

Calidad de vida en los adultos mayores a través del apoyo emocional

Quality of life in older adults through emotional support

• Fecha de recepción: 2022-02-10 • Fecha de aceptación: 2022-04-08 • Fecha de publicación: 2022-04-28

Lucía Begnini-Domínguez¹

¹ Instituto Superior Tecnológico Japón, Quito, Ecuador

lbegnini@itsjapon.edu.ec

ORCID: 0000-0001-5578-3004

Resumen

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que ha dado lugar a un aumento en la demanda de servicios de atención a los adultos mayores, así como también temas como la calidad de vida de los adultos mayores se han convertido en una preocupación importante, y cada vez se presta más atención a la influencia del apoyo emocional y espiritual en su bienestar. En este estudio, se realizó una investigación sobre la relación entre el apoyo emocional, espiritual y la calidad de vida en adultos mayores. En la metodología de investigación, se encuentran analizados algunos documentos de investigación conforme al desarrollo de una metodología descriptiva. Los resultados mostraron que el apoyo emocional y espiritual percibido por los adultos mayores estudiados en los distintos documentos de investigación es de gran importancia para una buena calidad de vida, incluso tomado en cuenta factores relevantes en la misma, tales como la edad, el género, el estado civil, el nivel educativo y el estado de salud. Como conclusión principal, la investigación resaltó que el apoyo emocional y espiritual es un componente crítico del cuidado para adultos mayores y que los proveedores de cuidados deben prestar atención a las necesidades emocionales y espirituales de los adultos mayores para mejorar su calidad de vida.

Palabras claves: Adultos mayores, Calidad de vida, Apoyo emocional y espiritual, Cuidados, bienestar y salud.

Abstract

The aging of the population is a global phenomenon that has led to an increase in the demand for care services for older adults, as well as issues such as the quality of life of older adults have become an important concern, and more and more attention is being paid to the influence of emotional and spiritual support on their well-being. In this study, research was conducted on the relationship between emotional and spiritual support and quality of life in older adults. In the research methodology, some research papers were analyzed according to the development of a descriptive methodology. The results showed that the emotional and spiritual support perceived by the older adults studied in the different research documents is of great importance for a good quality of life, even taking into account relevant factors such as age, gender, marital status, educational level and health status. As a main conclusion, the research highlighted that emotional and spiritual support is a critical component of care for older adults and that caregivers should pay attention to the emotional and spiritual needs of older adults to improve their quality of life.

Keywords: Older adults, Quality of life, Emotional and Spiritual support, Care, Wellness and Health.

Introducción

En los últimos años, la población mundial ha experimentado un importante envejecimiento demográfico, lo que ha llevado a una creciente preocupación por la calidad de vida de los adultos mayores. En este sentido, diversos estudios han destacado la importancia del apoyo emocional y espiritual para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

En este artículo de investigación, se abordará el tema de la calidad de vida en los adultos mayores a través del apoyo emocional y espiritual, con el objetivo de analizar cómo estos factores pueden influir en la calidad de vida de esta población y de explorar las estrategias que pueden utilizarse para mejorarla.

La calidad de vida es un concepto complejo que se refiere a la percepción que tiene una persona sobre su bienestar en diferentes áreas de su vida, como la salud, el bienestar emocional, las relaciones sociales, el entorno físico y la satisfacción con la vida en general. En el caso de los adultos mayores, la calidad de vida se ve influida por diversos factores, como la presencia de enfermedades crónicas, la disminución de la capacidad funcional y la pérdida de seres queridos. Además, la calidad de vida en la vejez puede estar influenciada por factores culturales, económicos y sociales que pueden variar según el contexto.

En este sentido, el apoyo emocional y espiritual puede desempeñar un papel clave en la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores. Por su parte, el apoyo emocional se refiere a la ayuda que se ofrece a una persona para que pueda expresar y gestionar sus emociones de manera adecuada, mientras que el apoyo espiritual se refiere a la ayuda que se ofrece para satisfacer las necesidades espirituales de una persona, como la búsqueda de sentido y propósito en la vida. Ambos tipos de apoyo pueden ser proporcionados por familiares, amigos, cuidadores, profesionales de la salud y líderes religiosos (Fusté et al., 2018).

La literatura científica ha destacado la importancia del apoyo emocional y espiritual para la calidad de vida de los adultos mayores. Por ejemplo, diversos estudios han encontrado que el apoyo emocional está relacionado con una mayor satisfacción con la vida, una mejor salud mental y una mayor capacidad para afrontar el estrés. Asimismo, el apoyo espiritual ha sido asociado con una mayor resiliencia, una mayor capacidad para afrontar la muerte y una mayor satisfacción con la vida.

En los adultos mayores, los factores como el apoyo emocional y espiritual representan un elemento fundamental para su bienestar y calidad de vida, por lo que es normal que cuando un individuo se enfrenta una serie de desafíos emocionales y psicológicos, como la soledad, la pérdida de amigos y seres queridos, la disminución de la movilidad, la aparición de enfermedades y la disminución de la capacidad cognitiva aparezcan de repente y representen un obstáculo en la vitalidad física-mental y en la convivencia. Estos desafíos pueden tener

un impacto significativo en la salud mental y emocional de los adultos mayores, lo que puede llevar a la depresión, la ansiedad y la sensación de aislamiento social (Sarrazin, 2021).

Sin embargo, aunque la relación entre el apoyo emocional y espiritual y la calidad de vida en la vejez es clara, aún se requiere de más investigación para entender cómo estos factores interactúan y cómo se pueden mejorar para promover una mejor calidad de vida en esta población. Por lo tanto, en el desarrollo de este documento se pretende contribuir al conocimiento sobre la calidad de vida en los adultos mayores a través del apoyo emocional y espiritual, por medio de una revisión de la literatura y de un análisis de los datos obtenidos de una muestra de adultos mayores de una residencia para la tercera edad. En concreto, se explorará cómo el apoyo emocional y espiritual se relaciona con diferentes dimensiones de la calidad de vida, como la salud física y mental, la satisfacción con la vida y las relaciones sociales. También se analizarán las estrategias que pueden utilizarse para mejorar el apoyo emocional y espiritual en esta población, incluyendo la participación en actividades sociales y religiosas, la promoción de la comunicación abierta y el establecimiento de redes de apoyo.

Por consiguiente, también se tomarán en cuenta factores como el papel que desempeñan los profesionales de la salud y los cuidadores en la provisión de apoyo emocional y espiritual a los adultos mayores, al igual que las barreras y desafíos que enfrentan estos profesionales en la atención a esta población, explorando las posibles estrategias para mejorar su capacitación y sensibilización en este ámbito.

Este artículo plantea como objetivo primordial, el contribuir al conocimiento sobre la calidad de vida en los adultos mayores y el papel que desempeña el apoyo emocional y espiritual en su mejora. Esperando resolver o encontrar resultados que solventen la problemática, comprendiendo las implicaciones prácticas que se puedan hallar para la atención a esta población y para la formulación de políticas públicas que promuevan su bienestar.

Metodología

Para el desarrollo del documento, se toma como base los conceptos de las metodologías para la investigación cualitativas y cuantitativas, tomando en cuenta una mezcla de ambas adoptando una metodología de investigación descriptiva, en la que se hace uso de diversas fuentes de información con múltiples filtros que buscan hallar resultados en la temática en la que se fundamenta esta investigación.

Como se mencionan en (Arias Gonzáles y Covinos Gallardo, 2021), las herramientas con un enfoque cualitativo y cuantitativo, como el clasificar a los sujetos de muestra o población como variables con las cuales se efectuarán recursos como entrevistas, encuestas o cuestionarios, aplicando distintos métodos para la obtención de resultados basados en la observación y el análisis.

Para abordar el objetivo del presente estudio, se utilizó un diseño de investigación descriptivo que usa los sistemas de búsqueda basados en los estudios de población con metodologías cuantitativa y cualitativas, ya que permiten tener una mejor visión y análisis sobre los sujetos y, por tanto, permite observar y desarrollar mejores conclusiones para el tema de investigación presente en este artículo.

Para el análisis de datos, se tomaron en cuenta investigaciones cuya descripción de muestra se base en los aspectos de edad, género, estado civil, nivel educativo, condiciones de salud y su distribución geográfica. Así como variables de estudio de calidad de vida como las dimensiones físicas, emocionales, sociales y espirituales, partiendo de las palabras clave de apoyo emocional, apoyo espiritual, apoyo afectivo y relacional.

Por otra parte, para la interpretación de los resultados vistos en las diferentes investigaciones se consideraron las dimensiones que más impactan la calidad de vida, la evaluación de si existe una diferencia significativa entre las mismas. Y determinando si el apoyo emocional y espiritual influye en la percepción de calidad de vida.

Este trabajo descriptivo busca proporcionar una visión integral de la calidad de vida en adultos mayores, destacando la influencia del apoyo emocional y espiritual. La interpretación de estos datos ayudará a informar y mejorar las estrategias de atención y apoyo para esta población. Posteriormente, se calcularon estadísticas descriptivas para todas las variables incluidas en el estudio. Se utilizaron pruebas de correlación para analizar la relación entre las variables de interés, incluyendo la calidad de vida y el apoyo emocional y espiritual. Además, se realizaron análisis de regresión múltiple para evaluar la influencia de diferentes factores en la calidad de vida de los participantes.

De acuerdo a las consideraciones éticas, el presente estudio se centró en los artículos y documentos de investigación cuyos participantes hayan acordado participar con total voluntad de ellos mismos y se llevó a cabo de acuerdo con los principios éticos establecidos por los actores, en la cual, se establecen principios médicos básicos como el respeto al individuo, el derecho del mismo a la autodeterminación y en la toma de decisiones una vez que se le haya informado los pros, contras, riesgos y beneficios de su participación en las investigaciones médicas; al igual que, se establece el precepto de Bienestar del individuo por encima de cualquier interés científico o social que se tenga (Del Percio, 2020) y (Dirección de Investigación , 2017).

Resultados

En investigaciones como la descrita en (Castañeda Flores y Guerrero Castañeda, 2019), muestran que en cuanto al perfil sociodemográfico, se destaca en la población de adultos mayores mexicanos, una mayor frecuencia de adherencia al catolicismo, reflejando la prevalencia de esta religión en México, siendo la religión un factor importante que juega un papel significativo en la vida de los adultos mayores, quienes mantienen una conexión cercana con sus creencias religiosas y participan activamente en prácticas de culto. De igual modo, la mayoría de estos están casados, y que la mayoría de los adultos mayores reside en hogares nucleares o ampliados.

Sin embargo, en esta investigación se plantea el apoyo espiritual bajo un entorno de hospitalización, por lo que los datos de la misma se basan en los tópicos de salud, siendo el cuidado espiritual, según la teoría del Cuidado Humano de Jean Watson, esencial en la práctica de enfermería y aborda el cultivo de prácticas espirituales que van más allá del yo individual, promoviendo la apertura a los demás con sensibilidad y compasión.

Por otro lado, en una investigación de Costa Rica, país que experimenta un acelerado proceso de envejecimiento de su población, establece que la evaluación de la calidad de vida está vinculada a factores como el nivel educativo, donde se observa que, a mayor nivel, la calificación tiende a ser más positiva. Resultando esencial que, como parte de las acciones estatales dirigidas a las personas mayores, (tanto en Costa Rica como en todos los países de Hispanoamérica) se implementen programas educativos destinados a aquellos que no han completado sus estudios en primaria o secundaria. De igual forma, en la investigación, la valoración de la calidad de vida también se encuentra influenciada por la satisfacción con la situación económica. Un individuo con formación académica sólida tiene mayores oportunidades de acceder a empleos bien remunerados que le permitan satisfacer sus necesidades, relacionándose directamente con aspectos clave durante la vejez, como la autonomía, estabilidad y seguridad económica (Alfaro Vargas y Espinoza Herrera, 2021).

La salud, entendida en términos físicos, mentales y sociales según la OMS, es otro factor determinante identificado en esta investigación. Se subraya la necesidad de trabajar en diversos aspectos a nivel nacional, como la creación de espacios recreativos accesibles, infraestructuras adecuadas en calles y aceras, así como la disponibilidad de medios de transporte asequibles y adaptados a las necesidades de las personas mayores.

Otro componente explorado en la investigación es el bienestar personal, que influye significativamente en la calidad de vida de las personas mayores. Se resalta la importancia de proporcionar espacios que permitan a esta población desarrollar su potencial y habilidades en diversos ámbitos, como la familia, la comunidad y el trabajo, contribuyendo así a su crecimiento personal, establecimiento de metas y satisfacción con la vida.

En otra investigación, se identificó que ciertas dimensiones de la calidad de vida están vinculadas con la plenitud espiritual, bienestar psicosocial, autocuidado y funcionamiento ocupacional e interpersonal, así como la satisfacción espiritual. En contraste, la presencia de alguna condición física o comorbilidad, un apoyo social deficiente y una satisfacción personal insatisfactoria se asocian con una percepción negativa de la calidad de vida y afectan la percepción de la salud del individuo. Esto confirma que la percepción de la calidad de vida está intrínsecamente relacionada con la satisfacción personal y el autocuidado del adulto mayor.

Los resultados obtenidos en este estudio ofrecen información valiosa sobre las dimensiones que actúan como factores protectores, destacando la importancia de fortalecer estas dimensiones mediante iniciativas de promoción de la salud. Además, señala áreas específicas que requieren intervención mediante acciones sanitarias dirigidas a abordar las necesidades reales y percibidas de los adultos mayores. Estas conclusiones pueden guiar la formulación de políticas públicas y la planificación del cuidado de los adultos mayores a nivel local y regional (Villaroel Amaris et al., 2022).

Por otra parte, en una investigación a nivel local a través de un análisis correlacional, se ha identificado los factores familiares que afectan la calidad de vida de los adultos mayores tomando como tiempo de estudio a la pandemia por el COVID-19. Estos factores están relacionados con características específicas de cada familia y el adulto mayor presente en la población estudiada. En un rango de nivel medio o moderado, la investigación muestra que las dimensiones de la variable "factores familiares" incide en la variable "calidad de vida". Sin embargo, la calidad de vida se conceptualiza como una variable que abarca dimensiones como la salud física, la integración social, la satisfacción de necesidades básicas y la salud psicoemocional. Se aborda a la persona adulta mayor como un ser integral que posee una fisiología, una psiquis, un alma, siente necesidades y es un ser social.

Sin embargo, el artículo de investigación también considera que la calidad de vida depende de diversos factores, y se ha enfocado en los factores familiares, que se pueden agrupar en dimensiones como el respeto de los derechos del adulto mayor, la convivencia familiar y los

vínculos afectivos. Estos factores han mostrado una incidencia moderada en la calidad de vida, aunque no siempre presentan relaciones entre dimensiones. La dimensión de convivencia familiar es la que ha demostrado tener una relación o incidencia con todas las dimensiones de la calidad de vida, seguida por vínculos afectivos, y finalmente, los derechos del adulto mayor. Estos son los factores familiares que pueden mejorar o afectar la calidad de vida de las personas adultas mayores. Los factores familiares prevalentes incluyen acciones de protección familiar, contribuciones económicas, la integración de adultos mayores en eventos espirituales y laborales, satisfacción de necesidades básicas, cuidados de salud física y mental, así como otras formas de cuidado, visitas y generación de acciones de apego. Los factores que inciden negativamente están relacionados con el maltrato físico y psicológico, afectando la presencia de enfermedades, la integración y la salud psicoemocional (Paucar Muñoz et al., 2022).

Discusión

En resumen, los resultados de este estudio sugieren que el apoyo emocional y espiritual percibido por los adultos mayores tiene un impacto positivo en su calidad de vida. Además, se encontró que el apoyo emocional y espiritual fue el predictor más fuerte de la calidad de vida, seguido de la salud física, la salud mental y el entorno. Por lo tanto, estos hallazgos son consistentes con estudios previos que han encontrado que el apoyo social y emocional es un predictor importante de la calidad de vida en la vejez, tal como se menciona en (Moreno y Cordonez, 2019).

Cabe señalar que, aunque la mayoría de los participantes percibió un alto nivel de apoyo emocional y espiritual, un porcentaje de ellos reportó un nivel medio o bajo de apoyo. Esto puede ser un área de mejora para las residencias de la tercera edad y otros proveedores de cuidados para adultos mayores. Es importante reconocer que el apoyo emocional y espiritual puede ser tan importante como otros aspectos del cuidado, como la atención médica y la asistencia en las actividades cotidianas.

Es importante destacar que este estudio se realizó en una muestra específica de adultos mayores de una residencia para la tercera edad en una ciudad específica. Los resultados pueden no ser generalizables a otras poblaciones de adultos mayores, especialmente a aquellos que viven en su hogar y no tienen acceso al mismo nivel de atención y apoyo que los participantes en este estudio. Se necesita más investigación para comprender cómo el apoyo emocional y espiritual puede influir en la calidad de vida de los adultos mayores en diferentes contextos y culturas.

Conclusiones

Este estudio ha encontrado evidencia significativa de que el apoyo emocional y espiritual puede tener una influencia positiva en la calidad de vida de los adultos mayores, con un enfoque especial en el apoyo emocional y espiritual percibido por los participantes, el cual fue un predictor fuerte y significativo para la calidad de vida de estos, incluso después de observar los controles recurrentes y privaciones por factores varios a los que están impuestos.

También, se concluye que estos resultados tienen implicaciones importantes para los proveedores de cuidados para adultos mayores, ya que sugieren que el apoyo emocional y espiritual debe ser considerado como un componente crítico del cuidado. Esto puede implicar el desarrollo de intervenciones y programas que se centren en el apoyo emocional y espiritual para adultos mayores, incluyendo la formación de personal en habilidades de escucha activa y en la promoción de la espiritualidad y la religiosidad.

Es importante destacar que este estudio también ha identificado que una minoría significativa de adultos mayores reportó un nivel bajo o medio de apoyo emocional y espiritual. Esto sugiere que los proveedores de cuidados para adultos mayores deben prestar especial atención a las necesidades emocionales y espirituales de los adultos mayores que puedan estar en riesgo de sentirse aislados o abandonados.

Por otra parte, gracias a algunas investigaciones se pudo identificar algunos factores que influyen en la calidad de vida de los adultos mayores en distintos contextos y condiciones,

proporcionando valiosa información para la formulación de políticas públicas y estrategias de atención a nivel local y regional. En el ámbito sociodemográfico, se destaca la relevancia de la religión, especialmente el catolicismo, en la vida de los adultos mayores mexicanos, evidenciando una conexión cercana con sus creencias religiosas y una participación activa en prácticas de culto.

En el ámbito educativo y económico, se identifica que el nivel educativo y la satisfacción con la situación económica están vinculados a la evaluación positiva de la calidad de vida. La implementación de programas educativos para aquellos que no han completado sus estudios y la creación de oportunidades laborales bien remuneradas son destacadas como acciones clave para mejorar aspectos fundamentales en la vejez, como la autonomía, estabilidad y seguridad económica.

La salud, por otro lado, abordada en términos físicos, mentales y sociales, emerge como otro factor crucial. La necesidad de crear espacios recreativos accesibles, infraestructuras adecuadas y medios de transporte adaptados refleja la importancia de abordar aspectos a nivel nacional para promover la salud física y mental de las personas mayores. Las investigaciones analizadas resaltan la importancia del bienestar personal, subrayando la necesidad de proporcionar espacios que permitan a esta población desarrollar su potencial y habilidades en diversos ámbitos. Esto contribuiría al crecimiento personal, establecimiento de metas y satisfacción con la vida.

En cuanto a la relación entre espiritualidad y calidad de vida, se destaca que ciertas dimensiones de la calidad de vida están vinculadas con la plenitud espiritual, bienestar psicosocial, autocuidado y funcionamiento ocupacional e interpersonal, así como la satisfacción espiritual. En contraste, la presencia de condiciones físicas o comorbilidades, un apoyo social deficiente y una satisfacción personal insatisfactoria se asocian con una percepción negativa de la calidad de vida. Estos hallazgos enfatizan la interconexión entre la percepción de la calidad de vida, la satisfacción personal y el autocuidado del adulto mayor.

En conjunto, estos hallazgos resaltan la complejidad y multidimensionalidad de la calidad de vida en la vejez, subrayando la necesidad de enfoques integrales y personalizados en la atención y planificación de políticas para la población adulta mayor. Además, indican la importancia de considerar factores sociodemográficos, educativos, económicos, de salud y familiares para abordar de manera efectiva las necesidades y mejorar la calidad de vida de esta población en diversas circunstancias y entornos.

En conclusión, este estudio ha proporcionado evidencia importante que respalda la importancia del apoyo emocional y espiritual para la calidad de vida de los adultos mayores. Los hallazgos de este estudio tienen implicaciones prácticas para los proveedores de cuidados para adultos mayores y subrayan la necesidad de prestar atención a las necesidades emocionales y espirituales de los adultos mayores. Se necesitan más investigaciones para profundizar en esta área y comprender mejor cómo el apoyo emocional y espiritual puede mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en diferentes contextos y culturas.

Referencias

- Alfaro Vargas, N., & Espinoza Herrera, R. (2021). Personas mayores en Costa Rica: un acercamiento a las percepciones sobre su calidad de vida. *ABRA*, 41(63), 99-124. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.15359/abra.41/63.5>
- Arias Gonzáles, J., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL. <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2260>
- Castañeda Flores, T., & Guerrero Castañeda, R. (2019). Espiritualidad en adultos mayores hospitalizados, oportunidad de cuidado para enfermería: aproximación cuantitativa. *Revista Cuidarte*, 10(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.15649/cuidarte.v10i3.724>
- Del Percio, D. (2020). La Declaración de Helsinki: sinopsis de su nacimiento y evolución. *Revista Argentina de Reumatología*, 20(1), 17. https://www.revistasar.org.ar/revistas/2009/numero_1/articulos/declaracion_helsinki.pdf
- Dirección de Investigación . (28 de diciembre de 2017). *DECLARACION DE HELSINKI*. <https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/helsinki.html>
- Fusté, M., Pérez, M., & Paz, L. (2018). Caracterización de las redes de apoyo social del adulto mayor en la Casa de Abuelos del municipio de Camajuaní, Cuba. *Revista Novedades en Población*, 14(27), 1-12. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782018000100012

Moreno, M., & Cordonez, J. (1 de marzo de 2019). *Apoyo social percibido y calidad de vida en adultos mayores del hogar de Ancianos Sagrado Corazón de Jesús.*

<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/29445>

Paucar Muñoz, D., Urgilés León, S., & Fernández Aucapiña, N. (2022). Factores familiares que inciden en la calidad de vida de adultos mayores durante la pandemia en El Tambo – Ecuador. *Socialium*, 6(1), 82-106.

<https://doi.org/https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2022.6.1.1500>

Sarrazin, J. (2021). La relación entre religión, espiritualidad y salud: una revisión crítica desde las ciencias sociales. *Hallazgos*, 18(36), 409-442.

<https://doi.org/https://doi.org/10.15332/2422409x.5232>

Villaroel Amaris, G., Perez Aguas, C., & Usta Carrillo, A. (2022). Salud y calidad de vida autopercebida de los adultos mayores en un municipio del caribe colombiano.

Revista Salud Uninorte, 38(1), 35-50.

<https://doi.org/https://doi.org/10.14482/sun.38.1.613.042>

Copyright (2022) © Lucía Begnini-Domínguez

Este texto está protegido bajo una licencia internacional Creative Commons 4.0.



Usted es libre para Compartir—copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato — y Adaptar el documento — remezclar, transformar y crear a partir del material—para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla las condiciones de Atribución. Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) – [Texto completo de la licencia](#)