa en la comunidad.

La investigación se relaciona con otros estudios como el de Chenche et al. (2023) que resalta la importancia de las relaciones interpersonales en la calidad de vida de los adultos mayores, indicando que un entorno afectivo y de apoyo favorece el bienestar emocional y psicológico. De la misma forma, Esmeraldas et al. (2019) sostienen que las limitaciones físicas y cognitivas en la vejez pueden afectar negativamente la participación familiar y social de los adultos mayores, agravando su sensación de soledad y dependencia. Estos hallazgos tienen estrecha relación con el presente estudio, puesto que en el barrio Consaguana se identifican factores similares que tienen influencia en la dinámica familiar de los adultos mayores.

Los objetivos que rigen la presente investigación plantean, como objetivo general: analizar la relación entre el envejecimiento y relaciones interpersonales de las personas adultas mayores en su entorno familiar en el barrio Consaguana de la parroquia el Ingenio. Como objetivos específicos: señalar las etapas del proceso de envejecimiento que ocurre en los seres humanos, identificar los factores que afectan las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores y, elaborar una propuesta de intervención para fortalecer las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores durante el proceso de envejecimiento a nivel familiar.

La investigación se centra en la comunidad del barrio Consaguana, donde no se presentaron dificultades significativas para su desarrollo, incluye una sólida fundamentación teórica sobre el proceso de envejecimiento y las relaciones interpersonales, lo que permitió una buena comprensión de ambas variables y su influencia en el bienestar de los adultos mayores. El enfoque teórico y práctico sirvió de base para realizar el análisis de las dinámicas familiares y sociales en la vejez, facilitando la identificación de factores que fortalecen o debilitan estas interacciones.

## 4. Marco teórico

### 4.1. Paradigma sociocrítico

La presente investigación se circunscribe en la teoría de la perspectiva crítica y paradigma socio crítico a través de los cuales se examinará de manera crítica las prácticas y políticas que perpetúan las desigualdades y exclusión de la población objeto de estudio, buscando promover el cambio social para la transformación de las estructuras sociales, el cual incluye “la ideología acompañado de la autocrítica de forma evidente durante el proceso de búsqueda del conocimiento para transformar la realidad” (Loza et al., 2020). Por su parte Habermas (2023, como se citó en Acosta, 2023) argumenta que “El enfoque crítico social debe tener intereses completamente diferentes o incluso opuestos al análisis empírico: no intentará controlar y dominar, pero debe hacerlo” (p. 85).

Así mismo, el enfoque sociocrítico se centra en los postulados conceptuales del cambio social, en búsqueda de la transformación, por lo tanto, propone comprender la realidad como praxis; es unir teoría y praxis, orienta el conocimiento hacia la emancipación del hombre, quien participa como actor social, requiere de un proceso continuo de reflexión y acción (De Franco y Vera, 2020, p. 11).

En el marco de las teorías descritas se explicará el contexto de la temática estudiada, determinará y analizará las condiciones y relaciones existentes en las dificultades de las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana, y finalmente plantear una alternativa de solución a la problemática existente en la búsqueda de promover la transformación, relaciones equitativas y ejercicio de derechos de las personas adultas mayores del barrio, de la parroquia, del cantón y del país.

### 4.2. Antecedentes históricos

Durante la prehistoria, el principal objetivo del hombre era la supervivencia expresada de modo seguro en una convivencia gregaria, su sistema productivo se basaba en una economía de subsistencia básica de recolección y caza. Las condiciones de vida eran muy precarias, existían enfermedades, luchas tribales, una adaptación al medio complicada, entre otros aspectos negativos, donde prácticamente no existía vejez, ya que la esperanza de vida era muy corta. Entonces, quienes alcanzaban los 30 años los relacionaban con algún evento divino y sobrenatural, eran considerados personas de gran sabiduría transmisoras de conocimiento, esenciales para la supervivencia del grupo (Chaparro, 2019).

Dejando la prehistoria, se encuentra que, en algunas sociedades antiguas, los adultos mayores eran vistos como fuente de sabiduría y cumplían roles importantes tanto en la estructura familiar como en la sociedad. Como expresa Gracia (2019), en la antigüedad, los



ancianos no solo eran los padres biológicos en las sociedades familiares, sino que también se les consideraba ungidos de autoridad política e incluso religiosa. Eran el “disco duro” de la sociedad, conocedores y conservadores de los sucesos ancestrales y las tradiciones del grupo. Así mismo, la literatura bíblica también refleja esta veneración, usando términos como “patriarca” para destacar su longevidad y sabiduría (p.3).

Históricamente, en sociedades sin lenguaje escrito, los adultos mayores fueron los guardianes del conocimiento, transmitido oralmente de generación en generación. Al alcanzar edades avanzadas, estas personas eran respetadas, y su longevidad se asociaba a una hazaña lograda con la ayuda de los dioses (Millet, 2020). Las relaciones intergeneracionales entre abuelos, hijos y nietos eran importantes para transmitir valores, conocimientos y apoyo mutuo.

Así mismo, en Grecia fue donde se originó la gerontocracia, es decir, el gobierno ejercido por los ancianos, que se mantuvo hasta el siglo XX. En Esparta, uno de los órganos de gobierno más significativo fue la Gerusía, el cual estaba formado por veintiocho miembros, todos ellos de más de setenta años. En el pueblo hebreo, creían que los ancianos tenían un vínculo con Dios ya que en el Antiguo Testamento refiere que Moisés tomaba decisiones bajo la consulta directa de Dios.

Sin embargo, este poder se debilita en la Edad Media, pues algunos historiadores afirman que la sociedad medieval ignoraba la gerontocracia, ya que fue una época donde primaba la ley del más fuerte, por lo que los ancianos se encontraban desfavorecidos, no obstante, aún tenían el valor como imágenes venerables y simbólicas. Durante el renacimiento, fue una de las peores etapas para la vejez ya que fue una época donde domina la juventud, la belleza, la perfección y las artes, y por ende aparece el rechazo a la fealdad, la imperfección y consecuentemente a la vejez. El desprecio a la vejez se podía observar en las artes y en las letras, especialmente a la mujer, quien era representada de forma arrugada y decrepita (Chaparro, 2019).

Con la Edad Moderna, se da una gran transformación del poder político donde fue delegado al pueblo, surge también lo que hoy en día conocemos como jubilación. El trabajo es la característica más valorada en la sociedad y el Estado se responsabiliza de los servicios prestados a la sociedad, es aquí cuando el Estado también es responsable del cuidado de los ancianos que hasta entonces correspondía únicamente a la familia. En el Mundo Contemporáneo, con el desarrollo de las ciencias, entre ellas la médica, la esperanza de vida se alarga en las sociedades y el número de adultos mayores crece, lo que genera mayor necesidad de asistencia médica, que a su vez conlleva a un empobrecimiento del Estado de Bienestar (Chaparro, 2019).

En este contexto, la familia sufre transformaciones en su estructura y el adulto mayor se transforma en un ser desprotegido. Comienza a producirse el fenómeno de la soledad en las personas mayores, además las familias encuentran dificultades al momento de cuidar a los ancianos sobre todo con la incorporación de la mujer al trabajo. Como se puede ver, todo lo mencionado refleja cómo la posición de los adultos mayores en la sociedad ha influido en sus relaciones interpersonales a lo largo del tiempo. Lo cual ha ido desde ser figuras de sabiduría y respeto en las sociedades antiguas, pasando por etapas de menor valoración y finalmente a la etapa donde el envejecimiento y los cambios en la estructura familiar generan grandes desafíos en su red de apoyo, además, esta evolución ha generado impacto en la manera que los adultos mayores interactúan con su entorno, influyendo en la calidad y el tipo de relaciones que mantienen actualmente.

Actualmente, las relaciones interpersonales se han debilitado por diversos factores. Según la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2024), la globalización, los avances tecnológicos, la urbanización, la migración y los cambios en las normas de género han influido en la vida y las relaciones interpersonales de las personas mayores. Su figura ha perdiendo valor de modo acelerado, generando desapego, falta de afecto e injusticia hacia una generación que en otras épocas inspiraba respeto y valoración. Un claro ejemplo se evidenció en la pandemia de Covid-19, donde la alta tasa de mortalidad en adultos mayores puso en evidencia su vulnerabilidad y la insuficiencia de las políticas de protección social (Millet, 2020).

### 4.3. Datos Estadísticos

Todos los países enfrentan desafíos importantes para garantizar que sus sistemas de salud y asistencia social estén preparados para el cambio demográfico. Se proyecta que para el año 2050, el 80% de las personas mayores vivirán en países de ingresos bajos y medianos. En el 2020, la cantidad de personas de 60 años o más superó a la de niños menores de 5 años y, entre el 2015 y 2050, el porcentaje de los habitantes del mundo mayores de 60 años casi se duplicará, pasando del 12% al 22%. Para 2030, se estima que una de cada seis personas en el mundo tendrá 60 años o más (OMS, 2024). Además, se prevé que para 2050 habrá 2 mil millones de personas mayores a nivel global, con mayor proporción de mujeres, ya que actualmente las cifras muestran que existen 84 hombres por cada 100 mujeres mayores de 60 años (Parés et al., 2020).

Con respecto a América Latina y el Caribe, la población está envejeciendo de manera acelerada, y se estima que en los próximos 35 años alcanzará el 25% del total, en un periodo mucho más corto que el que experimentó Europa. Esta aceleración plantea grandes desafíos para los países de la región, tomando en cuenta que aproximadamente el 11% de adultos





mayores requieren cuidados dependientes. En cuanto a sus condiciones de salud el 25% de la población mayor de 60 años sufre alguna enfermedad cardiovascular, también existe un incremento de enfermedades crónicas como diabetes e hipertensión y a su vez con el envejecimiento hay un aumento de enfermedades neurodegenerativas, demencia y Alzheimer en mayores de 80 años (Piña et al., 2022, p. 4)

En Ecuador, según el censo de población y vivienda, se contabilizaron 1'250.590 personas de 65 años y más. De este grupo, el 53,6% son mujeres y el 46,4 % hombres. Se proyecta que para el año 2054, el 18% de la población ecuatoriana será adulta mayor con una esperanza de vida mayor para las mujeres con 83,5 años en comparación con los 77,6 años de los hombres. La provincia de Loja alberga una alta proporción de adultos mayores, quienes representan el 11,9% de su población total (Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC], 2023; Ministerio de Inclusión Económica y social [MIES], 2020).

En el cantón Espíndola, la población adulta mayor constituye el 16,6% de la población, de los cuales 1186 son mujeres y 1163 son hombres. En la parroquia El Ingenio, el 14,3% de la población corresponde a personas adultas mayores, con una distribución de 114 mujeres y 122 hombres (Censo Ecuador, 2022).

En el barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, de la misma manera existe gran cantidad de adultos mayores en relación al total de sus habitantes. Este es un barrio rural, alejado del centro poblado, lo que representa varios desafíos para los adultos mayores, sobre todo en lo referente a servicios esenciales como salud, transporte y asistencia social. Las dificultades para movilizarse hacia centros de atención médica y otros servicios hacen que muchos adultos mayores dependan en gran medida del apoyo de familiares. Sin embargo, la limitada interacción social y la distancia entre las viviendas, suelen afectar negativamente sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional, desatando sentimientos de soledad y aislamiento.

De esta manera, las altas tasas de aislamiento social y soledad en todo el mundo tienen graves consecuencias para la salud y el bienestar. Según la OMS (2023), las personas que no tienen suficientes relaciones interpersonales corren un mayor riesgo de sufrir accidentes cerebrovasculares, ansiedad, demencia, depresión, suicidio. Estas cifras demuestran la importancia que se debe poner a la población adulta mayor ya que a medida que envejecen requieren de una comprensión mucho más amplia, donde mantener las relaciones interpersonales es vital para su bienestar y calidad de vida.

En los países occidentales, se suele establecer los sesenta y cinco años como la edad promedio a partir de la cual se considera a una persona como adulta mayor. Esta cifra es más bien usada en naciones industrializadas para vincularla a la expectativa de vida y a la necesidad

de fijar una edad de jubilación en los sistemas de pensiones, y no a una comprensión más profunda de lo que constituye la última etapa de la vida humana. Es importante señalar que muchas personas en Europa y América, mayores de 65 años, no se consideran a sí mismas como viejas, ni son percibidas de ese modo por gran parte de sus contemporáneos (Rubiera et al., 2023).

#### **4.4. Bases teóricas**

Cotrado y Huapaya (2020) señalan las siguientes teorías:

##### **4.4.1. Teorías psicológicas**

Esta teoría abarca principalmente temas como; facultades cognitivas, rasgos de personalidad y afrontamiento de la problemática del envejecimiento. En cuanto a las facultades cognitivas es un tema amplio que involucra la capacidad de pensar, razonar, actuar, percibir, reaccionar, decidir y mucho más. Todo ello puede tener influencia por el nivel educativo, el entorno social en el que vive, y las actividades que realizó durante su vida. Todo esto influye en su personalidad ya que con el paso del tiempo puede ir olvidando cómo comunicarse y le perjudica en sus relaciones interpersonales lo que a su vez ocasiona aislamiento de la persona porque nadie lo entendería.

##### **4.4.2. Teorías sociales**

Esta teoría explica que la sociedad ve al adulto mayor como una carga que no genera ingresos, sino que genera gastos. Pues la sociedad actual está interesada en personas jóvenes que puedan generar ingresos y no en los adultos mayores mismos que bajan su rendimiento laboral por los achaques de la vida. Esta percepción genera estereotipos negativos que afectan su autoestima y bienestar, además, limita sus oportunidades de participar en lo social y familiar, debilitando sus relaciones interpersonales y como consecuencia muchos adultos mayores se enfrentan al aislamiento social.

##### **4.4.3. Teorías de la actividad o del apego**

Afirma que sólo el individuo activo puede ser feliz y satisfecho, lo que destaca la importancia de permitir que una persona adulta mayor pueda realizar las mismas actividades que una persona joven, ya que la edad no debe ser un obstáculo, de esa manera se evita que los adultos mayores se sientan inútiles e inservibles. La edad no debe ser obstáculo para el desarrollo personal y social, al mantenerse activos, fortalecen sus relaciones interpersonales, previenen el aislamiento y mejoran su bienestar emocional.

Por su parte Sarmiento (2023) señala las siguientes teorías:



#### ***4.4.4. Teorías del envejecimiento exitoso***

El concepto de envejecimiento exitoso propuesto por Havighurst indica que es un estado de contento y felicidad, pero también reconoce que es difícil definir con claridad la felicidad para cada persona. Además, sostiene que personas de la misma edad pueden presentar condiciones físicas y mentales diversas, asimismo distintos niveles de satisfacción personal. En este contexto, la satisfacción con la vida se considera un indicador clave de adaptación al envejecimiento, un proceso que involucra enfrentar variedad de pérdidas, como el alejamiento de los hijos, la pérdida de seres queridos o enfermedades. A su vez dentro de esta teoría se encuentra las siguientes teorías:

#### ***4.4.5. Teoría de la actividad***

Es una teoría que explica que las personas mayores alcanzan una satisfacción con la vida si permanecen activas, es decir, si se mantienen desarrollando actividades a lo largo de su vida. Para que exista un envejecimiento saludable es necesario conservar un nivel de actividad similar al de una persona de edad media, ya que esto promueve una autoimagen positiva y un fuerte compromiso con sus ocupaciones en la etapa final de la vida. Mantenerse ocupados en actividades recreativas, comunitarias e incluso laborales refuerzan el sentido de vida contribuyendo a su bienestar y plenitud.

#### ***4.4.6. Teoría de la desvinculación***

Con la edad las personas tienden a reducir su participación en actividades sociales intensas, disminuyendo de esa forma la frecuencia de sus interacciones en comparación con años jóvenes. A diferencia de la teoría de la actividad, los autores de esta teoría sostienen que las personas mayores alcanzan la satisfacción al abandonar ciertos roles de etapas previas, como el trabajo, cuidado de hijos o nietos y el contacto frecuente con amigos. Para ellos la edad adulta mayor implica una desvinculación natural de la sociedad, que permite a las personas disfrutar de un distanciamiento de los roles.

#### ***4.4.7. Teoría de la continuidad***

Sugiere que el envejecimiento exitoso se obtiene cuando las personas mantienen estables ciertos aspectos internos como los pensamientos, el estado de ánimo, la personalidad, y formas de pensar e interpretar experiencias. Así mismo los elementos externos como su entorno físico y social y las relaciones familiares. Mantener estos elementos, considerados esenciales para su identidad, facilitará una mejor adaptación a las nuevas condiciones de la adultez mayor.





## 4.5. Variable uno: Envejecimiento

### 4.5.1. Definición de envejecimiento

Desde el punto de vista biológico, el envejecimiento es un proceso natural, intrínseco, dinámico, secuencial, progresivo, universal y, hasta ahora, inevitable e irreversible. Este proceso incrementa la vulnerabilidad, genera pérdida de vitalidad, cambios en la energía, enfermedades y finalmente la muerte. Afecta de modo sistémico, principalmente a los sistemas nervioso, cardiovascular, endocrino, músculo esquelético, digestivo e inmunológico, lo que con frecuencia ocasiona dependencia e incapacidad en las personas (Coutiño et al., 2020, p. 21).

Mientras que Carabalí (2021) señala que el envejecimiento es un proceso natural, continuo y dinámico, determinado por numerosos cambios en las diferentes áreas del ser humano. La adaptación de cada persona a estos cambios a lo largo de su vida depende de modo considerable de cómo ha gestionado su capital biológico, mental y social, bajo las influencias de factores culturales, familiares y medioambientales (p, 27).

Del mismo modo, el envejecimiento es un proceso universal que comienza desde la concepción y se experimenta de manera individual en cada persona. Abarca cambios biológicos, psicológicos y sociales (Rodríguez et al., 2022). es un proceso complejo que no solo implica transformaciones físicas sino también cambios emocionales y cognitivos que pueden influir en la calidad de vida. Por lo que comprender el envejecimiento en sus diferentes aspectos es de suma importancia para promover estrategias que favorezcan el bienestar y la inclusión de los adultos mayores en la sociedad.

También, el envejecimiento equivale al proceso del mismo vivir en el que se conjugan múltiples aspectos y su significado varía de acuerdo a la connotación que cada cultura haga de él. El envejecimiento cobra un significado, no solo biológico, sino que se asocia a las condiciones en las que se vive a lo largo de la vida: contextos físicos, geográficos, sociales, económicos y culturales, que configuran modos de vida particulares a fin de organizar la experiencia social e individual del vivir–envejecer de las personas (Torres y Arias, 2019, p. 90).

En definitiva y a modo de resumen se puede decir que el envejecimiento es un proceso del que nadie se escapa y empieza desde la concepción misma, siendo ya más notorio con los avanzados años de las personas. Es un fenómeno multidimensional que involucra los aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Por lo que, tener claro lo que implica el envejecimiento es esencial para poder comprender y apoyar sobre todo a quienes por diversas razones les está resultando más difícil este proceso.

#### 4.5.2. *Etapas del envejecimiento*

Como se ha visto, el envejecimiento empieza desde la misma concepción, resultando ser un proceso continuo e irreversible por lo que es importante hacer una breve revisión de las diversas etapas por las que atraviesa el ser humano, las cuales son:

Etapas de la lactancia, que da inicio desde el nacimiento hasta los dos años de edad. Y la niñez, desde los 2 años hasta los 12, en donde los niños experimentan un crecimiento y desarrollo acelerado en todas las áreas. Existe desarrollo cognitivo, emocional y social, y el juego es parte importante en su desarrollo, así mismo es característico que en esta etapa dependen en gran medida de los adultos (Sepúlveda, 2023). Continúa la adolescencia, la cual es una etapa que da inicio con la pubertad siendo esta quien pone fin a la infancia y abre las puertas de la adolescencia la cual va desde los 12 años a los 20. La adolescencia es una etapa importante para llegar a la adultez en donde existe una experimentación de cambios tanto físicos, sociales y psicológicos (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020).

Sigue la adultez temprana entre los 20 y 40 años, esta etapa se da inicio al finalizar la adolescencia, por lo general es un periodo lleno de expectativas del futuro, alcanza la plenitud física, pues es cuando existe mayor fuerza y energía. Hay un mayor desarrollo a nivel cognitivo. Y también, se alcanza el desarrollo completo de la propia identidad (Arrimada, 2023). Luego la adultez media de los 40 a 60 años, es una etapa en donde comienza la disminución de las capacidades cognitivas, ya existe un declive a nivel físico, pero también se asientan los valores morales en base a lo aprendido a lo largo de la vida, presentan mayor capacidad para enfrentarse a las adversidades, suele existir una búsqueda del bienestar y tranquilidad a diferencia de etapas anteriores, como también mayor flexibilidad para adaptarse al entorno (Arrimada, 2023).

Y, la etapa de senectud o vejez que abarca de los 60 años en adelante. Pues algunos autores consideran que el envejecimiento en sí empieza a partir de los 60 años, es decir, los declives en la salud tanto física como psicológica empiezan a ser bastante notorios, de esta manera la OMS (como se citó en García et al., 2022, p. 64) identifica las siguientes clasificaciones en este intervalo: Pre-vejez, de los 60 a 64 años; Vejez funcional, entre los 65 a 74 años; Vejez plena, de los 75 años a los 84; Vejez avanzada, de los 85 años y más.

Del mismo modo, otra clasificación que es mayormente aceptada en el ámbito gerontológico es la de Hernández et. al (como se citó en García et al., 2022, p. 64) en donde se describen las siguientes etapas: Viejos- jóvenes, de los 60 años a los 74, los cuales son potencialmente activos y en su mayoría sanos; Viejos-viejos, de los 75 años a los 89, existe mayor riesgo de limitaciones físicas, psicológicas y sociales; Viejos- longevos, de los 90 años

y más, aquí se encuentra la población vulnerable biológica, psicológica y socialmente. Dado el criterio cronológico se identifican las siguientes etapas, “De 60 a 70 años se le denomina senectud; de 72 a 90 años se comprende a la vejez y de más de 90 años, a los grandes ancianos” (Zamorano et al., 2022, p. 3).

En Ecuador, como lo establece la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores, son considerados personas adultas mayores las ciudadanas y los ciudadanos que han cumplido 65 años de edad (Asamblea Nacional del Ecuador, 2019).

Todo lo mencionado es muy importante para tener un claro conocimiento de cómo el cuerpo humano va experimentando cambios a medida que pasan los años, y es algo de lo que nadie está exento, pueden existir algunas diferencias al momento de empezar a sentir cambios ya que para algunos llegar a los 65 años puede resultar ser placentero, pero para otros puede ser totalmente diferente y difícil, todo depende de entorno y las situaciones en las que se encuentre. La importancia de todo esto es que la familia y sociedad debe ser consciente de estos cambios ocurridos con el pasar de los años y brindar todo el apoyo necesario para que los adultos mayores se sientan comprendidos, apoyados y útiles.

#### **4.5.3. Tipos de envejecimiento**

##### **4.5.3.1 Envejecimiento normal**

En este tipo de envejecimiento el adulto mayor mantiene el pleno uso, o al menos en mayor medida, de sus funciones operativas y ejecutivas, las cuales le permitirán seguir siendo una persona independiente, aunque, incluso en este tipo de envejecimiento, se presentan anomalías en la diversidad de habilidades cognitivas y mentales, y, quizás también, funcionales” (Peñaloza et al., 2021, p. 2). Así mismo, en este tipo de envejecimiento la persona puede mantenerse en mínima probabilidad de enfermar, mantiene buenos niveles de actividad física, mental y logra mantener las relaciones interpersonales y participación en actividades significativas y vitales (Pinilla et al., 2021).

Entonces, con lo mencionado por los autores, el envejecimiento normal es aquel en el que a pesar del paso de los años, avanzada edad cronológica, disminuciones en las diferentes funcionalidades y capacidades propias de la edad, la persona sigue manteniéndose independiente y activa en muchas actividades que le ayudan a mantener un bienestar y calidad de vida, por lo tanto el proceso de envejecimiento debe ser visto a más de un proceso natural como un proceso valioso del ciclo de vida del ser humano, donde el apoyo familiar y social debe estar presente.

#### **4.5.3.2. Envejecimiento activo o saludable**

Desde la perspectiva científica, el envejecimiento activo se percibe como un concepto amplio que abarca todo el ciclo de la vida. Es un término relacionado con otros términos como envejecimiento saludable, exitoso o productivo y representa un paradigma gerontológico que se aleja del enfoque tradicional el cual se centra en el deterioro y la discapacidad.

Entonces, el envejecimiento activo o saludable es entendido como la capacidad de mantener o desarrollar la capacidad funcional que ayuda al bienestar en la vejez, mediante el fomento y mantenimiento de la capacidad intrínseca, capacidades físicas y mentales (Mostacero y Martínez, 2019). Este tipo de envejecimiento es algo más que una respuesta a las dificultades del proceso que se da con el envejecimiento, pues se presenta como un enfoque proactivo y positivo que busca promover el bienestar y la calidad de vida de las personas adultas mayores.

Por su parte la OMS (2002, como se citó en Lázaro et al., 2019), define al envejecimiento activo como un proceso de optimización de las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, la participación y seguridad para mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen, reconociendo la heterogeneidad de las personas mayores y la tendencia a la diversidad que va apareciendo conforme aumenta la edad.

De igual manera, el envejecimiento activo o saludable se lo define como el proceso que promueve y preserva la capacidad funcional y la capacidad intrínseca, que abarca aspectos de la salud que permiten a las personas ser y hacer lo que consideran importante. Esta capacidad está influenciada por las características del entorno y su interacción con la persona (López et al., 2020). De este modo, es importante reconocer y apoyar la capacidad de las personas mayores para que continúen participando en la sociedad de modo significativo para lograr su dignidad, empoderamiento, inclusión social, participación, etc.

#### **4.5.3.3 Envejecimiento Patológico**

Es abordado por algunos autores, desde el criterio de la dependencia, lo que involucra una fragilidad física, social y cognitiva que lleva a un deterioro de la calidad de vida. Lo experimentan las personas con mala autoevaluación de su estado de salud cuando se encuentra afectado en diversas dimensiones. Es decir, este envejecimiento patológico se da en personas incapaces de soportar las evidencias del paso del tiempo, por lo que dichos cambios no se logran asimilar gradualmente y en su lugar aparecen mecanismos de defensa que hacen difícil o impiden su elaboración (López et al., 2020, p. 4).

Así mismo, el envejecimiento patológico sucede cuando los procesos degenerativos y las enfermedades dificultan que la persona se adapte al entorno, pueden manifestarse síntomas de leves a graves, de los cuales los más frecuentes son la confusión, desorientación, pérdida de

memoria, debilidad muscular, problemas de visión y audición (Zamorano et al., 2022). Es una etapa desafiante para quienes lo atraviesan y sus familias, ya que las enfermedades crónicas y degenerativas afectan en gran medida la funcionalidad y calidad de vida, por lo que se debe procurar un entorno más comprensivo y solidario para quienes atraviesan estas difíciles condiciones.

Sumado a ello, este tipo de envejecimiento “Es cuando aparece un deterioro progresivo de las funciones cognitivas del adulto mayor, siendo la enfermedad de Alzheimer y otras dolencias vinculadas al envejecimiento las más frecuentes actualmente, sobre todo en las personas entre 65 y 85 años de edad” (Peñaloza et al., 2021, p. 2). El deterioro cognitivo en el proceso de envejecimiento es una realidad compleja que requiere una atención integral, además la familia debe estar pendiente ante cualquier indicio para su detección temprana y pueda realizar un manejo adecuado y efectivo.

#### ***4.5.4. Principales cambios en el proceso de envejecimiento***

##### **4.5.4.1. Cambios físicos**

Los cambios físicos hacen referencia a aquellas transformaciones del cuerpo que se dan conforme pasan los años. La salud física y cómo se relaciona con la edad biológica incluyendo los cambios anatómicos y bioquímicos que ocurren en el organismo durante el proceso de envejecimiento de cada persona (Ojediz, 2023). Se debe comprender que a medida que se envejece, el cuerpo experimenta cambios estructurales y funcionales que pueden afectar la capacidad para mantener un buen estado de salud y bienestar, ya que no solo afecta el aspecto físico sino también la función de los sistemas, aparatos y órganos.

Igualmente, durante el proceso del envejecimiento se producen cambios en el aspecto físico de las personas, en su postura, forma de caminar, facciones, color de pelo, capacidad visual y auditiva, disminuye la capacidad del almacenamiento de la memoria que afecta a los tres tipos de memoria a corto, mediano y largo plazo, sueño alterado, entre otros aspectos (Esmeraldas et al., 2019, p. 66).

Ante el proceso del envejecimiento se observa muchos cambios a nivel físico en donde algunos de estos ocurren por alteraciones patológicas del individuo, enfermedades crónicas degenerativas, cambios genéticos ambientales y estilos de vida (Rodríguez et al., 2022)

De igual manera, en la piel aparecen manchas seniles y se vuelve más fina y menos flexible por la disminución del colágeno. El pelo se torna gris y se adelgaza, las uñas presentan engrosamiento. Los huesos se debilitan por la disminución del calcio, los discos pierden



líquidos y se adelgazan. A nivel muscular la fuerza disminuye más rápido en las extremidades inferiores que en las superiores por lo que puede presentarse alteraciones en la marcha.

En cuanto a los órganos sensoriales también presentan cambios, en la visión, en el ojo la sensibilidad de la córnea disminuye hasta en un 50 % y la retina se adelgaza por la pérdida de las neuronas. En la audición existe una pérdida gradual por múltiples factores. En el gusto en la lengua se atrofian las papilas gustativas lo que afecta de modo particular el gusto a lo dulce y salado. En el olfato existe disminución en la capacidad para distinguir los olores. En definitiva, los aparatos y sistemas del cuerpo presentan cambios que pueden afectar su función y eficiencia (Rodríguez et al., 2022).

Así mismo, el envejecimiento implica cambios degenerativos en el organismo, como la menor secreción de hormonas, metabolismo más lento, envejecimiento general de las células, cambios sensoriales de vista y audición, deterioro de la fuerza y de los músculos. Aumenta el riesgo de enfermedades crónicas. Sin embargo, se pueden presentar distintos cambios en personas mayores de la misma edad (López et al., 2020, p. 3)

#### **4.5.4.2. Cambios cognitivos**

Durante el envejecimiento las personas manifiestan cambios en las funciones cognitivas, evidenciados al tardar más en responder a la información que reciben y al enfrentar dificultades para resolver las tareas que se les exigen. Se observa un declive en las fases del procesamiento de la información, la retención o la memoria (González et al., 2020).

El adulto mayor en esta etapa de la vida suele empezar a experimentar una disminución en el rendimiento de sus funciones cerebrales, así como: la memoria, el pensamiento abstracto, el lenguaje, la orientación y en las habilidades visoespaciales. Sin embargo, es importante conocer que estos no se presentan de la misma manera en todas las personas, cada una los puede experimentar de forma progresiva y/o específica, pues, la edad, el estilo de vida antecedentes genéticos entre otros factores pueden influir en los cambios cognitivos mencionados (Hernández, 2024).

Entonces, comprender y conocer estos cambios cognitivos que se dan en el proceso de envejecimiento no solo ayuda a mejorar la atención y apoyo hacia las personas mayores, sino que promueve una sociedad más inclusiva y compasiva que valora y respeta la dignidad y experiencias de todos sus miembros.

#### **4.5.4.3. Cambios Sociales**

En cuanto a los cambios en el aspecto social en el proceso de envejecimiento las personas enfrentan cambios importantes y algunos de estos tienen que ver con la seguridad

social, la salud, la economía, la vivienda y las actividades socioculturales. Uno de los cambios sociales que pone en riesgo a las personas es su vulnerabilidad ante el maltrato físico, emocional y económico, así como el riesgo al abandono (Rodríguez et al., 2022). Estos cambios recalcan la necesidad crítica de implementar políticas públicas y programas que protejan y promuevan el bienestar integral de todas las personas adultas mayores.

Los roles y funciones de las personas van cambiando dentro de la sociedad. Se relaciona con los roles específicos que lleva a cabo cada una de las personas acordes a su edad. Es lo que se denomina, los roles específicos de la edad y las consiguientes expectativas que se crean del mismo. Con estos roles específicos, se crean los llamados patrones de comportamiento relacionados con la edad (Ojediz, 2023).

Las redes sociales y las relaciones pueden verse mermadas, aumenta la distancia intergeneracional. En este caso también aparecen los prejuicios y mitos relacionados con el envejecimiento que cada sociedad pudiera tener (López et al., 2020, p. 3). Lo que evidencia la importancia de promover la inclusión social, el respeto y la participación activa de las personas adultas mayores en todos los ámbitos de la sociedad.

#### **4.5.4.4. Cambios emocionales**

Los cambios a nivel emocional son el resultado de factores sociales, físicos y cognitivos, en este contexto, lo que más suele afectar es la propia percepción ante las exigencias de la sociedad actual y la forma en que se enfrenta la realidad del envejecimiento. Muchas personas experimentan disminución de la autoestima al enfrentar jubilación o retiro, lo que produce una pérdida de valor personal. También pueden sentir marginación social, al creer que ya no son útiles e importantes para los demás, lo cual produce una pérdida del sentido de la vida que se manifiesta como depresión o una sensación de falta de significado en la existencia (González et al., 2020).

Aquellas personas que no llevan bien el paso del tiempo, pueden empezar a presentar sentimientos de tristeza y pena, empiezan a pensar más en la muerte y a sentir nostalgia. Con el envejecimiento comienzan a desarrollar dependencia a causa de la salud física o mental lo que puede llevar a sentimientos de inutilidad (Rodríguez et al. 2022).

Además, con los cambios cognitivos la función emocional se ve afectada, pues el envejecimiento trae consigo una serie de situaciones conflictivas y eventos que producirán reacciones afectivas negativas como depresión, soledad, malestar y, en general, sufrimiento (González et al., 2020).

## 4.6. Variable dos: Relaciones interpersonales

### 4.6.1. Definición de relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales son las interacciones que se dan entre al menos dos personas en cualquier contexto sociocultural y son fundamentales en la vida en sociedad y así mismo permiten tanto el conocimiento mutuo como la autoconciencia de los individuos (Moreno y Pérez, 2018, como se citó en Hanco et al., 2021, p. 187). Mediante estas interacciones no solo se aprende sobre los demás y se desarrolla empatía, sino también ayuda a descubrirse a sí mismo en relación con los demás, ofrecen la oportunidad de crecer personal y emocionalmente.

Las relaciones interpersonales son la conexión que se establece entre las personas y que facilitan el intercambio de perspectivas, dar a conocer las distintas formas de vivir la vida, necesidades, sentimientos, emociones, fuente de aprendizaje y crecimiento y vía de enriquecimiento personal” (Bustamante y Anticona, 2018, como se citó en Tafur et al., 2021, p. 153). Estas relaciones interpersonales brindan la oportunidad de aprender de los demás, son fuente de apoyo emocional y al cultivarlas de manera saludable y significativas es importante para construir una red de apoyo y mantener el equilibrio emocional.

Las relaciones interpersonales son aquellas conexiones a largo plazo que pueden involucrar a dos o más personas. Estas relaciones pueden manifestar empatía durante el desarrollo de diversas funciones y se hallan en una variedad de contextos, como en las amistades, los entornos laborales y familiares, pueden ser profundas o superficiales. También se puede decir que son un intercambio de información, comportamientos, actitudes, percepciones y sentimientos entre las personas (Salmeron, 2022, p. 15).

### 4.6.2. Tipos de relaciones interpersonales

Los autores Chenche et al. (2023) señalan los siguientes tipos de relaciones interpersonales:

#### 4.6.2.1. Familiares

Son aquellas que representan una forma de comunicación entre todos los miembros que las conforman, siendo un aspecto clave en el que se expresan el amor, los sentimientos y las inquietudes. Cuando están bien fundamentadas, estas relaciones crean lazos afectivos que perduran en el tiempo. A partir de esto, se puede decir que el estilo de vida en el entorno familiar refleja la relación con la sociedad. Una persona que disfruta de un buen ambiente familiar generalmente se mostrará motivada en diversos contextos.



#### 4.6.2.2. Superficiales

Se caracterizan por compartir menos intimidad que una verdadera amistad, sin embargo, brindan momentos agradables. Son valiosas en contextos sociales donde predominan los valores, aunque no existe un alto nivel de confianza, como ocurre en relaciones más profundas.

#### 4.6.2.3. Circunstanciales

Son aquellas que se encuentran en un punto intermedio entre las relaciones íntimas y superficiales, tienen que ver con las personas que se interactúa con frecuencia, pero sin un apego profundo. Estas relaciones pueden generar recuerdos agradables o pequeñas historias para contar.

#### 4.6.3. Factores que influyen en las relaciones interpersonales

A medida que la edad avanza las relaciones interpersonales se ven afectadas por factores como: el deterioro de la salud física y mental, la disminución de las redes sociales, el rechazo social, muerte de amigos y familiares contemporáneos. Todo esto produce sentimientos de inutilidad, carga y aislamiento lo cual genera una sensación de soledad en el adulto mayor y a su vez la soledad se relaciona con la tristeza, afeción de socialización y cotidianidad (Chaparro et al., 2019).

Así mismo otro factor importante es la participación social en la comunidad, pues su participación activa en organizaciones comunitarias ya sea de carácter religioso, deportivo, cultural, recreativos, políticas y de voluntariados. Pues diversos estudios han reportado efectos positivos de la participación social para la salud del adulto mayor, siendo considerada como un estímulo para aumentar el nivel de actividad física y sobre todo la capacidad de sociabilización, lo que favorece las funciones cognitivas (Sepúlveda et al., 2020)

Del mismo modo, la tecnología es otro factor que no puede dejarse de lado en este tema ya que estudios demuestran que las personas mayores mediante el uso de las TIC les permiten mejorar sus oportunidades informativas, favorece la autonomía, las relaciones sociales y familiares, la actividad y el acceso a servicios sociales, actividades culturales y de aprendizaje mejorando de esta manera su situación de aislamiento y soledad (Rivoir y Morales, 2019). Sin embargo, muchos adultos mayores no tienen acceso a la tecnología ya sea por la falta de recursos económicos para adquirir dispositivos y servicios digitales, como también la falta de habilidades tecnológicas son limitaciones que no les permite beneficiarse de las oportunidades que ofrece la tecnología y mejorar sus relaciones interpersonales y por ende su calidad de vida.



#### **4.6.4. Familia**

La familia es vista como el núcleo primordial para todos los seres humanos, pues se fundamenta en la relación de parentesco y la creación de lazos sociales y legales. Se compone por quienes viven juntos bajo el mismo techo y comparten una vida cotidiana (Olloa y Barcia, 2019, p. 86). Por lo que es la parte esencial de cada ser humano, es el lugar del cual siempre debe recibir apoyo y comprensión.

La familia cumple un rol fundamental en la vida del adulto mayor ya que por lo general es donde recibe afecto, calidez, cercanía y solidaridad, además de los cuidados que la edad exige, pues la familia asume esta responsabilidad moral en un mundo donde esta carga aumenta debido al envejecimiento demográfico, que eleva la cantidad de personas mayores, con esperanza de vida y mayor riesgo (Matalio, 2019).

De esta manera, es importante que la familia sea consciente, empática y brinde el apoyo necesario a sus adultos mayores, dado que en su momento fueron ellos quienes dieron todo de sí para el bienestar de todos, y que por cuestiones del paso de los años ya no cuentan con la misma capacidad física y psicológica para hacer frente a la vida con la misma fuerza y decisión que cuando eran jóvenes.

### **4.7. Marco Legal**

#### **4.7.1. Declaración Universal de Derechos Humanos**

La presente investigación tiene su base en el Art. 1 de la Declaración Universal de Derechos Humanos donde menciona que “Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros”. Y del mismo modo en el Art. 25 literal 1, donde establece que “Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez y otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad” Organización de las Naciones Unidas [ONU] (1948).

Esto destaca la importancia de la investigación en el contexto de los derechos universales, contribuyendo a garantizar la dignidad, igualdad y bienestar de las personas adultas mayores, alineándose con los esfuerzos globales para promover los derechos humanos y mejorar la calidad de vida de todos, en especial aquellos en situación de vulnerabilidad.

#### **4.7.2. Constitución de la República del Ecuador de 2008**

Se enmarca en el Art. 36 donde señala que: Las personas adultas mayores recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado, en especial en los campos de inclusión social y económica, y protección contra la violencia. Se considerarán personas adultas mayores aquellas personas que hayan cumplido los sesenta y cinco años de edad. Así mismo en el Art. 38 numeral 3 el cual establece el: “Desarrollo de programas y políticas destinadas a fomentar su autonomía personal, disminuir su dependencia y conseguir su plena integración social (Asamblea Nacional del Ecuador, 2019).

La constitución ecuatoriana es muy importante ya que proporciona la base legal del trabajo, pues la presente investigación puede contribuir al cumplimiento de los mandatos constitucionales en cuanto a proporcionar atención prioritaria, fomentar la autonomía y la integración social de las personas adultas mayores.

#### **4.7.3 Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores**

Específicamente en el Art. 11 donde menciona que la familia tiene la corresponsabilidad de cuidar la integridad física, mental y emocional de las personas adultas mayores y brindarles el apoyo necesario para satisfacer su desarrollo integral, respetando sus derechos, autonomía y voluntad. Y en el Art. 51 donde resalta que el Estado debe crear espacios específicos de comunicación y divulgación con fines educativos, informativos y culturales que promuevan los derechos y oportunidades de los adultos mayores para que tengan un envejecimiento, activo digno y saludable (Asamblea Nacional del Ecuador, 2019).

#### **4.7.4. Reglamento General Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores**

Así también la investigación tiene su marco legal basado en el Reglamento General Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores en los artículos 11 y 15.

Art. 11 - Corresponsabilidad de la Sociedad: La sociedad, en particular las organizaciones sociales que conforman la sociedad civil organizada desarrollarán acciones encaminadas a promover, prevenir, proteger y garantizar los derechos de las personas adultas mayores.

Art. 15 Obligación de la familia: Los miembros de la familia de las personas adultas mayores son responsables de su cuidado y protección; para lo cual, deberán, entre otros aspectos: Procurar la estabilidad emocional y psíquica de las personas adultas mayores; Prever, en el contexto de sus posibilidades económicas, una alimentación adecuada a las necesidades nutricionales, la seguridad económica y el bienestar material como también espacios de ocio y recreación específicos para las personas adultas mayores (Moreno , 2020).

#### **4.7.5. Plan de Desarrollo Para el Nuevo Ecuador 2024-2025**

Se sustenta en el eje social, objetivo 1 en donde señala: Mejorar las condiciones de vida de la población de forma integral, promoviendo el acceso equitativo a salud, vivienda y bienestar social, y sobre todo en la política 1.2 en donde sostiene que se debe garantizar la inclusión social de las personas y grupos de atención prioritaria durante su ciclo de vida, en donde dos de sus estrategias son: Potenciar los programas y servicios de protección especial de cuidado y atención integral a las personas y grupos de atención prioritaria; Fortalecer la capacidad técnica, equipamiento e infraestructura para los programas y servicios de protección especial, de cuidado y atención integral a las personas y grupos de atención prioritaria (Moya, 2024).

### **4.8. Factores de riesgo**

#### **4.8.1. Aislamiento social**

El aislamiento social representa una realidad objetiva presente en el ámbito de las interacciones sociales y hace referencia a la limitación de los contactos con otras personas, ya sea familiares o amigos lo que a su vez puede dar lugar a sentimientos de soledad (Salas y Ceminari, 2021). Esta situación afecta gravemente a las relaciones interpersonales de los adultos mayores, quienes pierden el contacto regular con sus hijos, nietos, amigos o vecinos lo que les genera una disminución en el bienestar.

#### **4.8.2. Pobreza**

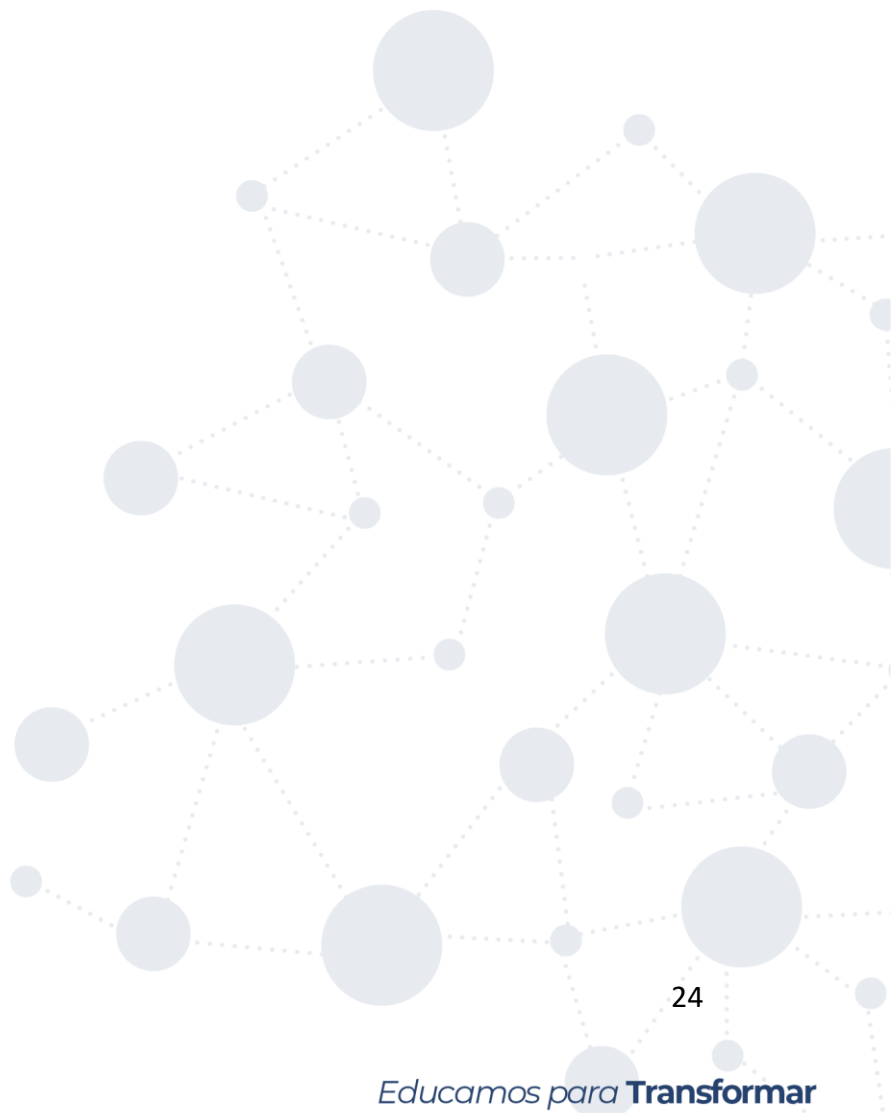
Cuando las familias son de escasos recursos afecta su capacidad para proporcionar los cuidados adecuados a los adultos mayores, y es una situación que puede generar tensiones familiares y debilitar las relaciones interpersonales.

Estudios revelan que el bienestar de la población de adultos mayores es más desfavorable en el campo que en la ciudad y que no hay diferencias sustanciales por género. Así mismo, que, para las personas mayores, la pobreza se vincula con la incapacidad para el cumplimiento de sus roles y responsabilidades tanto sociales como económicas. Entonces, los más pobres son aquellos que no cuentan con los medios suficientes para cubrir sus necesidades básicas y mejorar su posición, mientras que la pobreza extrema tiene relación con la ausencia de seguridad en los ingresos, apoyo familiar o social insuficiente y mala salud combinada con la atención médica inadecuada. Los adultos mayores son más vulnerables si no tienen hijos adultos o son viudas, y se sabe que las mujeres tienen más probabilidad que los hombres de enviudar, esto por su mayor longevidad (Paz y Arévalo, 2019, p.5).



### 4.8.3. *Pérdida de amigos*

En la vejez, desarrollar nuevas amistades es algo difícil, por lo que muchos de sus amigos son personas que conocían desde su juventud o años productivos por lo general las amistades coinciden en la edad generacional, perder un amigo en la etapa de la vejez constituye una gran pérdida emocional (Rodríguez et al., 2022).



## 5. Metodología

### 5.1. Área de estudio

#### 5.1.1 Localización y características

La parroquia el Ingenio, es una parroquia rural, se encuentra situada al sur del Ecuador, al norte del Cantón Espíndola y provincia de Loja. Se encuentra integrada por once barrios, los cuales son: La Cabecera Parroquial de El Ingenio, El Guabo, Granadillo, Algodonal, Amarillos, Las Villas, La Fragua, La Florida, Chamana, Tejería y Consaguana (Ingenio, 2023).

Los límites de la parroquia son:

Norte con el barrio Santa Rosa perteneciente al cantón Quilanga y el barrio Cango Pita de la parroquia El Lucero del cantón Calvas, río Chiriacu y Pindo por división.

Sur, con la parroquia el Airo y la parroquia 27 de abril

Este, provincia de Zamora Chinchipe

Oeste, con la parroquia El Lucero del cantón Calvas y el río Pindo.

La población de la parroquia El Ingenio se dedica principalmente a la agricultura y ganadería. Entre los cultivos destacan café, maíz, frijol, banano, yuca, caña de azúcar, cítricos como el limón, naranja, mandarina. Mientras que la crianza de animales consta de ganado vacuno, porcino, avícola.

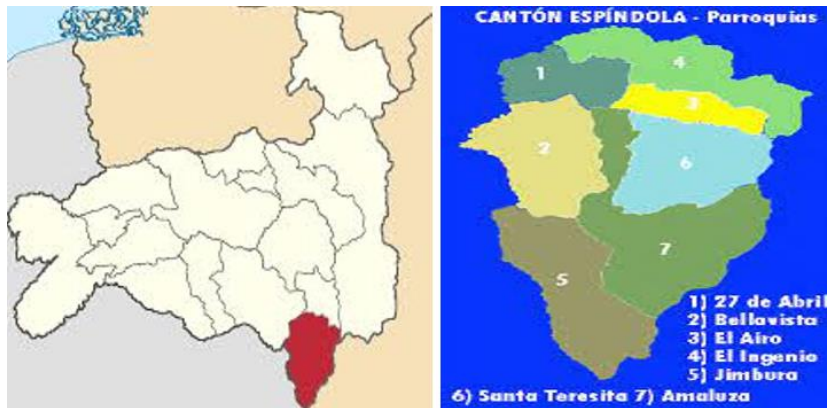
En cuanto al fenómeno del envejecimiento, la parroquia presenta un significativo número de adultos mayores, mismos que enfrentan desafíos particulares, que son importantes de atender.

La presente investigación se llevó a cabo en el barrio Consaguana ubicado en la parroquia antes mencionada. En este entorno específico, viven 20 adultos mayores quienes fueron el foco principal de este estudio.



**Figura 1**

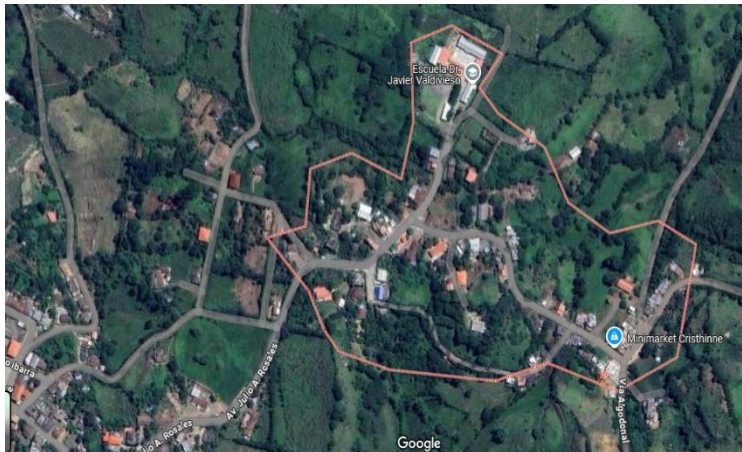
Ubicación del cantón Espíndola y de la parroquia El Ingenio



Nota. Adaptado de Municipio de Espíndola (2023).

**Figura 2**

Ubicación del barrio Consaguana



Nota. Adaptado de Google Maps, 2024

## 5.2. Procedimiento

### 5.2.1 Método de estudio

De acuerdo a las características de la presente investigación se empleó el método inductivo - deductivo, el mismo que según Palmett (2020) consistió en acumular conocimientos e información aislada, este método permitió, a partir del conocimiento de la realidad del envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia el Ingenio, inferir conclusiones para comprender situaciones similares que pudieron haberse presentado en otros barrios del cantón. Cabe destacar que, cada método es un complemento del otro y están ligados entre sí, es decir, existe una correlación estrecha entre ellos; la inducción conlleva a acumular conocimientos y la deducción unifica

esas ideas formando los pensamientos. El uso de este método permitió obtener una visión más completa y validar hallazgos para enriquecer la discusión de los resultados sobre la investigación de las dificultades en las relaciones interpersonales de los adultos mayores.

### **5.2.2 Enfoque de la investigación**

El estudio adoptó un enfoque mixto, combinando técnicas cuantitativas y cualitativas para alcanzar una comprensión completa de la relación que tiene el envejecimiento y relaciones interpersonales de las personas adultas mayores. Según expone Sampieri (2014), los métodos mixtos constituyeron una serie de procedimientos sistemáticos, empíricos y críticos en la investigación. Estos implicaron tanto la recopilación como el análisis de datos cuantitativos y cualitativos. Además, se enfatizó la importancia de integrar y discutir conjuntamente estos datos para derivar conclusiones basadas en toda la evidencia recogida. Este enfoque buscó profundizar en el entendimiento del fenómeno investigado permitiendo abordar de manera más efectiva la complejidad de la investigación.

### **5.2.3 Tipo de investigación**

El estudio se enfocó en un tipo de investigación exploratoria. De acuerdo con Guevara et al. (2020), este tipo de investigación tuvo como meta principal entender las circunstancias, tradiciones y perspectivas predominantes mediante la delineación precisa de las actividades, objetos, procesos y personas involucradas (p. 171). De acuerdo con Ramos (2020), este tipo de investigación tuvo como objetivo proveer una visión general de la temática, especialmente cuando no se disponía de suficiente información.

La investigación de tipo exploratoria fue esencial en este estudio para comprender, descubrir y explorar aspectos clave relacionados con el envejecimiento y las relaciones interpersonales de los adultos mayores.

### **5.2.4 Diseño de la investigación**

El diseño fue no experimental transversal, según Sampieri (2014), a través de este tipo de estudios se recolectaron datos en un solo momento, en un tiempo único. Su objetivo radicó en caracterizar variables y examinar su impacto y conexión en un momento específico, generó información útil para la toma de decisiones sobre el envejecimiento y las relaciones interpersonales de los adultos mayores. En este contexto, para la investigación las variables de estudio fueron: envejecimiento y relaciones interpersonales.

### **5.2.5 Población**

La población se define como el conjunto completo de sujetos o eventos que comparten características específicas y que son objeto de estudio. Esta definición destaca el carácter





inclusivo de la población, comprendiendo a todos los individuos o elementos que cumplen ciertos criterios (Vizcaíno et al., 2023, p. 25).

Para la presente investigación, la población objeto de estudio estuvo conformada por 20 personas adultas mayores que viven en el barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio.

### **5.2.6 Muestra**

En cuanto al campo de la investigación se refiere, la muestra hace referencia al subconjunto de individuos, eventos o entidades seleccionados de una población total o universo, cuyo objetivo es el de realizar un estudio y hacer referencia sobre dicha población (Vizcaíno et al., 2023, p. 28).

Dado el tamaño de la población, el estudio se aplicó al 100% de la población objetivo, es decir, se aplicó un cuestionario a los 20 adultos mayores que viven en el barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio.

### **5.2.7 Consideraciones éticas**

Para el levantamiento, procesamiento y difusión se siguieron pautas éticas estrictas, garantizando el respeto por la privacidad y el consentimiento informado de todos los participantes.

### **5.2.8 Criterios de inclusión**

En la investigación se incluyó a todas las personas que, según la normativa, fueron consideradas adultas mayores, que residían de forma permanente en el barrio y que voluntariamente decidieron participar del estudio.

### **5.2.9 Criterios de exclusión**

En la investigación no se excluyó a ningún adulto mayor dado que todos cuentan con la posibilidad y capacidad de participar en la investigación. Se consideró que todos tienen derecho a involucrarse y se garantizó que su participación fuera significativa.

### **5.2.10 Objetivo, método, técnica, instrumentos y procedimiento.**

#### **5.2.10.1. Objetivo específico 1**

Señalar las etapas del proceso de envejecimiento que ocurre en los seres humanos

**Método:** Para dar cumplimiento al primer objetivo específico se aplicó un método inductivo, puesto que permitió ir de lo particular a lo general dando lugar a conclusiones universales (Rodríguez, 2007.). Es decir, mediante la información que se obtuvo de diversas fuentes bibliográficas se logró generalizar conclusiones basadas en los hallazgos previos.

**Técnica:** En cuanto a la técnica, se hizo uso de una revisión bibliográfica, puesto que fue la recopilación de diferentes investigaciones y artículos que dieron una idea clara sobre cuál

era el estado de la cuestión a investigar, ayudó a identificar qué se sabía y qué se desconocía del tema de nuestro interés (Guirao, 2015).

**Instrumento:** El instrumento, para lograr el objetivo fue la ficha bibliográfica, un documento que contenía información clave del texto o textos utilizados en la investigación. En ella se registraron los datos necesarios para identificar y localizar los archivos, especificando datos relevantes como el título, el autor y año de publicación (Alazraki, 2007).

**Procedimiento:**

- Se realizó una búsqueda exhaustiva de fuentes de información confiables.
- Se seleccionaron de manera cuidadosa las fuentes bibliográficas según su relevancia, calidad y pertinencia para tratar el tema de estudio.
- Se organizó y plasmó la información recolectada de modo sistemático y sintético para dar forma a un marco teórico que sea coherente y argumentativo.

**5.2.10.2. Objetivo específico 2**

Identificar los factores que afectan las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores.

**Método:** Para el objetivo específico dos, se recurrió al método inductivo-deductivo, ya que como lo señaló Rodríguez (2007), este método inferencial se basó en la lógica y estuvo relacionado con el estudio de hechos particulares (p. 14). Fue un método que ayudó a combinar los procesos de la inducción y deducción para generar conclusiones más completas.

**Técnicas:** Se empleó una encuesta, la cual consistió en un conjunto de preguntas dirigidas a medir una o más variables (Ávila et al., 2020). Esta técnica fue importante para recopilar información sobre el tema en estudio mediante respuestas obtenidas de la muestra de la población.

También se hizo uso de la revisión bibliográfica, lo que permitió tener un sustento teórico sólido para la identificación de factores clave respaldados por investigaciones previas, complementando así los datos obtenidos.

**Instrumentos:** Se aplicó un cuestionario con preguntas cerradas, el cual contenía alternativas previamente delimitadas, las cuales incluían varias alternativas de respuesta (Fernández, 2007). Este permitió obtener datos objetivos sobre la percepción de los adultos mayores respecto a sus relaciones interpersonales.

Del mismo modo, la ficha bibliográfica fue un instrumento importante que permitió complementar y respaldar los resultados de la investigación, ya que ayudó a comparar los resultados obtenidos a través de los cuestionarios con teorías y estudios previos.

**Procedimiento:**

- Se elaboró el cuestionario de preguntas cerradas para evaluar el envejecimiento y las relaciones interpersonales en los adultos mayores del barrio Consaguana.
- Se realizó la validación del instrumento para asegurar la claridad, coherencia y pertinencia de las preguntas.
- Se procedió a la recolección de datos, aplicando los cuestionarios a los participantes seleccionados, garantizando un ambiente adecuado.
- Se procesaron los datos recolectados para su respectivo análisis y descripción.
- Paralelamente, se hizo uso de la ficha bibliográfica que permitió obtener información clave de estudios previos y así se contextualizó teóricamente los resultados obtenidos.

**5.2.10.3. Objetivo específico 3**

Elaborar una propuesta de intervención para fortalecer las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores durante el proceso de envejecimiento a nivel familiar

**Método:** Para este objetivo específico, se empleó el método inductivo, ya que parte de lo particular a lo general, lo cual resulta bastante útil para generar enfoques y soluciones basadas en la observación y análisis de casos específicos. Esto facilitó la adaptación de las acciones a las necesidades concretas de cada persona de la comunidad.

**Técnica:** Se empleó el análisis documental, ya que, la recopilación, clasificación y análisis de documentos provenientes de bases de datos confiables y de los resultados obtenidos en la investigación, fue posible identificar información relevante que ayudó a generar una propuesta de intervención que ayude a fortalecer las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores durante el proceso de envejecimiento, con especial atención en el ámbito familiar.

**Instrumento:** Se utilizó una propuesta de intervención, la cual fue un documento en donde se presentó de manera organizada y clara la iniciativa para hacer frente a la problemática detectada (Moctezuma, 2022). En ella se plantearon los objetivos y actividades específicas en beneficio de los adultos mayores del barrio Consaguana.

**Procedimiento:**

- Se analizó la situación problemática, comprendiendo la situación actual.
- Se estructuró un plan detallado orientado a fortalecer las relaciones interpersonales de los adultos mayores del barrio Consaguana.
- Se ejecutó la propuesta de intervención evaluando su impacto en la comunidad.



### **5.2.11. Procesamiento de datos**

Una vez administrados los cuestionarios de manera presencial a los 20 adultos mayores seleccionados según los criterios de inclusión, se procedió a la organización y tabulación de toda la información recopilada.

Para lo cual, se utilizó el programa microsoft excel, que facilitó la transcripción de las preguntas con sus respectivas respuestas en una hoja de cálculo. A través de fórmulas sencillas, se pudo procesar los datos obtenidos permitiendo su organización y clasificación. Finalmente, los resultados fueron representados en gráficos y tablas, lo que hizo más sencilla su interpretación y posterior análisis.

### **5.2.12. Análisis de datos**

Para realizar el análisis de los datos obtenidos en los cuestionarios aplicados, se empleó la estadística descriptiva, haciendo uso de frecuencias y porcentajes para organizar y resumir la información recopilada. Estos datos se los representó en tablas y gráficos, lo que ayudó a visualizar tendencias y patrones en la percepción de los adultos mayores sobre sus relaciones interpersonales. Tal como lo señala Aguilar (2021), “la estadística descriptiva incluye la obtención, organización, presentación, comparación y descripción de datos numéricos de la muestra a través de tablas o representaciones gráficas” (p. 19).

También se llevó a cabo una revisión bibliográfica, que permitió contrastar los hallazgos de la investigación con estudios previos y teorías relevantes, lo que facilitó una comprensión más profunda del tema investigado y proporcionó un sustento teórico para la interpretación de los resultados. Esto fue de vital importancia para la elaboración de conclusiones y recomendaciones orientadas a mejorar las relaciones interpersonales en los adultos mayores del barrio Consaguana.

## 6. Resultados

En esta sección se presentan los resultados, tanto de la revisión bibliográfica como de los cuestionarios aplicados a las 20 personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, con la finalidad de conocer sobre las etapas del proceso de envejecimiento que ocurre en los seres humanos como también identificar los factores que afectan las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores.

### 6.1 Etapas del proceso de envejecimiento

Algunos autores consideran que el envejecimiento en sí empieza a partir de los 60 años, es decir, los declives en la salud tanto física como cognitiva comienzan a ser notorios. De esta manera, la Organización Mundial de la Salud (como se citó en García et al., 2022, p. 64) identifica tres etapas: Pre-vejez, de los 60 a 64 años, Vejez funcional, entre los 65 a 74 años, Vejez plena, de los 75 años a los 84, Vejez avanzada, de los 85 años y más.

#### 6.1.1. Características del proceso de envejecimiento

##### 6.1.1.1. Características de 60 a 64 años

Este grupo corresponde a la pre-vejez, etapa en la cual la evaluación cognitiva, por lo general se mantiene dentro de parámetros normales y no se evidencian deterioros significativos en sus funciones mentales. De la misma manera cuentan con una capacidad funcional que les permite ser independientes en las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria (Leiton et al., 2020). Por lo tanto, sus relaciones interpersonales tienden a mantenerse estables y no se ven influenciadas negativamente por limitaciones físicas o cognitivas.

##### 6.1.1.2. Características de 65 a 74 años

Las personas de entre 65 y 74 años corresponden a la vejez funcional, caracterizadas por un nivel predominante de autonomía. En su mayoría continúan participando en actividades laborales, sociales y recreativas (Leiton et al., 2020). Es decir, que en este grupo tienden a mantener un nivel de independencia funcional y generalmente, un buen estado de salud cognitiva. Sin embargo, ya es una etapa cuando pueden comenzar a experimentar ligeros cambios tanto en la condición física como cognitiva, aunque no suelen afectar de manera significativa su calidad de vida.

##### 6.1.1.3. Características de 75 a 84 años

Corresponde a la vejez avanzada, experimentan un mayor grado de fragilidad e incremento de cambios físicos, cognitivos, sociales, emocionales y necesidad de asistencia en actividades cotidianas, también existe una disminución en la participación en actividades sociales (OMS, como se citó en García et al., 2022). Lo que a su vez puede influir

negativamente en sus relaciones interpersonales, afectando tanto la frecuencia como la calidad de las interacciones con familiares, amigos y la comunidad.

#### 6.1.1.4. Características de 85 años y más

Experimentan una alta prevalencia de enfermedades crónicas, deterioro cognitivo y pérdida de autonomía, así mismo el riesgo de aislamiento social y emocional es mayor (Organización Mundial de la Salud, como se citó en García et al., 2022). Situación que afecta negativamente su calidad de vida, ya que limita su capacidad para participar activamente en la vida cotidiana y en actividades sociales.

#### 6.1.2. Edad y dificultades para realizar actividades físicas

Como se evidencia en la Tabla 1, el 100% de la población objetivo investigada comprendida entre los 85 años y más presenta siempre dificultades para realizar actividades físicas cotidianas como caminar, subir escaleras o realizar tareas domésticas; mientras, en el otro extremo el 83% de los adultos mayores comprendidos entre los 65-74 años rara vez presentan estas dificultades, lo cual demuestra que, en esta etapa de la vida, la mayoría de adultos mayores conservan la capacidad para desenvolverse de manera independiente en su entorno, situación que contribuye significativamente a su bienestar. Esta situación se explica fundamentalmente por las diferencias de edades en los grupos establecidos, puesto que, a mayor edad, mayor dificultad para realizar actividades físicas y viceversa.

Estos resultados demuestran que el envejecimiento, en sus diferentes etapas, presenta cambios acentuados en la capacidad para realizar actividades físicas cotidianas. Situación que se relaciona con lo indicado por Stefanacci (2024), quien manifiesta que los cambios fisiológicos asociados al envejecimiento, como la pérdida de masa muscular y la fuerza, afectan directamente la movilidad y la independencia de las personas mayores a medida que avanza su edad.

**Tabla 1. Edad y dificultades para realizar actividades físicas**

Grupos de Edad	Dificultades para realizar actividades físicas			
	frecuentemente	Rara vez	Siempre	Total
	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
65-74	17%	83%	0%	100%
75-84	67%	0%	33%	100%
85 - más	0%	0%	100%	100%



### 6.1.3. Edad y estado de salud

Los resultados expuestos en la Tabla 2, reflejan el deterioro del estado de salud a medida que avanza la edad de los adultos mayores, las personas comprendidas entre 65-74 años mantienen un buen estado de salud; los adultos entre 75-84 años un estado regular y las personas mayores a 85 años tienen un mal estado de salud, lo cual condiciona su calidad de vida y las relaciones familiares y sociales. Situación que refleja que el deterioro de la salud, está relacionado con la presencia de enfermedades crónicas, pérdida de funcionalidad y otros efectos del envejecimiento (Rodríguez et al., 2022).

**Tabla 2.** Edad y estado de salud

Grupos de edad	Estado de salud			
	Bueno	Regular	Malo	Total
	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
65-74	50%	50%	0%	100%
75-84	0%	89%	11%	100%
85-más	0%	0%	100%	100%

### 6.1.4. Edad y capacidad para concentrarse

Según la información presentada en la Tabla 3 se evidencia una disminución progresiva en la capacidad de concentración en las actividades cotidianas a medida que avanza la edad, lo cual está relacionado al proceso de envejecimiento y también a los procesos cognitivos que acompañan las diferentes etapas de envejecimiento. Pues con la edad el número de células nerviosas tiende a reducirse y los nervios conducen las señales más lentamente (Stefanacci, 2024).

De este modo, las personas que tienen entre 65-74 años, el 67% manifiesta que su capacidad de concentración ha disminuido poco. Para un 33% de las personas que tienen entre 75-84 años, la capacidad para concentrarse disminuyó bastante, mientras que para los adultos mayores de 85 años y más este porcentaje se incrementa al 60%. Este patrón evidencia un deterioro cognitivo progresivo relacionado con la edad.

**Tabla 3.** Edad y capacidad para concentrarse

Grupos de edad	Capacidad para concentrarse				Total
	Bastante	Mucho	Poco	Regular	
	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje	
65-74	0%	0%	67%	33%	100%
75-84	33%	11%	0%	56%	100%

85-más                      60%                      40%                      0%                      0%                      100%

### 6.1.5. Edad y capacidad de aprendizaje.

En términos generales, de los resultados presentados en la Tabla 4, nuestros adultos mayores manifiestan y sienten que a mayor edad, menor capacidad de aprendizaje, así: para un 67% de la población comprendida entre 65-74 años señalan que mantienen una buena capacidad de aprendizaje. Entre los 75-84 años, el 56% manifiesta tener una mala capacidad de aprendizaje y en la población de 85 años y más el 80% padece de este problema. Situación que coincide con la literatura existente, ya que indica que el declive en la capacidad de aprendizaje es más acentuado en edades avanzadas, sobre todo si no existen estrategias de estimulación cognitiva que contrarresten este fenómeno (Cisterna y Diaz, 2022).

**Tabla 4. Edad y capacidad de aprendizaje**

Grupos de edad	Capacidad de aprendizaje				Total
	Buena Porcentaje	Mala Porcentaje	Muy mala Porcentaje	Regular Porcentaje	
65-74	33%	0%	0%	67%	100%
75-84	0%	56%	0%	44%	100%
85-más	0%	80%	20%	0%	100%

## 6.2. Factores que afectan las relaciones interpersonales de los adultos mayores

### 6.2.1. Composición del hogar

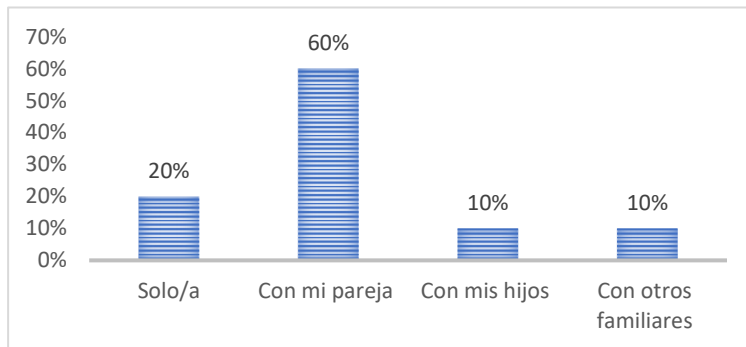
La composición del hogar influye directamente en las relaciones interpersonales de los adultos mayores, ya que aquellos que viven acompañados pueden experimentar una mayor estabilidad en sus relaciones.

Según los datos obtenidos, como se observa en la Figura 1, el 80% de la población adulta mayor vive acompañada con su pareja, hijos y otros familiares. Por otra parte, tenemos al 20% de la población que vive sola y que ha sufrido de aislamiento social, puesto que esta condición determina sus relaciones interpersonales y bienestar general, pues el hecho de vivir solo limita las interacciones diarias, lo que a largo plazo, podría afectar negativamente tanto la salud emocional como física, como lo señala Mosqueda (2021), la soledad se ha convertido en un problema de salud grave para las personas de la tercera edad, pues las situaciones de soledad en este grupo pueden conllevar al aislamiento social y provocar tristeza y miedo y, lo más grave,



es un factor de riesgo para la aparición de depresión u otras enfermedades neurodegenerativas (p. 9).

**Figura 3 Composición del hogar**



### 6.2.2 Estado de salud e interacción con familiares cercanos

A medida que la edad avanza, los cambios en las diversas áreas se hacen cada vez más evidentes. Uno de los aspectos más afectados es la salud, lo que genera una creciente necesidad de apoyo y comprensión. En este contexto, la familia se convierte en el pilar fundamental para brindarle soporte y acompañamiento, lo cual se corrobora con lo señalado por Congregación (2023), quien menciona que la familia cumple un rol fundamental en la vida del adulto mayor ya que con su apoyo, acompañamiento y expresiones de afecto, beneficia el envejecimiento activo y saludable lo que a su vez también le permite tener una mejor calidad de vida en la última etapa del ciclo vital del ser humano.

Sin embargo, tal como se evidencia en la Tabla 5, esta dinámica no se da siempre así, del 85% de las personas adultas mayores que presentan problemas de salud, apenas un 50% interactúa con familiares una vez al mes, frecuencia relativamente baja de contacto que contribuye al aislamiento de las personas adultas mayores y dificulta la construcción y el mantenimiento de relaciones sólidas. Situación que agrava la calidad de vida de nuestra población, puesto que sumado al problema de salud se produce un debilitamiento de sus relaciones interpersonales con sus familiares.

**Tabla 5**

Estado de salud e interacción con familiares cercanos

Estado de salud		Interacción con familiares cercanos	
Opciones	Porcentaje	Opciones	Porcentaje
Excelente	0%	Todos los días	10%
Bueno	15%	Varias veces a la semana	40%
Regular	55%	Una vez al mes	50%
Malo	30%	Nunca	0%

<b>Total</b>	100%	100%
--------------	------	------

### 6.2.3. Dificultades para recordar información y relación con amigos y vecinos

La salud cognitiva abarca habilidades como la concentración, la memoria, la capacidad de resolver problemas, para recordar cosas, entre otros, lo cual es importante para realizar varias actividades cotidianas de forma eficaz y así mantener el bienestar general y las relaciones interpersonales (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento, 2024).

En este contexto, uno de los factores que impacta directamente en las relaciones interpersonales de los adultos mayores son los problemas de salud cognitiva, especialmente la capacidad para recordar información clave, como nombres, fechas o eventos importantes.

Según lo detallado en la Tabla 6, el 25% de los adultos mayores señaló que siempre tienen dificultades para recordar información y el 55% afirmó que esto le ocurre con frecuencia. Esta limitación tiene un efecto directo en su interacción social, ya que el 85% de los participantes que se encuentran en este rango reportaron una disminución considerable en el contacto con amigos y vecinos, debido a esta causa. En este sentido, partiendo del concepto que la pérdida de memoria dificulta la capacidad de mantener conversaciones fluidas y recordar detalles importantes de las relaciones, esta condición contribuye al aislamiento social y deterioro de las relaciones interpersonales de los adultos mayores del barrio Consaguana parroquia El Ingenio.

**Tabla 6**

Dificultades para recordar información y relación con amigos y vecinos

Dificultades para recordar información		Relación con amigos y vecinos	
Opciones	Porcentaje	Opciones	Porcentaje
Siempre	25%	Sí, ha disminuido mucho	60%
Frecuentemente	55%	Sí, ha disminuido un poco.	25%
Rara vez	20%	No, no ha disminuido.	15%
Nunca	0%	No estoy seguro.	0%
<b>Total</b>	<b>100%</b>		<b>100%</b>

### 6.2.4. Interacción con familiares cercanos, amigos o vecinos

La interacción con familiares, amigos o vecinos es parte importante en la vida de los adultos mayores para mantener el bienestar emocional. Pues, el ser humano tiene una naturaleza sociable, lo que lo lleva a crear relaciones a lo largo de su vida que le proporcionan apoyo emocional y afectivo, contribuyendo a su integración social, para los adultos mayores, mantener estos vínculos es fundamental, ya que son esenciales para vivir de manera plena y con bienestar

en esta etapa de la vida (Lizcano et al., 2020). Sin embargo, del estudio realizado según los datos de la Tabla 7 el 50% de los adultos mayores interactúan con su familia una vez al mes, lo que indica una frecuencia relativamente baja de contacto, lo cual está relacionado con la distancia geográfica, la falta de tiempo por parte de los familiares o conflictos previos. Mientras el otro 50% mantiene relaciones interpersonales frecuentes lo cual es positivo para el desarrollo emocional de los adultos mayores.

En cuanto a los datos sobre la interacción con amigos o vecinos, los resultados reflejan una tendencia preocupante en cuanto al relacionamiento social de los adultos mayores, el 65% mencionó que rara vez interactúa con amigos o vecinos, lo que muestra una conexión limitada con su red social fuera del ámbito familiar y solo el 35% restante mencionó que interactúa frecuentemente. Situación que se explica por el deterioro de las condiciones físicas, cognitivas y de salud explicadas en el numeral 6.1

Los resultados descritos se alinean con lo mencionado por Rodríguez et al. (2022), quienes indican que la disminución de la interacción fuera del núcleo familiar es causado por los problemas de movilidad, salud, pérdida de amigos cercanos debido a la edad lo que a su vez puede generar ansiedad sobre la propia muerte.

**Tabla 7**

Interacción con familiares cercanos, amigos o vecinos

Interacción con Familia		Interacción con amigos y vecinos	
Opciones	Porcentaje	Opciones	Porcentaje
Todos los días	10%	Siempre	0%
Varias veces a la semana	40%	Frecuentemente	35%
Una vez al mes	50%	Rara Vez	65%
Nunca	0%	Nunca	0%
<b>Total</b>	<b>100%</b>		<b>100%</b>

## 7. Discusión

En la investigación sobre el envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio se identificaron las principales características del envejecimiento y los factores que afectan las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores. El método que se utilizó para la investigación fue el mixto (inductivo- deductivo) fue el adecuado, puesto que permitió obtener información importante mediante instrumentos como la ficha bibliográfica y la encuesta que fue aplicada a la población objetivo de la presente investigación.

En cuanto a los resultados obtenidos, tenemos que las principales características que se han identificado en las etapas del envejecimiento son: en el grupo de edad de 65 a 74 años, el 83% de la población presenta niveles de autonomía y pocas dificultades para realizar actividades físicas; su estado de salud es generalmente bueno, lo que les permite mantener una buena capacidad de concentración y aprendizaje. Situación similar a lo señalado en el estudio realizado por Valdiviezo (2020), quien encontró que la mayoría de los adultos mayores son capaces de realizar de manera autónoma sus actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, pues la mayor proporción de independencia se observa en el grupo de edad comprendido entre los 65 y 74 años, alcanzando un 65,5%.

En el grupo de 75 a 84 años, se encontró que el 67% de los participantes reporta dificultades para realizar actividades físicas. El 89 % califica su estado de salud como regular, lo que indica un declive en su autonomía. Además, comienzan a experimentar problemas de concentración, afectando su capacidad para aprender. Condiciones que van de la mano por lo señalado en el estudio de Valdiviezo (2020), quien, basado en la aplicación de la escala de Lawton y Brody, determinó que el 62.3% de los adultos mayores de 76 años en adelante presenta dependencia en las actividades instrumentales de la vida diaria.

En cuanto al grupo de 85 años y más, el 100% de la población mencionó dificultades constantes para realizar actividades físicas reflejando una pérdida significativa de autonomía. Su estado de salud es crítico, y la alta prevalencia de problemas cognitivos limita su capacidad de concentración y aprendizaje, aumentando el riesgo de aislamiento social. Lo cual concuerda con los hallazgos en la investigación realizada por Paredes et al. (2021), quienes en su estudio encontraron que los adultos mayores de 81 años o más, presentan el doble de riesgo de deterioro cognitivo comparado con aquellos de 60 a 65 años, lo que respalda la relación entre el envejecimiento y la disminución de las capacidades cognitivas.

En cuanto a los factores que influyen en las relaciones interpersonales de los adultos mayores, se encuentra la composición del hogar, un importante 20% de los encuestados



señalaron que viven solos, condición que les ha generado aislamiento social puesto que por esta condición se ha visto disminuida sus interacciones con familiares, amigos y vecinos. Hecho que guarda similitud con lo encontrado en la investigación realizada por Vázquez et al. (2022), donde el 21.4% de la población adulta mayor encuestada manifiesta que viven solos, lo cual no solo reduce las oportunidades de interacción social, sino que también afecta el bienestar emocional, generando sentimientos de vacío y pérdida de sentido de la vida.

La salud física y cognitiva de los adultos mayores está intrínsecamente relacionada con la calidad de sus interacciones sociales. El 85% de los encuestados tiene problemas en su salud lo que limita su capacidad para interactuar con su entorno, situación que se traduce en una reducción de las interacciones, puesto que apenas el 50% de los encuestados interactúa con sus familiares y vecinos cercanos solamente una vez al mes.

Situación que es consistente con los resultados de la investigación realizada por Vázquez et al. (2022), donde se señala que el 42.9% de los adultos mayores de la muestra, tienen una percepción regular de su estado de salud, mientras que el 21.4% la consideran mala, lo cual genera un impacto negativo en sus interacciones sociales, ya sea por limitaciones físicas, falta de energía, incluso estados emocionales.

Por su parte la salud cognitiva, también cumple un rol importante en las relaciones interpersonales. Pues el 80% de los participantes reportaron una disminución considerable en su capacidad para recordar información, lo que afecta su habilidad para mantener conversaciones fluidas y significativas, lo cual a su vez genera aislamiento social, del porcentaje señalado el 85% de los adultos mayores mencionó que el contacto con amigos y vecinos ha disminuido mucho, lo que revela que una gran parte de la población objetivo tiene una conexión limitada en su red social fuera de su hogar contribuyendo a su aislamiento y soledad.

La realidad descrita coincide con los hallazgos de la investigación realizada por Zambrano y Espinoza (2024), titulada “La soledad y el deterioro cognitivo en adultos mayores” en la que encontraron que el 85% de los adultos mayores presentaban algún grado de deterioro cognitivo. Así mismo, el estudio reveló que el 85% de los participantes experimentaron algún grado de depresión asociado con la soledad y falta de interacción, lo que resalta la relación directa entre el deterioro cognitivo, la falta de interacción social y el bienestar emocional.

Finalmente, es importante señalar que en el desarrollo de la investigación no se presentaron limitaciones o mayores dificultades, de los resultados y hallazgos encontrados surge la necesidad de realizar una propuesta de intervención para fortalecer las relaciones de las personas adultas mayores durante el proceso de envejecimiento a nivel familiar y social, lo



cual es importante ya que las intenciones familiares representan un pilar fundamental para el bienestar emocional, físico y cognitivo de los adultos mayores (Anexo 6).



## 8. Conclusiones

Según las condiciones de edad y salud de las personas adultas mayores del barrio Consaguana, su proceso de envejecimiento se caracteriza por la presencia de una serie de elementos y etapas diferenciadas que van desde una disminución de la autonomía y bienestar físico y cognitivo para el 17% de personas en el grupo de 65 a 74 años; disminución para el 67% en el grupo de 75 a 84 años; y, disminución del bienestar en el 100% de personas del grupo de más de 85 años, cambios que impactan en su capacidad de interactuar y mantener relaciones interpersonales fluidas y permanentes.

Las relaciones interpersonales de los adultos mayores del barrio Consaguana, se ven influenciadas y condicionadas por factores como: composición del hogar, 20% de los adultos mayores viven en abandono; el deterioro de la salud física que afecta al 85% de la población influyen de manera directa en su capacidad para interactuar con otras personas; deterioro cognitivo que afecta al 60% de la población objetivo dificulta las conversaciones significativas. Estos factores determinan e incrementan el riesgo de soledad, aislamiento social y afecta negativamente sus relaciones interpersonales.

El envejecimiento impacta significativamente las relaciones interpersonales de los adultos mayores del barrio Consaguana, a medida que avanza la edad, el deterioro de la salud física y cognitiva limita su capacidad para interactuar, reduciendo la frecuencia de interacciones familiares y sociales, 50% de los encuestados se relacionan con sus familiares cercanos apenas una vez al mes y 65% interactúa rara vez con sus amigos y vecinos, situación que incrementa la soledad, aislamiento social y condiciona su desarrollo emocional, relaciones interpersonales y calidad de vida de los adultos mayores.

Respecto de las políticas, estrategias y/o acciones de atención a la población adulta mayor, la población objetivo de la presente investigación ubicada en el barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, a la fecha no cuenta con servicios específicos que permitan el abordaje de las problemáticas de soledad, deterioro de la salud física, cognitiva y deterioro de las relaciones interpersonales.



## 9. Recomendaciones

En todo proceso de atención a los adultos mayores, se debe implementar estrategias y acciones con enfoque intergeneracional, con enfoque de derechos, intervenciones que considere los diferentes grupos de edad, las características y dinámicas propias de los adultos mayores del sector.

Crear espacios y planes de formación para dar a conocer a las familias sobre la importancia del cuidado de la salud física de los adultos mayores, mediante hábitos saludables lo cual incluye una alimentación balanceada aprovechando los alimentos locales como también la actividad física mediante ejercicios o actividades básicas que puedan realizar en su hogar. El cuidado de la salud cognitiva mediante la realización de juegos de memoria o rompecabezas. Y, sobre todo, la importancia de dedicar tiempo de calidad a sus adultos mayores.

Desarrollar estrategias para fomentar la comunicación y el vínculo intergeneracional, promoviendo la adaptación, empatía, consideración y apoyo en este proceso de envejecimiento. Además, sensibilizar a las familias sobre la importancia de mantener un contacto regular con los adultos mayores, utilizando incluso la tecnología, para aquellos que no pueden estar cerca, con el fin de reducir el aislamiento social y fortalecer las relaciones interpersonales.

Implementar una propuesta de intervención con actores públicos y comunitarios enfocada en fortalecer las relaciones interpersonales de los adultos mayores con su entorno familiar y social, donde se incluyan actividades que promuevan la comunicación asertiva, la empatía y el entendimiento sobre de la importancia de la inclusión de los adultos mayores en el desarrollo familiar y de la comunidad.



## 10. Bibliografía

- Acosta, S. (2023). Los enfoques de investigación en las Ciencias Sociales. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 82-95.  
<https://idicap.com/ojs/index.php/ogmios/article/view/226/237>
- Aguilar, J. (2021). Estadística descriptiva, regresión y probabilidad con aplicaciones. Ediciones de la U. <https://edicionesdelau.com/producto/estadistica-descriptiva-regresion-y-probabilidad-con-aplicaciones/>
- Arrimada, M. (2023). Las 3 etapas de la adultez y sus características. *Psicología y mente*.  
<https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapas-aduldez>
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2019). *Ley Orgánica de las personas Adultas Mayores*. Suplemento del Registro Oficial No. 484. Ecuador:  
[https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2020-09/Documento\\_Ley-Org%C3%A1nica-Del-Adulto-Mayor.pdf](https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2020-09/Documento_Ley-Org%C3%A1nica-Del-Adulto-Mayor.pdf)
- Ávila, H., González, M., y Licea, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica? *Didasc@lia*, 11(3).  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?Codigo=7692391>
- Carabalí, S. (2021). Vejez y teorías del envejecimiento. In *Salud, vejez y discapacidad* (p. 25-50). Universidad Santiago de Cali.  
<https://libros.usc.edu.co/index.php/usc/catalog/view/351/495/7049>
- Censo Ecuador. (2022). Censo Ecuador 2022. <https://censoecuador.ecudatanalytics.com/>  
Censo Ecuador. (2022). Censo Ecuador 2022.  
<https://censoecuador.ecudatanalytics.com/>
- Chaparro, A. (02 de abril de 2019). La vejez vista desde la historia y las culturas. *El telégrafo*.  
[https://www.letelegrafo.com.ec/noticias/palabra/1/la-vejez-vista-desde-la-historia-y-las-culturas#google\\_vignette](https://www.letelegrafo.com.ec/noticias/palabra/1/la-vejez-vista-desde-la-historia-y-las-culturas#google_vignette)
- Chaparro, L., Carreño, S., y Arias, M. (2019). Soledad en el adulto mayor: implicaciones para el profesional de enfermería. *Cuidarte*, 10(2).  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v10i2.633>
- Chenche, F., Llaguro, B., Contreras, J., y Rivera, R. (2023). Relaciones interpersonales en la convivencia personal. *Recimundo*, 7(1), 372-380.
- Cisterna, C., y Díaz, C. (2022). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Perspectiva Educacional*, 61(1).  
<https://doi.org/10.4151/07189729-Vol.61-Iss.1-Art.1237>



- Congregación, M. (2023). *La importancia de la familia en la vida del adulto mayor*. Centro de Familia VID: <https://cfamiliavid.org.co/importancia-de-la-familia-adulto-mayor/>
- Cotrado, S., y Huapaya, G. (2020). Abandono del adulto mayor: una perspectiva sociodemográfica. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 3(7). <https://doi.org/10.33996/repsi.v3i7.42>
- Coutiño, E., Arroyo, O., y Herbert, L. (2020). Envejecimiento biológico: Una revisión biológica, evolutiva y energética. *Revista Fesahancccal*, 6(2), 20-31. <https://doi.org/https://www.revistafesahancccal.org/index.php/fesahancccal/article/view/54>
- De Franco, M. y Vera, J. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. *Mundo Recursivo*, 3(1). <https://drive.google.com/file/d/1vI7S1dPpkES8zUwyfenm0Jn6PmzAsKMO/view>
- Esmeraldas, E., Falcones, M., Vásquez, M., y Solórzano, J. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 3. 10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.58-74
- Fernández, L. (2007). ¿Cómo se elabora un cuestionario?. *Fichas para investigadores*. Universidad de Barcelona. <http://148.202.167.116:8080/xmlui/handle/123456789/1222>
- Fondo de las Naciones para la Infancia. UNICEF (2020). ¿Qué es la adolescencia? <https://unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia#:~:text=Comienzan%20a%20sentirse%20m%C3%A1s%20c%C3%B3modos,individuales%20o%20grupos%20m%C3%A1s%20peque%C3%B1os>
- García, A., Tejada, A., y Rosa, D. (2022). El paciente adulto mayor: una revisión narrativa con visión Médico-odontológica. *Los Andes*, 17(2). <https://doi.org/10.53766/ROLA/2022.17.02.04>
- García, C., Antón, G., y Ponce, J. (2022). La violencia intrafamiliar y su afectación en la salud mental en los adultos mayores. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud Gestar*, 5(9). <https://journalgestar.org/index.php/gestar/article/view/73/130>
- González, M., Piza, N., y Sánchez, P. (2020). La psicología positiva como recurso en la atención del adulto mayor. *Revista Conrado*, 16(72). <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n72/1990-8644-rc-16-72-109.pdf>
- Gracia, D. (2019). Por una cultura de la vejez. *En anales de la real academia de ciencias morales y políticas* (pp. 395-410). [https://www.boe.es/biblioteca\\_juridica/anuarios\\_derecho/articulo.php?id=ANU-M-2019-10039500410](https://www.boe.es/biblioteca_juridica/anuarios_derecho/articulo.php?id=ANU-M-2019-10039500410)



- Guirao, S. (2015). Utilidad y tipos de revisión de literatura. *Ene*, 9(2).  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2015000200002](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2015000200002)
- Hanco, M., Carpio, A., Castillo, Z., y Flores, E. (2021). Relaciones interpersonales y desempeño laboral en hoteles turísticos del departamento de Puno. *Comunicación: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 12(3).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33595/2226-1478.12.3.552>
- Hernández, E. (2024). *Cambios cognitivos en los adultos mayores posteriores al uso de smartphone* [Tesis de grado, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo]. Repositorio institucional DSPACE. <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/jspui/handle/231104/5622>
- Ingenio, G. (2023). Datos Geográficos . <https://elingenio.gob.ec/index.php/ct-menu-item-17/ct-menu-item-35#:~:text=La%20Parroquia%20de%20El%20Ingenio,es%20de%20templado%20a%20fr%C3%ADo>.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2023). *Más de 2.700 personas son centenarias en Ecuador según el censo*. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/mas-de-2-700-personas-son-centenarias-en-ecuador-segun-el-censo/>
- Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento. (11 de junio de 2024). Salud cognitiva y adultos mayores. <https://www.nia.nih.gov/health/brain-health/cognitive-health-and-older-adults>
- Lázaro, Y., Doistua, J., y Idurre, L. (2019). La práctica deportiva en la educación del ocio como herramienta para el envejecimiento activo. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (426). <https://doi.org/10.55166/reefd.vi426.802>
- Leiton, Z., Fajardo, E., López, Á., Martínez, R., y Villanueva, M. (2020). Cognición y capacidad funcional en el adulto mayor. *Revista Salud Uninorte*, 36(1).  
<https://doi.org/10.14482/sun.36.1.618.97%20>
- Lizcano, D., Cardona, D., Segura, A., Agudelo, M., y Muñoz, D. (2020). Factores que explican el apoyo social del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. 2016. *CES psicología*, 13(2). <https://doi.org/10.21615/cesp.13.2.10>
- López, E., Uribe, M., y Equihua, O. (2020). Artículo de revisión sobre la prevención del envejecimiento patológico con base en factores psíquicos protectores. *Entre Texto*, 12(36). <https://doi.org/10.59057/iberoleon.20075316.202036294>
- Loza, R., Mamani, J., Mariaca, J., y Yanqui, F. (2020). Paradigma sociocrítico en investigación. *PsiqueMag*, 9(2). [https://doi.org/ https://doi.org/10.18050/psiquemag.v9i2.2656](https://doi.org/https://doi.org/10.18050/psiquemag.v9i2.2656)



- Matailo, J. (2019). *Rol de la familia en el cuidado integral del adulto mayor y la intervención del trabajador social*. [Tesis de grado, Área Jurídica, Social y Administrativa, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio institucional. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/21769>
- Millet, E. (16 diciembre de 2020). ¿Cómo hemos tratado la vejez desde la Antigüedad? *La Vanguardia*. <https://www.lavanguardia.com/historiayvida/20200809/27214/como-hemos-tratado-vejez-historia.html>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2020). *Dirección población adulta mayor*. <https://www.inclusion.gob.ec/direccion-poblacion-adulta-mayor/>
- Moreno, L. (2020). Reglamento General Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores. [https://regulacionagua.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/12/reglamento\\_lopam0382842001601663401.pdf](https://regulacionagua.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/12/reglamento_lopam0382842001601663401.pdf)
- Mosqueda, A. (2021). Importancia de la realización de actividad física en la tercera edad. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores, 9(SPE1). <https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v9nspe1/2007-7890-dilemas-9-spe1-00036.pdf>
- Mostacero, E., y Martínez, M. (2019). Rol de la enfermera en el envejecimiento activo y saludable. Revisión narrativa. *Gerokomos*, 30(4). <https://doaj.org/article/ffb1f7eed0bf49a78f1bb73195eecf06>
- Moya, S. (2024). *Plan de Desarrollo para el Nuevo Ecuador 2024-2025*. Gráficas IMAGO. <https://www.planificacion.gob.ec/plan-de-desarrollo-para-el-nuevo-ecuador-2024-2025/>
- Ojediz, M. (2023). Gerontología y biología celular: Investigación sobre el envejecimiento celular y su relación con la salud en general, así como posibles estrategias para promover la salud y el bienestar en personas de edad avanzada. *RECIMUNDO*, 7(4). [https://doi.org/https://doi.org/10.26820/recimundo/7.\(4\).oct.2023.66-74](https://doi.org/https://doi.org/10.26820/recimundo/7.(4).oct.2023.66-74)
- Olloa, F., y Barcia, M. (2019). La violencia intrafamiliar en el adulto mayor. *Cognosis*, 4(4). <https://doi.org/https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/1876/2357>
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. <https://www.un.org/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *La OMS pone en marcha una comisión para fomentar la conexión social*. <https://www.who.int/es/news/item/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Envejecimiento y salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>



- Palmett, A. (2020). Métodos inductivo, deductivo y teoría de la pedagogía crítica. *Petroglifos*, 3(1). <https://petroglifosrevistacritica.org.ve/wp-content/uploads/2020/08/D-03-01-05.pdf>
- Paredes, Y., Yarce, E., y Aguirre, D. (2021). Deterioro cognitivo y factores asociados en adultos mayores rurales. *Interdisciplinaria*, 38(2). <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.4>
- Parés, K., Roque, Y y Fernández, R. (2020). El envejecimiento de la población en Cuba: una visión y propuesta desde la Biblioteca Pública. *Boletín de la Asociación Andaluza de Bibliotecarios*, 35. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7673441>
- Paz, J., y Arévalo, C. (2019). Pobreza en las personas mayores. Un estudio multidimensional para Argentina. *Revista Latinoamericana de Población*, 13(25). <https://revistarelap.org/index.php/relap/article/view/58>
- Peñaloza, Z., Coronel, D., y Parra, N. (2021). Intervención del lenguaje en el adulto mayor con envejecimiento. *Revista Científica Signos Fónicos*, 7(1). <https://doi.org/10.24054/rscf.v7i1.1155>
- Pinilla, M., Ortiz, M., y Suárez, J. (2021). Adulto mayor: envejecimiento, discapacidad, cuidado y centros día. Revisión de tema. *Revista Salud Uninorte*, 37(2). <https://doi.org/10.14482/sun.37.2.618.971>
- Piña, M., Olivo, M., Martínez, C., Poblete, M., y Guerra, V. (2022). Envejecimiento, calidad de vida y salud Desafíos para los roles sociales de las personas mayores. *Rumbos TS*, 17. <https://doi.org/10.51188/rrts.num28.642>
- Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica. Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>
- Rivoir, A., y Morales, M. (2019). Tecnologías digitales. Miradas críticas de la apropiación de América Latina. *CLACSO*. <https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20191128031455/Tecnologias-digitales.pdf>
- Rodríguez, W., Arango, J. y Sepúlveda, R. (2022). *Envejecimiento y las demencias*. Editorial El Manual Moderno.
- Rubiera, C., García, A., y Méndez, B. (2023). *Cuerpos que envejecen. Vulnerabilidad, familias, dependencia y cuidados en la antigüedad*. DYKINSON, S.L.
- Salas, M., y Ceminari, Y. (2021). Aislamiento, soledad y cuidado de las personas adultas mayores: reflexiones sobre el aislamiento como política de cuidado. *Anales en Gerontología*, 13(13). <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gerontologia/article/view/45622/49784>





- Salmeron, M. (2022). *Comunicación asertiva incide en las relaciones interpersonales de estudiantes en una institución educativa Guayaquil Ecuador, 2022*. [Tesis de maestría Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/93580/Salmeron\\_AMD%20-%20SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/93580/Salmeron_AMD%20-%20SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. MC GRAW HILL Educación.
- Sarmiento, L. (2023). *Guía del envejecimiento y salud mental en personas mayores*. Ministerio de Salud de Chile. <https://midap.org/wp-content/uploads/2023/08/2023-guia-envejecimiento-salud-mental-en-personas-mayores.pdf>
- Sepúlveda, M. (2023). *Día del niño: Etapas de la infancia y sus características*. Clínica Alemana: <https://www.clinicaalemana.cl/articulos/detalle/2023/dia-del-nino-conoces-las-etapas-de-la-infancia>
- Stefanacci, R. (10 de abril de 2024). *Cambios corporales relacionados con el envejecimiento*. Manual MSD Versión Para Público General. <https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-de-las-personas-de-edad-avanzada/envejecimiento-del-organismo/cambios-corporales-relacionados-con-el-envejecimiento?ruleredirectid=755>
- Tafur, R., Soriano, R., y Huamán, S. (2021). Percepciones de los docentes de dos instituciones educativas de Lima metropolitana sobre sus relaciones interpersonales. *Horizonte de la Ciencia*, 11(21). <https://doi.org/https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.21.902>
- Torres, E., y Arias, B. (2019). Envejecimiento y salud mental en contextos migratorios. *Enfermería Universitaria*, 16(1), 86-97. <https://doi.org/https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.1.590>
- Valdiviezo, T. (2020). *Capacidad funcional y calidad de vida, en adultos mayores del Centro de Salud La Magdalena, mediante instrumentos de valoración, período noviembre 2018 - junio 2019*. [Tesis de grado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional Universidad Central Del Ecuador. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/a8097dad-e847-4751-83ae-2134fac684f3>
- Vázquez, L., Miranda, K., Parra, N., Fernández, F., y Vázquez, F. (2022). Percepción de la soledad subjetiva en adultos mayores que viven solos. *Revista Información Científica*, 101(4). <http://scielo.sld.cu/pdf/ric/v101n4/1028-9933-ric-101-04-e3746.pdf>



- Vizcaíno, P., Ricardo, C., y Israel, M. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4).  
[https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i4.7658](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658)
- Zambrano, C y Espinoza, A. (2024). *La soledad y el deterioro cognitivo en adultos mayores*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio Institucional Universidad Nacional de Chimborazo. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/12999>
- Zamorano, A., Camacho, M., y Romero, C. (2022). *Una mirada a las expectativas en la vejez desde las narrativas del cine mexicano*. *RPC*, 4(1).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.21555/rpc.v4i1.2560>

## 11. Anexos

### Anexo 1: Oficio Autorización



**GOBIERNO AUTÓNOMO DESCENTRALIZADO DE LA PARROQUIA EL INGENIO**  
**INGENIO**  
El Ingenio-Espíndola-Loja  
2024-2028  
**EL INGENIO CONSTRUYE SU FUTURO**

Oficio N° 059-GADPRI-2024-OF  
El Ingenio, 17 de mayo de 2024

Magister  
Cinthya Alexandra Torres Calderón  
DOCENTE ACADÉMICA DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
Presente,-

En su despacho. -

De nuestras consideraciones:

A nombre y en representación del Gobierno Autónomo Descentralizado de la Parroquia El Ingenio, me es grato dirigirme a su digna autoridad, para desearle el mejor de los éxitos en las delicadas funciones.

En respuesta al oficio UNL-UEDL-CTS-2024-0161, recibido de fecha 17 de mayo del 2024, en el que solicita se le permita realizar su trabajo de tesis en las dos etapas I y II, durante los periodos académicos marzo-agosto 2024 y octubre -marzo 2025, a la Estudiante del ciclo VII paralelo "B" Srta. Judith Elizabeth Calva Betancourt con C.I: 1105257982, debo manifestarle que las puertas de la Institución a la cual yo represento están abiertas para que se realice la ejecución de la tesis de la estudiante antes mencionada ya que sin duda estas serán de gran aporte para nuestra Institución.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,



Lic. Jorge Cuenca Tillaguango  
PRESIDENTE DEL GOBIERNO AUTÓNOMO  
DESCENTRALIZADO DE LA PARROQUIA EL INGENIO

Original: UNL  
cc: archivo GADPRI

E-mail: [ingenio@elingenio.gob.ec](mailto:ingenio@elingenio.gob.ec)  
Teléfono: 07-3014308  
Celular: 0998624943  
Pág. Web: [www.elingenio.gob.ec](http://www.elingenio.gob.ec)

### Anexo 2. Consentimiento informado





### Consentimiento Informado

#### Consentimiento Informado para la participación en el estudio:

El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia el Ingenio, en la actualidad

**Investigadora Responsable:** Judith Elizabeth Calva Betancourt

**Institución:** Universidad Nacional de Loja

**Fecha:** Loja, ...30... de Nov...de 20.24

Estimado/a: Herminia Cumbicus.....

Le invitamos a participar en un estudio de investigación sobre El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia el Ingenio, en la actualidad. 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.

**Objetivo del estudio:** El objetivo principal de esta investigación es Analizar la relación que existe entre envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores en su entorno familiar, en el barrio Consaguana de la parroquia el Ingenio, en la actualidad.

**Procedimiento de participación:** Si decide participar, se le solicitará que complete un cuestionario que incluirá preguntas sobre su relación con la familia, amigos y otros cercanos, así mismo del apoyo familiar que recibe y sobre su situación general de salud. El cuestionario será confidencial y sólo se utilizará con fines de investigación.

1. **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.
2. **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. Su decisión de participar o no participar no afectará su cualquier servicio que reciba.



3. **Contacto e información adicional:** Si tiene alguna pregunta o inquietud sobre este estudio, puede comunicarse con el investigador responsable.

Judith Elizabeth Calva Betancourt - 0988437435

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.

Firma del participante:..... *Herminia Cumbicos*

Nombre del participante: ..... *Herminia Cumbicos*



Anexo 3. Estructura de la encuesta
Cuestionario de Encuesta

Nota: el cuestionario aquí presentada, se realiza a partir del proyecto de investigación denominado "El envejecimiento y las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, en la actualidad", y es llevado a cabo por Judith Elizabeth Calva Betancourt; esta investigación tiene como propósito Analizar la relación entre envejecimiento y relaciones interpersonales de las personas adultas mayores en su entorno familiar, en el barrio Consaguana de la parroquia el Ingenio.

Se da a conocer además que las respuestas aquí colocadas serán tratadas confidencialmente y bajo anonimato; debido a que su utilización será únicamente con fines científicos como parte de la investigación antes mencionada. Acepto participar libre y voluntariamente en la presente investigación

SI \_\_\_ NO \_\_\_

Por favor, lea cuidadosamente cada afirmación y, responda según las alternativas planteadas.

1. Datos generales

Table with 4 columns: Género, Edad, Estado civil, ¿Con quién vive actualmente? and corresponding response options like Masculino, 65-74, Casado/a, Solo/a, etc.

2. Envejecimiento

- 1 ¿Ha experimentado dificultades para realizar actividades físicas cotidianas... Siempre, frecuentemente, Rara vez, Nunca
2 ¿Cómo calificaría su estado de salud? Excelente, Bueno, Regular, Malo
3 ¿Ha notado dificultades para recordar información... Siempre, Frecuentemente, Rara vez, Nunca
4 ¿Considera que su capacidad para concentrarse... Mucho, Bastante, Regular, Poco, Nada
5 ¿Cómo calificaría su capacidad para aprender cosas nuevas... Muy buena, Buena, Regular, Mala



Muy mala\_\_\_

### 3. Relaciones interpersonales

- |    |                                                                                                                                                |                                                                                                          |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6  | ¿Con qué frecuencia interactúa con sus familiares cercanos.?                                                                                   | Todos los días___<br>Varias veces a la semana___<br>___<br>Una vez al mes___<br>Nunca___                 |
| 7  | ¿Recibe ayuda de sus familiares para realizar actividades diarias como ir al médico, hacer compras o en el aprendizaje de cosas nuevas?        | Siempre___<br>Frecuentemente___<br>Rara vez___<br>Nunca___                                               |
| 8  | ¿Con que frecuencia interactúa con amigos o vecinos de la comunidad?                                                                           | Siempre___<br>Frecuentemente___<br>Rara vez___<br>Nunca___                                               |
| 9  | ¿Considera que por su condición de envejecimiento existe una reducción en la cantidad de personas de la familia con las que mantiene contacto? | Sí, ha disminuido mucho___<br>Sí, ha disminuido poco___<br>No, no ha disminuido___<br>No estoy seguro___ |
| 10 | ¿Considera que por su condición de envejecimiento existe una reducción en la cantidad de amigos y vecinos con las que mantiene contacto?       | Sí, ha disminuido mucho___<br>Sí, ha disminuido poco___<br>No, no ha disminuido___<br>No estoy seguro___ |
| 11 | ¿Participa activamente en las actividades socio culturales de la familia?                                                                      | Mucho___<br>Bastante___<br>Regular___<br>Poco___<br>Nada___                                              |
| 12 | ¿Participa activamente en las actividades socio culturales de la comunidad?                                                                    | Mucho___<br>Bastante___<br>Regular___<br>Poco___<br>Nada___                                              |

#### Anexo 4. Ficha Bibliográfica

### Universidad Nacional de Loja

Unidad de Educación a Distancia y en Línea

Carrera de Trabajo Social

N <sup>o</sup>	Autor(es)	Título del Artículo	Revista	Año	Categorías	Citas Clave
1	Elda María del Roció Coutiño-Rodríguez; Omar Elind Arroyo-Helguera; Luis Alfredo Herbert-Doctor	Envejecimiento biológico: Una revisión biológica, evolutiva y energética	Fesahanccca	2020	Definición de envejecimiento	Desde el punto de vista biológico, es un proceso natural, intrínseco, dinámico, secuencial, progresivo, universal y, hasta ahora, inevitable e irreversible (Coutiño et al., 2020, p. 21).
2	Alida García Orellana; Andreína Tejada; Darío Sosa	El paciente adulto mayor: una revisión narrativa con visión médico-odontológica	Los Andes	2022	Etapas del envejecimiento	la Organización Mundial de la Salud identifica las siguientes clasificaciones en este intervalo: Pre-vejez, de los 60 a 64 años; Vejez funcional, entre los 65 a 74 años; Vejez plena, de los 75 años a los 84; Vejez avanzada, de los 85 años y más (como se citó en García et al., 2022, p. 64).
3	Pinilla María, Ortiz María, Suárez Juan		Salud Uninorte	2021	Tipos de envejecimiento	Envejecimiento normal la persona puede mantenerse en mínima probabilidad de enfermar, mantiene buenos niveles de actividad física, mental y logra mantener las relaciones interpersonales y participación en actividades significativas y vitales (Pinilla, Ortíz y Suarez, 2021).



	Lázaro Yolanda; Doistua Joseba, Idurre Lazcano	La práctica deportiva en la educación del ocio como herramienta para el envejecimiento activo	Revista Española de Educación Física y Deportes	2019		Envejecimiento activo es el proceso de optimización de las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, la participación y seguridad para mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen, reconociendo la heterogeneidad de las personas mayores y la tendencia a la diversidad que va apareciendo conforme aumenta la edad (Organización Mundial de la Salud, 2002, como se citó en Lázaro et al., 2019).
	Zamorano Alma, Camacho María, Romero Claudia.	Una mirada a las expectativas en la vejez desde las narrativas del cine mexicano	RPC	2022		Envejecimiento patológico, se da cuando los procesos degenerativos y las enfermedades dificultan que la persona se adapte al entorno, pueden manifestarse síntomas de leves a graves, de los cuales los más frecuentes son la confusión, desorientación, pérdida de memoria, debilidad muscular, problemas de visión y audición (Zamorano et al., 2022)
4	Esmeraldas Esther, Falcones Mariana, Vásquez Mariángel, Solórzano José.	El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características	Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento		Cambios en el proceso de envejecimiento	Cambios físicos, en su postura, forma de caminar, facciones, color de pelo, capacidad visual y auditiva, disminuye la capacidad del almacenamiento de la memoria que afecta a los tres tipos de memoria a corto, mediano y largo plazo, sueño alterado, entre otros aspectos (Esmeraldas et al., 2019, p. 66).
	González Miguel,	La psicología positiva como	Conrado	2020		Cambios cognitivos, durante el envejecimiento



	Piza, Narcisa, Sánchez Patricia.	recurso en la atención del adulto mayor				las personas manifiestan cambios en las funciones cognitivas, evidenciados al tardar más en responder a la información que reciben y al enfrentar dificultades para resolver las tareas que se les exigen. Se observa un declive en las fases del procesamiento de la información, la retención o la memoria. (González et al., 2020).
	Rodríguez Walter, Arango Juan, Sepúlveda Ramaris	El envejecimiento y las demencias	Manual Moderno	2022		Uno de los cambios sociales que pone en riesgo a las personas es su vulnerabilidad ante el maltrato físico, emocional y económico, así como el riesgo al abandono (Rodríguez et al., 2022).
5	Hanco Miriam, Carpio Amira, Castillo Zoraima, Flores Emilia	Relaciones interpersonales y desempeño laboral en hoteles turísticos del departamento de Puno	Comunicación	2021	Relaciones interpersonales	Las relaciones interpersonales son las interacciones que se dan entre al menos dos personas en cualquier contexto sociocultural y son fundamentales en la vida en sociedad y así mismo permiten tanto el conocimiento mutuo como la autoconciencia de los individuos (Moreno y Pérez, 2018, como se citó en Hanco et al., 2021, p. 187).
6	Jessica Katherine Matailo Bazarán	Rol de la familia en el cuidado integral del adulto mayor y la intervención del trabajador social	Repositorio institucional-UNL	2019	Familia	La familia cumple un rol fundamental en la vida del adulto mayor ya que por lo general es donde recibe afecto, calidez, cercanía y solidaridad, además de los cuidados que la edad exige, pues la familia asume esta responsabilidad moral en un mundo donde esta carga aumenta debido al envejecimiento demográfico, que eleva la cantidad de personas mayores, con esperanza de





					vida y mayor riesgo (Matalio, 2019).
7	Chaparro Lorena, Carreño Sonia, Arias Mauricio	Soledad en el adulto mayor: implicaciones para el profesional de enfermería	Cuidarte	2019	Factores que influyen en las relaciones interpersonales  A medida que la edad avanza las relaciones interpersonales se ven afectadas por factores como: el deterioro de la salud física y mental, la disminución de las redes sociales, el rechazo social, muerte de amigos y familiares contemporáneos. Todo esto produce sentimientos de inutilidad, carga y aislamiento lo cual genera una sensación de soledad en el adulto mayor y a su vez la soledad se relaciona con la tristeza, afeción de socialización y cotidianidad (Chaparro et al., 2019).
8	Flor Magali Chenche García; Bertha Georgina Llaguno Bajaña; Jaime Hernán Contreras Cruz; Laura Lucinia Rivera Silva	Relaciones interpersonales en la convivencia personal.	Recimundo	2023	<b>Familiares.</b> representan una forma de comunicación entre todos los miembros que las conforman, siendo un aspecto clave en el que se expresan el amor, los sentimientos y las inquietudes. <b>Superficiales.</b> Se caracterizan por compartir menos intimidad que una verdadera amistad, sin embargo, brindan momentos agradables. <b>Circunstanciales.</b> Son aquellas que se encuentra en un punto intermedio entre las relaciones íntimas y superficiales, tienen que ver con las personas que se interactúa con frecuencia, pero sin un apego profundo (Chenche et al., 2023)



1859

**unl**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Unidad de Educación  
a Distancia y en Línea

### Anexo 5. Tablas y gráficos de la encuesta

[https://drive.google.com/drive/folders/15JAg6DM\\_uRMaOLxbE6QwmnkqFrXA0khl?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/15JAg6DM_uRMaOLxbE6QwmnkqFrXA0khl?usp=sharing)

### Anexo 6. Propuesta

Fortalecimiento de las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores en el barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio.

#### **a. ANTECEDENTES:**

El envejecimiento es un proceso natural de la vida que conlleva a una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales que influyen en las dinámicas personales y familiares de las personas adultas mayores. Históricamente, las personas adultas mayores han sido valoradas como figuras de sabiduría y experiencia dentro de sus comunidades, sin embargo, con el avance de la modernidad, las dinámicas familiares y sociales han cambiado, relegando en muchos casos a los adultos mayores a un segundo plano.

A nivel mundial, organismos como la Organización Mundial de la Salud han destacado la importancia de fortalecer las redes sociales y familiares de los adultos mayores como parte de las estrategias para promover el envejecimiento activo y saludable.

Sin embargo, en contextos locales y especialmente en zonas rurales como lo es el barrio Consaguana, se evidencia que las personas adultas mayores enfrentan limitaciones para mantener relaciones interpersonales saludables, pues factores como el deterioro físico, cognitivo, el escaso contacto con familiares y amigos, incrementa el riesgo de aislamiento social y soledad.

#### **b. JUSTIFICACIÓN**

Fortalecer las relaciones interpersonales en los adultos mayores es de suma importancia puesto que las interacciones sociales influyen de manera directa en la salud emocional y física. Pues, diversos estudios han demostrado que el apoyo social y las redes de interacción son fundamentales para prevenir problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad, que son muy comunes en los adultos mayores que viven en soledad y aislamiento. Además, una comunicación efectiva y relaciones familiares sólidas contribuyen al envejecimiento activo y saludables, mejorando la autoestima y el sentido de pertenencia de los adultos mayores en la comunidad.

#### **c. Marco Institucional**

El fortalecimiento de las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, se enmarca en el ámbito de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Loja. Así mismo en el compromiso y las políticas públicas de varios organismos nacionales e internacionales que han establecido en torno a la protección y bienestar de este grupo poblacional. A nivel internacional la Organización Mundial de la Salud mediante el programa “Envejecimiento Saludable” destaca la necesidad de crear entornos sociales que favorecen la integración, participación y accesibilidad de los adultos mayores a la sociedad.

A nivel nacional, el Ministerio de Inclusión Económica y Social, trabaja en la implementación de programas que promueven la inclusión social y el respeto a los derechos de los adultos mayores, fomentando su participación activa en la sociedad y su núcleo familiar.

En el contexto local, el Gobierno Autónomo Descentralizado Parroquial de El Ingenio también viene apoyando iniciativas que buscan mejorar las condiciones de vida de los adultos mayores de la parroquia, sin embargo, aún hay situaciones que faltan por hacer.

Por lo tanto, la presente propuesta se enmarca dentro de este contexto institucional, donde busca colaborar en las actividades que fortalezcan las relaciones interpersonales de los adultos mayores.

#### d. Objetivo

**Objetivo General:** Fortalecer las relaciones interpersonales de las personas adultas mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, promoviendo la participación activa de las familias.

#### Objetivos Específicos:

1. Promover la comprensión y la empatía hacia las necesidades de los adultos mayores entre sus familias.
2. Fomentar la participación de los adultos mayores en actividades comunitarias y recreativas.
3. Proporcionar herramientas de comunicación asertiva a los adultos mayores para que mantengan y fortalezcan sus vínculos sociales.

#### e. METAS

- Incrementar en un 50% el nivel de satisfacción y bienestar emocional de los adultos mayores participantes del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio.
- Realizar al menos 2 talleres educativos en un periodo de 3 meses, con la participación de al menos el 70% de los familiares de los adultos mayores.
- Formar al menos 2 grupos intergeneracionales que se reúnan quincenalmente, logrando la participación mayoritaria de los adultos mayores y al menos unos 10 jóvenes en cada sesión.
- Planificar y ejecutar al menos 2 eventos culturales en el transcurso de 3 meses, con la participación de al menos el 90% los adultos mayores en cada evento.

## f. Beneficiarios

Directos	Indirectos
Los principales beneficiarios de este proyecto serán los 20 adultos mayores del barrio Consaguana de la parroquia El Ingenio, quienes recibirán apoyo y recursos para enfrentar la situación que están atravesando.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Familias de los adultos mayores del barrio Consaguana.</li> <li>-Comunidad del barrio Consaguana.</li> <li>-Estudiante UNL</li> </ul>

## g. Plan de acción:

Diagnóstico Participativo	Educación y Sensibilización	Grupos intergeneracionales	Eventos culturales	Evaluación y Monitoreo
Realización de encuestas para identificar la situación real de las personas adultas mayores del barrio Consaguana, con respecto a sus relaciones interpersonales.	Realizar talleres donde se eduque y sensibilice a los familiares de los adultos mayores sobre el proceso de envejecimiento, abordando los cambios físicos, emocionales y sociales.	Crear grupos donde los adultos mayores puedan interactuar con jóvenes en actividades como manualidades, narración de historias, entre otros.	Organizar eventos culturales como concursos de cuentos, coplas, bailes terapéuticos, ferias de salud y bienestar.	Seguimiento continuo de las acciones implementadas y ajuste de estrategias según los resultados obtenidos.

### Anexo 7. Memoria fotográfica

