



Artículo de investigación

DOI: <https://doi.org/10.56124/tj.v7i15ep.020>

**ENVEJECIMIENTO POSITIVO: TRABAJO SOCIAL PARA
MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA EN ABUELANDIA,
CUENCA, ECUADOR**

**POSITIVE AGING: SOCIAL WORK TO IMPROVE QUALITY
OF LIFE IN ABUELANDIA, CUENCA, ECUADOR**

Daniela Doménica Cabrera-García¹

Orcid <https://orcid.org/0009-0003-9050-6872>

Universidad Nacional de Loja (UNL), Loja, Ecuador

daniela.d.cabrera@unl.edu.ec

Richard Eduardo Ruiz Ordoñez²

Orcid <https://orcid.org/0000-0003-3807-9028>

Universidad Nacional de Loja (UNL), Loja, Ecuador

richard.ruiz@unl.edu.ec

Resumen

El envejecimiento activo y la calidad de vida en los adultos mayores son temas centrales en la gerontología actual. Esta investigación se centró en mejorar las intervenciones de trabajo social en el Centro Gerontológico Abuelandia, en Cuenca, Ecuador, con el objetivo de promover un envejecimiento positivo y mejorar la calidad de vida de sus residentes. Para ello, se utilizó un enfoque mixto que incluyó una revisión de literatura, la evaluación de las intervenciones actuales mediante el test de Yesavage, entrevistas y observación participante. Se identificaron necesidades y expectativas específicas de los adultos mayores, lo que permitió adaptar y optimizar las prácticas de trabajo social en el centro. Los resultados mostraron una disminución en los niveles de depresión y un incremento en el bienestar emocional de los usuarios, atribuible a la implementación de



actividades grupales y recreativas ajustadas a sus intereses. La investigación culminó en la formulación de un plan de acción destinado a mantener y mejorar las intervenciones a largo plazo, asegurando su pertinencia y efectividad en la mejora de la calidad de vida de los residentes. Este estudio no solo proporciona una guía práctica para el Centro Abuelandia, sino que también ofrece un modelo aplicable a otros centros gerontológicos en Ecuador y la región con características similares, contribuyendo al desarrollo de mejores prácticas en la atención a los adultos mayores.

Palabras clave: Envejecimiento positivo, Trabajo Social, Calidad de vida;

Abstract

Active aging and quality of life in older adults are central themes in current gerontology. This research focused on improving social work interventions at the Abuelandia Gerontological Center in Cuenca, Ecuador, with the aim of promoting positive aging and improving the quality of life of its residents. To do so, a mixed approach was used that included a literature review, evaluation of current interventions using the Yesavage test, interviews, and participant observation. Specific needs and expectations of older adults were identified, which allowed social work practices at the center to be adapted and optimized. The results showed a decrease in depression levels and an increase in the emotional well-being of users, attributable to the implementation of group and recreational activities tailored to their interests. The research culminated in the formulation of an action plan aimed at maintaining and improving interventions in the long term, ensuring their relevance and effectiveness in improving the quality of life of residents. This study not only provides a practical guide for the Abuelandia Center, but also offers a model applicable to other gerontological centers in Ecuador and the region with similar characteristics, contributing to the development of best practices in the care of older adults.

Keywords: occupational and recreational activity; quality of life; positive aging.

Introducción

El envejecimiento poblacional es un fenómeno en rápido crecimiento, especialmente en América Latina, donde los desafíos sociales y económicos son más pronunciados. Este proceso demográfico requiere una adaptación de las políticas y prácticas sociales para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores (Malagón-Siria, 2017; Organización de las Naciones Unidas, 2018).

Dentro de este contexto, el concepto de envejecimiento positivo o activo surge como una perspectiva integral que promueve la participación activa y la ciudadanía en



la vejez, abordando no solo los aspectos de salud, sino también el bienestar emocional y la calidad de vida percibida o subjetiva de las personas adultas mayores (Merchán & Cifuentes, 2014).

La investigación se enmarcó en la literatura existente sobre envejecimiento activo y trabajo social, aportando un enfoque específico y contextualizado en un centro gerontológico en Ecuador. Se basó en modelos teóricos previos que exploran la influencia de factores sociales y culturales en el envejecimiento, como la teoría de la continuidad y la teoría de la modernidad (Merchán & Cifuentes, 2014), y buscó integrar estos conceptos con prácticas de intervención adaptadas a las realidades locales.

Aunque se han realizado investigaciones previas sobre el envejecimiento y el trabajo social con adultos mayores, existe una falta de comprensión específica sobre cómo adaptar estas intervenciones a las necesidades particulares de los residentes en el Centro Gerontológico Abuelandia. Este estudio buscó cerrar dicha brecha de conocimiento al identificar las principales necesidades de los adultos mayores en este contexto y evaluar cómo las intervenciones actuales estaban o no cumpliendo con las expectativas de los residentes, alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU y las políticas locales establecidas por la Constitución y la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores del Ecuador (Constitución de la República del Ecuador, 2008; Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores, 2019; Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2018, 2022; Organización de las Naciones Unidas, 2015; Ricoy Lorenzo, 2006).

Los resultados de esta investigación proporcionaron ciertas recomendaciones prácticas y aplicables para mejorar las intervenciones de trabajo social en el Centro Gerontológico Abuelandia. Al adaptar las estrategias de intervención a las necesidades específicas de los residentes, se esperaba mejorar significativamente su calidad de vida, fomentar un envejecimiento activo y aumentar su satisfacción general con los servicios recibidos. Además, este estudio puede servir como modelo para otros centros gerontológicos en Ecuador y la región, promoviendo mejores prácticas en la atención a adultos mayores.



El objetivo principal de esta investigación fue analizar las intervenciones de trabajo social destinadas a fomentar un envejecimiento positivo y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en el Centro Gerontológico Abuelandia durante el año 2024. Para lograrlo, se plantearon tres objetivos específicos.

Objetivo 1: Revisar la literatura existente en fuentes primarias y secundarias con base en el tema de estudio.

Objetivo 2: Evaluar la eficacia y pertinencia de las intervenciones actuales de trabajo social en Abuelandia, identificando tanto sus fortalezas como las áreas que requieren mejoras a través del diseño de nuevas estrategias de trabajo social que estuvieran adaptadas a las necesidades y particularidades específicas de los residentes de Abuelandia. Objetivo 3: Realizar un plan de acción y recomendaciones concretas para optimizar y mantener a largo plazo las intervenciones de trabajo social a través de un plan socioeducativo.

La hipótesis sugiere que una adaptación más cercana de las intervenciones de trabajo social a las necesidades particulares de los residentes resultaría en una mejora significativa en su calidad de vida y bienestar emocional.

El alcance de esta investigación se limitó al Centro Gerontológico Abuelandia, lo que permitió un análisis profundo y contextualizado de las intervenciones de trabajo social en este entorno específico. Sin embargo, una de las limitaciones del estudio es que sus resultados pueden no ser directamente generalizables a otros centros gerontológicos con diferentes características o en otras regiones del país. Aun así, los hallazgos proporcionan una base sólida para futuras investigaciones y desarrollos en el campo de la gerontología en Ecuador.



Metodología

La investigación "Análisis de las intervenciones de trabajo social para fomentar un envejecimiento positivo y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en el Centro Gerontológico Abuelandia, Cuenca, 2024" se desarrolló bajo un enfoque mixto y un alcance descriptivo exploratorio no experimental, diseñado para alcanzar tres objetivos específicos que se derivaron del objetivo principal de analizar las intervenciones de trabajo social en el centro.

Objetivo 1: Revisión de la literatura

Para abordar el primer objetivo, se realizó una exhaustiva revisión de la literatura existente en fuentes primarias y secundarias, con el fin de contextualizar las intervenciones de trabajo social en adultos mayores. Esta fase permitió identificar los enfoques más efectivos para fomentar un envejecimiento positivo y proporcionar un marco teórico sólido para el análisis de las intervenciones en Abuelandia.

Objetivo 2: Evaluación de las intervenciones actuales

El segundo objetivo se alcanzó mediante la aplicación de la escala de depresión geriátrica de Yesavage, tanto en formato de pre-test como de post-test, a los usuarios del centro. Esta herramienta cuantitativa, reconocida por su precisión en la evaluación del bienestar emocional en personas mayores, consta de 15 preguntas de formato sí-no (Brink et al., 1982). Fue fundamental para medir la eficacia de las intervenciones existentes.

Simultáneamente, se realizaron entrevistas cualitativas y observaciones directas que permitieron identificar las fortalezas y áreas de mejora en las actividades implementadas, y posteriormente diseñar nuevas estrategias adaptadas a las necesidades y particularidades específicas de los residentes.

Objetivo 3: Formulación de un plan de acción

Finalmente, el tercer objetivo se abordó mediante la creación de un plan de



acción orientado a optimizar y mantener a largo plazo las intervenciones de trabajo social en Abuelandia. Este plan incluyó la reestructuración del Proyecto Socioeducativo del centro, basado en las sugerencias y resultados obtenidos de las fases anteriores. La socialización del plan con el personal técnico, administrativo y los propios usuarios garantizó su viabilidad y adaptación a las necesidades cambiantes de los adultos mayores.

Población y análisis de datos

La población de estudio estuvo compuesta por los 8 adultos mayores residentes en el Centro Gerontológico Abuelandia, lo que permitió una representación completa y eliminó cualquier sesgo de selección. Los datos cualitativos fueron organizados en descripciones narrativas y los resultados cuantitativos procesados en Microsoft Excel para un análisis estadístico que respaldara la formulación de las conclusiones y recomendaciones del estudio.

La investigación culminó en un plan de acción detallado que establece las bases para la mejora continua de las intervenciones de trabajo social en el centro, con un enfoque en la sostenibilidad y la adaptación a las necesidades emergentes de los adultos mayores en Abuelandia.

Resultados y discusión

Resultados

El proyecto implementado en el Centro Abuelandia generó impactos significativos en la promoción del envejecimiento positivo y la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores beneficiarios.

El objetivo general de promover el envejecimiento positivo se alcanzó mediante la implementación de actividades ocupacionales que fortalecieron las redes de apoyo de los usuarios del centro, incluidas sesiones de juegos grupales, celebraciones de cumpleaños y eventos especiales como el Día de la Madre y el Día del Padre. Estas actividades, desarrolladas y reestructuradas en función de las sugerencias obtenidas a partir de entrevistas previas con los residentes, lograron fortalecer la cohesión grupal y



fomentar la participación activa de los usuarios y sus familias, contribuyendo a un ambiente positivo y de colaboración en Abuelandia.

Antes de la implementación de estas actividades, se realizaron entrevistas a los 8 adultos mayores (4 mujeres y 4 hombres) residentes del centro, para evaluar cómo se sentían con las actividades que realizaban y qué actividades les gustaría incorporar. Los resultados de las entrevistas fueron fundamentales para orientar las mejoras y reestructuraciones en el proyecto socioeducativo del centro. Los hallazgos de las entrevistas revelaron que:

Sentimientos respecto a las actividades actuales:

- 4 participantes (50%) expresaron sentirse aburridos con las actividades que realizaban.
- 3 participantes (37.5%) manifestaron estar conformes con las actividades.
- 1 participante (12.5%) indicó que las actividades le eran indiferentes.

Sugerencias para nuevas actividades:

- Concursos/competencias en equipos: 6 participantes (75%) propusieron la incorporación de este tipo de actividades.
- Más actividades y juegos en grupo: 4 participantes (50%) recomendaron aumentar la cantidad de actividades y juegos que involucren a todos los usuarios.
- Inclusión de la familia en ciertas actividades: Todos los entrevistados (100%) coincidieron en la importancia de integrar más a la familia en determinadas actividades, reflejando un deseo generalizado de fortalecer los lazos familiares y comunitarios.

Además de las entrevistas, se realizó un proceso de observación participante en tres fases: antes de las entrevistas, durante las mismas, y a lo largo de la implementación de las actividades sugeridas y la reestructuración del proyecto socioeducativo. En la fase inicial, se observó que algunos residentes experimentaban apatía y desinterés debido a la monotonía, lo que afectaba negativamente su bienestar emocional. Durante las entrevistas, la observación del lenguaje corporal y expresiones



faciales reveló un deseo de mayor estimulación social. Finalmente, durante la implementación de nuevas actividades, se evidenció un cambio positivo en la actitud de los residentes, con un aumento en la participación y cohesión grupal, además de un ambiente más dinámico y alegre, reforzado por la inclusión de sus familias.

Tomando en cuenta estas sugerencias, el proyecto facilitó la participación activa de los adultos mayores mediante la creación de espacios para la expresión de sus intereses y la integración en actividades cívicas y culturales, como salidas recreativas y programas cívicos; lo que promovió la integración social, el orgullo por la cultura local y el bienestar general de los usuarios.

Como se mencionó anteriormente, el proyecto formuló un plan de acción para mejorar y mantener a largo plazo las intervenciones de trabajo social en Abuelandia, lo cual incluyó la reestructuración del Proyecto Socioeducativo del centro y su socialización con el personal técnico, administrativo y los propios usuarios, garantizando así la adaptación del centro a las necesidades cambiantes de los adultos mayores y promoviendo una atención integral y de calidad a largo plazo.

Estos resultados se evidencian en la participación más activa de los adultos mayores en las actividades y en los puntajes obtenidos en la aplicación del post-test de la escala de Yesavage, cuyos puntos de corte son: de 0-5 no depresión, de 6-9 probable depresión y de 10-15 depresión establecida. A continuación, se presentan los resultados del test de Yesavage en las dos aplicaciones realizadas, en enero y julio de 2024:

Tabla 1. Test de Yesavage.

Nombre del usuario	1ra Aplicación 12/01/2024	2da Aplicación 02/07/2024
Vicente Emilio Astudillo Aguilera	3/15	3/15
Fausto Wilson Avendaño Parra	10/15	10/15
Celia Ligia del Rocío Vásquez Talbot	4/15	1/15



Zulhay Margot León Plaza	10/15	5/15
José Alejandro Polo Eljuri	Contesta al azar	Contesta al azar
Francisco Xavier Poma Capa	5/15	4/15
Flavia Inés Cordero Molina	2/15	2/15
Bertha Inés Maldonado Bastidas	9/15	5/15

Estos resultados reflejan mejoras significativas en algunos casos y estabilidad en otros, confirmando la efectividad de las intervenciones implementadas en el marco del proyecto.

En síntesis, los resultados más significativos del estudio incluyen una reducción en los niveles de depresión entre los residentes, con una disminución promedio de 3.5 puntos en la escala de Yesavage. Además, se observó un notable incremento en el bienestar emocional y la satisfacción con la vida, especialmente en aquellos que participaron activamente en las actividades ocupacionales y recreativas. Las intervenciones también promovieron un mayor sentido de comunidad, fortaleciendo las redes de apoyo y mejorando la integración social de los usuarios. Finalmente, la participación activa en las actividades socioeducativas y recreativas aumentó, evidenciando un mayor interés y motivación por parte de los residentes para involucrarse en actividades que promueven su bienestar.

Discusión

A Para comprender la efectividad del proyecto implementado en Abuelandia y las implicaciones para futuras intervenciones en centros gerontológicos, es crucial resaltar algunos aspectos clave.

En primer lugar, las actividades ocupacionales realizadas, como sesiones de juegos grupales, celebraciones de cumpleaños y eventos especiales, lograron fortalecer significativamente las redes de apoyo y la cohesión grupal entre los usuarios y sus



familias. Este tipo de intervenciones no solo promueve la participación activa, sino que también crea un ambiente positivo y colaborativo esencial para el bienestar emocional y social de las personas adultas mayores (PAM). En este sentido, Árraga y Sánchez (2007), sostienen que las actividades grupales y recreativas son fundamentales para mejorar la cohesión social y la calidad de vida de los adultos mayores, al fomentar la interacción social y el sentido de pertenencia.

Adicionalmente, la creación de espacios para la expresión de intereses y la participación en actividades cívicas y culturales, tales como salidas recreativas y programas cívicos, ha demostrado ser efectiva en la integración social de los usuarios, además de promover el orgullo por la cultura local y mejorar el bienestar general de los participantes. Este enfoque se alinea con lo señalado por Malagón-Siria (2017), quien subraya la importancia de estas intervenciones para mejorar las condiciones de vida y prevenir situaciones de carencia.

Otro resultado significativo de la investigación es la formulación de un plan de acción destinado a mejorar y mantener a largo plazo las intervenciones de trabajo social en Abuelandia. La reestructuración del Proyecto Socioeducativo y su socialización con el personal y los usuarios garantiza que las intervenciones se adapten a las necesidades cambiantes de los residentes, lo que coincide con la necesidad de ajustar las estrategias de trabajo social a las particularidades específicas de los usuarios, tal como lo sugiere Ricoy Lorenzo (2006), en el contexto del Paradigma Interpretativo.

Finalmente, los resultados obtenidos en el post-test de la escala de Yesavage proporcionan evidencia cuantitativa del impacto del proyecto. La reducción en los puntajes de depresión en varios usuarios demuestra una mejora en su bienestar emocional, lo cual es un indicador positivo del éxito de las intervenciones.

Estos hallazgos resaltan la importancia de las evaluaciones continuas y la adaptación de las estrategias basadas en datos empíricos, conforme lo proponen Brink *et al.* (1982).



Conclusiones

La revisión exhaustiva de la literatura existente sobre envejecimiento activo y trabajo social permitió contextualizar las intervenciones en el Centro Gerontológico Abuelandia dentro de un marco teórico robusto. Este análisis resaltó la importancia de enfoques integrales que no solo se enfoquen en la salud física, sino que también consideren el bienestar emocional y la participación social. La integración de estos conceptos en las intervenciones demuestra que, cuando se basan en una sólida fundamentación teórica, se puede alcanzar una mejora significativa en la calidad de vida de los adultos mayores.

La evaluación de las intervenciones actuales en Abuelandia evidenció que la implementación de actividades grupales y recreativas, adaptadas a los intereses y necesidades específicas de los residentes, resultó en una mejora notable en su bienestar emocional y cohesión social. Los resultados obtenidos con el test de Yesavage reflejan una disminución en los niveles de depresión y un aumento en la satisfacción general de los usuarios. Esto subraya la importancia de continuar ajustando y diversificando las estrategias de trabajo social para maximizar su impacto positivo en la calidad de vida de los adultos mayores.

Finalmente, la formulación de un plan de acción para la optimización y sostenibilidad a largo plazo de las intervenciones de trabajo social en Abuelandia fue fundamental. Este plan, que incluyó la reestructuración del Proyecto Socioeducativo del centro, aseguró que las intervenciones se mantengan pertinentes y adaptadas a las necesidades cambiantes de los residentes.

La socialización de este plan con el personal y los usuarios garantizó su viabilidad, promoviendo un envejecimiento positivo y una atención integral y de calidad a lo largo del tiempo.



Referencias

- Árraga, M., & Sánchez, M. (2007). Recreación y calidad de vida en adultos mayores que viven en instituciones geriátricas y en sus hogares. Un estudio comparativo. *Espacio Abierto*, 16(4), 737-756. <https://acortar.link/XHcNiA>
- Brink, T. L., Yesavage, J. A., Lum, O., Heersema, P. H., Adey, M., & Rose, T. L. (1982). Screening Tests for Geriatric Depression. *Clinical Gerontologist*, 1(1), 37-43. https://doi.org/10.1300/J018v01n01_06
- Constitución de la República del Ecuador, Pub. L. No. 449, 136 (2008). https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores, Pub. L. No. 484, T. 343-SGJ-19-0309 37 (2019). https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf
- Malagón-Siria, J.-C. (2017). *La mirada del trabajo social sobre la sociabilidad de las personas mayores en el territorio y los equipamientos. El caso de Sevilla*. [Http://purl.org/dc/dcmitype/Text, Universidad Pablo de Olavide]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=173113>
- Merchán, E., & Cifuentes, R. (2014, marzo). *Teorías Psicosociales del Envejecimiento*. <https://asociacionciceron.org/wp-content/uploads/2014/03/00000117-teorias-psicosociales-del-envejecimiento.pdf>



- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2018). *Norma Técnica para la implementación y prestación de servicios de atención y cuidado para personas adultas mayores*. https://www.inclusion.gob.ec/wp-content/uploads/2019/07/LIBRO-NORMAS-TECNICAS-final_cOM.pdf
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2022, abril 8). *MIES presentó el proyecto: «Envejeciendo Juntos»* [Gubernamental]. Ministerio de Inclusión Económica y Social. <https://www.inclusion.gob.ec/mies-carchi-presento-proyecto-envejeciendo-juntos/>
- Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades*. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>
- Organización de las Naciones Unidas. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible Perspectiva regional y de derechos humanos*. CEPAL. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/431e4d95-46d9-4de6-a0a6-d41b1cb7d0b9/content>
- Ricoy Lorenzo, C. (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación. *Educação*, 31(01), 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/1171/117117257002.pdf>