
ESTUDIOS TEÓRICOS SOBRE VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO

PRESENTADO POR:
ANGIE NATALIA GOMEZ DIAZ
ANDRES FELIPE TORO ORJUELA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
PROGRAMA: TRABAJO SOCIAL
GIRARDOT, CUNDINAMARCA
2020

ESTUDIO TEÓRICOS SOBRE VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO

PRESENTADO POR:
ANGIE NATALIA GOMEZ DIAZ
ANDRES FELIPE TORO ORJUELA

Asesora:
Trabajadora Social
Magnolia Rivera Cumbe

Trabajo de grado Modalidad Monografía como requisito para optar al título de:
TRABAJADOR SOCIAL

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
PROGRAMA: TRABAJO SOCIAL
GIRARDOT, CUNDINAMARCA
2020

DEDICATORIA

Dedicado de manera especial a Dios quien nos concedió la vida y nos otorgó las capacidades que poseemos para la construcción de este proyecto, nos brindó paciencia, sabiduría y comprensión lo cual hoy lleva a la culminación de manera exitosa esta etapa de nuestras vidas, la cual nos otorga el título profesional de Trabajadores Sociales. En efecto, este trabajo represento un reto el cual hemos alcanzado con esfuerzo, dedicatoria y ahora nos preparamos para cerrar este etapa de formación pero asimismo, nos aventuramos a otra, en donde pondremos en práctica todos los conocimientos adquiridos con el fin de aportar a la transformación de realidades sociales que vivimos en nuestro entorno.

Dedicamos también este trabajo a nuestros padres Luz Stella Orjuela Navarro, María Herminia Díaz y de manera muy especial a mi Hijo Samuel Esteban Suarez Gómez los cuales apoyaron e impulsaron este sueño el cual hoy se materializa. Este camino, el cual tuvo muchas dificultades, no se convirtió en una barrera, si no en oportunidades y aprendizajes que llevamos hoy dentro de nosotros los cuales nos motivan para seguir esforzándonos día a día hasta lograr nuestros propósitos e ideales, gracias a nuestra tutora y docente Magnolia Rivera Cumbe por ser excelente profesional y ser humano quien nos brindó todo sus conocimiento para comprender y realizar todo este proceso académico y por ultimo a todos nuestra población Adulto mayor; gracias a ustedes por sus aportes.

HOJA DE APROBACIÓN

CONTENIDO

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
2. JUSTIFICACIÓN	10
3. ANTECEDENTES	11
4. OBJETIVOS	13
4.1. Objetivo General	13
4.2. Objetivos Específicos.....	13
5. LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DEL SISTEMA UNIMINUTO	14
5.1. Sublínea del Programa Trabajo Social	14
6. OBJETIVO DE DESARROLLO SOSTENIBLE.....	15
7. MARCO REFERENCIAL.....	16
7.1. Marco Contextual.....	16
7.2. Marco Teórico	17
7.2.1. Envejecimiento y vejez.....	17
7.2.2. Calidad de vida de los Adultos Mayores	19
7.2.3. Teoría del desarrollo humano y envejecimiento.....	21
7.2.4. Teoría a escala humana y vejez	24
7.2.5. Teorías sociológicas y vejez	26
8. METODOLOGÍA	32
8.1. Técnicas e Instrumentos.....	33
9. RESULTADOS.....	34
10. CONCLUSIONES	37
11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39
12. ANEXOS	47
A. Ficha Bibliográfica “Matriz” en Microsoft Excel.....	47

RESUMEN

El presente trabajo de investigación precisa identificar las principales teorías que han aportado al estudio de la vejez y el envejecimiento durante los últimos 10 años que permitan la elaboración de un marco conceptual pertinente para la disciplina de trabajo social. El estudio se fundamenta en aspectos teóricos como: Calidad de vida, teoría del desarrollo humano y envejecimiento, teoría a escala humana y vejez, y teorías sociológicas y vejez, con líneas de investigación integradas como la psicología, medicina, enfermería, trabajo social desde una perspectiva social. Para lograr el objetivo se emplea una investigación documental desde el enfoque cualitativo, permitiendo la recolección de información sobre el envejecimiento y la vejez. Las teorías que han aportado al estudio de la vejez y el envejecimiento, están influenciadas por el por el bienestar físico, social, emocional, espiritual, intelectual y ocupacional que le permite satisfacer necesidades a los adultos mayores. En conclusión, como trabajadores sociales, uno de los grandes retos, es la necesidad de integrarnos de forma multidisciplinar y multisectorial, no solo para enfrentar este fenómeno del envejecimiento poblacional desde el punto de vista social, sino también, en el orden individual, para lograr que la población envejezca con calidad.

Palabras claves: Envejecimiento, vejez, adulto mayor, calidad de vida.

ABSTRACT

The present research work needs to identify the main theories that have contributed to the study of old age and aging during the last 10 years that allow the elaboration of a pertinent conceptual framework for the discipline of social work. The study is based on theoretical aspects such as: Quality of life, theory of human development and aging, theory on a human scale and old age, and sociological and old age theories, with integrated lines of research such as psychology, medicine, nursing, social work from a social perspective. To achieve the objective, documentary research is used from the qualitative approach, allowing the collection of information on aging and old age. The theories that have contributed to the study of old age and aging are influenced by the physical, social, emotional, spiritual, intellectual and occupational well-being that allows the needs of older adults to be met. In conclusion, as social workers, one of the great challenges is the need to integrate in a multidisciplinary and multisectoral way, not only to face this phenomenon of population aging from the social point of view, but also, in the individual order, to achieve that the population ages with quality.

Keywords:

Aging, old age, older adult, quality of life.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Durante los últimos años, la población mundial ha sufrido transformaciones, una de las más fehacientes es el envejecimiento de la misma. La gran mayoría de países del mundo ha notado un aumento increíble en el número y la proporción de personas mayores. Es decir, la población está envejeciendo de una manera acelerada, la población que cuenta con 65 años en adelante crece a un ritmo más rápido que el resto de los segmentos poblacionales hasta llegar al punto de convertirse en un fenómeno social muy significativo y al mismo tiempo riesgoso en pleno siglo XXI. Lo anterior, está generando consecuencias para casi todos los sectores de la sociedad, tanto privados como públicos, el mercado laboral, financiero, aumentando demanda de bienes y servicios para dicha población. (Naciones Unidas, 2019)

Según datos del informe Perspectivas de la población mundial 2019, en 2050, una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 65 años (16%), más que la proporción actual de una de cada 11 en este 2019 (9%). Para 2050, una de cada cuatro personas que viven en Europa y América del Norte podría tener 65 años o más. Para el año 2018, por primera vez en la historia, las personas de 65 años o más superaron en número a los niños menores de cinco años en todo el mundo. Se estima que el número de personas de 80 años o más se triplicará, de 143 millones en 2019 a 426 millones en 2050. (Naciones Unidas, 2019)

El fenómeno anteriormente esbozado, nos permite hacer una revisión del tema en Colombia, encontrando que el país está envejeciendo, según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) la población mayor de 60 años, paso de 9 % hace 13 años a 13, 4 %, es decir un incremento cercano al 50%. Manizales, Bogotá y Santander, concentran el mayor porcentaje de población mayor dentro del país. (Montaña, 2019)

Para mejorar las condiciones de vida de las personas mayores es de suma importancia la percepción, porque es considerada como primer proceso cognoscitivo, a través del cual las personas captan información del entorno; que permiten al individuo formar una representación

de la realidad. Las percepciones, acciones y reacciones de los seres humanos determinan las interacciones y respuestas que estos puedan tener ante los actos de otras personas. (Alonso P. et al, 2010).

Según el Diagnóstico, de los adultos mayores en Colombia de la Fundación Saldarriaba Concha, la Enfermedad Isquémica del Corazón es la que más sufre esta población en el país, pues la padecen el 20% de los hombres y el 18,8 % de las mujeres mayores de 60 años. También padecen enfermedades crónicas de las vías respiratorias internas 9,5% en hombres, 12,1% en mujeres; cerebrovasculares 9,4% en hombres, 7,9% en mujeres; hipertensivas 4,6% en hombres, 6,6% en mujeres y Diabetes Mellitus 4,2% en hombres, 5,3% en mujeres. (Semana, 2017)

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS), asegura que la mortalidad en la población mayor puede atribuirse a enfermedades de larga duración como el cáncer, las afecciones respiratorias crónicas, las cardiopatías, las enfermedades osteomusculares como la artritis y la osteoporosis y los trastornos mentales y neurológicos. De hecho, de estas dos últimas proviene otro de los grandes males de la población mayor del país: la depresión. (Semana, 2017)

Por esto, un factor de gran relevancia es identificar las principales teorías que han aportado a los estudios de la construcción de la vejez y el envejecimiento durante los últimos 10 años que permitan la elaboración de un marco conceptual pertinente para la disciplina de trabajo social.

El aspecto relacionado anteriormente, permite plantear la siguiente pregunta de investigación: ¿Bajo qué teorías se han construido los estudios sobre vejez y envejecimiento durante los últimos 10 años?

2. JUSTIFICACIÓN

Son diversos los problemas sociales que han hecho tomar medidas a los países dentro de sus sistemas de protección y desarrollo, crisis que en la última década han estado marcados por momentos que contrastan en su máximo punto de ejecución, llevándose a su paso las relaciones sociales de las nuevas generaciones que deterioran la habitabilidad de las personas. Para efectos de esta investigación nos centramos en la población adulto mayor, indagar más allá de los datos demográficos es el eje de la presente propuesta, por tanto, como trabajadores sociales en formación, es fundamental identificar los estudios construidos sobre la vejez y envejecimiento en la población durante los últimos 10 años.

La pertinencia de esta investigación, está determinada por la necesidad de identificar los estudios de vejez y envejecimiento durante los últimos 10 años, permitiendo recolectar información de aportes teóricos, para la construcción de conceptos o elementos que contribuyen al estudio de la calidad de vida del adulto mayor. Asimismo, respondiendo a la necesidad de realizar con regularidad investigaciones documentales, analizando estudios establecidos de vejez y el envejecimiento. Con el fin, de brindar conocimientos globales y específicos, que puedan contribuir con el fortalecimiento de programas dirigidos a esta población, que se encuentran planteados en el Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022, donde se establece la importancia que los adultos mayores puedan contar con acceso a oportunidades de ingreso, servicios de salud y cuidado de calidad en condiciones para una vida activa y sana.

Igualmente, los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), también conocidos como Objetivos Mundiales, son un llamado universal a la adopción de medidas para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad. (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2019). El ODS articulado a esta propuesta se relaciona en el No. 03: La salud y el bienestar.

De igual manera, la sociedad debe reconocer que el mejoramiento de la calidad de vida de este grupo poblacional, está estrechamente relacionada con el envejecimiento activo del adulto mayor, donde la sociedad pueda ver a esta persona como un sujeto pleno de derechos.

Por otra parte, se proporciona información útil a la línea de investigación de Trabajo Social de la Universidad, permitiendo una reflexión crítica del Trabajo Social como disciplina-profesión, la cual se centra en dinámicas y ámbitos sociales. De esta forma, se obtienen aportes fundamentales de vejez y envejecimiento a través de esta investigación por ser un hecho social, del cual pueden surgir nuevos conocimientos y futuras investigaciones para los trabajadores sociales.

3. ANTECEDENTES

Diversas disciplinas se han enfocado en estudiar lo relacionado con la vejez y el envejecimiento, entre ellas, psicología, enfermería, trabajo social, entre otras. Así mismo, durante los últimos años se ofertan estudios post graduales enfocados en el tema gerontológico. Cada una de ellas aportan al estudio de esta etapa de las personas, desde el ciclo vital y comportamental que dan cuenta de cómo este ser humano se desarrolla y evoluciona.

El trabajo titulado “*Perspectivas teóricas sobre el envejecimiento*” elaborado por (Rematosa, 2017), de la Universidad República de Uruguay, elabora esta monografía que aborda algunas de las principales teorías del envejecimiento y como inciden en los distintos modos de envejecer, mencionando como conclusión la necesidad de un abordaje interdisciplinario para evitar un estancamiento en el conocimiento del envejecimiento, para un mejor desarrollo de políticas y acciones de forma coordinada e integral.

Las (Naciones Unidas, 2013), publica un libro de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), titulado “*Envejecimiento, solidaridad y protección social en América Latina y el Caribe*”, mencionando que la incorporación explícita de las personas mayores a los sistemas de protección social desde la perspectiva de la igualdad se fundamenta en

que los cambios demográficos actúan como factores clave en la creación de oportunidades y establecen nuevas restricciones relacionadas con la redefinición de las funciones de la familia, el mercado y el Estado.

En Bogotá, D.C., la investigadora (Dulcey, 2010), realiza un artículo para la revista colombiana de psicología de la Universidad Nacional de Colombia, denominado “*Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas*”, donde plantea una relación de interdependencia entre la psicología social y la psicología del desarrollo, por medio de aportes de psicólogos, descontextualizadas del desarrollo-envejecimiento a lo largo de la vida. Concluyendo que somos individuos cambiantes en contextos históricos y culturales diferenciales y cada vez más cambiantes.

Los estudiantes (Parra & Escobar, 2009), de la Universidad de La Salle, en Bogotá D.C., realizan el trabajo de grado; *Estudio documental: vejez y envejecimiento desde la producción de trabajo social (1991-2008)*. Desarrollando un estudio documental que da cuenta de las concepciones y los componentes estructurales de la intervención en Trabajo Social referente el tema de vejez y envejecimiento en cinco Universidades de la ciudad de Bogotá (Universidad de la Salle, Universidad Externado de Colombia, Fundación Universitaria Monserrate, Corporación Universitaria Republicana, Universidad Externado, Fundación Universitaria Monserrate) en el periodo de 1991 al 2008. Permitiendo a las profesionales de trabajo social un acercamiento con dicha realidad actuando de manera indirecta, dando la posibilidad de plantear una propuesta de intervención aplicable cuando la problemática lo amerite.

4. OBJETIVOS

4.1. Objetivo General

Identificar las principales teorías que han aportado al estudio de la vejez y el envejecimiento durante los últimos 10 años que permitan la elaboración de un marco conceptual pertinente para la disciplina de trabajo social.

4.2. Objetivos Específicos

1. Clasificar los aspectos teóricos más importantes sobre vejez y envejecimiento.
2. Establecer cuáles son las teorías que aportan al constructo teórico sobre vejez y envejecimiento para trabajo social.

5. LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DEL SISTEMA UNIMINUTO

La línea de *Gestión Social, Participación y Desarrollo Comunitario* refiere lo siguiente: Temas como la coproducción de conocimiento con las comunidades, la participación activa de estas en la búsqueda y construcción de las soluciones a los problemas que confrontan, la gestión social del desarrollo, el empoderamiento de las comunidades de base, así como de la propia comunidad educativa son relevantes para esta línea. Para la implementación de la línea es importante la exploración de mecanismos e instrumentos que permitan el desarrollo de las organizaciones que emplean la línea en el contexto educativo y el campo de investigación. (Corporación Universitaria Minuto de Dios, 2019)

5.1. Sublínea del Programa Trabajo Social

La sub- línea de *Desarrollo Humano Integral Sostenible (DHIS)* refiere lo siguiente: Esta sublínea tiene como objetivo promover el estudio, y producción del conocimiento, en torno a los temas de Desarrollo Humano Integral Sostenibles, a través de prácticas de investigación innovadoras que fortalezcan los ambientes de aprendizaje y de transformación social de las realidades sociales. Haciendo énfasis a lo anterior el propósito de nuestro proyecto, es aumentar y lograr mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Con el fin de mitigar las necesidades que acoge a esta población como lo es la falta de acceso al servicio de salud, infraestructura, cuidados y acompañamiento familiar.

Desde este interés teórico, el énfasis investigativo es el de las necesidades básicas, su articulación a actores sociales, institucionales y movimientos sociales que conforman redes de apoyo y soporte social, que conlleven a la integración de agentes sociales con la comunidad para así poder abordar la problemática existente; y con ello podíamos afirmar que el bienestar y calidad de los adultos mayores podría mejorar.

6. OBJETIVO DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible, también conocidos como Objetivos Mundiales, se adoptaron por todos los Estados Miembros en 2015 como un llamado universal para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad para 2030, así, lo afirma el (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2019).

De acuerdo a lo anterior las personas sanas están mejor capacitadas para contribuir al desarrollo de sus países. El mundo ha logrado grandes avances contra varias de las principales causas de muerte y enfermedad. La esperanza de vida ha aumentado dramáticamente así lo afirma (PNUD). En su objetivo número 3 enfocado en la Salud y el Bienestar, el cual nos dice que cada 2 segundos, alguien de entre 30 y 70 años de edad muere prematuramente a causa de enfermedades no transmisibles: enfermedad cardiovascular o respiratoria crónica, diabetes o cáncer. (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2019)

Cabe resaltar que es un deber ético y profesional de los Trabajadores Sociales es garantizar vidas dignas, saludables y promover el bienestar para todas las edades.

7. MARCO REFERENCIAL

7.1. Marco Contextual

Desde el punto de vista demográfico, la dependencia de cuidados en la vejez continuará acentuándose en los países latinoamericanos, generando una de las exigencias más demandantes del siglo XXI para los sistemas públicos de salud y seguridad social. (Huenchuan, citado en (Domínguez, 2016).

Según datos del el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), en Colombia habitan 4.626.419, personas mayores de 60 años. Cifra que representa casi el 10% de la población total del país. El porcentaje se divide en 54% mujeres y 45.8% de hombres. Se estima que sólo en la ciudad de Bogotá habrá más de un millón de nuevos ciudadanos mayores para el año 2020. (Instituto Interamericano de Derechos Humanos, s.f.). Actualmente, el municipio de Girardot cuenta con 13,009 habitantes que pertenecen al grupo adulto mayor, estos entre un porcentaje de 7,995 de género masculino y 5,014 que pertenecen al género femenino.

Según Lisandro Laguna Lasca quien lidera el Programa Adulto Mayor, desde el 3 de junio del 2017 hasta el 15 de enero del 2020; afirma que solo el 38% de esta población cuenta con apoyos estimulados por el Estado, como lo son; el programa centro día, al cual asisten 115 individuos, Colombia mayor, beneficia a 4817 (AM) y en una lista de espera de 2154 personas y por último, el bono de adulto mayor el cual este programa es dirigido por la Gobernación de Cundinamarca el cual recibe este beneficio 217 Adultos mayores.

Al mismo tiempo, como estudiantes en formación de trabajo social, se apoyó una investigación en el año 2019, denominada “Diagnóstico Situacional del Adulto Mayor de Centro Día del Municipio de Girardot”. Dicha investigación, permitió reconocer los problemas que poseen esta población como lo son, recursos propios, el ausentismo familiar causa enfermedades de dependencia, entre otros problemas.

7.2. Marco Teórico

Para la construcción del presente marco teórico, se hizo necesario recopilar y clasificar aspectos teóricos como: Calidad de vida, teoría del desarrollo humano y envejecimiento, teoría a escala humana y vejez, teorías sociológicas y vejez. Este acercamiento teórico fundamenta los aportes que soportaran las percepciones sobre los estudios de vejez y envejecimiento durante los últimos 10 años.

7.2.1. Envejecimiento y vejez.

El envejecimiento y la vejez son dos aspectos de debate social, debido a las transformaciones demográficas y a un aceleramiento en el envejecimiento de la sociedad a nivel mundial. Por ello, según él (Ministerio de Salud y Protección Social, “Envejecimiento y Vejez”, [en línea], 2019), el envejecimiento humano constituye un proceso multidimensional de los seres humanos que se caracteriza por ser heterogéneo, intrínseco e irreversible. La vejez, representa una construcción social y biográfica del último momento del curso de vida humano. La vejez constituye un proceso heterogéneo a lo largo del cual se acumulan, entre otros, necesidades, limitaciones, cambios, pérdidas, capacidades, oportunidades y fortalezas humanas.

Se considera fundamental velar por los adultos mayores, brindándoles facilidades para que lleguen a una vejez digna, sin discriminación, y que a pesar de su edad, sigan siendo útiles en la sociedad hasta donde sus fuerzas y capacidades se los permitan.

Los investigadores (Ramos, Yordi, & Miranda, 2016), mencionan que “La OMS define el envejecimiento activo como el proceso en el que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. El envejecimiento activo permite que las personas realicen su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de toda su vida y que participen en la sociedad”. El termino activo hace referencia, no solo a la capacidad de estar bien físicamente si no de una participación continua en el contexto social, cultural, económico y religioso. Existen diversos factores

negativos como lo son; enfermedades, situaciones de dependencia funcional o renunciamiento laboral donde estas personas pueden seguir participando activamente.

Además, desde un desarrollo evolutivo la vejez requiere de esfuerzos adaptativos, habilidades y/o capacidades, así como conocimientos para mejorar la variedad de cambios que requiere el proceso de envejecimiento con la finalidad de lograr un envejecimiento sano, de una vejez competente con mayor crecimiento y bienestar personal y socioemocional. (Rodríguez & Bueno, 2016)

Asimismo, para (Oliver et al, citados por (Parra R. M., 2017) “El envejecimiento, como cualquier proceso, es susceptible de ser estudiado desde diversas perspectivas atendiendo a su contexto” (p. 85).

Por lo tanto, “El envejecimiento de la población puede considerarse un éxito de las políticas de salud pública, y el desarrollo socioeconómico, pero también constituye un reto para la sociedad, que debe adaptarse a ello para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social y su seguridad” (Martínez, González, Castellón, & González, 2018).

Siguiendo el esquema de análisis de envejecimiento y vejez, según los autores (Morales & Gouzy, 2014) “El paso a la vejez es una prolongación de experiencias, proyectos y hábitos de vida del pasado. Prácticamente la personalidad, así como el sistema de valores permanecen intactos” (p.60).

En el estudio de vejez realizado por el Doctor (Robledo, 2016) menciona que “La vejez es sustantiva. Pero al estado de vejez se llega por una cronología de sucesos biológicos cuya manifestación más visible y experiencial es el desgaste funcional. Esta cronología se define por el avance en el tiempo, medido en años, y supone un consumo de expectativa de vida”.

Asimismo, según (Morales S. F., 2017) “En la etapa de vejez la persona reflexiona sobre el trayecto de su vida y puede sentirse conforme o desesperarse ante su deterioro o la realidad de

la muerte. Si se supera con éxito, se alcanza la sabiduría y una sensación de “completitud personal” que se relaciona con el grado de éxito con que se superaron las etapas anteriores” (p.7).

Finalmente, Limón y Chalfoun, citados por (Limon, 2018) señalan “El empoderamiento en la vejez nos remite a una concepción de la persona como ser social, con potencialidades por desarrollar y, consiguientemente, se centra en el análisis de fortalezas y capacidades y en donde el aprendizaje permanente es un valor imprescindible y necesario”.

7.2.2. Calidad de vida de los Adultos Mayores.

Cuando se habla de adulto mayor debe tenerse en cuenta su calidad de vida, debido que se considera que estas se encuentran ligadas “Si la alimentación es deficiente, el entorno es contaminado y el estrés del día a día es latente para poder subsistir, es de esperarse que la persona envejezca mucho más rápido, a comparación de una que goza de una calidad de vida digna” (Sánchez P. D., 2012).

Según la OMS, la calidad de vida es: la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas y sus inquietudes. (Rodríguez A. E., 2012). Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno.

Para los autores (Rubio, Rivera, Borges, & González, 2015) “La calidad de vida se define como un estado de bienestar físico, social, emocional, espiritual, intelectual y ocupacional que le permite satisfacer apropiadamente sus necesidades individuales y colectivas”. Para que la población adulto mayor pueda gozar de una buena salud es necesario que se mantengan activos, y que se ejerciten constantemente dentro de sus posibilidades.

Es conveniente hablar sobre la auto aceptación y bienestar de los adultos mayores, para fomentar una autopercepción positiva en la vejez. Según Herrera et al. (2003), citado por (Freire & Ferradás, 2016) sugieren que este tipo de intervenciones deben llevarse a cabo en tres niveles: Una intervención primaria, centrada en evitar situaciones que puedan generar ansiedad, angustia y baja autoestima, (se deben preparar para la jubilación, para afrontar enfermedades asociadas a la edad, promover actividades socioculturales). Una intervención secundaria dirigida a enseñar a manejar situaciones problemáticas (pérdidas por fallecimiento de familiares y/o amigos, situación de viudedad, pérdida de autonomía) y a mantener el funcionamiento cognitivo (atención, percepción, memoria, metamemoria, gestión motivacional). Una intervención terciaria, centrada en incrementar la autoestima y la autoeficacia del mayor, fomentando en la medida de lo posible su autonomía y su percepción de control personal.

Igualmente, en un análisis realizado por (Aponte, 2015), menciona “Las personas de la tercera edad, temen perder su buen funcionamiento mental y físico, y esto puede agudizarse si la persona presenta depresión e impotencia, ya que los mismos generan la pérdida del control de sus propios cuerpos. Estos problemas muchas veces general que los ancianos se aíslen y se sientan inútiles haciendo que su vida sea cada vez más complicada” (p. 156). Asimismo, para (Aponte, 2015), no todas las personas viven la vejez de la misma manera, pues su funcionamiento durante ésta se encuentra relacionado con las acciones y omisiones que cada persona realiza durante el transcurso de su vida; es decir, “la vejez se construye desde la juventud”. Así, a pesar de que el proceso de envejecimiento es normal, natural e inevitable, puede tener distintos resultados, generalmente reflejo de los cuidados o descuidos tenidos a lo largo de la vida. (p. 154).

Los investigadores (Álvarez, et. al, citados por (Alvarado & Jaubert, 2011), “presentaron una investigación realizada en Cuba y demostró que la dimensión familiar es la que más contribuye a la percepción de alta calidad de vida y que constituye la principal fuente de ayuda, compañía, cuidado y respeto para las personas de edad avanzada” (p.7).

Asimismo, se puede afirmar que en la etapa de la vejez el ser humano ha sido el resultado del desarrollo del proceso del ciclo vital, el cual ha estado enmarcado por las características de lo

que ha vivido a lo largo de sus etapas a nivel individual, social, desde su historia de salud y de los determinantes de ésta. (Fuentes, 2014)

Como se ha mostrado, algunos factores relevantes de la calidad de vida en los adultos mayores son: la salud, el ejercicio físico, el envejecimiento armónico, el equilibrio mente-cuerpo, la nutrición, las actividades en el retiro, la autoeficacia, los aspectos psicológicos; así como el empleo del tiempo libre, las redes de apoyo, las actividades recreativas, las actitudes y actividades pre y post jubilatorias, las relaciones familiares y los grupos. (García S. F., 2014).

7.2.3. Teoría del desarrollo humano y envejecimiento.

En la actualidad, los estudios de campo de la gerontología refleja en las investigaciones que la población de adulto mayor son considerados a partir de los 60 años. Considerándose como un cambio en los roles que se desarrollan en la sociedad.

Por una parte, en el enfoque del desarrollo humano; el derecho al desarrollo debe dimensionarse como el respeto de todos los derechos humanos. “Ése debería ser nuestro objetivo: una situación en que a todas las personas se les permita acrecentar al máximo sus posibilidades, y contribuir a la evolución de la sociedad en su conjunto” (Domínguez, 2016).

Para el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), el desarrollo se fundamenta en la “Creación de un entorno en el que las personas puedan desarrollar su máximo potencial y llevar adelante una vida productiva y creativa de acuerdo con sus necesidades e intereses” (Rodríguez D. K., 2010).

De esta forma, se refleja que “Los estudios del envejecimiento en la actualidad están determinados por tres procesos estrechamente interconectados: 1. Transición epidemiológica: cambios en la salud, prevalencia de morbilidades, índices de mortandad y cobertura institucional de los cuidados preventivos y prolongados para dependientes (Omran, 1971). 2. Transición demográfica y envejecimiento poblacional: tránsito de grupos etáreos, distribución, volumen y

densidad poblacional (Myers, 1990; Vallin, 1999; Ham, 2003). 3. Transiciones económicas e intergeneracionales: distribución productiva, montos de ingresos, cambios en los regímenes jubilatorios, migración, arreglos residenciales, transferencias económicas (padres-hijos-nietos) y estructura familiar” (García R. J., 2012, pág. 29). Asimismo, se menciona que en el adulto mayor se identifica un proceso en su estructura biogenética, conductual y a su entorno socioeconómico, basados en su esperanza de vida; está determinada por un diferentes variables, llevándonos al escenario de la calidad de vida. (García R. J., 2012, pág. 29).

La gerontología se viene estudiando desde el plano; biológico, el psicológico y el social, y la interacción de estos aspectos da paso al proceso de envejecimiento, en este aspecto se argumentan las teorías físicas o biológicas del envejecimiento, teorías psicológicas y las sociológicas. Asimismo, se categorizan en: a) estocásticas que afirman que el proceso de envejecimiento es el resultado de la suma de alteraciones que ocurren en forma aleatoria y se acumulan a lo largo del tiempo, y b) las teorías no estocásticas que suponen que el envejecimiento estaría predeterminado. (González D. G., 2010)

Actualmente se encuentran numerosas definiciones del envejecimiento, esto debido a la diversidad de las percepciones de algunas disciplinas. Por un lado, “El proceso de envejecimiento incluye la percepción por parte del mismo individuo y la sociedad que le rodea de los cambios físicos que tienen lugar en él y los cambios psicológicos, que a su vez determinan el desenvolvimiento de las personas en nuestra sociedad y las relaciones con otros individuos de distintos grupos etarios” (González D. G., 2010)

Según el Oxford English Dictionary define el envejecimiento como “El conjunto de modificaciones morfológicas y fisiológicas que aparecen como consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos, que supone una disminución de la capacidad de adaptación en cada uno de los órganos, aparatos y sistemas, así como de la capacidad de respuesta a los agentes lesivos que inciden en el individuo” (Alvarado & Salazar, 2014). Una definición biológica del envejecimiento es “el cambio gradual en un organismo que conduce a un mayor riesgo de debilidad, enfermedad y muerte. Tiene lugar en una célula u órgano o el organismo total en el lapso de vida de un adulto o cualquier ser vivo. (Alvarado & Salazar, 2014, pág. 58)

Por otro lado, (Alvarado & Salazar, 2014) afirman: “El envejecimiento también se ve influido por las enfermedades padecidas, el sufrimiento acumulado a lo largo de la vida, el tipo de vida que haya llevado la persona y los factores de riesgo y ambientales a los que ha estado sometida” (p.59).

En el mismo orden de ideas, en la investigación realizada por el (Ministerio de Salud y Protección Social, “Envejecimiento y Vejez”, [en línea], 2019), Cada sociedad construye representaciones, discursos y prácticas culturales del envejecimiento humano y la vejez que se transforman a lo largo del devenir histórico, generacional e individual. En la sociedad moderna el envejecimiento de la población adquiere su mayor complejidad, pues se encuentra en la intersección de numerosos cambios sociales producto del transcurrir del siglo XX. La población envejece y la sociedad también, dentro de un contexto caracterizado por el cambio social en niveles tales como la familia, el trabajo y la jubilación. (p.12).

Cabe destacar que, últimamente se unen resultados de investigaciones donde se contempla tres tipos o formas de envejecer: la vejez normal, la vejez patológica y la vejez con éxito, también llamado productivo, positivo, activo o competente, y múltiples teorías en el campo de la Gerontología y Psicogerontología, entre ellas está el modelo de Baltes y Baltes que proponen los mecanismos de selección, optimización y compensación para que los adultos mayores conserven un funcionamiento competente, seleccionando campos de actuación específicos, optimizando sus propios recursos y sabiendo compensar los declives que ya ha experimentado. (Pérez, González, Castellón, & González, 2018).

Por consiguiente, los científicos que estudian el envejecimiento exitoso han estado tratando de determinar qué factores conducen a una vida larga y saludable y diseñan estrategias que ayudan a mantener la salud a medida que envejecemos. Las investigaciones recientes sobre el envejecimiento exitoso se han centrado en una definición más amplia que la propuesta por la OMS. (Rueda, 2019, pág. 12)

7.2.4. Teoría a escala humana y vejez.

Primero, las transformaciones políticas, económicas, sociales y culturales de los últimos siglos a nivel mundial, han generado cambios en las condiciones de salud de la población, propiciando un incremento del envejecimiento demográfico y está causando un efecto de envejecimiento poblacional acelerado. “Análisis demográficos han demostrado un crecimiento continuo de la población adulta mayor, en diversas partes del mundo. Este fenómeno forma parte del concepto conocido como transición demográfica, que se fundamenta en el aumento en la expectativa de vida de las personas, sumado a una disminución en las tasas de natalidad” (Fernández, Padilla, Monardes, & Díaz, 2017).

Seguidamente, hay personas mayores que envejecen sin enfermedades y conservan el nivel funcional hasta casi el final de sus vidas. Este grupo de población no es muy numeroso y se considera que envejecen con éxito, es decir sin enfermedad ni discapacidad. La gran mayoría de ancianos, sin embargo, padecen una o más enfermedades crónicas y es la estrecha relación entre envejecimiento y enfermedad la que irá produciendo discapacidad, especialmente en las edades más extremas cuando coexisten varias enfermedades crónicas. (González & de la Fuente, 2014, pág. 126).

De acuerdo con la investigación realizada por Garcés y Col, citados por (González & de la Fuente, 2014) “Es muy común utilizar la edad cronológica para determinar si una persona es vieja o no; sin embargo, el envejecimiento humano es un proceso permanente en el que se simultanean el declinar de las capacidades naturales aparecidas desde el nacimiento, con el afianzamiento de adquisiciones fruto de la experiencia personal. Es un proceso selectivo y diferencial desde el punto de vista psicológico y social, con una evolución individualizada y no generalizable” (p.122).

Mientras tanto, las familias con mayores ingresos tienen una mayor oportunidad de envejecimiento con protección económica y social; las familias con más bajos ingresos tienen menores capacidades de ahorro. La situación no implica que el resultado sea necesariamente negativo o positivo para unos u otros. La población de menores ingresos, si bien envejece en

situaciones más precarias, puede llegar a contar con el apoyo y la solidaridad de miembros más jóvenes en su familia. (Correa & Uribe, 2017)

Determinando el envejecimiento como un proceso y la vejez como una circunstancia irreversible, “La diferenciación entre envejecimiento y vejez se afianza, a su vez, en una profunda transformación de la imagen de las personas mayores con acuerdo a dos grandes perspectivas de consideración: la primera, de tipo diacrónico, va caracterizar los cambios que se han producido en este colectivo en los últimos veinte años y la otra, de consideraciones sincrónicas, va a extender su mirada sobre las actuales circunstancias en las que viven y se hacen mayores” (Santamaría, citado por (González & de la Fuente, 2014, pág. 125).

Por otra parte, el bienestar en los adultos mayores puede variar dependiendo de la integración y la pertenencia social que el individuo mantenga, situación contraria al aislamiento y la soledad; por lo tanto, una persona con una vida socialmente activa podrá conservar el sentimiento de pertenencia y de continuidad dentro de su grupo social, lo que repercutirá en su bienestar personal y, por lo tanto, en su bienestar integral” (Herzog, et al. Citado por (Carmona, 2015).

Durante el curso del desarrollo humano, la autoestima muestra una trayectoria cuadrática, es decir, cambia en tres direcciones distintas, en las que se observa un decremento significativo durante la vejez en comparación con etapas más tempranas del desarrollo como la adolescencia y adultez. (Orth, Trzesniewski, & Robins, citados por (De León & García, 2016). Asimismo, la investigación destaca que “En la vejez la valoración de la autoestima no está determinada por el paso de los años como supone el modelo deficitario del envejecimiento, por el contrario, es resultado de la interacción dinámica entre los acontecimientos históricos y el contexto de desarrollo de cada individuo” (De León & García, 2016).

En pocas palabras, en el estudio realizado por (Bravo, 2014) deduce que “Para entender la construcción de la vejez de un determinado grupo social, se vuelve necesario tener en cuenta no sólo los criterios cronológicos ligados a la edad de retiro del mundo del trabajo, sino también la

longevidad y la expectativa de deterioro psicofísico y construcciones culturales en torno a las edades”.

7.2.5. Teorías sociológicas y vejez.

La sociología de la vejez es para Settersten & Ángel, citados por (Pérez O. L., 2016), “El estudio de las fuerzas sociales y los factores que determinan las formas y el proceso de envejecer y sus consecuencias sociales”. De igual forma, los estudios reflejan que los mayores abrazan con cierto entusiasmo nuevos comportamientos y valores, abordando la relación del cambio cultural con el envejecimiento, un tema relativamente ausente de la investigación en estos años. La religiosidad de los mayores sigue siendo elevada, para muchos es un vehículo de sociabilidad imprescindible y marca su pertenencia a la comunidad. La salud, desde luego, guarda relación con la vejez y el envejecimiento. (Pérez O. L., 2016)

Sin embargo, en Norteamérica como en Europa Occidental, los estudios sociológicos en torno a la vejez y el envejecimiento no han alcanzado un estatus independiente y distinto como campo plenamente establecido dentro de la sociología académica dominante. En la actualidad, la gerontología social, los estudios de curso vital y la sociología de la vejez y del envejecimiento coexisten como formas distintas de investigar el envejecimiento humano en el seno de las ciencias sociales. Sin embargo, es la gerontología social la que, en efecto, parece llevar la delantera. (Sánchez & López, 2017).

En general, se presenta a la gerontología social como campo multidisciplinar “enraizado en la sociología de la edad pero informado por psicólogos, investigadores de políticas y salud públicas, profesionales de la medicina y el trabajo social, demógrafos y economistas, entre otros” (Putney, Alley y Bengtson, citados por (Sánchez & López, 2017).

Por otra parte, (Dulcey, 2010) considera que “Una de las posturas críticas para evidenciar el envejecimiento es una perspectiva contextual dialéctica e integrativa del transcurso vital, constituyéndose como un proceso de desarrollo-envejecimiento permanente, entendido como

construcción biológica y socio-cultural, en la que están siempre presentes cambios contextuales e individuales interrelacionados. Lo anterior equivale a afirmar que somos individuos cambiantes en contextos históricos y culturales diferenciales y cada vez más cambiantes” (p.220). En otras palabras, el envejecer depende en su mayoría de las actividades que desarrolle el individuo y las condiciones del ámbito social en el que se encuentre.

Según (Izquierdo, 2007) “El desarrollo en la edad adulta se ve marcado por acontecimientos típicos, propios de la edad: la jubilación, enfermedades crónicas, nuevos roles, como el de abuelos, pérdidas familiares o la proximidad de la muerte. El desarrollo de la edad adulta es, por tanto, cualitativamente distinto al de épocas anteriores” (p.68).

Igualmente, se encuentra la concepción de (Peck, citado en (Izquierdo, 2007), donde propone cuatro problemas o conflictos del desarrollo adulto:

- 1. Aprecio de la sabiduría frente al aprecio de la fuerza física.** A medida que empiezan a deteriorarse la resistencia y la salud, las personas deben canalizar gran parte de su energía de las actividades físicas hacia las mentales.
- 2. Socialización frente a sexualización en las relaciones humanas.** Es otro ajuste impuesto por las restricciones sociales y por los cambios biológicos. Los cambios físicos pueden obligar a redefinir las relaciones con miembros de ambos sexos, a dar prioridad a la camaradería sobre la intimidad sexual o la competitividad.
- 3. Flexibilidad emotiva frente a empobrecimiento emotivo.** La flexibilidad emotiva es el origen de varios ajustes que se hacen en la madurez, cuando las familias se separan, cuando los amigos se marchan y los antiguos intereses dejan de ser el centro de la vida.
- 4. Flexibilidad frente a rigidez mental.** El individuo debe luchar contra la tendencia a obstinarse en sus hábitos o a desconfiar demasiado de las nuevas ideas. La rigidez mental es la tendencia a dejarse dominar por las experiencias y los juicios anteriores, a decidir, por ejemplo, que “Toda mi vida he rechazado la política, de modo que no veo por qué deba cambiar de opinión ahora”(p.70).

De igual manera, dentro de un proceso de investigación el autor (Rematosa, 2017), aborda algunas de las teorías del envejecimiento para determinar cómo estos aspectos inciden en los distintos modos de envejecer y en el desarrollo del conocimiento sobre la vejez:

Teoría de la desvinculación, el desapego, la desafiliación: Esta concepción supone que existe en la persona adulta mayor un retiro gradual y natural de los contactos sociales, considerándose un proceso lógico y universal de adaptación a las nuevas circunstancias vitales y a sus mermas capacidades sensoriomotrices. Este proceso se consideraba deseable y normal en el sujeto. Además de significar un ahorro de energía que permite evitar los conflictos con el entorno y una preparación para la muerte (p.16).

Teoría de la actividad: busca dar cuenta de cómo los individuos se ajustan a los cambios relacionados con la edad. Por otra parte, según Iacub, citado por (Rematosa, 2017), no es la actividad por sí misma la que es provechosa, sino lo que para el individuo tiene sentido de relacionamiento y disfrute (p. 18).

Teoría de la modernización: destaca la situación de la persona adulta mayor relegándolo socialmente, no reconoce el estatus que históricamente se le otorgaba por su sabiduría y experiencia, siendo despojado de ese lugar. Por lo tanto, se puede decir que la posición social de las personas adultas mayores es ahora inversamente proporcional al grado de industrialización, tecnologización (p. 19).

Teoría de la estratificación etaria y de la subcultura: para Morales, citado por (Rematosa, 2017), “algunas políticas públicas se apoyan en la teoría de la sub cultura para argumentar la fundación de clubes y hogares para jubilados, priorizando los vínculos entre personas mayores antes que el intercambio intergeneracional” (p. 19).

Teoría de la continuidad: Los sujetos conceptualizados desde esta teoría, tenderán más a continuar que a cambiar, eso no significa que la continuidad sea ausencia de cambio, sino que a lo largo del tiempo se da una consistencia de los modelos de ideas y comportamientos. (p. 20).

Teoría de la competencia social: Los adultos mayores adquieren una concepción acentuada en los problemas de salud que atraviesan las personas en la vejez, reforzando la imagen negativa de sí mismos. Los autores sugieren que se puede descomponer esta espiral desarrollando grupos de apoyo. (p. 20).

Teoría del intercambio social: el adulto mayor disminuye su participación en intercambio social, sólo lo hacen aquellos que tienen mejores recursos que ofrecer y que les permitan desarrollar interacciones con otros grupos. Piña, citado por (Rematosa, 2017, pág. 21).

Teoría del ciclo vital: Las personas deberán afrontar dos desafíos centrales, la integridad que comprenderá tener un sentimiento de coherencia, totalidad y compromiso con otras generaciones y por otro lado, alcanzar la articulación con aquellos temas propios del envejecer como la jubilación, la viudez, la abuelidad.

Teoría del curso de la vida: Esta teoría fue desarrollada por Baltes, Reese & Lipsitt (1980), Riley, Abeles & Teitelbaum (1981), partiendo desde una visión positiva del envejecimiento, marca la posibilidad de un cambio en la vejez, y considera que al ser todas las personas adultas mayores diferentes, envejecerán de forma diferente. (p. 22).

Teoría de estratificación por edad: Los investigadores Riley & Fener apuntan que esta teoría determina un envejecimiento similar para aquellas personas que nacieron en años próximos, justifican esto aludiendo que presenciaron los mismos cambios y acontecimientos socio-históricos. (p. 22).

Teoría de la economía política del envejecimiento: Desde este abordaje se plantea que los factores sociales, políticos y económicos van a influir en la concepción y abordaje de los problemas sociales de las personas adultas mayores. Asimismo influirán en la adaptación de la persona adulta mayor en su proceso de envejecimiento. Piña, citado por (Rematosa, 2017, pág. 23)

Dentro de la sociedad los individuos vamos perdiendo roles, es así, como (Iacub, citado por (Rematosa, 2017)), “alude que con la pérdida de la fecundidad se solía hablar de dos muertes, la reproductiva cuando el sujeto muere para la especie y la del individuo propiamente dicho. Actualmente se puede considerar la muerte social del adulto mayor producida por la pérdida de espacios de valor, inserción y reconocimiento” (p.17).

Por tanto, “La percepción y la conceptualización o en otros términos las “teorías implícitas” sobre el envejecimiento y la vejez forman parte de las más clásicas corrientes de pensamiento. Así, por ejemplo, Platón conceptualizaba la vejez como sinónimo de pérdida, enfermedad y deterioro mientras que Aristóteles la concebía como una etapa de oportunidad, de sabiduría y conocimiento. De estas dos visiones, la que cuenta con una mayor inserción en nuestra cultura es la que conceptualiza la vejez negativamente” (Fernández B. R., 2004).

En este orden de ideas, algunos teóricos como los mencionados anteriormente aluden a la importancia de considerar de forma integral las biografías individuales y los entornos sociales en los cuales se va desarrollando la vejez y el envejecimiento. Así mismo, es importante conocer las perspectivas de los adultos mayores frente a las dinámicas que se manejan en su entorno.

Desde una idea evolucionista, “En la vejez, las emociones, que son maneras de funcionar especializadas, moldeadas por la selección natural para ajustar los patrones fisiológicos, psicológicos y conductuales del organismo para responder de modo adaptado a las amenazas y oportunidades aparecen en la vejez más atemperadas” (Morón, 2017, pág. 151).

De igual manera, Fernández et al., citado por (Cortese, Fernández, & Siegien, 2018), en su estudio hacen referencia que “El envejecimiento activo abarca un conjunto de factores biológicos, psicológicos y sociales; lo presentan aquellas personas que se perciben satisfechas con la vida, no presentan enfermedades, se autoperciben saludables, indican no necesitar ayuda, poseen un estado mental alto y se incorporan en actividades productivas”.

Prosiguiendo con la revisión teórica se encuentra a Rodríguez citado por (Muriel, 2019), donde considera que se encuentran estereotipos comúnmente vinculados a la vejez. El primero de

estos hace referencia a los ancianos como sinónimo de enfermedad o discapacidad, luego se encuentra el pensamiento de los ancianos como sujetos carentes de recursos sociales, por lo cual se encuentran solos y deprimidos, seguidamente se percibe a los ancianos con deterioro y trastornos mentales, y por último, se los concibe como personas psicológicamente rígidas lo que les imposibilita adaptarse a los cambios.

En conclusión, algunos países con envejecimientos avanzados como Francia, Alemania, España o Italia entre otros, han realizado estudios de los adultos mayores con el fin de crear condiciones adecuadas para una sociedad con equidad intergeneracional. En la que el aumento de la esperanza de vida no signifique dificultad y sufrimiento, tanto para los que lo viven como para quienes los rodean.

Durante los últimos años se evidencia un crecimiento acelerado de las personas mayores de 60 años en los países latinoamericanos, con una tendencia a triplicarse en los próximos 20 años, por la alta expectativa de vida, en algunos países, y a las bajas tasas de mortalidad. Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe -CEPAL, en uno de sus reportes publicados en el año 2014, menciona que el número de personas mayores en América Latina y el Caribe se ha ido incrementando. Si para el 2010 se incrementó a 59 millones, para el año 2030 se proyecta a 120 millones, y para el 2050 se incrementará a 196 millones. Las representaciones sociales inició con auge en países latinoamericanos como Brasil, México y Argentina, en este mismo sentido es importante señalar la investigación realizada por la socióloga argentina Liliana Gastrón, una de las pioneras en América Latina en investigar las representaciones sociales de la vejez. (López & Marín, 2016)

No obstante, en Colombia, en el que se combina un envejecimiento acelerado con una población joven en expansión y unas condiciones económicas desiguales, resulta necesario autoevaluarse frente a los cambios en las relaciones familiares y domésticas en la vejez, ya que de ellas depende buena parte de las condiciones de bienestar individual y colectivo. (Jaramillo, 2017)

8. METODOLOGÍA

La investigación documental emplea un enfoque cualitativo. Según (Bernal, 2010), “La investigación documental consiste en un análisis de la información escrita sobre un determinado tema, con el propósito de establecer relaciones, diferencias, etapas, posturas o estado actual del conocimiento respecto al tema objeto de estudio”.

De acuerdo con (Casares Hernández, et, citado por Bernal, 2010), la investigación documental depende fundamentalmente de la información que se obtiene o se consulta en documentos, entendiendo por éstos todo material al que se puede acudir como fuente de referencia, sin que se altere su naturaleza o sentido, los cuales aportan información o dan testimonio de una realidad o un acontecimiento.

Para (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) “las investigaciones cualitativas se basan más en una lógica y proceso inductivo (explorar y describir, y luego generar perspectivas teóricas). Van de lo particular a lo general” (p.8). Con esta información se da respuesta a las preguntas de investigación y los objetivos planteados, tomando de referencia las teorías; *Teoría del Desarrollo Humano y Envejecimiento: Envejecimiento mundial y desafío regional: nuevos paradigmas para la investigación, la salud pública y los derechos humanos, Teorías de Envejecimiento. Teoría a Escala Humana y Vejez; Desarrollo Humano y Vejez, Desarrollo humano en la vejez: un envejecimiento óptimo desde los cuatro componentes del ser humano. Teorías Sociológicas y Vejez: Psicología del Desarrollo de la Edad Adulta: Teorías y Contextos, Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas, Perspectivas teóricas sobre el envejecimiento, La psicología de la vejez, entre otras.*

Esta investigación utiliza un método inductivo, Bernal (2010), menciona “Este método utiliza el razonamiento para obtener conclusiones que parten de hechos particulares aceptados como válidos, para llegar a conclusiones cuya aplicación sea de carácter general. El método se inicia con un estudio individual de los hechos y se formulan conclusiones universales que se postulan como leyes, principios o fundamentos de una teoría” (p.59).

En tal sentido esta investigación se basa en identificar las principales teorías que han aportado al estudio de la vejez y el envejecimiento durante los últimos 10 años que permitan la elaboración de un marco conceptual pertinente para la disciplina de trabajo social, teniendo como objetivos establecer y clasificar los aspectos teóricos más importantes que aportan sobre envejecimiento y vejez.

8.1. Técnicas e Instrumentos

Esta investigación se soporta en la recopilación documental, para (Ander-Egg, 2011) “Se trata de ponerse en contacto con el conocimiento acumulado acerca del tema o problema que vamos a investigar, a través de lo que otros vieron o estudiaron. Para el logro de este propósito se recurre a lo que se denomina “consulta y recopilación documental”, tarea que se lleva a cabo principalmente mediante la detección, consulta y recopilación documental”. (p.129).

Asimismo, para la obtención de datos se utilizó la Internet “Es un instrumento muy importante para la recopilación de datos y de información, puesto que reduce considerablemente el tiempo necesario para la recopilación de los mismos. Más aún, nos permite estar menos abrumados por el crecimiento exponencial de los conocimientos y la rápida obsolescencia de algunos de ellos” (Ander-Egg, 2011, pág. 130).

La recopilación de información durante la investigación fue utilizada para dar cumplimiento a los objetivos del proyecto, con la consulta de una amplia variedad de documentos en la web, se utilizó el buscador denominado Google Académico®, hallando diversas fuentes de estudios; informes académicos, artículos científicos, trabajos de investigación, permitiendo identificar las principales teorías que han aportado al estudio de la vejez y el envejecimiento durante los últimos 10 años. Para analizar la información encontrada se realizó en Microsoft Excel una ficha bibliográfica “Matriz” para la interpretación de los resultados, apoyada en veintitrés (23) teóricos seleccionados de la información recolectada. (Ver Anexo A.)

9. RESULTADOS

Los resultados obtenidos en esta investigación permiten identificar las principales teorías que han aportado al estudio de la vejez y el envejecimiento durante los últimos 10 años, evidenciando estudios expuestos por organizaciones como la Organización de las Naciones Unidas (ONU), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Comisión Económica para América Latina (CEPAL), y a nivel nacional entidades como el Ministerio de Salud y Protección Social, e investigaciones en distintos países de Latinoamérica incluido Colombia y en Europa.

Se refleja varios aspectos teóricos importantes sobre la vejez y el envejecimiento los cuales generan nuevos campos de conocimiento como; la calidad de vida de los adultos mayores: la cual está influida por el bienestar físico, social, emocional, espiritual, intelectual y ocupacional que le permite satisfacer necesidades. Igualmente, la dimensión familiar es la que más contribuye y constituye la principal fuente de ayuda para que las personas de edad avanzada puedan tener una alta calidad de vida.

Seguidamente, está la teoría del desarrollo humano y envejecimiento: en esta teoría encontramos los aspectos biológico, el psicológico y el social, los cuales dan vía al proceso de envejecimiento, y estos se ven influidos de acuerdo al estado de salud, el tipo de vida que hubiese llevado el adulto mayor, los factores de riesgo y ambientales a los que estuviese sometido. También, se mencionan formas de envejecer como la vejez normal, la patológica y la vejez con éxito, basados en la productividad, el positivismo y lo competente. Con el propósito de mantener la salud a medida que envejecemos y tener una vida larga.

En este sentido, está la teoría a escala humana y vejez: de acuerdo con los aspectos encontrados esta teoría nos indica el declinar de las capacidades naturales aparecidas desde el nacimiento y en este curso el autoestima se va deteriorando, repercutiendo en su bienestar integral esto puede estar determinado por la pertenencia social que el individuo sustente. La construcción de la vejez, no se debe determinar solo a la edad de retiro laboral, sino también por la longevidad y la expectativa de deterioro psicofísico.

Igualmente, están las teorías sociológicas y vejez: con los resultados de la investigación, la sociología de la vejez determina el proceso de envejecer y sus inferencias sociales. Encontrándose conflictos del desarrollo en la vejez donde las personas deben canalizar gran parte de su energía de las actividades físicas hacia las mentales, los cambios físicos pueden obligar a redefinir las relaciones con miembros de ambos sexos, a dar prioridad sobre la intimidad sexual o la competitividad. Asimismo, la transigencia emotiva y los intereses antiguos dejan de ser el centro de la vida. Finalmente, el individuo debe luchar contra la tendencia a mantenerse firme en sus hábitos o a desconfiar demasiado de las nuevas ideas.

En lo referente a las teorías que aportan al constructo teórico sobre la vejez y el envejecimiento para el trabajo social se resaltan: la teoría cronológica la cual supone un consumo de expectativa de vida, la teoría física o biológica que trata la salud física del sujeto en su proceso de envejecimiento y vejez, la teoría psicológica basada en la personalidad e independencia de los adultos mayores, y la teoría social centrada en las relaciones sociales y su entorno. Es importante mencionar que para obtener buenos resultados en el desarrollo humano se debe invertir en atenciones oportunas en cada generación porque estas repercutirán en las siguientes y que el mayor beneficio de un momento vital puede derivarse de intervenciones hechas en un período anterior (Ministerio de Salud y Protección Social, 2015).

Además, está la teoría de la desvinculación, el desapego, la desafiliación esta teoría supone un retiro gradual y natural de los contactos sociales, evitando conflictos con el entorno y una preparación para la muerte. Asimismo, se encuentra la teoría de la actividad que se desarrolla mediante la adaptabilidad a los cambios que trae el envejecimiento en los adultos mayores. La teoría de la modernización destaca la situación de la persona adulta mayor relegándolo socialmente. Luego encontramos la teoría de la estratificación etaria y de la subcultura que plantea la creación de sitios de jubilación para los adultos mayores.

Por otra parte, está la teoría de la continuidad, esta nos muestra que a lo largo del tiempo se da una consistencia de los modelos de ideas y comportamientos en las personas. Después esta la teoría de la competencia social que concibe que los adultos mayores adquieren una concepción acentuada en los problemas de salud que atraviesan las personas en la vejez, reforzando la

imagen negativa de sí mismos. En la teoría del intercambio social, el adulto mayor disminuye su participación en intercambio social, sólo lo hacen aquellos que tienen mejores recursos que ofrecer y que les permitan desarrollar interacciones con otros grupos.

Se encuentra también la teoría del ciclo vital, en esta teoría se trata temas propios del envejecer ante situaciones como son la jubilación, la viudez, la abuelidad. Asimismo, la teoría del curso de la vida, parte desde una visión positiva del envejecimiento, marcando la posibilidad de un cambio en la vejez, y considera que todas las personas adultas mayores son seres diferentes y por tanto envejecerán de forma diferente.

Por último, está la teoría de estratificación por edad, esta se centra en los adultos mayores que presencian los mismos cambios y acontecimientos socio-históricos al transcurso de sus vidas, y la teoría de la economía política del envejecimiento, que aborda los factores sociales, políticos y económicos los cuales son influyentes en la concepción y abordaje de las personas adultas mayores en su proceso de envejecimiento.

Dentro de los hallazgos encontrados, se hace necesario señalar que estas teorías son estudiadas y aplicadas por los Adultos Mayores, debiendo afrontar algunos desafíos centrales como la integridad que comprenderá tener un sentimiento de coherencia, totalidad y compromiso con otras generaciones y por otro lado, alcanzar la articulación con aquellos temas propios del envejecer como la jubilación, la viudez, la calidad de vida y el bienestar social. Ahora bien, estos procesos deben estar intervenidos y apoyados por varios factores por lo que las soluciones idóneas requieren de distintos profesionales como los psicólogos, enfermeros, médicos, trabajadores sociales, entre otros más, además de la intervención continua de varias disciplinas, todas con el mismo objetivo, los adultos mayores, por ello la importancia de un trabajo interdisciplinario, porque la aceptación en el envejecimiento y la vejez es algo que a la gran mayoría de personas les cuesta enfrentar.

10. CONCLUSIONES

Como objetivo de la investigación documental se destaca la elaboración de nuevo conocimiento, por tanto resulta interesante estudiar temas que son socialmente importantes. Esta revisión bibliográfica en particular, muestra un avance en el tema abordado y puede dar orientación a futuros investigadores. En ese marco, se propicia para que los profesionales de trabajo social sigan indagando sobre el envejecimiento y la vejez en diferentes contextos y situaciones. De esta manera, para el ejercicio de los Trabajadores Sociales es pertinente analizar la realidad social, interpretando de una manera científico-técnica la misma, estableciendo una jerarquización de las necesidades y problemas detectados y elaborando un plan de intervención concreto y orientado a la solución de la problemática existente (Filardo, s.f.).

El termino envejecimiento activo permite reconocer que una gran parte de la población de los Adultos mayores, que llegan a su último ciclo de vida, así denominado, se reconoce como persona con derechos vulnerados, este aumento de la esperanza de vida implica un replanteamiento de conceptos y propuestas por parte de la sociedad actual, puesto que es un reto que se puede afrontar eficazmente con información y programas concretos sobre envejecimiento activo los cuales permiten el goce total de sus derechos.

Dentro de los hallazgos encontrados, un punto a resaltar es la familia, un factor de suma importancia en el acompañamiento del envejecimiento adaptativo del Adulto Mayor. Asimismo, el acompañamiento del núcleo familiar en el proceso de transcender de una etapa adulta a un envejecimiento sano, sin ninguna duda el rol familiar y social juega un gran papel en esta transición. Cabe resaltar que es un derecho tener un envejecimiento digno.

En cuanto a lo abordado, la información nos da a conocer que el envejecimiento puede ser estudiado desde diferentes perspectivas, esto depende del contexto de cada individuo o comunidad. En consecuencia, las necesidades de cada Adulto Mayor son diferentes porque no todos tienen ni viven en las mismas condiciones y es por esto que la intervención de cada trabajador social debe alinearse a las necesidades de la persona mayor que se va a intervenir, siendo la satisfacción un indicador de esa adaptación.

Dentro del análisis expuesto, algunas intervenciones planteadas evidencian que una gran parte de los adultos mayores sufren trastornos mentales, colocándolos en un estado de vulnerabilidad, debido a que se les hace muy complicado aceptar los cambios no solo físicos, si no también psicológicos, fisionómicos y clínicos. La salud mental es un tema que nos compete a todos en Colombia porque uno (1) de cada veinte (20) abuelos se suicidan por temas relacionados con el abandono, la pobreza extrema y la no aceptación a los cambios que viven a medida que van envejeciendo.

Por tanto, la gerontología es el estudio científico de los procesos y problemas del envejecimiento desde todos los aspectos: biológico, clínico, psicológico, sociológico, legal, económico y político. Es de suma importancia, que cuando se trabaje con población adulto mayor se reconozca esta rama, la cual nos muestra varios aspectos que resalta la población adulto mayor.

En particular, se deben conocer las etapas de cambios que se dan en la transición de adulto a adulto mayor, teniendo en cuenta que su organismo también se replantea y se debe conocer cuáles son las formas más asertivas de poder ejecutar actividades, con el fin de fortalecer la autoestima de los adultos mayores. El desarrollo es vital para todo individuo, la auto-superación y el acompañamiento en estos procesos es importante, los seres humanos somos individuos cambiantes en contextos históricos y culturales diferenciales y cada vez más cambiantes, esto varía por medio de contexto en el que nos rodeamos; un factor para resaltar es la calidad de vida y el contexto social con el que nos rodeamos.

En consecuencia, como trabajadores sociales, uno de los grandes retos que nos deja esta investigación, es la formación de seres humanos, la reconstrucción no solo del tejido social si no, de una comunidad con más valores, más éticos, más humanos, la necesidad de integrarnos de forma multidisciplinar y multisectorial, no solo para enfrentar este fenómeno del envejecimiento poblacional desde el punto de vista social, sino también, en el orden individual, para lograr que la población envejezca con calidad.

11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso P. et al. (2010). *“Percepción del envejecimiento y bienestar que tienen los adultos mayores del Hogar Geriátrico San Camilo de la ciudad de Barranquilla (Colombia)”* *Revista Científica Salud Uninorte*, Vol. 26, [en línea],. Obtenido de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/749/5809>
- Alvarado, C. J., & Jaubert, R. R. (2011). *“Desarrollo Humano y Vejez”*. DO-10.13140/RG.2.1.1835.2404. [en línea]. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/257840457_Desarrollo_Humano_y_Vejez
- Alvarado, G. A., & Salazar, M. Á. (2014). *“Análisis del concepto de envejecimiento”*. *Gerokomos*, 25(2), 57-62. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2014000200002>
- Ander-Egg, E. (2011). *“Aprender a investigar : nociones básicas para la investigación social”*. 1a ed., ISBN 978-987-591-271-7. Obtenido de <http://abacoenred.com/wp-content/uploads/2017/05/Aprender-a-investigar-nociones-basicas-Ander-Egg-Ezequiel-2011.pdf.pdf>
- Aponte, D. V. (2015). *“Calidad de vida en la tercera edad”*. vol. 13, núm. 2, ISSN 2077-2161,[en línea]. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4615/461545456006.pdf>
- Bernal, T. C. (2010). *Metodología de la investigación*. . Bogotá D.C.: Pearson Educación de Colombia Ltda. (3a. Ed.) .
- Bravo, A. F. (2014). *“Aproximaciones teóricas al estudio de la vejez y el envejecimiento”*. VIII *Jornadas de Sociología de la UNLP,Ensenada, Argentina. En Memoria Académica*. Obtenido de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.4547/ev.4547.pdf
- Carmona, V. S. (2015). *“La Contribución de la Vida Social al Bienestar en la Vejez”*. vol. 3, núm. 8, pp. 393-401, *Universidad Nacional Autónoma de México*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4576/457644946010.pdf>

- Corporación Universitaria Minuto de Dios. (2019). “*Gestión social, participación y desarrollo comunitario*” [en línea]. Obtenido de <http://www.uniminuto.edu/inicio>
- Correa, M. L., & Uribe, F. L. (2017). *La Vejez de Hoy y del Mañana en Colombia: Logros y Retos de la Implementación del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*. ISBN 978-958-56091-8-1, [en Línea]. Obtenido de https://tbinternet.ohchr.org/Treaties/CESCR/Shared%20Documents/COL/INT_CESCR_CSS_COL_27308_S.pdf
- Cortese, R., Fernández, C. M., & Siegien, N. B. (2018). “*Estudio del bienestar psicológico, emocional y social en la vejez*”. Obtenido de <http://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/RCCEPG/article/view/3-1-7>
- De León, R. C., & García, M. M. (2016). *Escala de Rosenberg en Población de Adultos Mayores. Ciencias Psicológicas, 10(2), 119-127*. Obtenido de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212016000200002
- Domínguez, G. M. (2016). “*Desafíos sociales del envejecimiento: Reflexión desde el derecho al desarrollo*”. Artículo de Reflexión, *Revista CES Psicología, Universidad de Sonora, México*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v9n1/v9n1a11.pdf>
- Dulcey, R. E. (2010). “*Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas*”. *Revista Colombiana de Psicología, 19(2), 207-224*. ISSN: 0121-5469. [en línea]. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v19n2/v19n2a05.pdf>
- Fernández, B. R. (2004). “*La psicología de la vejez*”. *Revista encuentros-multidisciplinares, [en línea]*. Obtenido de <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%20Ballesteros.pdf>
- Fernández, E., Padilla, P., Monardes, H., & Díaz, C. (2017). “*Actitud hacia el adulto mayor en estudiantes del pregrado de la Facultad de odontología Universidad San Sebastián, Santiago*”. *Rev Estomatol Herediana*,. Obtenido de <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/REH/article/view/3099/3048>

- Filardo, L. C. (s.f.). *Trabajo Social para la Tercera Edad. Documentos de Trabajo Social · N°49. ISSN 1133-6552 / ISSN Electrónico 2173-8246*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4111475.pdf>
- Freire, R. C., & Ferradás, C. M. (2016). *"Calidad de vida y bienestar en la vejez". Difusora Larousse - Ediciones Pirámide, 2016. ProQuest Ebook Central*. Obtenido de <http://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/detail.action?docID=5046036>.
- Fuentes, V. L. (2014). *"Envejecimiento activo: una propuesta integral basada en la promoción de estilos de vida saludables para el mejoramiento en la calidad de vida de los adultos mayores en el centro vida álvarez del municipio de bucaramanga"*. Obtenido de Universidad Industrial de Santander: <https://es.slideshare.net/leydifuentes/envejecimiento-y-vejez-proyecto-de-grado-de-trabajo-social>
- García, R. J. (2012). *"Envejecimiento mundial y desafío regional: nuevos paradigmas para la investigación, la salud pública y los derechos humanos"*. Plaza y Valdés, S.A. ProQuest Ebook Central, [en línea]. Obtenido de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=3221441>
- García, S. F. (2014). *"Calidad de Vida de Adultos Mayores Hombres de una Delegación del Municipio de Toluca"*. Universidad Autónoma del Estado de México, Facultad de Ciencias de la Conducta, [trabajo de grado]. Obtenido de <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/41351/Tesis+Final+Felipe.pdf?sequence=1>
- González, B. J., & de la Fuente, A. R. (2014). *"Desarrollo humano en la vejez: un envejecimiento optimo desde los cuatro componentes del ser humano"*. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 7(1),121-129. ISSN: 0214-9877. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851791013.pdf>
- González, D. G. (2010). *"Teorías de Envejecimiento"*. [en línea]. Obtenido de http://190.169.94.12/ojs/index.php/rev_ti/article/download/3192/3057.

- Hernández, S. R., Fernández, C., & Baptista, L. M. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V. (6a. Ed.).
- Instituto Interamericano de Derechos Humanos. (s.f.). “*Envejecimiento y vejez una mirada desde la unidad para las víctimas*”. Obtenido de Instituto Interamericano de Derechos Humanos (IIDH) “Envejecimiento y vejez una mirahttps://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/cartillae nvejecimientoyvejezunamiradadesdelaunidadparalas
- Izquierdo, M. A. (2007). *Psicología del Desarrollo de la Edad Adulta: Teorías y Contextos*. *Revista de psicología*, N° 2, ISSN: 0214-9877, Universidad Complutense de Madrid. España. [en línea]. Obtenido de http://infad.eu/RevistaINFAD/2007/n2/volumen1/0214-9877_2007_2_1_67-86.pdf
- Jaramillo, D. M. (2017). “*Evolución de los Arreglos Residenciales en la Vejez, y sus Determinantes*”. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/159847048.pdf>
- Limon, M. M. (2018). “*Envejecimiento activo: un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez*”. ISSN: 0210-2773. Obtenido de <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.45-54>
- López, G. M., & Marín, B. R. (2016). *Revisión teórica y empírica desde la psicología sobre representaciones sociales del envejecimiento y la vejez en Latinoamérica y España (2009-2013)*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/recig/v14n17/v14n17a07.pdf>
- Martínez, P. T., González, A. C., Castellón, L. G., & González, A. B. (2018). “*El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad?* *Revista Finlay [revista en Internet]*. Obtenido de <http://www.revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/569>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). “*Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez 2015-2024*”. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%A Dtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). *ABECÉ Enfoque de Curso de Vida*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ABCenfoc CV.pdf>

- Ministerio de Salud y Protección Social. (2019). "Envejecimiento y Vejez", [en línea]. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>
- Montaña, S. Y. (2019). *DANE "La población mayor de 60 años incrementó un 50%" Artículo, en Caracol Radio, [en línea].* Obtenido de https://caracol.com.co/radio/2019/05/02/nacional/1556822724_828109.html
- Morales, R. J., & Gouzy, A. A. (2014). "La dimensión social del envejecimiento". Obtenido de <https://revia.areandina.edu.co/index.php/Nn/article/view/1306/1179>
- Morales, S. F. (2017). "Dependencia en la Vejez como Exclusión Social". *Universidad de la República, Facultad de Psicología, [Trabajo de grado].* Obtenido de https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/18814/1/tfg_-_faustina.pdf
- Morón, M. J. (2017). "Evolucionismo y Vejez". Obtenido de <http://informacionespsiquiatricas.com/admin-newsletter/uploads/docs/20170613163546.pdf>
- Muriel, P. D. (2019). "Representaciones sociales de vejez y autoconcepto en el adulto mayor". *Universidad de San Buenaventura Colombia, Facultad de Psicología. Cali.[Trabajo de grado].* Obtenido de http://45.5.172.45/bitstream/10819/7560/1/Representaciones_Sociales_Vejez%20_Muriel_2019.pdf
- Naciones Unidas. (2013). "Envejecimiento, solidaridad y protección social en América Latina y el Caribe". *Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), ISBN: 978-92-1-221104-6, Santiago de Chile. [en línea].* Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/2617/1/LCG2553P_es.pdf
- Naciones Unidas. (2019). "Envejecimiento" [en línea]. Obtenido de <https://www.un.org/es/sections/issues-depth/ageing/index.html>
- Parra, M. N., & Escobar, V. J. (2009). "Estudio documental : vejez y envejecimiento desde la producción de trabajo social (1991-2008)". *Universidad de La Salle, en Bogota*

- D.C.[Trabajo de Grado], [en línea]. Obtenido de
https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1214&context=trabajo_social
- Parra, R. M. (2017). *“Envejecimiento Activo y Calidad de Vida: análisis de la actividad física y satisfacción vital en personas mayores de 60 años”*. Universidad Miguel Hernández, [Tesis Doctoral], [en línea]. Obtenido de
<http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4457/1/TD%20Parra%20Rizo%2C%20Maria%20Antonia.pdf>
- Pérez, O. L. (2016). *“25 años de la Sociología de la Vejez”*. Espacio Abierto, vol. 25, núm. 3, Universidad del Zulia. Obtenido de
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/122/12249678015/html/index.html>
- Pérez, T. d., González, A. C., Castellón, L. G., & González, e. (2018). *“El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad?”*. Finlay, ISSN 2221-2434,. Obtenido de
<http://scielo.sld.cu/pdf/rf/v8n1/rf07108.pdf>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2019). *“Objetivos de Desarrollo Sostenible”*. [en línea]. Obtenido de
<https://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainable-development-goals.html>
- Ramos, M. A., Yordi, G. M., & Miranda, R. M. (2016). *“El envejecimiento activo: importancia de su promoción para sociedades envejecidas”*. Obtenido de Ramos, M. A.M. (2016), “El envejecimiento activo: importa
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552016000300014
- Rematosa, F. (2017). *“Perspectivas teóricas sobre el envejecimiento”* [trabajo de grado], Montevideo, Universidad de la República Uruguay, Facultad de Psicología, [En línea]. Obtenido de
https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_fabio_rematosa_0.pdf

- Robledo, D. L. (2016). *"Los paralogismos de la vejez"*. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, [en línea]. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-01322016000100009
- Rodríguez, A. E. (2012). *"Calidad de vida y percepción de salud en mujeres de mediana edad"*. *ISSN: 1995-9427, RNPS: 2162*, [En línea]. Obtenido de <http://files.sld.cu/cimeq/files/2012/06/imq-2012-4-1-244-259-calidad-de-vida-y-percepcion-de-salud-en-mujeres-de-mediana-edad.pdf>
- Rodríguez, D. K. (2010). *"Vejez y Envejecimiento"* *Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, Bogotá: Editorial Universidad del Rosario*. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/86442423.pdf>
- Rodríguez, R., & Bueno, B. (2016). *"Humanizando la vejez y el envejecimiento con educación emocional"*. *Atenas, [S.l.]*, v. 2, n. 34, p. [68-80], mar. 2016. *ISSN 1682-2749*. Obtenido de <https://atenas.reduniv.edu.co/index.php/atenas/article/view/199>
- Rubio, O. D., Rivera, M. L., Borges, O. L., & González, C. F. (2015). *"Calidad de vida en el adulto mayor"*. *VARONA, (61)*, 1-7. *ISSN: 0864-196X*. [En línea]. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360643422019.pdf>
- Rueda, G. C. (2019). *Hacia el buen envejecimiento: con sus propias palabras"*. *Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano. [Trabajo de grado]*. Obtenido de <http://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/1451>
- Sánchez, M. M., & López, D. J. (2017). *"Presente y futuro de la sociología de la vejez en España. Conclusiones de un estudio Delphi"*. *Revista Internacional de Sociología* 75 (2): e064, doi:. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.3989/ris.2017.75.2.15.44>
- Sánchez, P. D. (2012). *"Proyecto de Mejoramiento de la Calidad de Vida del Adulto Mayor Residente en la Fundación Hogar Geriátrico Luz de Esperanza (FUNDELUZ)"*. *Universidad Industrial de Santander, Facultad de Ciencias Humanas, Escuela de Trabajo Social, [trabajo de grado]*. Obtenido de <http://tangara.uis.edu.co/biblioweb/tesis/2012/144348.pdf>

Semana. (2017). “*Ser adulto mayor en Colombia, todo un karma*”. Artículo, [en línea],.

Obtenido de <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/calidad-de-vida-de-los-adultos-mayores-en-colombia-2017/527154>

12. ANEXOS

A. Ficha Bibliográfica “Matriz” en Microsoft Excel.