

ISTE

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO ESPAÑA
Desde 1984

CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERÍA

**TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TÉCNICO SUPERIOR EN
ENFERMERIA**

REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN LA
SALUD MENTAL DE ADULTOS MAYORES, REVISIÓN SISTEMÁTICA

Modalidad Presencial

Línea y Sublínea de Investigación: ENFERMERÍA COMO PROFESIÓN
SOCIAL

Autora: KARELYS BELÉN SANCHEZ ULLAURI

Director: MEDICO FAUSTO ANDRES GUAMAN PINTADO MASTER EN DOCENCIA
SUPERIOR UNIVERSITARIA

Ambato- Ecuador

2025

 095 888 5323

ESTUDIA DIFERENTE

www.iste.edu.ec

A la Unidad Académica de Titulación de la Carrera de Tecnicatura Superior en Enfermería

El Tribunal receptor del Trabajo de integración curricular, presidido por el Doctor en Fisioterapia y Administración de los Servicios de la Salud Jorge Humberto Cárdenas Medina Magister en Pedagogía en Ciencias de la Salud, e integrado por los señores Doctor en Psicología Ángel Santiago Añazco Lalama Master en Docencia Universitaria y la Licenciada en Enfermería Verónica del Pilar Gavilanes Fray Doctora en Ciencias de la Salud y Especialista en Administración de los Servicios Hospitalarios, designados por el Colectivo Académico de Carrera del Instituto Superior Tecnológico España, para receptor el Trabajo de Integración Curricular con el tema: “REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN LA SALUD MENTAL DE ADULTOS MAYORES. REVISIÓN SISTEMÁTICA”, elaborado y presentado por la señorita Karelys Belén Sánchez Ullauri , para optar por el Grado Académico Técnico Superior en Enfermería; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Integración Curricular, el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas del Instituto Superior Tecnológico España.

Dr. Jorge Humberto Cárdenas Medina, Mg.
Presidente del Tribunal

Dr. Ángel Santiago Añazco Lalama, Mg.
Miembro del Tribunal

Lic. Verónica del Pilar Gavilanes Fray, PhD., Esp.
Miembro del Tribunal

APROBACIÓN DEL DIRECTOR

Md.Fausto Andrés Guamán Pintado, Mg.

CERTIFICA:

En mi calidad de Director del trabajo de integración curricular: “REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN LA SALUD MENTAL DE ADULTOS MAYORES, REVISIÓN SISTEMÁTICA”, presentado por la señorita Karelys Belén Sánchez Ullauri, para optar por el Título de Técnico Superior en Enfermería CERTIFICO, que dicho proyecto ha sido prolijamente revisado y considero que responde a las normas establecidas en el reglamento de títulos y grados de la Carrera, suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

Ambato, 12 de septiembre.



Md.Fausto Andrés Guamán Pintado, Mg.

c.c. 1804324257

DIRECTOR

AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Integración Curricular presentado con el tema: “REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN LA SALUD MENTAL DE ADULTOS MAYORES, REVISIÓN SISTEMÁTICA”, le corresponde exclusivamente a: Karelys Belén Sánchez Ullauri, Autora bajo la Dirección de Médico Fausto Andrés Guamán Pintado Master en Docencia Superior Universitaria Director del Trabajo de integración curricular; y el patrimonio intelectual al Instituto Superior Tecnológico España.



Karelys Belén Sánchez Ullauri

AUTORA



Md. Fausto Andrés Guamán Pintado, Mg.

DIRECTOR

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico España, para que el Trabajo de integración curricular, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi Trabajo de integración curricular, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones del Instituto.



Karelys Belén Sánchez Ullauri

c.c. 1805813589

ÍNDICE GENERAL

Tabla de contenido

APROBACIÓN DEL DIRECTOR.....	iii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.....	iv
DERECHOS DE AUTOR	v
INDICE GENERAL.....	vi
INDICE DE FIGURAS	viii
INDICE DE TABLAS.....	viii
AGRADECIMIENTO.....	ix
DEDICATORIA	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	13
CAPÍTULO I.....	15
Antecedentes y Bases Teóricas	15
1.1 Antecedentes.....	15
1.2 Justificación.....	17
1.3 Objetivos	19
1.3.1 Objetivo General.....	19
1.3.2 Objetivos Específicos.....	19
1.4 Marco Teórico	20
1.4.1. Concepto de la palabra adulto mayor.....	20
1.4.2. Vejez	20
1.4.3. Calidad de vida	21
1.4.4. Depresión en adultos mayores.....	24
1.4.5. Grupos de apoyo Adulto mayor.....	26
1.4.6. Barreras para acceder a grupos de apoyo para adultos mayores.....	27
1.4.7. Rasgos Psicológicos.....	30
1.4.8. Calidad de vida del adulto mayor institucionalizada.....	30
1.4.9. Perfil de los adultos mayores.....	31
CAPÍTULO II.....	32
2.1 Metodología.....	32
2.2 Cuestionario o Instrumentos Utilizados.....	33
2.3 Población.....	34

2.4 Muestreo.....	34
2.5 Recursos	35
CAPÍTULO III	37
Análisis de Resultados.....	37
CAPÍTULO IV	43
Discusión.....	43
CAPÍTULO V	44
Conclusiones y Recomendaciones	44
5.1 Conclusiones.....	44
5.2 Recomendaciones	45
6. Referencias	46
7. Anexos	49

ÍNDICE DE FIGURAS

Tabla de contenido

Gráfico 1: Diagrama selección de datos.....	39
---	----

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla de contenido

Tabla 1: Matriz de búsqueda.....	36
Tabla 2: Recursos utilizados para el desarrollo de la investigación.....	38
Bitácora 1: Influencia en los grupos de apoyo en la salud mental	40
Bitácora 2: Factores que potencian la efectividad y barreras de acceso de los adultos mayores en los grupos de apoyo.....	42
Bitácora 3: Estrategias para fomentar la participación activa.....	44

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer primero a Dios por darme salud, fortaleza y sabiduría para culminar esta etapa de mi vida. Su amparo y guía me han permitido superar desafíos, mantener la constancia y encontrar la motivación necesaria para alcanzar esta meta.

A mi querida familia, que con amor, paciencia y sacrificio ha estado siempre apoyándome. Gracias por cada palabra de aliento en los momentos difíciles, por el ejemplo de constancia que me han transmitido y por enseñarme que todo esfuerzo tiene su recompensa. Este logro no es solo mío, sino también de ustedes, pues refleja el amor y la unión familiar que me sostiene.

Un cálido reconocimiento a mi compañero y amigo Jefferson Tinpatuña, aunque no culminamos juntos esta etapa académica, su apoyo, amistad y motivación fueron clave en mi desarrollo académico y personal. Su ejemplo de compañerismo, disciplina y actitud positiva dejó una huella valiosa en esta etapa de mi vida.

A los estimados licenciados y docentes, expreso mi sincero agradecimiento por su dedicación, orientación y conocimientos compartidos, que han sido fundamentales para mi formación académica y profesional. Su compromiso y esfuerzo me han brindado herramientas valiosas que llevaré conmigo a lo largo de toda mi carrera.

A todos ustedes, gracias por ser parte de este logro; su apoyo, cariño y ejemplo han dejado una huella imborrable en mi vida y siempre los llevaré en mi corazón.

DEDICATORIA

Dedico este logro en primer lugar a Dios, fuente de sabiduría, fortaleza y esperanza, que me permitió mantenerme firme en los momentos de dificultad, que me acompañó en el silencio de mis noches de estudio y me brindó la fe necesaria para confiar en que cada esfuerzo tendría recompensa.

A mi madre, por su amor incondicional, su paciencia y por enseñarme a ser una mujer fuerte y luchadora, su ejemplo fue la guía que me sostuvo en cada paso de este camino.

A mi padre, por apoyarme en mis estudios, este logro es un reflejo del cariño y apoyo constante que me acompañaron en cada paso de este camino.

A mi hermano, por su cariño, compañía y por las palabras de aliento que me motivaron a seguir adelante y dar lo mejor de mí.

A mi hermana, por su complicidad, apoyo y por estar siempre a mi lado, compartiendo alegrías y dificultades, recordándome que la familia es un pilar fundamental en la vida.

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO ESPAÑA
CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERIA

TEMA:

REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN LA SALUD
MENTAL DE ADULTOS MAYORES, REVISIÓN SISTEMÁTICA

AUTORA: Karelys Belén Sánchez Ullauri

DIRECTOR: Md. Fausto Andrés Guamán Pintado Mg.

FECHA: 12 de septiembre del 2025

RESUMEN EJECUTIVO

El presente estudio analiza las repercusiones de la participación en grupos de apoyo sobre la salud mental de los adultos mayores, abordando su impacto en la reducción de la ansiedad, la depresión y el aislamiento social.

A través de una revisión sistemática de literatura científica, se examinaron investigaciones que evidencian los beneficios de estos espacios en el bienestar psicológico y emocional de esta población. La metodología se basó en la recopilación y análisis de estudios previos mediante rigurosos criterios de selección.

Los resultados indican que los grupos de apoyo fomentan la interacción social, fortalecen la autoestima y generan un entorno propicio para la expresión emocional y el acompañamiento mutuo. Sin embargo, se identifican barreras que dificultan la participación de los adultos mayores, como limitaciones físicas, falta de información, escasez de programas adecuados, dificultades económicas y resistencia al cambio.

En conclusión, la evidencia recopilada demuestra que la participación en grupos de apoyo es una estrategia efectiva para mejorar la salud mental de los adultos mayores. Es fundamental eliminar las barreras de acceso y promover acciones que faciliten su integración, garantizando así un envejecimiento activo y saludable.

Palabras clave: salud mental, repercusiones, adultos mayores, grupos de apoyo.

ABSTRACT

This study analyzes the repercussions of participation in support groups on the mental health of older adults, addressing its impact on the reduction of anxiety, depression, and social isolation.

Through a systematic review of scientific literature, research was examined that provides evidence of the benefits of these spaces for the psychological and emotional well-being of this population. The methodology was based on the collection and analysis of previous studies using rigorous selection criteria.

The results indicate that support groups promote social interaction, strengthen self-esteem, and create a favorable environment for emotional expression and mutual support. However, barriers that hinder older adults' participation were identified, such as physical limitations, lack of information, scarcity of adequate programs, economic difficulties, and resistance to change.

In conclusion, the compiled evidence demonstrates that participation in support groups is an effective strategy to improve the mental health of older adults. It is fundamental to eliminate access barriers and promote actions that facilitate their integration, thus guaranteeing active and healthy aging.

Keywords: mental health, repercussions, older adults, support group.

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento poblacional es un fenómeno global que plantea nuevos retos para la salud pública. Entre ellos, el cuidado del bienestar psicológico de los adultos mayores se vuelve una prioridad. La soledad y el aislamiento social son factores que contribuyen al deterioro del bienestar psicológico en esta etapa de la vida, incrementando el riesgo de trastornos como la depresión y la ansiedad (Palma Ayllón, 2021). Dentro de este contexto, la participación en grupos de apoyo resulta beneficiosa para disminuir los efectos perjudiciales, al brindar oportunidades de interacción y soporte emocional que contribuyen al bienestar integral de las personas mayores.

La Organización Mundial de la Salud enfatiza que las excelentes conexiones sociales son cruciales para el bienestar de los adultos mayores, particularmente su salud mental y física. Sugiere abordar los sentimientos de soledad y exclusión social a través de iniciativas como reuniones comunitarias y redes de apoyo (OMS, 2023). Este análisis sistemático tiene como propósito estudiar las repercusiones de la participación de grupos de apoyo en el bienestar psicológico de los adultos mayores. Al sintetizar la evidencia disponible, se busca identificar los beneficios específicos de estas intervenciones, así como aspectos que inciden en su eficacia. Entender estas dinámicas es necesario para diseñar e implementar estrategias que promuevan la salud psicológica en los adultos mayores contribuyendo a políticas de salud más integrales y efectivas.

Además, es importante considerar que la efectividad de los grupos de apoyo puede verse limitada si no se abordan necesidades básicas de protección y seguridad de los participantes (Tapia, 2024; Encina, 2024). Por lo tanto, una

aproximación integral que contemple tanto el apoyo psicosocial como la satisfacción de estas necesidades es esencial para asegurar el logro de las acciones. En resumen, los grupos de apoyo representan una herramienta prometedora para mejorar la salud mental de los adultos mayores, pero su implementación debe ser cuidadosamente planificada y adaptada a las necesidades específicas de esta población para maximizar su efectividad (Cortés, 2022).

Es relevante destacar que, además de los grupos de apoyo tradicionales, existen otras iniciativas que buscan combatir la soledad y el aislamiento en los adultos mayores. Por ejemplo, en algunas comunidades, los farmacéuticos ejercen un rol esencial al brindar no solo servicios médicos, sino también acompañamiento afectivo y social a los adultos de la tercera edad que visitan las farmacias. Estas interacciones proporcionan oportunidades para que los adultos mayores se desahoguen, compartan sus preocupaciones y alegrías, y se sientan escuchados y acompañados.

Asimismo, los servicios de teleasistencia han demostrado ser efectivos en brindar apoyo a personas de edad avanzada, particularmente quienes residen sin compañía o en zonas rurales, estos servicios ofrecen atención inmediata en situaciones de emergencia y proporcionan un canal de comunicación constante, lo cual ayuda a minimizar la sensación del aislamiento y para fortalecer la seguridad y el bienestar de las personas mayores. Integrar estas iniciativas con los grupos de apoyo puede potenciar las ventajas dirigidas a la salud mental de la población senescente, creando la red de soporte más amplia y efectiva que aborde diversas dimensiones de sus necesidades emocionales y sociales.

CAPÍTULO I

Antecedentes y Bases Teóricas

1.1 Antecedentes

La vejez progresiva de la población representa una realidad demográfica de alcance universal que se ha intensificado en las últimas décadas. Según la Organización de las Naciones Unidas, en 2021 existían 761 millones de personas de 65 años o más en el mundo, y se estima que esta cifra ascenderá a 1.600 millones en 2050 (ONU, 2022). Este incremento en la longevidad constituye un logro de las directrices de salud pública y del avance ciudadano y económico; sin embargo, implica grandes retos vinculados con la atención en salud, integración participativa e impulsar el desarrollo integral de esta población adulta.

En América Latina y el Caribe, la transición demográfica ocurre de manera acelerada en comparación con otras regiones; la esperanza de vida ha alcanzado los 75 años y se proyecta que, para 2050, la proporción de personas de 65 años o más se duplicará y superará el 30% hacia finales del siglo (Alonso, 2024). Esta situación supone un reto significativo para la red de atención sanitaria y asistencia social, que tienen que adecuarse a las necesidades particulares de la población mayor. En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud ha señalado que los profesionales de la salud aún no cuentan con la preparación suficiente para brindar una atención integral y centrada en la persona (OPS, 2023).

Uno de los factores más críticos del envejecimiento es el bienestar psicológico. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, alrededor del 14% de los adultos mayores de 60 años padecen algún trastorno mental, siendo la depresión y la ansiedad las condiciones más frecuentes (OMS, 2023). Factores como la soledad, el aislamiento

social, la pérdida de seres queridos y la disminución de la participación comunitaria constituyen determinantes que incrementan el riesgo de deterioro emocional y cognitivo en esta etapa de la vida (Palma-Ayllón, 2021).

Ante estos riesgos, los grupos y redes de apoyo social se han consolidado como estrategias adecuadas con el objetivo de mejorar el bienestar de los adultos mayores (Naranjo, 2020). Dichos espacios promueven la interacción social, el acompañamiento emocional y el fortalecimiento del sentido de pertenencia, lo que contribuye a reducir sentimientos de soledad, depresión y ansiedad, además de mejorar la adherencia a tratamientos médicos y el manejo de enfermedades crónicas (Sepúlveda, 2020).

En el ámbito regional, la Investigación Nacional sobre bienestar, salud y envejecimiento realizado en Colombia (2020) resaltan que las personas mayores de 60 años constituyen aproximadamente el 11% de la comunidad, lo que evidencia la necesidad de fortalecer las redes de apoyo social y los programas de acompañamiento integral. En Ecuador, la Dirección de Población y Adultos Mayores (DPAM) reporta que hay 1 049 824 adultos de sesenta y cinco años, lo cual representa el 6,5 % de la comunidad total, reflejando la importancia de implementar estrategias que atiendan tanto las necesidades médicas como emocionales de este grupo etario.

De forma más específica, estudios locales como el de Intriago (2020) en la parroquia de Atahualpa, Ambato, revelan que los adultos mayores enfrentan retos vinculados a la pérdida de seres queridos, la jubilación y la reducción de la participación en actividades sociales. Estas condiciones impactan negativamente en su equilibrio psicológico, en su participación comunitaria y en su apreciación de calidad de vida, lo que refuerza la necesidad de promover intervenciones de apoyo social que mitiguen estas problemáticas.

En síntesis, el envejecimiento demográfico representa un reto, regional y local que exige la creación de estrategias integrales orientadas a la salud mental y social de los ancianos. Pese a la evidencia sobre los beneficios de los grupos de apoyo, aún existen barreras que limitan su acceso y consolidación, lo que plantea la importancia de los estudios que refuercen esta área y aporten soluciones prácticas a nivel comunitario.

- ¿Qué influencia tienen grupos de apoyo en la salud mental de los adultos mayores?
- ¿Cuáles son los principales factores que potencian la efectividad de los grupos de apoyo y qué barreras enfrentan los adultos mayores para acceder e incorporarse a ellos?
- ¿Qué estrategias se pueden implementar para impulsar la participación activa de los adultos mayores en grupos de apoyo y maximizar sus beneficios?

1.2 Justificación

La estabilidad mental en la población envejecida es un tema de creciente relevancia en un mundo con el envejecimiento poblacional creciente, agravando su vulnerabilidad y disminuyendo su nivel de bienestar. Bajo estas circunstancias, la participación en grupos de apoyo se presenta como una estrategia prometedora con el fin de enfrentar estas problemáticas, al ofrecer un espacio para la interacción social, el compartir de aprendizajes y el refuerzo emocional.

Los grupos de apoyo representan una herramienta de intervención accesible y efectiva que no solo ayuda a minimizar el sentimiento de exclusión y la falta de compañía, sino que también mejora la autoestima, la resiliencia y tranquilidad entre las personas longevas. No obstante, existe una necesidad imperante de analizar de

manera sistemática las repercusiones de esta participación, ya que la evidencia sobre sus beneficios, desafíos y limitaciones no siempre se encuentra consolidada.

Al identificar las repercusiones positivas y las barreras asociadas con la participación en estos grupos, los resultados de esta revisión sistemática podrán servir como guía para diseñar políticas públicas, programas comunitarios y estrategias de estrategia que atienda las demandas específicas de los adultos mayores, esta revisión sistemática no solo aborda una problemática crítica para la salud pública, sino que también aporta una perspectiva fundamentada en datos para la incorporación social y mejorar el bienestar del grupo etario, garantizando su salud emocional y fortaleciendo su incorporación en la sociedad.

Además, es importante reconocer que la participación en grupos de apoyo puede tener beneficios adicionales, como la mejora de la memoria y la cognición, lo que contribuye a una reducción significativa de los cuadros depresivos y ansiosos en la población senescente. La socialización también facilita comportamientos saludables, como hacer ejercicio o comer mejor, que contribuyen a la salud psicológica al hacer que los mayores se sientan bien consigo mismos. Por lo tanto, esta revisión sistemática no solo busca consolidar la evidencia existente sobre los beneficios de los grupos de apoyo, sino también identificar áreas donde se requieren más investigaciones o mejoras en las prácticas actuales. Al llevarlo a cabo, se pretende brindar una fundamentación firme para futuras acciones y políticas que promuevan la plenitud holística de los adultos mayores en nuestra sociedad.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Analizar cómo la participación en grupos de apoyo repercute en la salud mental de los adultos mayores mediante una revisión sistemática.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Examinar la influencia de los grupos de apoyo en la salud mental de los adultos mayores.
- Identificar los factores que potencian la efectividad de los grupos de apoyo y las barreras que limitan la participación de los adultos mayores en estos espacios.
- Indagar las estrategias que se pueden implementar para fomentar la participación activa de los adultos mayores en grupos de apoyo.

1.4 Marco Teórico

1.4.1. Concepto de la palabra adulto mayor

Se emplea para aludir a quienes están dentro de la fase de la etapa vital subsiguiente a la edad adulta plena, generalmente asociada con el envejecimiento. Según organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), se considera adulto mayor a una persona de 60 años o más en países en desarrollo y de 65 años o más en países no desarrollados, siendo considerado que el rango de edad para ser adulto mayor en Latinoamérica es a partir de los 45 años (Valle, 2023), en un estudio realizado en Ecuador considera que el rango de edad para ser considerado adulto mayor es de 60 – 90 años (Espinoza, 2023).

1.4.2. Vejez

Para Figueroa (2021), es la etapa de la vida humana que se caracteriza por el envejecimiento del organismo. En términos generales, se refiere al período posterior a la adultez en el que las personas experimentan un conjunto de alteraciones vitales, conductuales y relacionales asociados con el transcurso de los años. A nivel biológico, la vejez involucra la reducción del rendimiento corporal, como la disminución de fuerza, la flexibilidad y la resistencia, así como mayor susceptibilidad a diversas afecciones.

Para la OMS la vejez representa un curso continuo y multifacético que implica la acumulación progresiva de lesiones en el ámbito molecular y celular con el paso del tiempo. Tal dinámica conduce resulta en una pérdida gradual de las aptitudes físicas y cognitivas, incrementa la vulnerabilidad a diversas patologías y, en definitiva, termina en la muerte. Es importante destacar que estos cambios no se producen de manera

lineal ni uniforme, y su relación con la edad cronológica de una persona es más bien relativa (OMS, 2023)..

Para la Organización Panamericana de la Salud (2023), las personas mayores desempeñan un papel activo y valioso en sus familias y comunidades, desafiando la noción errónea de que son meramente beneficiarios pasivos de servicios sociales o de salud. Sin embargo, el incremento acelerado de la población envejecida en contextos socioeconómicos complejos y cambiantes requiere intervenciones oportunas para potenciar su aporte al progreso comunitario y prevenir que se convierta en un desafío para los servicios de asistencia sanitaria y protección social en las Américas.

Desde un enfoque social, la vejez también puede estar relacionada con el retiro laboral, el cambio en las relaciones sociales y la adaptación a nuevas realidades emocionales y cognitivas. La percepción de la vejez varía culturalmente, ya que algunas sociedades la asocian con sabiduría y respeto, mientras que en otras puede haber un enfoque más negativo, relacionado con el declive y la dependencia.

1.4.3. Calidad de vida

Las personas mayores, al igual que cualquier otro individuo, requieren mantener su independencia y alcanzar una autorrealización, lo que les permite continuar siendo protagonistas de sus propias vidas (Guerrero, 2022). Este proceso no solo les proporciona un sentido de identidad, sino que también les permite seguir desarrollándose y estableciendo metas personales, lo que resulta crucial para preservar una existencia satisfactoria. Además, involucrarse activamente en su entorno social y familiar les brinda una sensación de pertenencia, lo que fortalece su seguridad personal y favorece su participación en la comunidad

Es fundamental que las personas mayores cuenten con una visión clara de la realidad, basada en sus vivencias y enseñanzas a través del tiempo. Este sentido de perspectiva les permite afrontar los retos vitales con mayor capacidad de adaptación y tomar decisiones que favorezcan su bienestar general. Sin embargo, no podemos pasar por alto el hecho de que el sostén afectivo, físico y psicológico del hogar, así como las interacciones sociales, juegan un rol clave en su bienestar mental. Estas relaciones les brindan la seguridad necesaria para enfrentar la soledad, la ansiedad o cualquier otro reto emocional que pueda surgir, favoreciendo su salud emocional y contribuyendo hacia una senectud plena y sana.

La salud mental de los adultos mayores está condicionada mediante una combinación de factores cognitivos, emocionales y sociales, los cuales interactúan entre sí de manera compleja. Conforme avanza la edad, suele ser frecuente afrontar trastornos mentales, entre ellos la depresión clínica, los trastornos de ansiedad y la pérdida de funciones cognitivas, factores que deterioran su bienestar general condiciones que afectan su calidad de vida. Una de las causas principales de estos trastornos es la reducción de los vínculos sociales, ya que muchos adultos mayores experimentan un aislamiento significativo debido a el fallecimiento de familiares cercanos, el retiro laboral o la reducción de sus actividades diarias. Esta falta de contacto con otros puede llevar a estados de aislamiento y desánimo, elementos que deterioran la salud psicológica

Aun así, cómo los mayores perciben su malestar y se relacionan con él es muy subjetiva, ya que cada persona interpreta sus problemas emocionales de manera diferente. Algunos pueden ver sus dificultades como parte natural del envejecimiento, lo que los lleva a negarlas o minimizarlas. Este mecanismo de defensa, aunque puede

ser útil para evitar enfrentar el sufrimiento, también puede retrasar la búsqueda de ayuda y el tratamiento adecuado. En este contexto, la negación y la resistencia a reconocer la existencia de un trastorno pueden convertirse en barreras para el bienestar mental.

El estado de salud física también es determinante en el bienestar. Las enfermedades crónicas o el deterioro físico asociado con la edad pueden producir un efecto directo en su salud mental. Por ejemplo, el dolor constante, la pérdida de movilidad o la dependencia a otras personas para cumplir tareas rutinarias pueden generar frustración, ansiedad o depresión. Por lo tanto, es fundamental incluyendo los factores físicos y los mentales de la salud de los adultos mayores para garantizar su bienestar integral. La interacción entre individuos en el ámbito social del adulto mayor tiene un efecto significativo en su bienestar psicológico. La contención afectiva de familiares, amigos y la comunidad cumple una función esencial en la prevención y tratamiento de los trastornos mentales en este periodo vital. Cuando los adultos mayores se sienten respaldados, escuchados y comprendidos, tienen más probabilidades de enfrentarse de manera efectiva a los desafíos emocionales y psicológicos que surgen con el envejecimiento. El fomento de vínculos sociales fuertes y positivos puede ser una herramienta poderosa para mejorar su armonía afectiva y ayudarles a llevar una existencia más saludable y plena.

Los trastornos de ansiedad en los adultos mayores son una preocupación común, debido a la vulnerabilidad que desarrollan como consecuencia de las experiencias y desafíos que han enfrentado a lo largo de sus vidas (Pomares, 2021). Muchos de estos individuos cargan con conflictos emocionales no resueltos, traumas o pérdidas que no han sido procesados adecuadamente. Estos problemas psicológicos

pueden persistir con el tiempo, manifestándose en un constante malestar emocional que influye negativamente en su bienestar general. Además de la dimensión emocional, estos trastornos también afectan la salud física, pues el estrés y la ansiedad pueden desencadenar una serie de reacciones fisiológicas, como la hipertensión arterial, trastornos del sueño o problemas digestivos, lo que crea un ciclo de malestar constante.

El adulto mayor, al enfrentar situaciones futuras, tiende a anticiparse con pensamientos negativos y catastrofistas, temiendo que lo peor ocurra (Mera, 2021). Esta forma de pensamiento no solo genera malestar emocional, sino que amplifica la sensación de ansiedad y, en consecuencia, afecta su sistema nervioso. La anticipación de un evento negativo genera una respuesta exagerada de alerta en el cuerpo, lo que incrementa el estrés y puede causar una serie de reacciones físicas como palpitaciones, sudoración excesiva o tensión muscular. A medida que estos episodios se repiten, el sistema nervioso se ve cada vez más afectado, lo que puede contribuir a la intensificación de la ansiedad y crear una sensación de desesperanza.

Este círculo vicioso de anticipación negativa y ansiedad recurrente influye notablemente en el estilo vital del adulto mayor, dificultando de manera significativa la forma de vivir. Por ello, es fundamental brindarles apoyo emocional y psicológico adecuado para que puedan gestionar sus miedos y preocupaciones de manera más efectiva, y para aliviar los efectos de la ansiedad en su salud general.

1.4.4. Depresión en adultos mayores

Según Armijos (2023), en los adultos mayores, las enfermedades tienen un impacto profundo en su salud emocional, no solo por las limitaciones físicas que conllevan, sino también por los efectos secundarios asociados al uso de ciertos

medicamentos, los cuales, en muchos casos, generan dependencia y contribuyen al deterioro del bienestar mental. Estos medicamentos, aunque esenciales para tratar condiciones crónicas, pueden agravar el malestar psicológico al provocar sensaciones de impotencia o dependencia de terceros, lo que afecta la autoestima y la percepción de autonomía del adulto mayor.

Los episodios depresivos en esta fase de vida guardan relación con las emociones de abandono, que a menudo surge debido a la disminución de las relaciones familiares y escasez de conexiones sociales profundas. Este aislamiento emocional y social puede generar un profundo vacío que contribuye al desarrollo de trastornos emocionales. La ausencia de apoyo familiar o de una red social sólida intensifica el sentimiento de soledad, lo que refuerza la percepción de inutilidad o falta de propósito en sus vidas. Las vivencias adquiridas son parte esencial en la salud emocional de las personas mayores. Cuando estas vivencias pasadas no son procesadas o resueltas adecuadamente, pueden influir negativamente en cómo visualizan y confrontan su realidad actual. La verbalización y organización de estas experiencias en el pensamiento son herramientas clave para comprender cómo el adulto mayor interpreta los eventos presentes. Sin embargo, cuando estas interpretaciones están marcadas por distorsiones, los sucesos actuales pueden adquirir un significado exageradamente negativo, desencadenando trastornos emocionales más profundos.

Estas distorsiones dificultan considerablemente la capacidad de afrontar la depresión, ya que el adulto mayor puede sentirse atrapado en una espiral de pensamientos negativos que limitan su motivación para buscar ayuda o realizar cambios positivos. Este estado emocional a menudo conduce a comportamientos inadecuados, como la pérdida de interés en actividades cotidianas, la disminución de

la energía para llevar a cabo tareas simples y la incapacidad para mantener un sueño adecuado (Perez, 2021). La falta de descanso reparador no solo afecta su salud física, sino que también contribuye a un ciclo de agotamiento emocional que perpetúa la depresión.

Es fundamental tratar a fondo las necesidades afectivas, físicas e interpersonales de los grupos etarios, promoviendo estrategias que les permitan procesar sus experiencias de vida, mejorar su percepción de la realidad y fomentar relaciones interpersonales que sirvan como apoyo emocional. Esto no solo les ayudará a enfrentar la depresión, sino también a recuperar un sentido de propósito y bienestar en esta etapa de sus vidas.

1.4.5. Grupos de apoyo Adulto mayor

Los grupos de apoyo se conforman bajo la dirección de un profesional capacitado, encargado de gestionar a la población que requiere asistencia, utilizando herramientas técnicas y teóricas adecuadas para la creación y funcionamiento del grupo, en este caso, centrado en adultos mayores (Gallardo, 2023).

El apoyar a esta población vulnerable mediante la identificación de necesidades no satisfechas y la promoción del bienestar emocional. Esto se logra fomentando el desarrollo individual de habilidades de autocuidado y fortaleciendo la capacidad de enfrentar situaciones que generan síntomas asociados con trastornos emocionales. A través de la interacción en el grupo, los adultos mayores pueden compartir experiencias, lo que les permite adquirir conocimientos provenientes de otros participantes y reducir conceptualizaciones negativas, favoreciendo un entorno de aprendizaje y apoyo mutuo.

La presencia de un profesional es clave para implementar estrategias de intervención efectivas que permitan establecer un marco de trabajo enfocado en potenciar las capacidades resolutorias de los adultos mayores. Este profesional asegura el cumplimiento de los objetivos del grupo, así como la regulación de normas que promuevan la cohesión y el ajuste integral del grupo, considerando tanto los aspectos psicológicos como los sociales en beneficio del bienestar de sus integrantes.

1.4.6. Barreras para acceder a grupos de apoyo para adultos mayores

El acceso de los adultos mayores a grupos de apoyo puede verse limitado por diversas barreras, tanto personales como contextuales, lo que impacta significativamente en su capacidad para beneficiarse de estas iniciativas diseñadas para mejorar su bienestar emocional, social y mental (Tapia, 2024). Estas barreras no solo dificultan la participación activa de esta población, sino que también perpetúan problemas como el aislamiento social, estado depresivo y la sensación de abandono, reduciendo su bienestar general.

Para Encina (2024), el ámbito personal, factores como problemas de salud física, trastornos emocionales, falta de motivación, temor al estigma o la percepción de que no necesitan apoyo son desafíos frecuentes que enfrentan los adultos mayores. Además, el envejecimiento puede traer consigo una disminución de la confianza para interactuar con otros, especialmente en espacios nuevos, lo que dificulta la integración en un grupo de apoyo.

Por otro lado, las barreras contextuales incluyen limitaciones económicas, como los costos asociados a la participación o la falta de acceso a transporte adecuado, especialmente en áreas rurales o marginadas. La escasa disponibilidad de grupos de apoyo en ciertas comunidades, la falta de horarios flexibles y una promoción

inadecuada de estos servicios dificultan aún más el acceso. La carencia de programas que consideren las necesidades culturales y lingüísticas de los adultos mayores también contribuye a su exclusión (Cortés, 2022).

Para superar estas barreras, es necesario implementar estrategias que aborden estas limitaciones, como mejorar la difusión de los grupos de apoyo, garantizar que sean accesibles económicamente, proporcionar alternativas de transporte y desarrollar programas que sean inclusivos, flexibles y culturalmente apropiados. Solo así se podrá fomentar una mayor actividad de la población de edad avanzada en estas iniciativas, contribuyendo significativamente a su bienestar integral.

Barreras personales:

- Falta de motivación o interés: Muchos adultos mayores pueden no estar conscientes de los beneficios de los grupos de apoyo o considerar que no los necesitan.
- Problemas de salud física: Condiciones como movilidad reducida, enfermedades crónicas o discapacidad pueden dificultar su participación.
- Trastornos emocionales: La depresión, la ansiedad o el aislamiento pueden desmotivarlos para buscar o integrarse a un grupo.
- Miedo al estigma: Algunos adultos mayores temen ser juzgados o etiquetados al unirse a un grupo de apoyo, especialmente si implica hablar de problemas personales o emocionales.
- Falta de habilidades tecnológicas: En el caso de grupos virtuales, la falta de acceso o conocimientos sobre el uso de herramientas digitales puede ser un impedimento (Hidalgo, 2022).

Barreras sociales:

- Falta de apoyo familiar: Si los familiares no fomentan o no apoyan la participación, puede ser más difícil para el adulto mayor integrarse.
- Aislamiento social: Aquellos que viven solos o lejos de sus redes de apoyo tienen menos posibilidades de conocer o acceder a grupos (Pinilla, 2022).

Barreras económicas:

- Costos asociados: Algunos grupos pueden requerir cuotas de inscripción o participación que no están al alcance de todos los adultos mayores.
- Falta de transporte: Los costos del traslado o la falta de servicios de transporte adecuados pueden dificultar el acceso a los grupos presenciales (Kuong, 2024).

Barreras estructurales:

- Carencia de grupos disponibles: En muchas comunidades, especialmente en áreas rurales o marginadas, puede no haber grupos de apoyo diseñados específicamente para adultos mayores.
- Horarios inadecuados: Los horarios de los grupos pueden variar de las rutinas o de los adultos mayores.
- Falta de difusión: La poca promoción de estos grupos hace que muchos adultos mayores no sepan que existen o cómo acceder a ellos (Piña, 2022).

Barreras culturales:

- Normas culturales y creencias: En algunas culturas, hablar abiertamente sobre problemas emocionales o buscar apoyo externo puede no ser bien visto.
- Idioma o diferencias culturales: Los adultos mayores que pertenecen a comunidades lingüísticas o culturales minoritarias pueden tener dificultades para encontrar grupos que se adapten a sus necesidades (Pirola, 2023).

1.4.7. Rasgos Psicológicos

Espinoza (2023), menciona que diversos estudios coinciden en que, durante la vejez, ocurren cambios biológicos que afectan el funcionamiento cerebral y, por ende, la capacidad cognitiva. Una de estas transformaciones conlleva la degeneración neuronal, que provoca una disminución en el volumen de ciertas áreas del cerebro; la expansión de los ventrículos y surcos corticales; y el incremento de formaciones anómalas como placas seniles y ovillos neurofibrilares.

No obstante, también se ha observado que el cerebro contrarresta de forma proactiva la pérdida de células nerviosas asociada a la edad, formando nuevas sinapsis entre las células nerviosas que quedan.

1.4.8. Calidad de vida del adulto mayor institucionalizada

Para Chicaiza (2024), menciona que, durante el envejecimiento, el cerebro experimenta una serie de cambios biológicos que afectan su estructura y función, influyendo en la aptitud intelectual. Entre estas alteraciones se abarcan la pérdida de neuronas, lo que implica una disminución en el volumen de ciertas áreas cerebrales; la expansión de los ventrículos y surcos corticales; y un crecimiento de formaciones anómalas como placas de beta-amiloide y ovillos neurofibrilares.

A pesar de estas transformaciones, el cerebro posee una notable capacidad de adaptación conocida como plasticidad neuronal. Este mecanismo le permite compensar la pérdida neuronal mediante la creación de nuevas sinapsis entre las neuronas restantes, manteniendo así, en cierta medida, su funcionalidad.

Además, se ha observado que el ejercicio físico regular puede influir positivamente en la plasticidad cerebral. La actividad física promueve la neurogénesis y fortalece las conexiones sinápticas, contribuyendo a una mayor eficiencia neuronal

y capacidad de compensación a través del reclutamiento de regiones adicionales del cerebro.

Es importante destacar que estos cambios no se manifiestan de manera uniforme en todas las personas; existe una variabilidad considerable en la forma y el grado en que el envejecimiento afecta al cerebro. Aspectos relacionados con la genética, la rutina diaria y la presencia de enfermedades pueden influir en la magnitud de estos cambios y en la capacidad del cerebro para adaptarse a ellos

1.4.9. Perfil de los adultos mayores

Alonso (2024), indica que, el cuidado de las personas mayores, ya sea en instituciones de cuidado o en la comunidad, debe centrarse en fomentar su autonomía y participación, especialmente en situaciones de fragilidad. Es fundamental reconocer el impacto positivo que el apoyo en salud y bienestar tiene en su vida diaria y en las relaciones de confianza que establecen. Sin embargo, es común que los pacientes de centros geriátricos enfrenten enfermedades crónicas complejas, como accidentes cerebrovasculares, enfermedades del corazón y declive mental. Por ello, es esencial que estas instituciones funcionen adecuadamente en términos físicos y de salud, para respaldar la autodeterminación de los ancianos.

Tradicionalmente, las personas de la tercera edad han sido percibidos como personas vulnerables que requieren amparo y apoyo, sobre todo en su núcleo familiar. No obstante, algunos enfrentan rechazo en sus propios hogares. Este problema es cada vez más frecuente en nuestra sociedad, donde se observan casos de abuso hacia los ancianos por parte de sus familiares, exponiéndolos a maltratos físicos, psicológicos y sociales. Situaciones como estas resaltan la necesidad contar con hogares de cuidados para el bienestar y atención integral de las personas mayores.

CAPÍTULO II

2.1 Metodología

La investigación adoptará un enfoque documental y cualitativo, con alcance analítico, orientado a profundizar en el impacto de las redes de apoyo sobre la salud mental de los adultos mayores. Se realizará una revisión sistemática de estudios publicados en bases de datos científicas y fuentes confiables de internet, seleccionados mediante criterios metodológicos rigurosos. El análisis permitirá sintetizar la evidencia disponible, identificar tendencias, patrones recurrentes y factores que potencian o limitan la efectividad de los grupos de apoyo en el bienestar psicológico de esta población.

Este proceso permitirá destacar intervenciones efectivas, comprender las dinámicas de participación de los adultos mayores y proporcionar insumos para el diseño de futuras estrategias. La investigación también abordará la relevancia de factores culturales, sociales y económicos que puedan influir en los resultados, asegurando una visión integral y contextualizada del impacto de estas iniciativas en la salud mental y el bienestar de los adultos mayores.

Tabla 1: Matriz de búsqueda

Palabras Clave	Operadores Booleanos
Adultos mayores; Salud mental; Grupos de apoyo; Calidad de vida; Repercusiones	AND, OR, NOT
Elaborado por: Autoría propia	

2.2 Cuestionario o Instrumentos Utilizados

Dentro del ámbito de un estudio exhaustivo sobre las repercusiones de la participación de grupos de apoyo en la salud mental de adultos mayores, se emplearán diversos instrumentos metodológicos y fuentes de información que permitan una obtención y estudio de datos rigurosos, asegurando que la síntesis de la evidencia existente sea precisa, confiable y representativa. Entre los principales instrumentos se encuentran fuentes de datos académicas y científicas reconocidas, como PubMed, Scopus, Web of Science, PsycINFO, y Google Académico, las cuales ofrecen de acceso a una gran variedad de estudios científicos, revisiones sistemáticas y otros documentos apropiados para el tema de estudio.

Además de estas bases de datos, se recurrirá a revistas científicas especializadas en áreas como psicología, salud mental, gerontología y servicios sociales, que son claves para identificar investigaciones previas que aborden el impacto de los grupos de apoyo en el bienestar psicológico de las personas mayores. La indagación también incluirá fuentes complementarias como tesis y disertaciones académicas, informes institucionales de organismos de salud y bienestar, y documentos de políticas públicas, que puedan ofrecer perspectivas adicionales sobre la implementación y los resultados de estos grupos de apoyo.

Con el uso de estas fuentes y herramientas, la revisión sistemática no solo se basará en una recopilación minuciosa de los estudios académicos importantes, sino que también se orientará al análisis detallado de la solidez del método de las investigaciones, pertinentes y aplicables a la población adulta mayor en diversas situaciones sociales y culturales. Esto permitirá ofrecer una visión integral de las repercusiones de los grupos de apoyo, identificando factores clave que favorecen o

limitan su efectividad, y contribuyendo al desarrollo de nuevas estrategias y recomendaciones basadas en la evidencia.

PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Page, 2020), menciona que, es un instrumento esencial para evaluar la calidad metodológica de los estudios incluidos en la revisión sistemática. Esta herramienta proporciona un conjunto de directrices que ayudan a garantizar que los estudios seleccionados sean transparentes, completos y rigurosos en su enfoque metodológico.

2.3 Población

En el presente estudio no se delimitó una población en el sentido tradicional de sujetos de investigación, dado que se basa en un estudio exhaustivo de las fuentes de investigación. En este tipo de diseño, el elemento a analizar está conformado por las investigaciones primarias difundidas que se ajustan a las normas de selección y exclusión previamente definidas. En consecuencia, la población de referencia corresponde a la totalidad de documentos existentes disponibles en las bases de datos consultadas relacionados con la temática de interés, de los cuales se seleccionó una muestra representativa conforme a los parámetros metodológicos establecidos para garantizar la validez y pertinencia de los hallazgos.

2.4 Muestreo

Criterios de inclusión:

*Periodo de publicación: Se seleccionaron únicamente estudios publicados entre 2020 y 2025, garantizando información actualizada

*Idioma: se incluyeron trabajos en inglés y español, por ser los idiomas con mayor producción científica y que permiten un análisis más completo del tema.

Criterios de exclusión

*Periodo de publicación: Quedaron fuera los trabajos publicados antes del 1 de enero de 2020, porque podrían contener datos poco actualizados.

*Accesibilidad: Aquellos de difícil acceso o con costo, priorizando materiales disponibles de forma libre para todo lector.

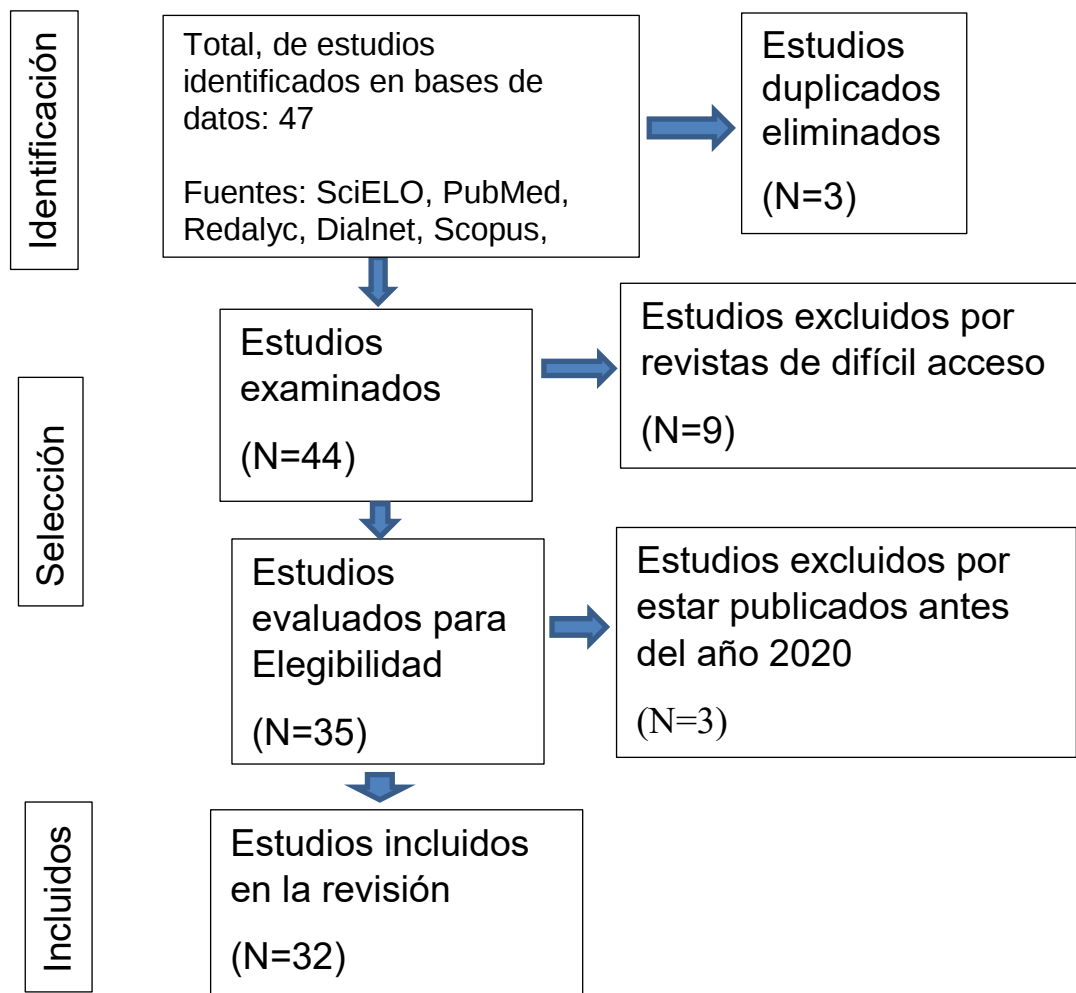
2.4 Recursos

Tabla 2: Recursos utilizados para el desarrollo de la investigación

Recursos	Elementos Utilizados
Humanos	-Autora y Tutor de proyecto
Institucionales	-Biblioteca
Tecnológicos	-Computador -Software de gestión bibliográfica -Bases de datos bibliográficos
Materiales	-Impresiones físicas de los estudios

Elaborado por: Autoría propia.

Gráfico 1: Diagrama selección de datos



Elaborado por: Autoría propia

Se identificaron 47 estudios en total de las bases de datos Scielo, PubMed, Redalyc y Dialnet; se eliminaron 3 estudios duplicados, dejando 44 estudios para examinar; de esos 44 se excluyeron 9 estudios debido a que provenían de revistas de difícil acceso; esto dejó 35 estudios para evaluar su elegibilidad; de los 35 se excluyeron 3 estudios por haber sido publicados antes del año 2020, quedando finalmente para esta revisión 32 estudios.

CAPÍTULO III

Análisis de Resultados

3.1 Tabulación e Interpretación de Encuestas

Tabla 3: Bitácora científica.

1. Influencia en los grupos de apoyo en la salud mental

País	Autor	Año de publicación	Nombre del estudio	Resultados del estudio
Ecuador	Armijos, R.	2023	Depresión en Adultos mayores	Con base a los resultados obtenidos se encontró que los pacientes que padecen de ansiedad y depresión llegan a tener carencia de habilidades sociales, biológicas y culturales.
Ecuador	Espinoza, D.	2023	Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad .	Los grupos de interacción social favorecen el bienestar psicológico y reducen aislamiento.
Ecuador	Guerrero, J.	2022	El impacto de las enfermedades crónicas en la salud mental de los adultos mayores en América Latina.	La depresión es el problema más frecuente; él aislamiento amplifica el deterioro cognitivo.
Chile	Méndez, P.	2020	Anxiety and social loneliness in elderly from a community center in Santiago, Chile	La soledad social se relaciona con ansiedad; los grupos comunitarios reducen estos niveles.
Ecuador	Mera,M.	2021	Niveles de ansiedad en los ancianos durante la crisis sanitaria	La falta de interacción social, la soledad y las limitaciones de movilidad en los adultos mayores pueden aumentar sus niveles de ansiedad y llevar a problemas de

				salud mental más graves.
Cuba.	Naranjo, Y.	2020	Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social	El aislamiento produce deterioro emocional; se requiere fomentar redes de apoyo.
Chile	Olivares, M.	2020	Salud mental y calidad de vida en adultos mayores	La participación social mejora la calidad de vida y disminuye síntomas depresivos.
OMS	Organización Mundial de la Salud	2023	Salud mental de los adultos mayores	Las relaciones sociales de calidad reducen depresión y ansiedad en adultos mayores.
España	Palma-Ayllón, E.	2021	Effects of loneliness on the health of the elderly	Algunas de estas alteraciones vinculadas con la soledad son su asociación con trastornos psicológicos, como la ansiedad y la depresión, y su relación predictiva con la presencia de deterioro cognitivo.
Brasil	Perez, Y.	2021	Cuidado de la salud mental en adultos mayores en la transición	Los programas de cuidado reducen síntomas de ansiedad y depresión en mayores.
Ecuador	Sinchiguano, G.	2020	Red de apoyo social del adulto mayor y envejecimiento activo durante la emergencia	La red de apoyo social redujo aislamiento y estrés durante la pandemia.

Elaborado por: Autoría propia

Tabla 4: Bitácora científica.

2. Factores que potencian la efectividad y barreras de acceso de los adultos mayores en los grupos de apoyo

País	Autor	Año de publicación	Nombre del estudio	Resultados del estudio
Ecuador	Alonso, L.	2023	Profile of institutionalized elderly in relation to biopsychosocial	Las condiciones clínicas afectan la posibilidad de integrarse en actividades colectivas.
Ecuador	Chicaiza, Y.	2024	Calidad de vida de la población adulta mayor institucionalizada	Los entornos institucionales limitan socialización; el apoyo externo es clave.
Argentina	Encina, R.	2024	Barriers to access according to the stages of the health care process for the elderly	Identifica barreras estructurales y económicas que limitan participación en grupos de apoyo.
España	Gallardo, L. P.	2023	Studying loneliness and social support networks among older people	Las redes sociales influyen en la participación; su ausencia incrementa aislamiento.
México	Hidalgo, A.	2022	Barriers and facilitators in primary health care for people with physical disabilities	Problemas de movilidad limitan acceso a servicios y grupos de apoyo.
Perú	Kuong, M. A.	2024	FACTORS THAT LIMIT THE USE OF ICT IN OLDER ADULTS.	La brecha digital es una barrera importante para los grupos virtuales de apoyo.
Estados Unidos	ONU	2022	Adulthood with dignity	Advierte desafíos sociales y económicos que limitan

				integración social en mayores.
Región de las Américas	OPS	2023	Envejecimiento saludable	Señala falta de preparación en servicios de salud para abordar barreras de acceso.
Colombia	Pinilla, A.	2022	Older Adult: Aging, Disability, Care, and Day Centers. A Review	Las condiciones de discapacidad y dependencia reducen la participación en actividades grupales.
Chile	Piña, M.	2022	Aging, quality of life and health: Challenges for the social roles of the elderly	La falta de difusión y roles sociales restringe la participación activa.
Argentina	Pirola, J.	2023	Barreras al acceso según las etapas del proceso de atención de la salud de los adultos mayores	Factores económicos, transporte y estigma dificultan integración a grupos.

Elaborado por: Autoría propia

Tabla 5: Bitácora científica.

3. Estrategias para fomentar la participación activa

País	Autor	Año de publicación	Nombre del estudio	Resultados del estudio
Colombia	Aragón, S. F.	2020	Perceptions of Social Support among Older Adults Living in Centros de Vida Institutions	La percepción de apoyo social mejora la calidad de vida y reduce riesgo de depresión.
México	Cortés, M. B.	2022	Opportunities for inclusion and wellbeing of older adults in their neighborhoods	La inclusión comunitaria y espacios adaptados favorecen envejecimiento activo.
Cuba	Figueroa, A.	2021	Quality of life and perceived social support in the elderly	El apoyo social percibido mejora la calidad de vida y la integración comunitaria.
Ecuador	Intriago, A.	2020	La disminución de las habilidades sociales y la calidad de vida en adultos mayores	Fortalecer habilidades sociales es estrategia de prevención del deterioro cognitivo.
España	Page.	2020	The PRISMA 2020 statement	Ofrece lineamientos metodológicos para implementar revisiones sistemáticas en salud.
México	Pomares, A.	2021	Relationship between Family Functioning, Anxiety and Depression in Older Adults	Relaciona funcionamiento familiar con niveles de ansiedad y depresión; recomienda fortalecer apoyo.

España	Quecedo, R.	2023	Introducción a la metodología cualitativa en salud	Propone estrategias investigativas aplicables para fomentar programas comunitarios.
Perú	Sepulveda, W.	2020	Participación social, un factor a considerar en la evaluación clínica del adulto mayor	La participación social es un factor protector frente a discapacidad y mortalidad.
España	Tapia, J. d.	2024	Barreras al acceso según las etapas del proceso de atención de la salud de los adultos mayores.	Categoriza las barreras en cuatro tipos principales: económicas, fisicogeográficas, socioculturales y administrativas-organizacionales, esta clasificación puede ser una herramienta útil para quienes trabajan en políticas de salud para mejorar la equidad en el acceso a la atención médica para esta población.
Argentina	Valle, B. M.	2023	Relationship between age, working memory and cognitive reserve	Recomienda estimular memoria y cognición en actividades grupales.

Elaborado por: Autoría propia

CAPÍTULO IV

Discusión

La evidencia revisada confirma que la participación en grupos de refuerzo y potenciación de la interacción social tienen una consecuencia notable y positiva en la salud mental de los adultos mayores. Se identifica que la soledad y la falta de interacción social son factores de riesgo que exacerban la ansiedad y la depresión (Mera, M. 2021; Armijos, R. 2023). Por otra parte, los programas de cuidado de la salud mental se muestran eficaces para reducir la sintomatología ansiosa y depresiva, además de mejorar la calidad de vida y el bienestar psicológico (Pérez, Y. 2021; Espinoza, D. 2023). La investigación demuestra que el aislamiento social amplifica el deterioro emocional y cognitivo, lo que subraya la importancia de fomentar el apoyo social como medida preventiva y terapéutica (Guerrero, J. 2022; Naranjo, Y. 2020).

A pesar de los beneficios evidentes, la participación activa no está exenta de obstáculos. Los estudios identifican barreras que pueden ser físicas, como los problemas de movilidad (Hidalgo, A. 2022; Alonso, L. 2023), estructurales y socioeconómicas, incluyendo desafíos económicos y la brecha digital (ONU, 2022; Encina, R. 2024), y socioculturales, como la falta de difusión de información (Piña, M. 2022). La brecha digital emerge como una barrera tecnológica significativa para el acceso a grupos virtuales (Kuong, M. 2024).

Para superar estos desafíos y maximizar la participación, los estudios proponen diversas estrategias. Se destaca la promoción del apoyo social y la inclusión comunitaria como factores protectores contra la discapacidad y la mortalidad (Sepúlveda, W. 2020; Cortés, M. 2022). También se propone el fortalecimiento de habilidades sociales y cognitivas (Intriago, A. 2020; Valle, B. M. 2023) y la aplicación de metodologías de investigación cualitativa para diseñar programas comunitarios efectivos y equitativos (Quecedo, R. 2023; Tapia, J. d. 2024).

CAPÍTULO V

Conclusiones y Recomendaciones

5.1 Conclusiones

Los hallazgos de este estudio demuestran que la participación en grupos de apoyo ejerce un impacto significativo en la salud mental de los adultos mayores. Se constató que estos espacios no solo contribuyen a la reducción de síntomas depresivos y del aislamiento social, sino que también fortalecen la autoestima, la estabilidad emocional y el sentido de pertenencia. La interacción con pares y profesionales resulta ser un factor crucial, al ofrecer un entorno seguro para compartir experiencias y desarrollar estrategias de afrontamiento ante situaciones adversas.

Sin embargo, se identificaron factores determinantes para la efectividad de estos grupos, tales como la calidad del liderazgo, la estructura organizativa de las sesiones y la motivación de los participantes. A pesar de los beneficios evidentes, la investigación revela barreras que restringen la participación activa de los adultos mayores, incluyendo limitaciones físicas y económicas, así como la falta de información y la resistencia al cambio.

En consecuencia, resulta indispensable implementar estrategias clave para fomentar su integración, como el diseño de campañas de promoción, la incorporación de tecnologías accesibles, el involucramiento de familiares y la creación de redes comunitarias. Estos elementos son fundamentales para aumentar la participación y, de esta forma, maximizar el impacto positivo de los grupos de apoyo en el bienestar mental de esta población, garantizando así un envejecimiento activo y saludable.

En definitiva, se reconoce la necesidad de implementar estrategias clave que fortalezcan la integración de los adultos mayores, tales como el diseño de campañas de promoción, la incorporación de tecnologías accesibles, el involucramiento familiar y el fortalecimiento de redes comunitarias. Estas acciones no solo potencian su participación en los grupos de apoyo, sino que además consolidan su impacto positivo en la salud mental, garantizando un envejecimiento digno, activo y saludable.

5.2 Recomendaciones

Con base en el análisis realizado, se recomienda fomentar la creación y continuidad de grupos de apoyo en las diversas comunidades, asegurando que sean inclusivos y adaptados a las necesidades específicas de los adultos mayores. Es imperativo que estos espacios sean gestionados por profesionales debidamente capacitados, quienes puedan orientar y facilitar las sesiones para garantizar un entorno de confianza, seguridad y acompañamiento integral.

Para fortalecer esta iniciativa, se sugiere desarrollar programas de formación dirigidos a líderes y facilitadores, con el objetivo de fortalecer sus habilidades de comunicación, liderazgo y capacidad de detección de necesidades en esta población. Asimismo, resulta fundamental superar las barreras logísticas que limitan la participación. Para ello, es indispensable garantizar que los espacios de reunión sean accesibles en términos de transporte, movilidad e información clara y oportuna.

Finalmente, se propone implementar campañas de concienciación comunitaria para difundir los beneficios de estos grupos e incentivar una mayor integración. De igual manera, se plantea la necesidad de incorporar herramientas tecnológicas amigables y de fácil uso para facilitar la participación de personas con limitaciones físicas o geográficas. Para consolidar redes de apoyo más integrales, es crucial fortalecer la colaboración con familiares y cuidadores, al tiempo que se diseñan estructuras de sesiones flexibles que se ajusten a las dinámicas y necesidades de los participantes, garantizando así su compromiso y asistencia continua.

6. Referencias

1. Alonso, L. (2024). *Profile of institutionalized elderly in relation to biopsychosocial and clinical variables in Latin America*. Obtenido de Sielo: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-29662023000200020
2. Aragón, S. F. (2020). *Perceptions of Social Support among Older Adults Living*. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/journal/679/67963183004/html/>
3. Armijos, R. (2023). *Depresión en Adultos mayores* . Obtenido de Itsup: <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/download/752/1511/4899>
4. Chicaiza, Y. (2024). *Calidad de Vida de la Población Adulta Mayor Institucionalizada. Ecuador*. Obtenido de Reincisol: <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/205>
5. Cortés, M. B. (2022). *Opportunities for inclusion and wellbeing of older adults in their neighborhoods*. Obtenido de Scielo: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102022000200719
6. Encina, R. (2024). *Barriers to access according to the stages of the health care* . Obtenido de Scielo: <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v34n3/1134-928X-geroko-34-03-183.pdf>
7. Espinoza, D. E. (2023). *Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el año 2023*. Obtenido de POCAIP: <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/3514>
8. Figueroa, A. (2021). *Quality of life and perceived social support in the elderly*. Obtenido de Scielo: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942016000100012
9. Gallardo, L. P. (2023). *Studying loneliness and social support networks among older people*. Obtenido de Scielo: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272023000100509
10. Guerrero, J. M. (2022). *El impacto en la salud mental por complicaciones de enfermedades crónicas no transmisibles en la población adulta mayor en la última década en Latinoamérica*. Obtenido de Reincisol: <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/494>
11. Hidalgo, A. (2022). *Barriers and facilitators in primary health care for people with physical disabilities*. Obtenido de Scielo : http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-59962022000200007

12. Intriago, A. (2020). *Dialnet*. Obtenido de The decline of social skills and quality of life in the older adult group : <file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Dialnet-LaDisminucionDeLasHabilidadesSocialesYLaCalidadDeV-9314979.pdf>
13. Kuong, M. A. (2024). *FACTORS THAT LIMIT THE USE OF ICT IN OLDER ADULTS*. Obtenido de Scielo : https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2665-03982024000202011
14. Méndez, P. (2020). *Scielo*. Obtenido de Anxiety and social loneliness in elderly from a community center in Santiago, Chile: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2024000200005
15. Mera, M. (2021). *Niveles de ansiedad en los ancianos durante la crisis sanitaria*. Obtenido de Gestar : <https://journalgestar.org/index.php/gestar/article/view/32>
16. Naranjo, Y. (2020). *RIC* . Obtenido de Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/11/1251815/estados-emocionales-de-adultos-mayores.pdf>
17. Olivares, M. G. (2020). *Scielo* . Obtenido de Salud mental y calidad de vida en adultos mayores: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272020000400384
18. OMS. (20 de octubre de 2023). *OMS* . Obtenido de Salud mental de los adultos mayores: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
19. ONU. (2022). *Adulthood with dignity*. Obtenido de <https://www.un.org/es/global-issues/ageing>
20. OPS. (2023). *Envejecimiento saludable*. Obtenido de OPS : <https://www.paho.org/es/envejecimiento-saludable>
21. Page, M. J. (2020). *The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews*. Obtenido de Science Direct: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0300893221002748>
22. Palma-Ayllón, E. (2021). *Effects of loneliness on the health of the elderly*. Obtenido de Scielo: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2021000100022
23. Perez, Y. (2021). *CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN ADULTOS MAYORES EN LA TRANSICIÓN*. Obtenido de Scielo : <https://www.scielo.br/j/cenf/a/szGNNJ3VRqc84SZ3mMkhVMR>

24. Pinilla, A. (2022). *Older Adult: Aging, Disability, Care, and Day Centers. A Review*. Obtenido de Scielo :
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522021000200488
25. Piña, M. (2022). *Aging, quality of life and health: Challenges for the social roles of the elderly*. Obtenido de Scielo:
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-77212022000200007
26. Pirola, J. (2023). *Barreras al acceso según las etapas del proceso de atención de la salud de los adultos mayores*. Obtenido de Scielo :
https://www.researchgate.net/publication/364311422_Barreras_al_acceso_segun_las_etapas_del_proceso_de_atencion_de_la_salud_de_los_adultos_mayores
27. Pomares, A. J. (2021). *Relationship between Family Functioning, Anxiety and Depression in Older Adults*. Obtenido de Scielo :
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000200004
28. Quecedo, R. (2023). *Introducción a la metodología de*. Obtenido de Redalyc:
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17501402.pdf>
29. Sepulveda, W. (2020). *Scielo*. Obtenido de Participación social, un factor a considerar en la evaluación clínica del adulto mayor: una revisión narrativa:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342020000200341
30. Sinchiguano, G. (2020). *Universidad Técnica de Ambato*. Obtenido de Red de apoyo social del adulto mayor y envejecimiento activo durante la emergencia:
<https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7edf9398-15d9-42ea-a309-331>
31. Tapia, J. d. (2024). *Barreras al acceso según las etapas del proceso de atención de la salud de los adultos mayores*. Obtenido de Scielo:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2023000300006
32. Valle, B. M. (2023). *Relationship between age, working memory and cognitive reserve capacity*. Obtenido de Scielo:
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352023000200045

7. Anexos

BITACORA CIENTIFICA DE ARTICULOS ENCONTRADO PARA REVISIÓN SISTEMÁTICA

TEMA DE LA BUSQUEDA BIBLIOGRAFICA: REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN LA SALUD MENTAL DE ADULTOS MAYORES

Criterios de búsqueda: artículos de los últimos 5 años (2020-2025), solo artículos originales no revisión. Artículos en español e inglés, artículos solo con población adulta mayor. Únicamente artículos de repercusiones de la práctica de grupos de apoyo en salud mental de adultos mayores referentes (ansiedad, depresión)

PALABRAS CLAVES EN INGLÉS: repercussions AND practice AND support AND groups AND mental AND health AND older adults

PALABRA CLAVES EN ESPAÑOL: REPERCUSIONES DE LA PARTICIPACIÓN DE GRUPOS DE APOYO EN SALUD MENTAL DE ADULTOS MAYORES

Palabras clave utilizadas para la búsqueda	País	Base de datos	Año Publicación	Nombre del estudio	Tiempo del programa	Áreas intervenidas	Resultado del programa de intervención
Cuidados; Enfermagem; Saúde mental; Idoso	Brasil	SciELO	2021	CUIDADOS NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS	Dos veces por semana durante 6 meses	Cuidado de la salud mental del adulto mayor durante procesos de transición como ansiedad y depresión	El Modelo de la Maneja demanda un cuidado de enfermería en salud mental, donde el papel de la enfermera será propiciar estrategias que faciliten la toma de decisiones en pro de la salud mental por parte del mismo adulto mayor en su proceso adaptativo.
salud mental; enfermedades crónicas no transmisibles; impacto; complicaciones	Ecuador	Reiniciol	2024	El impacto en la salud mental por complicaciones en población adulta mayor en la última década en Latinoamérica	12 meses	La salud mental de los adultos mayores de Latinoamérica representa un desafío significativo para su calidad de vida.	Un enfoque multidisciplinario que integre atención médica, psicológica y social es esencial para abordar estas problemáticas y estrategias como redes de apoyo, programas comunitarios y tratamiento psicológico adecuado son fundamentales para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en la región.
Elder, older adult, anxiety, loneliness	Chile	SciELO	2024	Anxiety and social loneliness in elderly from a community center in Santiago, Chile	(6 meses y 1 año después)	Las enfermedades de salud mental	Este estudio mostró cómo se relacionan la soledad social con la ansiedad, en que a mayor percepción de soledad social, mayores niveles de ansiedad en los adultos mayores, lo que podría informar de cómo el entorno afecta a la salud mental, potenciando los efectos negativos de la pandemia. Se recomienda seguir investigando sobre la soledad y la ansiedad en la tercera edad para poder abordar de forma oportuna este fenómeno.

Adulto; Mayor; Soledad; Afecciones; Mental	Chile	SciELO	2023	Salud mental de los adultos mayores	2 meses	La soledad y el aislamiento social son factores de riesgo clave para las afecciones de salud mental en etapas posteriores de la vida.	Las estrategias de prevención y de promoción de la salud mental de los adultos mayores se centran en favorecer un envejecimiento saludable, lo que implica crear entornos físicos y sociales que faciliten el bienestar y permitan a las personas llevar a cabo las actividades que son importantes para ellas, a pesar de la pérdida de facultades.
Anciano; Salud Mental; Calidad de Vida	Santiago, Chile	SciELO	2019	Mental health and quality of life in older adults: systematic review	12 meses	Trastornos de salud mental y calidad de vida de los adultos mayores, de acuerdo a las etapas recomendadas por la Colaboración Cochrane	Los instrumentos utilizados para medir la calidad de vida en los adultos mayores fueron diversas escalas o cuestionarios que no permitieron, en su totalidad, una comparación entre los estudios, debido a sus diversos criterios y dimensiones a evaluar.
Elderly, emotional states	Cuba	Riv	2021	Emotional states of older adults in social isolation	12 meses	La soledad como emoción y el aislamiento como condición estructural en la que viven muchos de los adultos mayores juegan un papel importante frente a su capacidad de responder a las enfermedades contagiosas	Los estados emocionales no satisfactorios identificados en los adultos mayores, se requiere establecer estrategias encaminadas a la atención integral de los ancianos como respuesta rápida en el sistema de salud cubano y del mundo.
pacientes, epidemiología, adulto mayor	Panamá	RCL	2024	Epidemiología de la depresión en pacientes geriátricos	18 meses	La depresión en adultos mayores afecta su calidad de vida, siendo uno de los trastornos mentales más	La depresión en adultos mayores afecta su calidad de vida

Quality of life, social support, aged	Cuba	SciELO	2020	Quality of life and perceived social support in the elderly	Cada 6 meses	El apoyo social juega un papel fundamental en la satisfacción con la vida del adulto mayor, al propiciar bienestar, prevención de alteraciones de tipo emocional como la depresión y de índole físico.	La influencia del apoyo social en la calidad de vida de los ancianos, destacándose que los sujetos que poseen apoyo social alto presentan mayores niveles de calidad de vida.
Participación Social, Envejecimiento, Funcionalidad, Salud	Lima	SciELO	2020	Participación social, un factor a considerar en la evaluación clínica del adulto mayor	8 semanas	La participación social es considerada como un factor protector para la salud mental y física de los adultos mayores, la cual ha sido asociada a disminuciones de la discapacidad, comorbilidades y mortalidad. Por esta razón, se sugiere que debe ser evaluada en la práctica.	La vinculación voluntaria u obligatoria a una organización o grupo social formal e informal. Es un factor protector para la salud mental y física del adulto mayor que debería ser evaluada en la práctica clínica por medio de preguntas simples o cuestionarios, debido al gran impacto que tiene la participación social en la salud de los adultos mayores.
Older adults, social support, perception, life centers	Colombia	Redalyc	2021	Perceptions of Social Support among Older Adults Living in the so-called Centros de Vida Institutions	16 semanas	En los adultos mayores las redes de apoyo social son determinantes para su estado de salud, su ausencia incrementa el riesgo de trastornos físicos y psicológicos. El envejecimiento puede afectar estas habilidades, provocando aislamiento, problemas de salud mental y menor calidad de vida.	Los adultos mayores pertenecientes a los Centros de Vida de la ciudad de Cartagena, lo perciben frecuentemente como excelente y como bueno, en relación al que proporcionan sus familiares y otros allegados. Esto contrasta con la valoración del apoyo de los amigos, el cual suele ser entre malo y regular. Fortalecer las habilidades sociales mediante apoyo psicosocial e integración social es indispensable para un envejecimiento saludable, previniendo el deterioro cognitivo y emocional.
Intervención, calidad, vida, adultos, mayores	México	Dialnet	2020	Vida Instituciones habilidades sociales y la calidad de vida en el grupo de adultos mayores y sus afectaciones	10 semanas		
Strategies, self-esteem, aging	Ecuador	Dialnet	2023	The decline of social skills and quality of life in the older adult group and its affectations.	12 semanas	Los cambios del envejecimiento pueden afectar estas habilidades, provocando aislamiento, problemas de salud mental y menor calidad de vida.	Las habilidades sociales mediante apoyo psicosocial e integración social es indispensable para un envejecimiento saludable, previniendo el deterioro cognitivo y emocional. El texto provee un panorama integral sobre este tema en los adultos mayores.
Intervention program and cardiovascular diseases and older adults	Perú	SciELO	2024	FACTORS THAT LIMIT THE USE OF ICT IN OLDER ADULTS	24 semanas	El uso de las TIC adultos mayores es importante por diversas razones, ya que estas herramientas les permiten comunicarse con familiares y amigos a distancia, lo que contribuye a reducir la sensación de aislamiento y soledad en esta etapa de la vida.	La capacitación, inclusión y alfabetización digital son soluciones cruciales para superar las barreras que impiden a los adultos mayores aprovechar las TIC.
Social roles, disruptive gerontology, quality of life, older people, culture	España	SciELO	2022	Aging, quality of life and health: Challenges for the social roles of the elderly	3 años	Los roles sociales de las personas mayores a través de la articulación de las dimensiones de cultura, salud y calidad de vida.	Los enfoques teóricos de la gerontología social, proponiendo una gerontología rupturista que permita problematizar instancias de investigación e intervención gerontológica.

Calidad de los servicios de salud, acceso y evaluación- Servicios de salud- Adultos Mayores	Buenos Aires	ResearchGate	2022	Barreras al acceso según las etapas del proceso de atención de la salud de los adultos mayores	12 semanas	Las barreras en el acceso a la atención de la salud de los adultos mayores y asociadas a cada una de las etapas del proceso de acceso a los bienes y servicios de salud.	Generar herramientas de gestión para quienes se propongan mejorar la equidad en los resultados en salud de la población envejecida.
Older adult; family; depression; anxiety	Cuba	Scielo	2021	Relationship between Family Functioning, Anxiety and Depression in Older Adults	Cada 6 meses	El envejecimiento poblacional es un proceso que ocurre de forma paulatina desde la década del 50 hasta convertirse en la actualidad en un serio problema de salud.	Trastornos emocionales, que por demás son continuamente mal diagnosticados, se asumen como un proceso normal del envejecimiento.
Ansiedad, pandemia, ancianos, vulnerabilidad	Portoviejo	GESTAR	2021	Niveles de ansiedad en los ancianos	16 semanas	La ansiedad es una reacción fisiológica y psíquica que altera el estado mental al responder a estímulos externos o internos, manifestando intranquilidad, incertidumbre y excitación.	Inferir los niveles de ansiedad presentes en la población de ancianos ecuatoriana adultos mayores
Loneliness; Social support; Aging; Older adults; Mental health	Madrid	Scielo	2024	Studying loneliness a	no específico	La soledad es uno de los princip	El interés científico por estudiar la soledad en las personas mayores en Europa y la relevancia de seguir avanzando en investigaciones con diseño mixto y de carácter longitudinal que valoren aspectos como los factores sociodemográficos, psicosociales, médicos y ambientales.
Health care quality, access, and evaluation to the health services, aged	Barcelona	Scielo	2024	Barriers to access according to the stages of the health care process for the elderly	especifica un número exacto de días, semanas o meses en el texto proporcionado, se menciona que se trata de un estudio de caso clínico observacional y	Evaluar las barreras que pueden limitar el acceso a los servicios de salud mental en el caso de los adultos mayores.	todas las barreras pueden limitar el resultado de cada etapa, algunas se identifican en mayor medida (como ocurre con las barreras socioculturales) durante la percepción de la necesidad y la búsqueda de atención, donde las condiciones del paciente vinculadas a su nivel educativo, creencias y mitos en relación con el significado de salud y enfermedad, autonomía y su red de contención (familiares, amigos) pueden facilitar reducir la apreciación de su estado de salud y
Active aging; environment	México	Scielo	2022	Opportunities for inclusion and wellbeing of older adults in their neighborhoods	36 meses	La satisfacción de las necesidades básicas en las zonas urbanas tiene especial relevancia en la población mayor, ya que la condición actual del espacio físico de la ciudad carece de adaptabilidad o estrategias de inclusión para la capacidad funcional	El enfoque centrado en el diseño sobre la experiencia espacial se basó en la comprensión de las implicaciones de la interacción entre la combinación de las fuerzas personales y las ambientales
comprehensive Health	Barranquilla	Scielo	2021	Older Adult: Aging, Disability, Care, and Day Centers. A Review	24 semanas	El envejecimiento es uno de los más grandes retos del siglo XXI, ya que el descenso de la tasa de natalidad y el aumento de	Proceso y modelos de envejecimiento, discapacidad en el adulto mayor, cuidado y centros día, también llamados estancias diurnas, y su lugar en el cuidado que brindan a esta población.