



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO

**FACTORES QUE INCIDEN EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LOS
ADULTOS MAYORES DEL BARRIO GENERAL ENRÍQUEZ GALLO DEL CANTÓN
LA LIBERTAD.**

ARTÍCULO ACADÉMICO

Previo a la obtención del grado académico de:

LICENCIADO(A) EN GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO

AUTOR(A):

SOLANGE ARIANA TOMALÁ VILLÓN

TUTOR(A):

Lcda. KATTY MARICELA VERA MEZA, Mgtr.

LA LIBERTAD – ECUADOR

2021

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO

**FACTORES QUE INCIDEN EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LOS
ADULTOS MAYORES DEL BARRIO GENERAL ENRÍQUEZ GALLO DEL CANTÓN
LA LIBERTAD.**

ARTÍCULO ACADÉMICO

Previo a la obtención del grado académico de:

LICENCIADO(A) EN GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO

SOLANGE ARIANA TOMALÁ VILLÓN

LA LIBERTAD – ECUADOR

2021

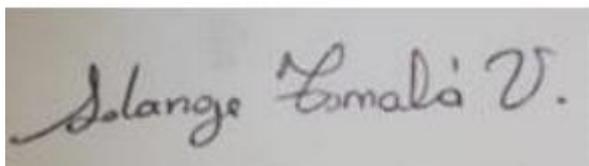


Declaratoria de responsabilidad

Quien suscribe; **SOLANGE ARIANA TOMALÁ VILLÓN** con C.C.240031133-4, estudiante de la carrera de Gestión Social y Desarrollo, declaro que el Trabajo de Titulación; Artículo Académico presentado a la Unidad de Integración Curricular, cuyo tema es: **FACTORES QUE INCIDEN EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL BARRIO GENERAL ENRÍQUEZ GALLO DEL CANTÓN LA LIBERTAD**, corresponde exclusiva responsabilidad del/de autor/la autora y pertenece al patrimonio intelectual de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

La Libertad 9/Diciembre/2021.

Atentamente,

A rectangular box containing a handwritten signature in black ink. The signature reads "Solange Tomalá V." in a cursive script.

Solange Ariana Tomalá Villón
C.C. 240031133-4

Dedicatoria

Dedico este presente trabajo principalmente a Dios, por haberme permitido llegar a este momento tan importante de mi vida. A mi padre, porque a pesar de no estar físicamente conmigo, sé que donde sea que este, está orgulloso de verme cumplir mis metas. A mi madre, ya que ha sido el pilar más importante por siempre brindarme su amor y apoyo incondicional, por hacerme saber que todo se puede con mucho esfuerzo y dedicación. A mi hija, por ser ese impulso y motivación diaria de salir adelante para poder brindarle lo mejor.

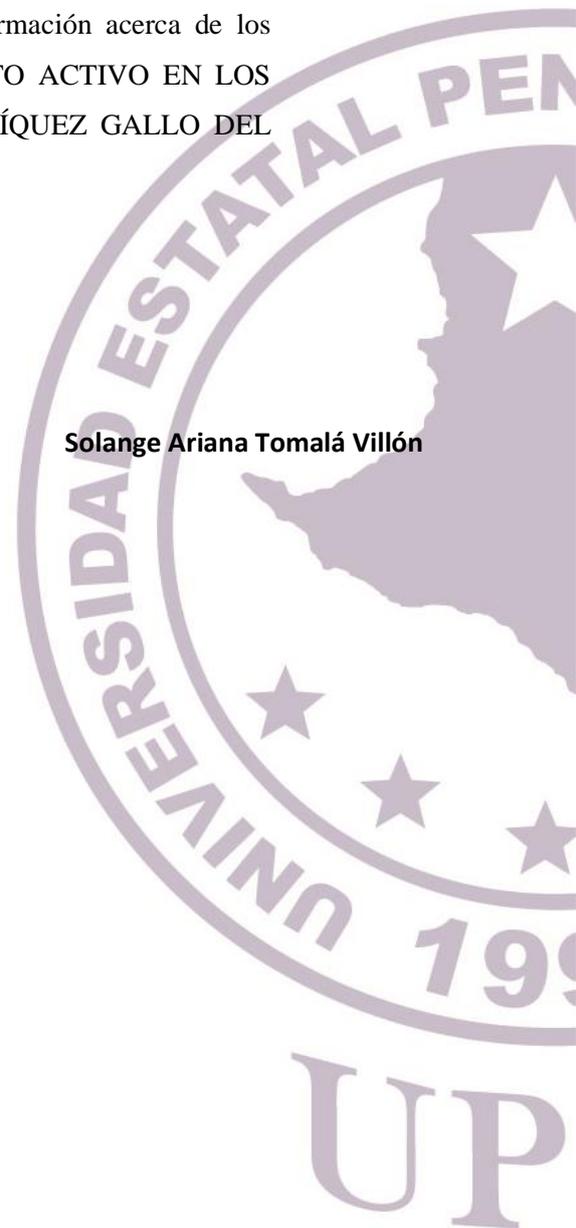
Solange Ariana Tomalá Villón



Agradecimientos

Gracias a todas las personas que fueron parte del proceso para la realización de este presente trabajo; a mi familia, a mi tutora la docente Katty Vera, al Econ. Juan Carlos Olives, a mis compañeras de estudio que estuvieron dispuestas ayudarnos mutuamente con alguna duda, y en general a todos los que tuvieron la disposición para colaborar con la búsqueda de información acerca de los FACTORES QUE INCIDEN EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL BARRIO GENERAL ENRÍQUEZ GALLO DEL CANTÓN LA LIBERTAD

Solange Ariana Tomalá Villón



**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN UIC
ARTÍCULO ACADÉMICO**

La Libertad, 12 de Enero del 2022

Licenciado,
BENJAMÍN WILSON LEÓN VALLE, MDL.
DIRECTOR DE LA CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO

En su despacho. -

En calidad de tutor(a) asignado(a) por la carrera de Gestión Social y Desarrollo, informo a usted qué; la estudiante **SOLANGE ARIANA TOMALÁ VILLÓN**, ha cumplido con los requisitos estipulados en el instructivo vigente para la implementación de la Unidad de Integración Curricular-UIC bajo la modalidad de *Artículo Académico de título* ***“FACTORES QUE INCIDEN EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL BARRIO GENERAL ENRÍQUEZ GALLO DEL CANTÓN LA LIBERTAD”***

Por lo ante expuesto, recomiendo se apruebe el Trabajo de Titulación; Artículo Académico. Debo indicar que es de exclusiva responsabilidad de la autora, cumplir con las sugerencias realizadas durante el proceso de revisión.

Para los fines académicos pertinentes, es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad.

Atentamente,



Lcda. KATTY MARICELA VERA MEZA, Mgtr.

DOCENTE TUTORA

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



Lcdo. Benjamín Wilson León Valle,
Mgtr.
**DIRECTOR DE LA CARRERA DE
GESTIÓN SOCIAL Y
DESARROLLO**



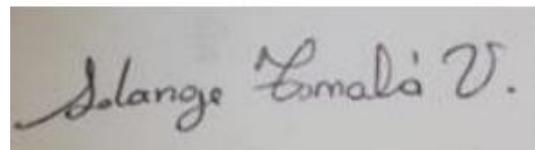
Econ. Juan Carlos Olives Maldonado, Mgtr.
**DOCENTE GUÍA DE LA CARRERA DE
GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**



Lcda. Katty Maricela Vera Meza,
Mgtr.
**DOCENTE TUTOR(A) DE LA
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL
Y DESARROLLO**



Lcda. Justa Antonia Peña De Izarra Ph.D.
**DOCENTE ESPECIALISTA DE LA
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y
DESARROLLO**



Solange Ariana Tomalá Villón
ESTUDIANTE

FACTORES QUE INCIDEN EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL BARRIO GENERAL ENRÍQUEZ GALLO DEL CANTÓN LA LIBERTAD

FACTORS THAT AFFECT ACTIVE AGING IN OLDER ADULTS IN THE GENERAL ENRÍQUEZ GALLO NEIGHBORHOOD OF LA LIBERTAD CANTON

Solange Ariana Tomalá Villón (1), Katty Maricela Vera Meza (2)

Código Orcid (1) 0000-0002-3134-2906

Código Orcid (2) 0000-0003-4849-1948

Universidad Estatal Península de Santa Elena-Carrera Gestión Social y Desarrollo (1)

Universidad Estatal Península de Santa Elena-Carrera Gestión Social y Desarrollo (2)

Resumen

El envejecimiento activo es la clave elemental que permite potenciar la calidad de vida de los adultos mayores, el mismo que ayuda a mejorar las condiciones de salud y motivación personal, es por eso necesario garantizar su protección y que puedan contar con el apoyo de entes gubernamentales, el objetivo de la investigación es determinar los factores que inciden en el envejecimiento activo en los adultos mayores del barrio General Enríquez Gallo del canton La Libertad, debido a que en la actualidad no se realizan programas por parte de las entidades públicas dirigidas a los adultos mayores para incentivarlos a tener un mejor estilo de vida acorde a sus capacidades, el método utilizado es de tipo cuali-cuantitativa con un alcance exploratorio, el mismo que se determinó bajo un censo mediante encuestas y entrevistas, donde se pudo evidenciar que los adultos mayores no realizan actividades físicas debido a la falta de programas en el barrio que tengan como perspectiva el envejecimiento activo.

Palabras claves: *Envejecimiento, motivación, activo, salud, capacidades.*

Abstract

Active aging is the elemental key that allows enhancing the quality of life of older adults, the same that helps improve health conditions and personal motivation, that is why guarantee their protection and that they can count on the support of government entities, The objective of the research is to determine the factors that affect active aging in older adults in the General Enríquez Gallo neighborhood of La Libertad canton, due to the fact that currently no programs are carried out by public entities aimed at older adults. to encourage them to have a better lifestyle according to their abilities, the method used is of a qualitative-quantitative type with an exploratory scope, the same one that was determined under a census through surveys and interviews, where it was possible to show that older adults do not perform physical activities due to the lack of programs in the neighborhood that have active aging as a perspective.

Keywords: *Aging, motivation, active, health, capabilities.*

1. Introducción

Se define al envejecimiento activo como un proceso de optimización de las oportunidades de la salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas van envejeciendo. Es el proceso que permite a los seres humanos realizar su potencial tanto físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y ser partícipe en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que le proporciona: protección, seguridad y cuidados adecuados. (MENDIZÁBAL, 2015)

Con el envejecimiento activo, se busca no solo objetivos de salud con los adultos mayores sino también que sean incluidos en objetivos sociales de independencia, movilidad en el sentido más amplio de la palabra, de facilitar la posibilidad de desarrollar programas y trabajos que, constituyan una continuidad con lo que ha sido la vida previa de cada uno y contribuyan al bien común de las personas de la tercera edad. (Mendizábal, 2018)

El potencial del adulto mayor va más allá de conseguir un buen envejecimiento donde no solo implica estar bien, sino sentirse capaz de continuar realizando contribuciones significativas en su entorno, en la comunidad o sector donde vive para seguir ayudando y sirviendo a la sociedad. (Tur, 2018)

Según (Orrala, 2015) nos dice que el mundo está presentando un fenómeno de envejecimiento que tendrá un gran impacto en el perfil de salud. Con el aumento de la población adulto mayor en el mundo las sociedades están llamadas a desarrollar sistemas o programas de atención para estas personas, específicamente en el área de actividades lúdicas o físicas, el objetivo de la investigación es proponer la guía de actividades lúdicas, en función del Plan Nacional del buen vivir, para el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, se utilizaron métodos científicos teóricos y empíricos, la técnica de investigación fueron las encuestas; apoyados con el cálculo porcentual para el análisis de los resultados. En la investigación de acuerdo con los resultados obtenidos se determinó que la aplicación del conjunto de actividades lúdicas incidirá de manera significativa en el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, sobre todo en los aspectos físicos, psicológicos y de salud en correspondencia con los intereses y motivaciones de los adultos mayores.

Según (Martin, 2020) plantea que la vejez siempre ha sido determinada como declive e involución, generándose estereotipos negativos y actitudes discriminatorias hacia las personas adulto

mayores, el objetivo de la investigación fue elaborar una escala en la que se recojan los factores que están relacionados con el envejecimiento activo; analizar la validez de dicha escala y comprobar si la escala discrimina entre los participantes de este estudio, la metodología fue participativa con una muestra conformada por 300 personas que realizan estudios especiales para personas mayores de 55 años en la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria quienes hacen la recopilación y análisis de datos dando como conclusión que el envejecimiento activo está relacionada con tener un buen apoyo efectivo y una percepción de bienestar. Además, supone contar con una buena salud y autonomía personal, por lo que es muy importante.

Según (Azcuy, Valdes, Camellon, Roque, Borgues, & Zurbano, 2021) los autores en su artículo tiene como objetivo elaborar una intervención comunitaria, el mismo que contribuye a un mejoramiento y calidad de vida dirigido a los adultos mayores, en su investigación se utilizó métodos teórico, histórico, lógico, análisis, síntesis, inductivo-deductivo con análisis documental y entrevistas y cuestionarios para la obtención de valores relativos. A modo de conclusión se determinó que está dirigido a estimular la participación y temática muy importante para los adultos mayores y potenciar las actividades físicas y a la construcción de estereotipos de la vejez.

La presente investigación tiene como objetivo determinar los factores que inciden en el envejecimiento activo en los adultos mayores del barrio General Enríquez Gallo del canton La Libertad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera al adulto mayor a cualquier persona que tenga de los 60 años en adelante. Algunos de ellos se consideran adultos mayores disfuncionales debido a que, a causa de los problemas naturales que conlleva el envejecimiento, ellos son considerados personas que al llegar a esa etapa necesitan ayuda para llevar a cabo sus necesidades cotidianas. Además las personas de la tercera edad son más vulnerables a diversas enfermedades y por lo tanto ellos requieren una constante observación y atención médica. (Causaubon, 2014)

Incluirse en actividades sociales a lo largo del tiempo ayuda a prevenir las enfermedades más aun cuando son personas de la tercera edad ya que esto hará que su cuerpo y su mente se mantengan de manera activa evitando el sedentarismo y el aislamiento ayudando a tener una vida saludable.

La importancia de mantener las actividades sociales a lo largo de la vida, radica en el favorecimiento de la salud integral del individuo, donde ejerce una función protectora ante muchas enfermedades físicas y mentales, lo que contribuye

a mejorar la salud y alargando el periodo de la vida. (Monteagudo, García, & Ramos, 2016)

Es bien sabido que la adopción de un estilo de vida físicamente activo puede minimizar muchas pérdidas en la edad avanzada y por lo tanto contribuir de manera positiva a un proceso de envejecimiento más saludable, el ejercicio es un protector y precursor de la autonomía y sin duda la autonomía de las personas mayores íntimamente relacionada con su calidad de vida. (Vilches Avaca & Castillo Retamal, 2015)

La OMS, desde 1948, ha definido la salud como: Un estado de completo bienestar físico, mental y social, no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia. Esta definición ha sido cuestionada, ya que se considera como una situación ideal, difícilmente alcanzable por toda la población y más aún para las personas de la tercera edad. (Pinedo, 2016)

2. Materiales y Métodos

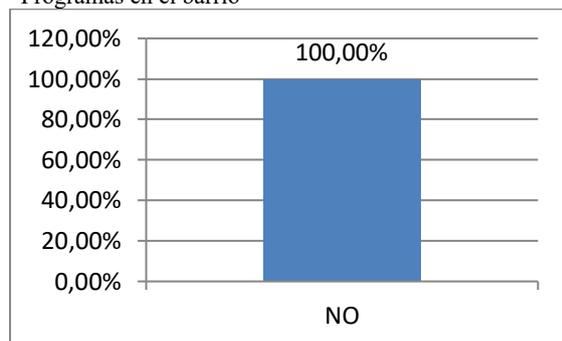
La presente investigación es de tipo cuali-cuantitativa. El enfoque se basó en determinar los factores que inciden en el envejecimiento activo en los adultos mayores del barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad.

Con un enfoque exploratorio, se diagnosticó la situación problemática que afecta a los 20 adultos mayores al no tener un envejecimiento activo donde se procedió con el levantamiento de información, mediante encuestas dirigidas a los adultos mayores, entrevistas realizadas a los familiares y el presidente barrial, lo que permitió validar la información.

3. Resultados y Discusión

A continuación los resultados que se obtuvieron mediante las encuestas y entrevistas realizadas.

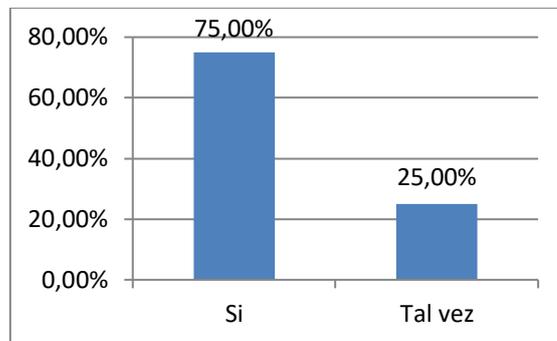
Figura 1. Histograma de frecuencia de la variable “Programas en el barrio”



Fuente: Levantamiento de información en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad. Elaborado por la autora.

De acuerdo con los datos de la tabla 1 y figura 1, el 100% de los adultos mayores (20) indican que en la actualidad no se realizan en el barrio programas para tener un envejecimiento activo.

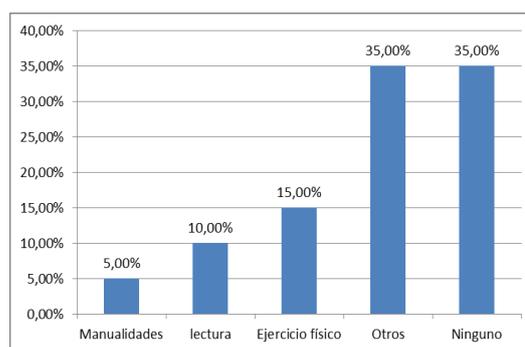
Figura 2. Histograma de frecuencia de la variable “Incluir al adulto mayor en programas sociales”



Fuente: Levantamiento de información en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad. Elaborado por la autora.

Según los datos de la tabla 2 y figura 2, el 75% de los adultos mayores (15) consideran que sí es necesario que ellos sean incluidos en los programas sociales para que puedan tener un envejecimiento activo, y el 25% de los demás adultos mayores (5) manifiestan que tal vez sí sea necesario ser incluidos.

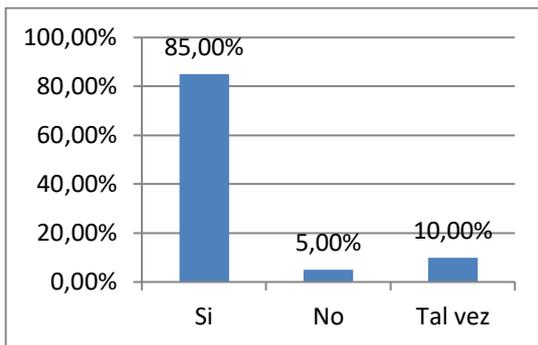
Figura 3. Histograma de frecuencia de la variable “Actividades”



Fuente: Levantamiento de información en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad. Elaborado por la autora.

Los datos de la tabla 3 y figura 3, muestran que hay un 5% (1) de adulto mayor que realiza manualidades en su hogar por voluntad propia, un 15% (3) que realizan ejercicio físico, un 10% (2) que realizan lectura, un 35% (7) que realiza otras actividades que no benefician su salud y 35% (7) más que no realizan ningún tipo de actividad física.

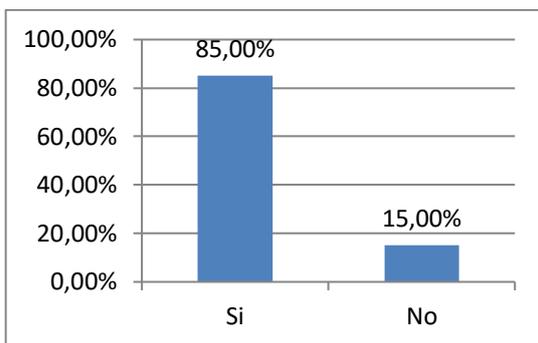
Figura 4. Histograma de frecuencia de la variable "Incentivación familiar"



Fuente: Levantamiento de información en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad. Elaborado por la autora.

Según con los datos de la tabla 4 y figura 4, nos indica que hay un 85% (17) adultos mayores que reciben incentivación, motivación por parte de sus familiares para que realicen o asistan a programas sociales para llevar un envejecimiento activo, el 10% nos manifestó que tal vez y el 5% nos manifestó que no reciben motivación por parte de sus familiares.

Figura 5. Histograma de frecuencia de la variable "Mantenerse activo ayuda a prevenir enfermedades"



Fuente: Levantamiento de información en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad. Elaborado por la autora.

De acuerdo con los datos de la tabla 5 y figura 5, nos indica que el 85 % (17) adultos mayores creen que el mantenerse activo ayuda a prevenir ciertas enfermedades a las q están expuestas por ser personas de la tercera edad, y el 15% (3) nos dice que no ayuda a prevenir.

Entrevistas

A continuación la consolidación de las entrevistas realizadas a los familiares y presidente barrial, nos muestra los resultados:

En la actualidad no se realizan programas en el barrio para que el adulto mayor asista a realizar actividades y que puedan ser guiados por personal

capacitado, que tenga el conocimiento adecuado de poder llegar al adulto mayor.

En los programas que se realizan en otras localidades los más comunes son: ejercicio físico, manualidades, bailo- terapia, tejido, etc.

Las personas adultas mayores son sujetos a derechos, y uno de ellos es incluirse a la sociedad y realizar actividades físicas que lo ayuden a tener su cuerpo y mente con energía y no estar en total sedentarismo para evitar el decaimiento en su salud la vejez es la etapa por la cual todo ser humano pasara por ende los adultos mayores tienen derecho a tener una vida activa.

La realización de actividades físicas y sociales ayuda a que el adulto mayor salga de su encierro a la que muchos de ellos están sometidos.

Los adultos mayores tienen derecho de no sentirse menospreciado por ser personas de la tercera edad, tienen derecho de salir, bailar y compartir con personas de su mismo entorno y poder recrear su mente.

Los familiares son los principales precursores de hacer sentir al adulto mayor que son capaces de continuar su diario vivir realizando diferentes tipos de actividad que le den la energía suficiente para continuar con una vida saludable y activa.

Discusión

De acuerdo con los resultados uno de los puntos nos menciona sobre la actividad física, y el impacto que está presentando el envejecimiento en el perfil de la salud, con el aumento de población adulto mayor en el mundo, la sociedad debe planificar y ejecutar programas dirigidos específicamente a los adultos mayores con lo referido por (Orrala, 2015) una de las ayudas más importantes es la recreación y las actividades físicas que deben realizar los adultos mayores para tener un envejecimiento activo y un estilo de vida más saludable.

Otro de los resultados también nos dice, que la vejez siempre ha sido catalogada como algo negativo llevando consigo las actitudes discriminativas, por eso es necesario el apoyo efectivo y una percepción de bienestar. El adulto mayor debe sentir el apoyo e incentivación por parte de sus familiares, ya que ellos son los precursores en darle la motivación suficiente de que sepan que son capaces de seguir su diario vivir a pesar de su edad con un envejecimiento activo, lo que coincide con lo mencionado por (Martin, 2020)

También la elaboración de una intervención comunitaria es lo más factible para contribuir en el mejoramiento y calidad de vida de los adultos mayores, porque sería de mucho beneficio el que ellos sean incluidos en los programas porque de esta manera pueden prevenir las enfermedades a las que están expuestas por ser consideradas personas vulnerables debido a su edad son más sufrir enfermedades, por no socializar con otras personas y no ejercitar su cuerpo y mente, lo que coincide con lo mencionado por (Azcuy, Valdes, Camellon, Roque, Borgues, & Zurbano, 2021).

4. Conclusiones

Los adultos mayores son personas de sabiduría por lo tanto es importante que adopten un estilo de vida saludable, los adultos mayores de barrio General Enríquez Gallo necesitan que se realicen programas donde los incentiven a realizar diferentes actividades, y poder mejorar su estilo de vida ya que ellos por lo general al llegar a la adultez no tienen obligaciones algunas donde puedan ejercitar su cuerpo y su mente.

Mediante la realización de levantamiento de información se pudo constatar la necesidad de programas dirigidos a los adultos mayores, ya que de acuerdo a la información recopilada supieron manifestar que sería de mucho beneficio la presencia de personal capacitado que les brinde la ayuda que ellos necesitan para sentirse mejor física y emocionalmente realizando diferentes actividades que por lo general estos programas ofrecen.

5. Recomendación

- ✓ -Que persista la incentivación familiar para que los adultos mayores no decaigan y ejerciten su cuerpo y su mente en el hogar a pesar de no realizarse programas en el barrio.
- ✓ Estrategias para que el adulto mayor sea involucrado en la sociedad.
- ✓ Se recomienda que el presidente barrial junto a los familiares de los adultos mayores realicen gestiones para requerir la realización de programas.

6. Agradecimiento

Agradezco a los adultos mayores visitados que aportaron y brindaron información a pesar de ser una persona desconocida, me recibieron con cariño y con la mejor actitud, dispuestos a colaborar con las encuestas, a los familiares y al presidente barrial que dedico tiempo para realizar las entrevistas.

7. Referencias

Bibliografía

- [1]. Azcuy, L., Valdes, V., Camellon, A., Roque, Y., Borgues, A., & Zurbano, L. (2021). Intervención educativa comunitaria para un envejecimiento activo y con calidad de vida. EDUMECENTRO. Causaubon, L. M. (2014). Manual de cuidados generales. (L. y. SC, Ed.)
- [2]. Martin, J. (2020). ESCALA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO. Pedagogia social.
- [3]. MENDIZÁBAL, M. R. (2015). El envejecimiento activo. Critica.
- [4]. Mendizábal, M. R. (Enero, febrero de 2018). Envejecimiento activo. Dialnet, 47(1), 45-54.
- [5]. Monteagudo, M. A., García, D. M., & Ramos, M. M. (3-13 de mayo-junio de 2016). El envejecimiento activos: importancia de su promoción para sociedades envejecidas. Revista Archivo Médico de Camagüey, 20(3).
- [6]. Orrala, F. (2015). "GUÍA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL CLUB LOS INTOCABLES. Repositorio UPSE.
- [7]. Pinedo, L. F. (Abril-Junio de 2016). Salud y calidad de vida en el adulto mayor. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica, 33.
- [8]. Tur, C. T. (2018). Envejecimiento activo, generatividad y aprendizaje.
- [9]. Vilches Avaca, C., & Castillo Retamal, M. (julio de 2015). INTERVENCIONES CON ACTIVIDAD FÍSICA ASOCIADA A LA SALUD PARA EL. Ciencias de la Actividad Física, 16, 87-93.