

**NIVELES DE INDEPENDENCIA, DEPENDENCIA Y ADAPTACIÓN
PSICOLÓGICA DE LOS ADULTOS MAYORES INSTITUCIONALIZADOS
EN EL ASILO SAN JOSÉ DE LA CIUDAD DE PAMPLONA.**

Ps. Andrea Katherine Anaya Coronel*
Ps. Albert Obrian Ramón Mantilla**
Ps-Mg. Claudia Patricia Posada Benedetti***

RESUMEN

Objetivo: identificar los niveles de independencia, dependencia y adaptación psicológica de los adultos mayores institucionalizados en el asilo San José de Pamplona. **Metodología:** se usó la prueba de Inventario de Actividades de la Vida Diaria del Adulto Mayor (INACVIDIAM) para la identificación del modelo de selección, optimización y compensación (SOC) en la realización de las actividades diarias, por medio de un enfoque cuantitativo, con el tipo de diseño no experimental. También se tomó como muestra a 5 hombres y 5 mujeres entre las edades de 60 y 90 años. **Resultados:** tanto hombres como mujeres dejan de realizar ciertas actividades de la vida diaria al llegar al asilo, por ende, dejan de un lado la independencia y tienen trascurso a la dependencia. **Conclusiones:** la adaptación psicológica se va presentando como resultado de dicha dependencia, pues adquieren nuevos hábitos de conducta, el modelo SOC juega un papel muy importante en dicha adaptación, a menor dificultad en la realización de las actividades de la vida diaria, mayor adaptación psicológica en el adulto mayor.

PALABRAS CLAVE: adulto mayor, independencia, dependencia, adaptación psicológica, envejecimiento exitoso.

ABSTRACT

Objective: to identify the levels of independence, dependency and psychological adaptation of the older adults institutionalized in the San José de Pamplona asylum. **Methodology:** the Inventory of Activities of Daily Living of the Elderly (INACVIDIAM) test was used to identify the selection, optimization and compensation (SOC) model in carrying out daily activities, using a quantitative approach, with the non-experimental type of design, 5 men and 5 women between the ages of 60 and 90 were taken as a sample. **Results:** both men and women stop carrying out certain activities of daily life when they arrive at the Asylum, therefore, they leave independence altogether and have dependency. **Conclusions:** psychological adaptation is presented as a result of said dependency, as they acquire new behavior habits, the SOC model plays a very important role in said adaptation, the less difficulty in carrying out activities of daily living, the greater psychological adaptation in the older adult.

KEYWORDS: elderly, independence, dependence, psychological adjustment, successful aging.

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es una etapa del ciclo de vida, donde las condiciones de vida se reducen y es necesario tener mayor cuidado en cualquiera de sus acciones; en este periodo la fragilidad y dependencia se hace fundamental en la vida de las personas es una de las mayores prioridades que se deben tener en cuenta, no tan solamente por las estadísticas tanto demográficas, culturales, sociales y en algunos casos sobre enfermedades de deterioro tanto físico como psicológico, sino también como un aspecto más complementario a la problemática que lleva en este momento el envejecer.

Para nadie es un secreto que la cobertura del adulto mayor entre 60 y 90 años está creciendo alarmantemente en la población mundial, es más se prevé que en un futuro puedan existir más adultos mayores que jóvenes; rompiendo barreras desde aspectos de mitigación sobre “que la etapa de adulto mayor es un paso a la muerte” pues si lo vemos desde el lado contrario las probabilidades de morir en accidentes o por causa de enfermedades graves, son más remotamente grandes que morir antes de los 70.

No obstante, el marco de proyecciones que tienen los gobiernos y los mismos adultos mayores son controversiales a cada uno de los aspectos a tomar, resaltando que la mala preparación para esta etapa ha creado grandes problemas en la actualidad y proyectando que el futuro sea un pronóstico demasiado preocupante para la población mundial.

Como primer aspecto resaltaremos la importancia de los modelos de intervención y promoción que se tienen en la actualidad para la creación de un mejor ciclo de salud en la adultez, los problemas sobre los nuevos hábitos de vida saludable son una nueva proyección en los trabajos teóricos de investigación en las diferentes universidades o entidades que tratan de demarcar la vulnerabilidad de cada una de las etapas del ser humano; por lo que se puede afirmar que estas nuevas conductas de vida diaria son un riesgo potencial en la vejez temprana, el cigarrillo, el consumo de alcohol y la sobrevaloración que se tiene en la actualidad sobre el consumo de alucinógenos, crean no tan solamente un problema en la vida

desbocada o sin interés de algunos jóvenes o adultos mayores, sino creando una peor repercusión en la vejez.

De acuerdo al párrafo anterior, también vamos a dialogar sobre los enfoques gubernamentales en los proyectos en pro del adulto mayor ya que es un aspecto muy importante al hablar sobre salud y pensión, por lo que, en algunos países, especialmente en Colombia las políticas son muy erróneas desvalorizando las edades de pensión y la fragilidad del sistema de salud en la atención y prevención de cada uno de estos factores de riesgo que contiene la población colombiana.

También vale resaltar la falta de liderazgo de asociaciones de parte del estado, alcaldías y otros responsables de planes de ayuda e intervención en los adultos mayores.

Asimismo, tomamos los aspectos físicos y psicológicos que conlleva la gerontología, los veremos cómo enfoques desde enfermedades plurales que en la actualidad son síndrome de alertas, especialmente las enfermedades de deterioro cognitivo e incapacidades que se tienen en la vejez, demarcando esta etapa como poca productiva y en algunos casos como un proceso tanatológico, conviene decir que estos aspectos en la actualidad son representados por tablas más específicas las cuales estudiaremos más adelante, pero que demuestran el gran índice de caída y de mala preparación que tienen algunos aspectos demográficos al igual que las tasas de mortalidad que están presentes en la actualidad en los censos colombianos

Además hablaremos sobre los aspectos de enfoque positivista en el adulto mayor, hablando tradicionalmente de este como guía y como índice de experiencia que con el paso del tiempo ha cambiado como factor productivo e inherente en la sociedad, convirtiendo al envejecimiento como un riesgo por la falta de utilidad y en algunos casos de valor ético; todo esto enmarcado en las posibles actividades que se debe tener y enfocar en pro del octogenario, pues a manera de conclusión este trabajo se realiza es para eso, para resaltar la actividad dinámica, física e intelectual que aún se conserva en esta población para proyectar planes e investigaciones, los cuales promuevan mejores estados de calidad en un futuro y mejorar el desempeño económico, social,

cultural y espiritual en lo que es la última etapa del ciclo vital.

METODOLOGÍA

La investigación se llevó a cabo por medio de un enfoque cuantitativo, según [1] ya que se están midiendo las variables a investigar que son las de dependencia, independencia y adaptación psicológica [2] por medio de métodos cuantificables, de esta manera poder identificar y establecer resultados dentro del estudio a realizar.

Población

Adultos mayores que se encuentran institucionalizados en asilo San José de la ciudad de Pamplona, costando de 99 participantes para nuestra prueba, donde 59 son hombres y 40 son mujeres considerando a los más aptos para participar en el estudio.

Muestra.

5 hombres y 5 mujeres comprendidos en las edades entre 60 y 90 años.

Instrumento

Se aplicó la prueba de Inventario de Actividades de la vida diaria del Adulto Mayor (INACVIDIAM), el cual nos arrojará los niveles de dependencia, independencia y adaptación psicológica en los adultos mayores del asilo San José; dándonos tres aspectos a conocer, el primero es sobre el envejecimiento normal y su avance hacia las enfermedades biológicas psicológicas y sociales, los cuales gradualmente se verán a través del tiempo; el segundo son los cambios patológicos o bruscos que se podrán ver en los mejores puntajes, pudiendo resultar en las percepciones rápidas de la muerte; y por último es la evaluación puntual alta sobre envejecimiento exitoso o saludable, la cual nos dará una muestra sobre las actividades que a plenitud y óptimamente podrán realizar los adultos mayores

RESULTADOS

Se presenta la caracterización de los adultos mayores institucionalizados en el Hogar San José en tablas de frecuencia estadísticas generadas por la prueba Inventario de Actividades de la vida diaria del Adulto Mayor y el software o paquete estadístico Spss V27.0 donde en cada una de ellas se

logra evidenciar la posición de cada uno de los adultos mayores en el estudio.

Datos generales

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 60-70	4	40,0	40,0	40,0
71-80	4	40,0	40,0	80,0
81-90	2	20,0	20,0	100,0
Total	10	100,0	100,0	

⊕

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Femenino	5	50,0	50,0	50,0
Masculino	5	50,0	50,0	100,0
Total	10	100,0	100,0	

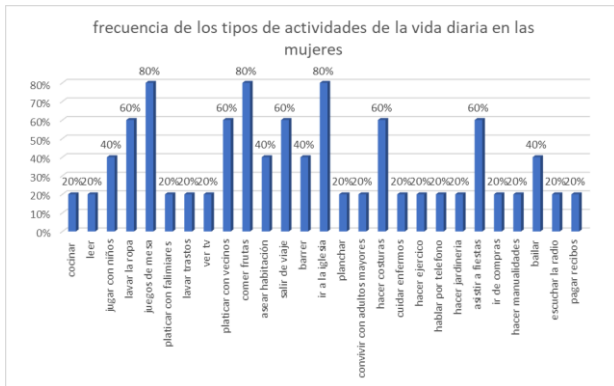
Los datos recogidos permiten observar que los participantes se encuentran entre las edades de 60 a 90 años, 5 de ellos son mujeres y 5 son hombres para un total de 10 participantes.

Se pudo dar cumplimiento al primer objetivo específico, el cual es, identificar los tipos de actividades de la vida diaria de los adultos mayores del asilo san José de la ciudad de Pamplona, las cuales son:

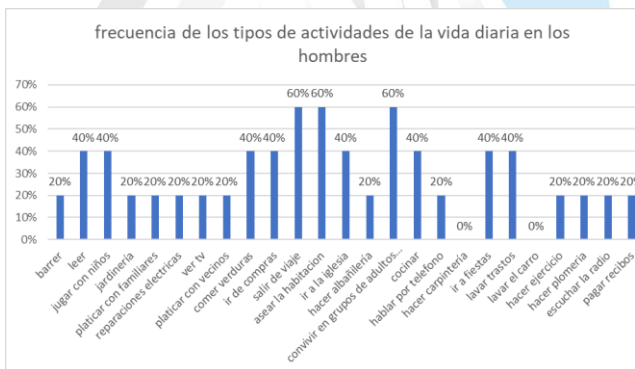
En las mujeres: cocinar, leer, jugar con niños, lavar ropa, jugar juegos de mesa, platicar con familiares, lavar trastos, ver televisión, platicar con vecinos o amigos, comer frutas, verduras, pan, pescado, etc., asear su habitación, salir de viaje, barrer, ir a la iglesia, planchar la ropa, convivir en grupos de adultos mayores, hacer costuras o bordar, cuidar enfermos, hacer ejercicio, hablar por teléfono con familiares o amigos, hacer jardinería, ir a fiestas, ir de compras, hacer manualidades, bailar, escuchar la radio y pagar la luz o agua o hacer cobros.

En los hombres: barrer, leer, jugar con niños, hacer jardinería, platicar con familiares, hacer reparaciones eléctricas, ver televisión, platicar con vecinos o amigos, comer frutas, verduras, pan, pescado, etc., ir de compras, salir de viaje, asear su habitación, ir a la iglesia, convivir en grupos de adultos mayores, cocinar, hablar por teléfono con familiares o amigos, hacer carpintería, ir a fiestas, lavar trastos, hacer ejercicio, hacer plomería, bailar, escuchar la radio, pagar la luz o agua o hacer cobros.

Por otra parte, en cumplimiento del segundo objetivo específico donde se pudo establecer la frecuencia de los tipos de actividades de la vida diaria de los adultos mayores de asilo san José, según el sexo.

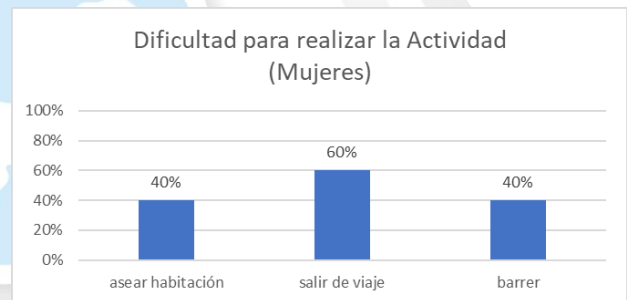
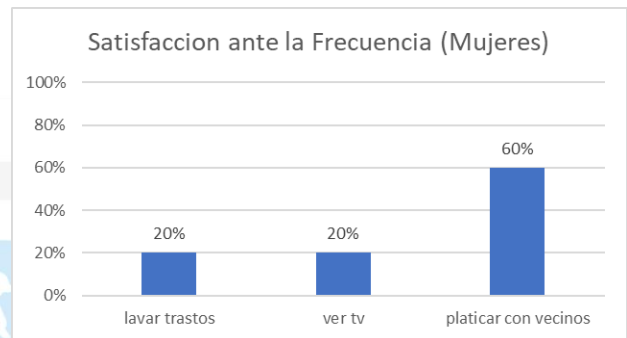
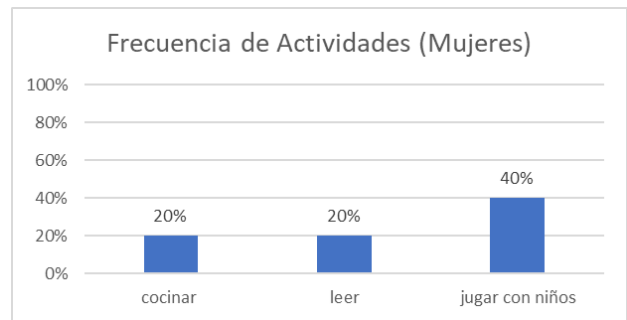


Según la gráfica, se puede evidenciar que las mujeres institucionalizadas en el Asilo San José realizan más las actividades de la vida diaria, como lo son las de los juegos de mesa, comer frutas y verduras e ir a la iglesia.



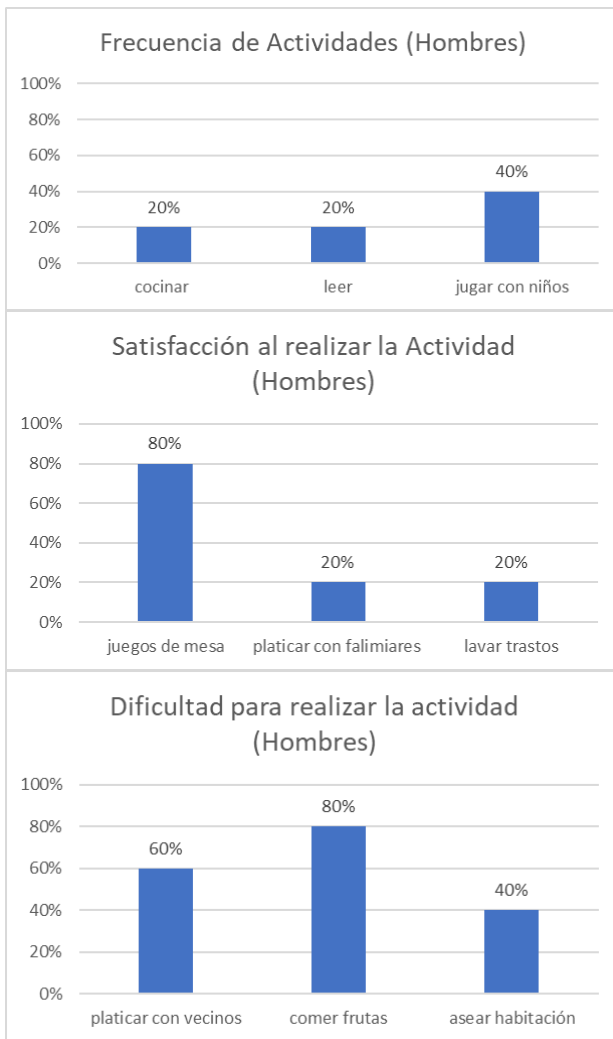
Se puede evidenciar que los tipos de actividades de la vida diaria que realizan los hombres institucionalizados en el Asilo San José, las que presentan mayor puntuación son: salir de viaje, asear la habitación y convivir con grupos de adultos mayores.

A continuación, se presentan las gráficas generales de la versión femenina y masculina, con el propósito de describir la frecuencia de actividades, la satisfacción al realizar dichas actividades y la dificultad que presentan para realizar las actividades.



Se puede observar en la gráfica 1 que, de las 5 participantes, 3 tienen una media frecuencia en la realización de las actividades siendo el 60% y el 40% presentan una baja frecuencia lo cual se puede evidenciar que la funcionalidad del adulto mayor se ve enmarcada en las facultades y frecuencia con las que realiza actividades de la vida diaria, vivir de manera independiente y conocer su autonomía.

Al dejar de realizar ciertas actividades, dejan de un lado la independencia en su totalidad y se van enfocando a la dependencia y aunque presenten alta satisfacción con un 80%, (gráfica 2) es decir 4 de 5 mujeres se encuentran satisfechas con las actividades que realizan, la dificultad de la realización de estas actividades se encuentran así (gráfica 3): 40% alta, 40% media y 20% baja, se ha dejado en evidencia al dejar de realizar actividades de la vida diaria, el adulto mayor del asilo San José presentan tendencias de dependencia.



Se puede observar en la gráfica 4, que, de los 5 participantes, 3 tienen una baja frecuencia en la realización de las actividades siendo el 60% de la población y el otro 40% presentan entre baja y alta frecuencia, evidenciando la funcionalidad del adulto mayor en sus facultades y el periodo con las que realiza dichas actividades de la vida diaria, su nivel de independencia y su autonomía.

Al dejar de realizar ciertas actividades, dejan a un lado la independencia en su totalidad y se van enfocando en dejar dichas actividades, siendo este el resultado de una baja satisfacción en un 60%, (tabla 5) es decir 3 de 5 hombres se encuentran insatisfechos con las actividades que realizan a diario, señalando que su dificultad a la hora de realizarlas dichas acciones es entre 40% baja, 40% media y 20% alta, (gráfica 6) es decir que 1 entre 5 hombres tienen dificultad, dejado en evidencia que en su mayoría los adultos mayores rechazan muchas de las actividades que ellos anteriormente ejercían, al ser institucionalizados en el

asilo San José, presentan algunos procesos apáticos a la adaptación de su nuevo estilo de vida.

CONCLUSIONES

Se puede concluir que, en relación con los resultados obtenidos en esta investigación, se puede evidenciar que todos los participantes presentaron puntuaciones en media en las escalas de validez de la prueba INACVIDIAM dentro de la medida establecida como lo refiere (Acosta. C., 2011).

Dentro de la prueba INACVIDIAM se pudo especificar los tipos de actividades de la vida diaria que realizan los adultos mayores del Asilo San José, en frecuencia, en los hombres, los puntajes más altos fueron en: salir de viaje, asear la habitación y convivir con grupos de adultos mayores, y en las mujeres los puntajes más altos fueron: los juegos de mesa, comer frutas y verduras e ir a la iglesia.

En la escala de frecuencia en la versión femenina se evidenció que la frecuencia de Actividades es significativamente media y baja dentro de la estadística donde las participantes 1, 3 y 5 presentan frecuencia de actividades de la vida diaria como media y las participantes 2 y 4 están en una frecuencia de actividades baja.

Por otra parte, en la escala de frecuencia en la versión masculina se evidenció que la frecuencia de actividades es significativamente baja y el nivel de alta y media se encuentran en el mismo puntaje, es decir, los participantes 2, 3 y 5 presentan frecuencia de actividades de la vida diaria como baja, el participante 1 se encuentra en la frecuencia de actividades de la vida diaria como alta y el participante 4 como frecuencia de actividades de la vida diaria como media.

Lo anterior significa que las mujeres tienen mayor frecuencia en la frecuencia de actividades de la vida diaria en comparación con los hombres.

En la escala de satisfacción ante la frecuencia de actividades de la vida diaria en su versión femenina se puede evidenciar que el nivel de satisfacción es alta, es decir las participantes 1, 2, 4 y 5 marcaron como alta, mientras que la

participante 3 marca la satisfacción en la frecuencia de actividades como media.

Asimismo, en la escala de satisfacción ante la frecuencia de actividades en la versión masculina es baja, teniendo en cuenta que, los participantes 2, 3 y 5 marcaron como satisfacción, baja, el participante 1 la marcó como alta y, por último, el participante 4 la marcó como media.

Lo anterior significa que las mujeres tienen un mayor nivel de satisfacción ante la frecuencia de las actividades de la vida diaria en comparación con la de los hombres, que su porcentaje más alta se encontró en el nivel bajo.

En el nivel de dificultad para realizar la actividad en la versión femenina se pudo evidenciar que es alta – media, teniendo en cuenta que las participantes 1 y 3 marcan el nivel alto en dificultad, las participantes 2 y 5 la marcan como media y la participante 4 la marca como baja.

Y en el nivel de dificultad para realizar la actividad en la versión masculina se evidenció que se marcan como media – baja, teniendo en cuenta que, los participantes 1 y 3 marcan la dificultad para realizar las actividades como media, los participantes 2 y 5 como baja y el participante 4 como alta.

Lo anterior significa que el nivel de dificultad al realizar las actividades deja a los hombres con menos dificultad ante las mujeres, demostrando así mayor adaptación por medio del modelo SOC.

Los niveles de dependencia, independencia de los adultos mayores institucionalizados en el asilo san José de pamplona, por medio de esta investigación, se pudo evidenciar que tanto hombres como mujeres dejan de realizar ciertas actividades de la vida diaria al llegar al Asilo, por ende, dejan de un lado la independencia en su totalidad y tienen trascurso a la dependencia.

Por otra parte, la adaptación psicológica se va presentando como resultado de dicha dependencia, pues adquieren nuevos hábitos de conducta, el modelo SOC juega un papel muy importante en dicha adaptación, a menor dificultad en la realización de las actividades

de la vida diaria, mayor adaptación psicológica en el adulto mayor.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Hernández. R., Fernández. C., Baptista. M. (2014). Metodología de la investigación 5ta Edición. Obtenido de https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigacion%20de%20la%20Edici%C3%B3n%20de%20la%20Edici%C3%B3n.pdf
- Acosta. C. (2011). *Inventario de Actividades de la vida Diaria del Adulto Myor*. Mexico: Editorial El Manual Moderno
- Figueroa. L., Torres. G., Morales. X., Vega. P. & Juárez. A. (2016). *nivel de dependencia, autocuidado y calidad de vida del adulto mayor*. Obtenido de ScienceDirect: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1665706316300197>