



UNIVERSIDAD POLITECNICA SALESIANA

SEDE GUAYAQUIL

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**Influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico en Adultos Mayores en un
Centro de Salud de Guayaquil, 2025.**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de **Licenciada en Psicología**

AUTORA:

JOSELIN ESTEFANIA CARDENAS GUERRERO

TUTOR:

PS. CL. STÉFANO ALEXANDER DURÁN SOLÓRZANO, MGTR.

Guayaquil- Ecuador

2025

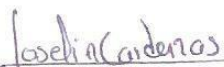
**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Yo, **Joselin Estefania Cardenas Guerrero** con documento de identificación
N° **0250072881** manifiesto que:

Soy la autora y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro
la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de
manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025,

Atentamente,



**Joselin Estefania Cardenas
Guerrero
0250072881**

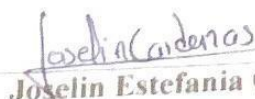
**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, **Joselin Estefania Cardenas Guerrero** con documento de identificación No. **0250072881** expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy la autora de la **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención: “Influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico en Adultos Mayores en un Centro de Salud de Guayaquil, 2025”**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: **Licenciada en Psicología**, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,



**Joselin Estefania Cardenas
Guerrero
0250072881**

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Stéfano Alexander Durán Solórzano** con documento de identificación N° **0921267951**, docente de la **Universidad Politécnica Salesiana**, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: **INFLUENCIA DEL APOYO FAMILIAR EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADULTOS MAYORES EN UN CENTRO DE SALUD DE GUAYAQUIL, 2025**, realizado por **Joselin Estefania Cardenas Guerrero** con documento de identificación N° **0250072881** obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención** que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,


Stéfano Alexander Durán Solórzano
0921267951

Dedicatoria

A mis padres, Victoria Guerrero y Jorge Cardenas, por su apoyo incondicional, su ejemplo y su inalcanzable sacrificio, por haber sido mi inspiracion y fuente de aliento para cumplir mis metas academicas a pesar de la distancia, este logro es de ustedes por todo el amor y las enseñanzas.

A mis hermanos y familiares por ser un pilar fundamnetal en mi vida, por siempre brindarme su apoyo y compañía, por su confianza y motivacion en cada uno de mis pasos.

A mis amigos por acompañarme durante este camino, por ser mi segunda familia cuando me encontraba lejos de mi horgar, por su lealdad y motivacion constante.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por brindarme su fortaleza, escuchar las oraciones de mi madre y guiarme durante este proceso, por la sabiduría, la salud y la perseverancia.

A mis padres por su amor, enseñanzas y sacrificios, quienes fueron mi mayor pilar durante este camino, gracias por todos sus sacrificios, sin su confianza y apoyo no existiría este logro.

Agradezo a mis compañeros por su apoyo dentro de la institución educativa, a mis profesores por su compromiso, dedicación y paciencia, más allá de sus enseñanzas académicas, han sido mi fuente de inspiración. A mi tutor por su arduo apoyo y orientación.

Finalmente quiero agradecer a todas las personas que han sido parte de este camino, por su apoyo, palabras de aliento y paciencia, muchos de ellos fueron mi apoyo de forma indirecta, desde familias que me acogieron como parte de la suya, compañeros de cátedra y profesionales del área.

Resumen

La presente sistematización se generó basada en el marco de proyecto “Influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico de los Adultos Mayores en un Centro de Salud de la ciudad de Guayaquil”, el mismo mantiene como finalidad analizar y comprender el vínculo entre el nivel y tipo de apoyo familiar percibido por los participantes y el bienestar psicológico que se registra en los mismos.

Se consideran las variables como las conductas emocionales y cognitivas, para obtener esta información se utilizarán herramientas de recolección de información como entrevistas semiestructuradas y la escala de bienestar psicológico de Ryff, complementándose con observación.

Como conclusión se obtuvo que el apoyo familiar, sobre todo el apoyo emocional, genera una repercusión importante en el sentido de pertenencia, el autoestima y estimulante motivacional en los adultos mayores. Se verificó que los participantes que obtenían un mayor nivel de apoyo acompañado de buena calidad mantenían un mejor bienestar psicológico, por otra parte los participantes que presentaban ausencia o un apoyo familiar de poca calidad presentaban sentimientos negativos, el fortalecer las redes comunitarias y familiares ayuda a prevenir el deterioro psicológico, social y físico de los adultos mayores.

Se generaron hipótesis, herramientas prácticas y teóricas que pueden contribuir a futuras investigaciones.

Abstract

This systematic review was generated based on the framework of the project "Influence of Family Support on the Psychological Well-being of Older Adults in a Health Center in the City of Guayaquil." The purpose of this project is to analyze and understand the link between the level and type of family support perceived by participants and their reported psychological well-being.

Variables such as emotional and cognitive behaviors are considered. To obtain this information, data collection tools such as semi-structured interviews and the Ryff Psychological Well-being Scale will be used, complemented by observation.

It was concluded that family support, especially emotional support, has a significant impact on the sense of belonging, self-esteem, and motivational stimulant in older adults. It was found that participants who received higher levels of quality support maintained better psychological well-being. Participants who experienced lack of or poor quality family support experienced negative feelings. Strengthening community and family networks helps prevent psychological, social, and physical deterioration in older adults.

Hypotheses and practical and theoretical tools were generated that can contribute to future research.

Índice

I.	Datos informativos del proyecto	11
1.1	Nombre de la práctica de intervención o investigación.....	11
1.2	Nombre de la institución o grupo de investigación	11
1.3	Tema que aborda la experiencia	11
1.4	Localización	12
II.	Objetivos	12
2.1	Objetivo General	12
2.2	Objetivos específicos.....	13
III.	Eje de la Intervención o Investigación	13
IV.	Objeto de la intervención o de la práctica de investigación	13
4.1	Envejecimiento	13
4.2	Definiciones de Redes de Apoyo	15
4.3	Importancia de las redes de apoyo en adultos mayores.....	17
4.4	La escala de bienestar psicologico de Ryff.....	18
V.	Metodología	19
VI.	Preguntas claves	20
6.1	Preguntas de Inicio	20
6.1	Preguntas Interpretativas	21
6.2	Preguntas de Cierre	21
VII.	Organización y procesamiento de la información	21
7.1	Recopilación de datos de la experiencia.....	21
7.2	Entrevista.....	33
7.3	Participantes	36
VIII.	Observaciones específicas durante la experiencia.....	41
8.1	Matriz de observacion durante la experiencia	41
8.1	Recopilación de Documentos.....	43
IX.	Análisis de la Información	48
9.1	Matriz de Recopilación de Datos de la Experiencia.....	49
9.2	Matriz de Observaciones específicas durante la experiencia	49
9.3	Matriz de Organización Inicial de la Información.....	50
X.	Justificación	51

XI.	Caracterización de los beneficiarios	53
XII.	Interpretación.....	53
XIII.	Principales logros del aprendizaje	56
XIV.	Conclusiones	58
XV.	Recomendaciones.....	60
XVI.	Referencias Bibliográficas.....	61
XVII.	Anexos	64

I. Datos informativos del proyecto

1.1 Nombre de la práctica de intervención o investigación

Influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico en Adultos Mayores en un Centro de Salud de Guayaquil, 2025.

1.2 Nombre de la institución o grupo de investigación

El trabajo se realizó en un Centro de salud de la ciudad de Guayaquil.

1.3 Tema que aborda la experiencia

La experiencia realizada se inscribe en el ámbito de psicología clínica, la presente practica se orienta a la evaluación del bienestar psicológico en adultos mayores, con relación al apoyo familiar que reciben, la investigación se produce en el ámbito de atención en salud, planteando la idea que el bienestar psicológico es un pilar fundamental en la salud mental, se focaliza en de que forma el apoyo familiar influye en aspectos sociales, cognitivos y emocionales de los adultos mayores a través de instrumentos psicológicos para la obtención de resultados de las variables mencionadas, en el proceso ingresa la recolección y análisis de la información sobre las relaciones familiares, el apoyo brindado y el impacto en la vejez.

Nos permite obtener la información necesaria y relevante centrada en el campo clínico, relacionada con la intervención y generando la correcta promoción de la salud mental y el acompañamiento familiar en contextos comunitarios.

1.4 Localización

La experiencia presentada en la sistematización se generó en un centro de salud ubicado en el Sur de la Ciudad de Guayaquil, Ecuador, en la parroquia Febres Cordero, en las calles Av.39 SO y Pedro Vicente Maldonado, como se puede visualizar en la figura N°1.

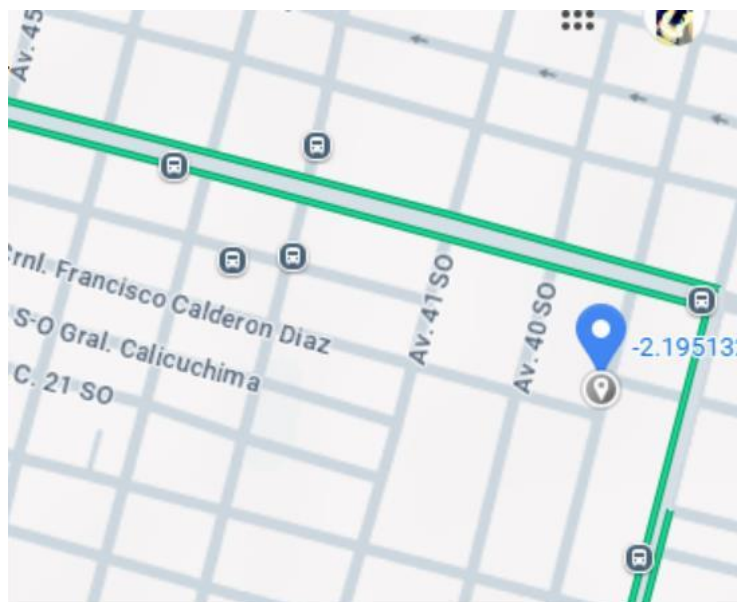


Figura 1. Ubicación geográfica del Centro de Salud. *Tomado de Google Maps (2023)*

II. Objetivos

2.1 Objetivo General

Sistematizar la experiencia de cómo influye recibir apoyo familiar en el bienestar psicológico de los Adultos Mayores en un Centro de Salud de Guayaquil en el 2025

2.2 Objetivos específicos

Describir el nivel y el tipo de apoyo es el recibido por los adultos mayores que acuden al centro de salud.

Interpretar las reacciones emocionales y conductuales que se encuentran asociadas con el bienestar psicológico de los adultos mayores.

Determinar la relación generada entre el apoyo familiar percibido y el índice de bienestar psicológico presente en los adultos mayores.

III. Eje de la Intervención o Investigación

El eje central de la presente sistematización se basa en la influencia del apoyo familia en el bienestar psicológico de los adultos mayores, orientándose a comprender como las relaciones y el apoyo familiar influyen a nivel cognitivo, sociales y estados emocionales de los adultos mayores.

IV. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación

4.1 Envejecimiento

Vejez es un proceso social, biológico y psicológico, en Ecuador es considerado un adulto mayor a todas personas a partir de los 65 años como se establece en la Ley Orgánica

de las Personas Adultas Mayores (La República del Ecuador, P., 2019), por otra parte, La comisión económica para América Latina y el Caribe CEPAL (1997), plantea abordar el desarrollo individual basándose en la edad cronológica, misma que representa en cantidad de años vividos el cual es el indicador más utilizado para denominar o no a una persona adulto mayor por parte de la psicología no es refleja el estado real de la persona ya que no se toma en cuenta aspectos como salud emocional, mentalidad o funcionabilidad.

La edad social hace referencia a los roles que mantienen asignados en la sociedad dependiendo de su edad, dentro de la psicología es un proceso muy importante ya que ayuda de forma significativa sentirse útiles para mejorar su sentido de pertenecía e independencia, (Domínguez O, 1982).

La edad subjetiva se refiere a como se percibe el adulto mayor independiente de la edad, ya que generalmente se perciben de menor edad, beneficiando su autoestima y generando indicadores de bienestar psicológicos positivos, se debe tomar en cuenta que en esta percepción influye de forma significativa el entorno social, el apoyo y reconocimiento que recibe por parte de su familia (Aftab, A., Lam, J. A., Thomas, M. L., Daly, R., Lee, E. E., & Jeste, D. V, 2022).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en proceso de envejecimiento no debe ser considerado como una enfermedad a pesar del deterioro que se genera en el ámbito social, físico y psicológico, es una etapa que se genera de forma normal en el ciclo vital el cual se debe vivir con calidad de vida.

Al tratarse un proceso que no es uniforme en todas las personas se identificaron diferentes categorías de envejecimiento, según Rowe y Hahn se presentan tres

Envejecimiento normal

Se refiere al envejecimiento esperado, lo que se cree normal, donde se genera una disminución de forma gradual de las funciones sociales, físicas y cognitivas, sin la implicación de enfermedades o discapacidades, aceptando el riesgo de padecerlas con el paso de los años (Reyes, C. A., 1993)

Envejecimiento exitoso

Se propone como un envejecimiento deseable, como la realización de una etapa productiva, activa y plena, caracterizándose por la baja probabilidad de enfermedad y discapacidad, alto funcionamiento físico y mental, alto compromiso con la vida. (Brigeiro, M., 2005).

Envejecimiento patológico

Se caracteriza por el envejecimiento que se genera con enfermedades crónicas, deterioro cognitivo superior al esperado, aparición de discapacidad funcional y problemas de salud mental, el mismo puede ser el efecto del estilo de vida o factores genéticos (Córdoba, A. M. C., & Mantilla, M. S. Q, 2015)

4.2 Definiciones de Redes de Apoyo

Las redes de apoyo son un conjunto de personas con las que se desarrollan relaciones basadas en el acompañamiento, apoyo emocional o material, la misma esta generada por familiares, vecinos, amigos, compañeros, grupos institucionales. Son un factor de protección fundamental ante situaciones de estrés, enfermedad o riesgo tanto físico como mental, ayudando a conservar y mejorar la salud mental, la resiliencia y reforzar el bienestar

emocional. Se definen las redes de apoyo como, las vinculaciones informales de relaciones sociales que brindan medios afectivos, instrumentales o informativos efectivos para ayudar al afrontamiento en situaciones de vulnerabilidad (Lin, Ensel, Simeone y Kuo, 1979)

Las redes de apoyo se pueden encasillar de formas diferentes, ya sea por su origen, su función y su intensidad (Arias, C. J., Sabatini, M. B., Scolni, M. G., & Tauler, T., 2020)., a continuación, se va a presentar algunas de ellas

Redes formales e informales

1. **Redes informales** Son las que se generan con los lazos sociales que se producen con los amigos, vecinos, familiares y personas cercanas, son importantes por el apoyo cotidiano y espontaneo que se mantiene de estas.(Tracy, E., & Whittaker, J., 1999).

2. **Redes formales** Hace referencia a las redes que se estructuran por organizaciones o instituciones gubernamentales o no gubernamentales, ofreciendo servicios a grupos que mantienen algún tipo de necesidad, mantienen normativas y procesos instaurados.(Tracy, E., & Whittaker, J., 1999).

Tipos de apoyo

1. **Apoyo Emocional** Actividad de brindar acompañamiento afectivo en situaciones de vulnerabilidad, ayudando a gestionar emociones y acciones, mediante la escucha activa, validación de sentimientos, no generar criticas o juzgar.(Pilozo, A. G. M., Zapata, E. J. P., Salazar, J. A. L., Macias, D. S. P., & Carabajo, M. F. G., 2024).

2. **Apoyo instrumental** Es la colaboración tangible y práctica, puede ser ayuda material, con tareas, información y orientación. (Mohapatra. P., 2024).

3. **Apoyo de compañía:** El apoyo brindado de forma emocional y social, el mismo se puede generar desde la familia o círculos sociales cercanos. (Marín., 2023).

4.3 Importancia de las redes de apoyo en adultos mayores

Para los adultos mayores es muy importante y relevante la generación de las redes de apoyo para sustentar una calidad de vida digna, por la cantidad de cambios que se presentan en esta etapa, tanto físicos, cognitivos y sociales.

Diversos estudios psicogerontológicos han obtenido como resultado que los adultos mayores que tienen relaciones sociales positivas mantienen índices de depresión bajos, menor deterioro cognitivos, sentido de propósito, sentido de vida y una mejor calidad de vida, Antonucci (1986) llegó a la conclusión que en la vejez las redes sociales suelen ser más pequeñas y más emocionalmente significativa.

En el contexto latinoamericano el apoyo familiar significa el núcleo en las redes sociales, ya sea por hijos, hermanos, sobrinos, nietos o cuidadores, en el caso que estas redes de apoyo se vean limitadas o en conflicto, (Medellín Fontes, M. M., Rivera Heredia, M. E., López Peñaloza, J., Kanán Cedeño, M. E. G., & Rodríguez-Orozco, A. R., 2012). existen redes informales o formales a garantizar la calidad de vida de los adultos mayores.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) menciona a las redes de apoyo como un componente esencial, ya seas estas formales o informales, no únicamente para la resolución de necesidades básicas o prácticas, si no en el aspecto emocional, como en sentido de vida, sentirse valorado y útil en la sociedad (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores., 2020).

A nivel psicológico y comunitario las redes de apoyo son utilizadas no únicamente con un recurso para diagnóstico también se utiliza como una estrategia de intervención, mediante la evaluación de esta se puede identificar fortalezas y debilidades, brindando oportunidades para generar planes de acción, mediante actividades comunitarias, grupos de apoyo social, talleres psicoeducativos, entre otros. (*Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social: cuáles son, características y ejemplos.*, 2022).

4.4 La escala de bienestar psicológico de Ryff

Este es un instrumento creado por la psicóloga Carol Ryff, donde se busca medir el bienestar psicológico de las personas en las que se utilice, donde el bienestar psicológico no hace referencia únicamente a sentirse bien, más bien evalúa aspectos psicológicos como:

- Autoaceptación: Hace referencia a la visión que se mantiene sobre uno mismo.
- Relaciones positivas con otros: Se refiere a las relaciones sociales que se pueden generar y la calidad de estas.
- Autonomía: La suficiencia de autorregulación, toma de decisiones, sin la implicación de opiniones externas.
- Dominio del entorno: Capacidad de manejar las diferentes circunstancias que se generan día a día, tanto las barreras y limitantes como las oportunidades.
- Propósito de vida: Tener sus objetivos y metas claras las cuales sean una motivación para las actividades diarias y la superación de obstáculos.
- Crecimiento personal: Buscar el desarrollo personal en distintas áreas de la vida

V. Metodología

El enfoque de la presente sistematización es cualitativo, buscando comprender la influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico en los adultos mayores, permitiéndonos conocer de forma profunda las percepciones, emociones y vivencias, se utilizará un enfoque descriptivo las cuales se generarán sin opiniones que interfieran con el resultado, con un diseño fenomenológico transversal, es decir que la toma de datos y el proceso de investigación se realizara en un único momento.

Se generará un estudio descriptivo con la función de identificar y detallar los tipos y niveles de apoyo familiar que reciben, y exploratorio donde se examinara las reacciones que provoca el apoyo en cuanto al bienestar. El proceso se llevará a cabo con una muestra de 15 personas que cumplen los siguientes criterios: ser mayores de 65 años, se encuentren cognitivamente estables y disposición de participación.

Las técnicas de recolección de información que se utilizaran son las siguientes:

- Entrevista semiestructurada: Nos permitirá recolectar información sobre las experiencias y emociones de los adultos mayores,
- Observación no participante: Se generará la interpretación de las interacciones y los comportamientos de los evaluados.
- Test: Recolección de datos específicos en cuanto al bienestar psicológico de los evaluados.

La evaluación de la información se llevará de analítica, codificando y categorizando la información obtenida, se generará una triangulación de información tomando en cuenta la

observado, lo obtenido de los test y lo dicho, manteniendo como información fundamental lo dicho por los participantes.

4.1 Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Se realizó una investigación cuyo propósito fue identificar los criterios de validez y confiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en la población de la Zona 3 del Ecuador. Se desarrolló un estudio descriptivo de tipo instrumental con una muestra de 621 personas entre 18 y 65 años de edad, pertenecientes a las provincias de Chimborazo, Tungurahua, Pastaza y Cotopaxi. Para evaluar la confiabilidad se aplicó el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de .910, lo que evidencia una alta consistencia interna. Asimismo, se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio mediante el método de máxima verosimilitud, complementado con el índice KMO (0.949) y la prueba de esfericidad de Bartlett (955.854; $p = .000$), resultados que respaldan la pertinencia de un modelo de dos factores en esta población. En cuanto a la validez convergente y divergente, se determinó que el instrumento discrimina adecuadamente entre las dimensiones evaluadas. Estos hallazgos permiten concluir que la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff es un instrumento confiable y válido, lo que la convierte en una herramienta adecuada para la recolección de datos en investigaciones sobre bienestar psicológico en la población ecuatoriana. (Guacho Guado, Erick Santiago., 2018).

VI. Preguntas claves

6.1 Preguntas de Inicio

- ¿De qué manera se desarrolló la experiencia de la aplicación de las herramientas de recolección de información en los adultos mayores del centro de salud Guayaquil?

6.1 Preguntas Interpretativas

- ¿Cuáles fueron los resultados encontrados tras la aplicación de los instrumentos de información para determinar la relación entre el apoyo familiar y el bienestar psicológico en adultos mayores?

6.2 Preguntas de Cierre

- ¿Cuáles fueron las barreras y facilitadores durante el proceso de investigación sobre la influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico?

VII. Organización y procesamiento de la información

7.1 Recopilación de datos de la experiencia

A continuación, se presenta la Matriz de Recopilación de Datos de la Experiencia, donde se presenta la información del proyecto generado, se presenta fechas, actividades realizadas, los participantes e involucrados y las observaciones.

Actividades	Fecha	Participantes	Observaciones Relevantes
Fase de planificación	20/11/2024	<ul style="list-style-type: none"> • Practicante • Psicóloga del CS 	Se acordó con la directora encargada y la psicóloga del centro de salud el proyecto a llevar a cabo

		<ul style="list-style-type: none"> • Director a del CS	
Exposición del proyecto al equipo del centro de salud	24 25/11/20 26/11/20 24	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del centro de salud <ul style="list-style-type: none"> • Practicante <ul style="list-style-type: none"> • Personal del centro de salud 	Se realizó la presentación del proyecto al personal médico y de trabajadores del centro de salud, el proyecto obtuvo una buena acogida y apoyo por parte del personal.
Primer contacto y acompañamiento de pacientes	24 28/11/20 29/11/2024 02/12/20 24 03/12/20 24	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud <ul style="list-style-type: none"> • Practicante <ul style="list-style-type: none"> • Pacientes 	La psicóloga de la institución brindo un espacio en el centro de salud para la presentación con el grupo de adultos mayores ya el proceso de familiarización con ellos.

Convocatoria a posibles participantes	4 05/12/20 24 06/12/20 24	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud <ul style="list-style-type: none"> • Practica nte <ul style="list-style-type: none"> • Adultos Mayores 	Un porcentaje alto de adultos mayores se encontraron incentivados por el proyecto presentado y decidieron formar parte del mismo
Revisión de la información de los posibles participantes	24 09/12/20 10/12/20 24	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud <ul style="list-style-type: none"> • Practica nte	Junto a la psicóloga verificamos las posibilidades de compromiso, acercamiento y colaboración de los posibles participantes
Selección de participantes	24 11/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud <ul style="list-style-type: none"> • Practica nte	Se realizo una reunión con los adultos mayores seleccionados para explicarles de forma

		<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	más amplia el proyecto a generarse y la firma en el consentimiento del proyecto		
Visitas domiciliarias	24	12/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud 	Visitamos el entorno familiar de los adultos mayores.	
	25	13/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Practicante 		
	25	16/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 		
	25	17/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Familiares 		
	25	18/12/20			
	24	19/12/20			
Inducción del proyecto junto con los familiares	24	20/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud 		Se converso con los familiares respecto al proyecto de forma rápida,

	24	23/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Practicante • Adultos mayores Familiares 	explicándole los objetivos del mismo y la metodología a usar.
Reunión con los adultos mayores por navidad	24	27/12/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud • Practicante • Adultos mayores 	Se realizo con conversatorio sobre las emociones que provocan las épocas navideñas, acompañadas de un taller sobre el manejo de las emociones, aislamiento social y conflictos familiares.
Aplicación de la primera entrevista al primer grupo de adultos mayores	25	02/01/20 06/01/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud • Practicante nte 	Se aplico al primer grupo de adultos mayores el cual constaba de los primeros 6 participantes, la

		<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	<p>entrevista a utilizar hace parte a la tabla de “Apoyo social”, donde los participantes detallan el apoyo que reciben por parte de sus familiares a nivel emocional, instrumental y de compañía.</p>
Taller para la generación de destrezas cognitivas en adultos mayores	03/01/2025	<ul style="list-style-type: none"> • Psicóloga del Centro de Salud • Practicante • Adultos mayores 	<p>Junto a la ayuda de la psicóloga encargada se genero un taller donde se realizaron actividades juntos a los adultos mayores para frenar el deterioro cognitivo.</p>

<p>Aplicación de la primera entrevista al segundo grupo de adultos mayores</p>	<p>06/01/20 25 07/01/20 25</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud • Practicante • Adultos mayores 	<p>Se aplico al segundo grupo de adultos mayores el cual constaba de 5 participantes, la entrevista a utilizar hace parte a la tabla de “Apoyo social”, donde los participantes detallan el apoyo que reciben por parte de sus familiares a nivel emocional, instrumental y de compañía.</p>
<p>Acompañamiento psicológico</p>	<p>09/01/20 25 10/01/20 25</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud • Practicante 	<p>Posterior a la entrevista realizada algunos de los participantes se vieron afectados al presentar baja cantidad de apoyo</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	familiar, por lo cual fue necesario realizar un proceso rápido de acompañamiento.
Aplicación de la segunda entrevista al primer grupo de adultos mayores	25	13/01/20	Se aplico al primer grupo de adultos mayores el cual consta de 6 participantes, la entrevista a utilizar hace parte a la tabla de las categorías del bienestar psicológico diseñadas por Carol Ryff, donde los participantes detallan los aspectos mas importantes para tener un funcionamiento psicológico saludable
	25	14/01/20	
		<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud • Practicante • Adultos mayores 	

<p>Aplicación de la segunda entrevista al segundo grupo de adultos mayores</p>	<p>20/01/20 25 21/01/20 25</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud • Practicante • Adultos mayores 	<p>Se aplico al segundo grupo de adultos mayores el cual consta de 5 participantes, la entrevista a utilizar hace parte a la tabla de las categorías del bienestar psicológico diseñadas por Carol Ryff, donde los participantes detallan los aspectos más importantes para tener un funcionamiento psicológico saludable</p>
<p>Primer análisis sobre las entrevistas</p>	<p>23/01/20 25 24/01/20 25</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud 	<p>Junto con la psicóloga encargada se realizó un análisis preliminar sobre los resultados obtenidos</p>

			<ul style="list-style-type: none"> • Practica nte 	para determinar los recursos a utilizar para poder generar un mejor entorno para los adultos mayores
Taller con familiares	25	27/01/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud 	Se brindo información y juegos de role-playing, donde se fortalecieron temas como la empatía y la paciencia.
	25	28/01/20	<ul style="list-style-type: none"> • Practica nte 	
			<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	
			<ul style="list-style-type: none"> • Familiares 	
Seguimiento a participantes que mostraron bajo apoyo familiar	25	29/01/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo a del Centro de Salud 	Acompañamiento individual a participantes que mostraron bajo apoyo familiar, donde se brindó herramientas de afrontamiento.
	25	30/02/20	<ul style="list-style-type: none"> • Practica nte 	
	25	31/02/20	<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	

Taller	25	04/03/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo 	Exposición de
	25	05/03/20	<ul style="list-style-type: none"> • Practica 	técnicas de
	25		<ul style="list-style-type: none"> • Adultos 	afrontamiento en
			<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	casos de soledad y
				mantener la
				motivación, los
				adultos mayores
				compartieron
				experiencias
				personales
Entrevista	25	10/03/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo 	Se realizaron
verbal para verificar	25		<ul style="list-style-type: none"> • Practica 	preguntas verbales
el avance del	25	11/03/20	<ul style="list-style-type: none"> • Adultos 	semiestructuradas a
proyecto	25		<ul style="list-style-type: none"> • Adultos mayores 	los adultos mayores
		12/03/20		para obtener
				resultados
		13/03/20		preliminares sobre el
				proyecto
	25			

<p>Análisis sobre la última entrevista realizada</p>	<p>18/03/20 25</p>	<p>• Psicólogo a del Centro de Salud • Practica nte</p>	<p>Con el acompañamiento de la psicóloga se realizó el análisis de las respuestas obtenidas por los participantes, donde se confirmo avances en cuanto al involucramiento familiar</p>
<p>Sistematización de toda la información obtenida</p>	<p>19/03/20 25 20/03/20 25</p>	<p>• Practica nte</p>	<p>Toda la información obtenida se organizó de forma sistemática en tres matrices, la primera que presenta los resultados de la primera entrevista, la segunda con los resultados de la segunda entrevista y una tercera tabla</p>

			presentado los avances obtenidos.	
Cierre del proyecto y presentación a los participantes.	25	24/03/20	<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogos • Practicantes • Personal del centro de salud • Adultos mayores • Familiares 	Se presentaron los resultados de broma confidencial sin revelar las identidades de los participantes y las recomendaciones para continuar con el proceso de mejora.

7.2 Entrevista

La recolección de datos se generó utilizando entrevistas semiestructuradas generadas en dos sesiones de 25 a 30 minutos, se elaboró un instrumento de recopilación donde se utilizaron dos tablas, cada una correspondiente a una variable, una de ellas apoyo social y las categorías del bienestar psicológico diseñadas por Carol Ryff.

Los procesos se realizaron bajo los principios éticos de la investigación social, el lugar donde se realizaron las entrevistas fue en el centro de salud utilizados para las prácticas

en el consultorio donde se desarrolla la atención psicológica, por lo que se contó con un espacio adecuado para la generación de estas, brindando la privacidad necesaria y concentración, siendo favorable para la obtención de resultados fiables y de mayor validez. Al iniciar la evaluación se tomó al paciente los datos necesarios, antecedentes que puedan ser relevantes a nivel cognitivo, médico y social.

Las entrevistas semiestructuradas nos brindaran un enfoque cualitativo, diseñadas para darnos la perspectiva que tienen los entrevistados de una forma clara tomando en cuenta aspectos instrumentales, sociales y emocionales, garantizando la confiabilidad de la investigación, adicional a esto se utilizó el método de observación, fue importante la retroalimentación recibida por distintos profesionales del área de la salud, y la adecuación del lenguaje y la adecuación cultural para poder disminuir los sesgos existentes.

Directrices para desarrollar los instrumentos para la recolección de información.

Se realiza la preparación previa, revisamos los guiones para las entrevistas, verificar que los instrumentos estén correctamente estructurados e impresos, verificar que el consentimiento informado se encuentre firmado.

Como segundo punto tenemos el dar inicio a la entrevista, aquí se encuentra la presentación y la explicación acerca del propósito del proyecto, verificar que la participación sea voluntaria, debido a la confidencialidad debemos otorgar un código a cada participante.

En tercer lugar, tenemos el desarrollo, generar las preguntas abiertas en cada categoría, anotar las citas textuales, registrar el comportamiento y desarrollo de emociones.

Como último punto tenemos la etapa de cierre, agradecimientos por la participación, verificar información adicional que el participante desea adicionar.

Tabla 1.

Categoría de Apoyo Social	Descripción del apoyo recibido	Ejemplos / Citas textuales relevantes	Observaciones del entrevistador
Apoyo emocional			
Apoyo instrumental			
Apoyo de compañía			

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2.

Dimensión del Bienestar Psicológico	Descripción según el discurso del participante	Ejemplos / Citas textuales relevantes	Observaciones del entrevistador
Autoaceptación			

Relaciones positivas con otros			
Autonomía			
Dominio del entorno			
Propósito en la vida			
Crecimiento personal			

Fuente: Adaptado de Ryff (1989)

7.3 Participantes

La investigación se realizó con un grupo de 11 personas adultas mayores con edad superior a 65 años, constando por dos personas sexo masculino y nueve de sexo femenino, todas, las mismas acudían al centro de salud donde se generó el proceso de prácticas, la selección de los entrevistados se realizó por muestreo intencional, cumpliendo con las características mencionadas y adicional estar cognitivamente orientados, ser participantes de forma voluntaria; la selección se coordinó con funcionarios del centro de salud, ya que brindaron una orientación hacia los posibles seleccionados.

Al finalizar las entrevistas y el proceso de observación, se procede a la organización de la información obtenida, primero se realizó una matriz donde consta, las respuestas e

información de cada categoría, los participantes, permitiéndonos obtener coincidencias y diferencias, adicional se realizó un análisis individual de cada participante.

Posterior a esta matriz se generó un análisis mediante codificación abierta, donde se menciona el tipo de apoyo, la frecuencia y la calidad de apoyo que perciben los adultos mayores; en cuanto a la segunda variable que es el bienestar psicológico se revisó el contenido, se codifica mediante los indicadores de presencia, ausencia o dificultad, se identificó la percepción generada.

Se posiciono cada entrevistado bajo un perfil; adultos mayores con alto nivel de apoyo emocional, nivel medio de apoyo e intermedio, respectivamente cada uno ligado a alto bienestar, bajo bienestar e intermedio.

Para finaliza el análisis de información se realizó la triangulación de esta, donde se tomó en cuenta lo mencionado por los participantes, lo observado y la teoría, se genera la conclusión basada en patrones, información clave y las recomendaciones.

En la primera matriz se recolectó la siguiente información:

P1 mantiene un apoyo emocional alto y de calidad por parte de su familia especialmente por parte de sus hijos, se siente escuchado, adicional esto mantiene apoyo instrumental e informativo, en cuanto a ayuda en compras y compañía a distintos lugares.

P2 en este participante se presentó un apoyo emocional bajo, indicando tener poco afecto familiar, a pesar de recibir apoyo instrumental de forma monetaria no se siente en

compañía. Manifestó sentimientos de estorbo y carga para su familia, esto provocó un impacto negativo en su autoestima.

P3 su apoyo emocional se detectó como alta, ya que se siente escuchada al mantener conversaciones diarias con un miembro en su familia, apoyo instrumental y apoyo informativo. Indico tener una baja sensación de soledad por el acompañamiento que recibe por su familia.

P4 Indico mantener buena relación con su hija, la misma le da apoyo instrumental y apoyo informativo, adicional mantiene su compañía en varias ocasiones de forma semanal.

P5 El apoyo emocional, informativo e instrumental es casi nulo, vive solo. El participante manifestó abandono y aislamiento voluntario de la sociedad.

P6 Manifestó recibir comprensión por parte de su nieto, pago de servicios, ayuda en trámites y compañía, se sintió respaldado siempre, mantiene apoyo emocional, instrumental e informativo.

P7 No mantiene cercanía con su familia por lo que se genera un apoyo emocional bajo, la ayuda no es constante, escasa compañía, el paciente menciona mostrar resignación ante la soledad que mantenía.

P8 Junto a su esposa desarrollan apoyo emocional, instrumental e informativo, gracias a la relación que mantiene siente estabilidad.

P9 El apoyo emocional que recibe es frecuente generado por las conversaciones con su hijo, adicional tiene compañía en gestiones, apoyo instrumental ocasional en cuanto a los alimentos

P10 Recibe de forma moderada el apoyo emocional proveniente de sus hermanos, ayuda en la cocina potenciando el apoyo instrumental, información en temas médicos, y compañía a citas médicas.

P11 El apoyo recibido es por parte de su vecina, proporcionándole apoyo instrumental en cuanto a la alimentación, informativo a nivel médico y le brinda acompañamiento en el área de salud, indico que su vecina suplía a sus familiares cercanos.

Basándonos en el análisis de la información se puede determinar que todos los adultos mayores del centro de salud viven obtienen distintos tipos de apoyo por parte de sus familiares, algunos de estos presentaron relaciones sólidas y frecuentes satisfaciendo sus necesidades tanto físicas como psicológicas, por otra parte, existe un porcentaje inferior que muestra importantes deficiencias poniendo en peligro su bienestar.

Es importante generar mayor número de redes de apoyo en los adultos mayores, impulsar la autonomía, incentivar las interacciones familiares, adicional a esto reconocer los casos de riesgo generado acompañamiento y las herramientas necesarias para reducir el riesgo de el peligro de bienestar emocional.

De la segunda parte de la entrevista se mantiene la siguiente información:

P1 Presento una percepción muy buena y positiva de su vida y de si mismo. La mayoría de sus respuestas se centran en niveles altos, reflejando confianza en sí mismo y en su entorno, mantiene herramientas de afrontamiento, se determinó que su bienestar psicológico es alto.

P2 En sus respuestas mantuvo niveles bajos, indicando problemas para aceptarse a sí mismo, se presenta dependencia emocional, se presenta un nivel bajo de bienestar emocional psicológico, tienen estados de ánimo negativos

P3 Indico un índice de bienestar altamente positivo, con un nivel de aceptación alto y conservando su independencia en ciertas decisiones, indicador de un envejecimiento activo.

P4 Presento confusión en sus respuestas, no existió claridad para la determinación de bienestar emocional, pudo haber sido respuesta a una etapa de cambios o ajustes a nivel social.

P5 A través de sus respuestas se pudo obtener la presencia de una inquietud emocional, indicando pérdida del sentido vital, aislamiento, entre otros factores, esto sugiere una probable depresión, y la necesidad de intervención psicosocial.

P6 En este caso se presentó bienestar psicológico, se presentó satisfecho con su vida y autonomía, esto se genera cuando un adulto mayor se mantiene emocional y físicamente activo.

P7 Mas allá de bienestar se manifestó resignación, se presentó soledad, falta de motivación y no mantiene un buen sentido de vida.

P8 Mediante sus respuestas se obtuvo un nivel de bienestar, presentó autonomía y vínculos positivos, un alto nivel de autorrealización.

P9 Se presentó un nivel de bienestar y funcionalidad, se enfrenta esta etapa con madurez y confianza.

P10 Sus respuestas manifestaron una posición neutral, esto suele suceder en adultos mayores que han tenido estabilidad en su vida, pero sin presentar un sentido de vida.

P11 Su nivel de bienestar se determinó como alto, manteniendo relaciones interpersonales positivas, estando relacionado a una vida activa y significativa.

Se pudo determinar que el bienestar en el envejecimiento no es igualitario, si no que depende del contexto social que se desarrolla, las experiencias vividas, los recursos disponibles y la capacidad de adaptación.

VIII. Observaciones específicas durante la experiencia

Se sistematizo la información de acorde a lo planeado, se tomaron en cuenta las dos variables apoyo psicológico y bienestar psicológico, para generar la codificación y la organización de la información se tomaron en cuenta los hallazgos que se obtuvieron a través de las entrevistas y la escala de bienestar psicológico de Ryff.

8.1 Matriz de observacion durante la experiencia

Compresión de Instrucciones	Interacción con la Prueba	Comportamientos Específicos	Adaptabilidad y Modificaciones de prueba.
Se les brindo las	Al observar	La mayor parte del proceso se generó	Existieron casos que fue

<p>instrucciones necesarias para que se realice de forma correcta la recolección de datos, al tratarse de adultos mayores en algunos casos fue necesario reformular y explicar nuevamente las preguntas, la dificultad que existió para la comprensión puede estar ligada a los cambios que se generan por el envejecimiento, como las limitaciones</p>	<p>dificultad en algunos adultos mayores fue necesario brindar ayuda verbal para el entendimiento correcto de la información, también se logró identificar que en los casos que se relacionaban con ejemplos claros y situaciones dirías era más sencillo entender la consigna.</p>	<p>colaboración por parte de los participantes, a pesar de esto cuando las preguntas trataban temas más complejas estos mantenían dificultad a nivel de atención y frustración, por otra parte, en temas en los que sentían seguridad, su colaboración y predisposición era evidente por medio de sus procesos cognitivos, se presentó una mayor concentración y entendimiento.</p> <p>Se observó que es importante tomar en cuenta como el tipo de pregunta, el contexto y la comodidad con el</p>	<p>necesario el uso de ejemplos para una mejor comprensión, dicho ajuste se produjo cuando las preguntas tenían un nivel de abstracción o procesamiento verbal superior al cotidiano.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>cognitivas, es importante tomar en cuenta estas limitaciones al momento de evaluar y analizar sus respuestas.</p>		<p>tema influye en la información brindada.</p>	
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------	--

8.1 Recopilación de Documentos

La información se organizó la información de acuerdo con lo planeado, se incorporaron los datos cuantitativos los cuales se obtuvieron mediante la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y los datos cualitativos obtenidos a través de la entrevista de apoyo familiar recibido, también las citas textuales y los comportamientos observados.

Tabla 3. Matriz de Organización Inicial de la Información.

Participante	Apoyo emocional	Apoyo instrumental	Apoyo de compañía	Citas textuales / Observaciones relevantes

1	Se siente escuchada y querida por sus hijos	Tiene apoyo económico en cuanto a las compras y medicinas	Períodicamente le acompañan al médico	“Siento el amor de mi familia cuando me llaman”
2	No siente afecto por parte de su familia	Recibe dinero mensual	No recibe vistas ocasionales	“Me siento un estorbo”
3	Mantiene conversaciones con su nieta diariamente	Se encargan de su alimentación	Salen a caminar	“Ellos con mi compañía”
4	Tiene una buena relación con su hija	Le brindan ayuda en las tareas cotidianas del hogar	Comparte con su familia una vez a la semana	“Me dan tranquilidad”
5	Siente que sus palabras y actos no son	No tiene ayuda	Vive solo	“no tengo familia”

	tomados en cuenta			
6	Se siente escuchado por su nieto	Recibe apoyo económico en el pago de servicios básicos	Mantien e compañía a citas medicas	“Sie mpre están para mi”
7	No tiene cercanía con su familia	Le dan dinero ocasionalmente	Vive solo	“No necesito a nadie”
8	Su relación se centra únicamente en su esposa	Su esposa y el, se ayudan el uno al otro	Se acompañan mutuamente	“Ju ntos todos es más sencillo”
9	Frecuent emente conversa con su hijo	Tiene ayuda para transportarse	Tiene compañía en tramites	“Mi hijo me escucha siempre”

10	Se siente escuchado por sus hermanos	Eventualmente recibe ayuda con los alimentos	Recibe visitas en fechas especiales	“Me siento querido”
11	Su relación cercana es con su vecina	Ayuda dentro de su hogar, sobre todo en la cocina	Su vecina le da compañía	“Es como mi familia”

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 4. Matriz de Organización Inicial de la Información.

Participante	Citas textuales / Observaciones relevantes	Tipo de apoyo	Frecuencia del apoyo	Calidad del apoyo percibido
1	“Siento el amor de mi familia cuando me llaman”	Apoyo emocional	Constante	Alta

2	“Me siento un estorbo”	Apo yo emocional	Baja	Baja
3	“Ellos con mi compañía”	Apo yo de compañía	Constante	Alta
4	“Me dan tranquilidad”	Apo yo emocional	Regular	Alta
5	“no tengo familia”	Apo yo social	Inexistent e	Nula
6	“Siemp re están para mi”	Apo yo instrumental	Constante	Alta
7	“No necesito a nadie”	Apo yo de compañía	Constante	Medi a

8	“Juntos todos es más sencillo”	Apo yo de compañía	Constante	Alta
9	“Mi hijo me escucha siempre”	Apo yo instrumental	Constante	Alta
10	“Me siento querido”	Apo yo de compañía	Ocasional	Medi a
11	“Es como si fuera de mi familia”	Apo yo de compañía	Constante	Alta

Fuente: Elaboración propia.

IX. Análisis de la Información

Este análisis se generó a partir de los resultados obtenidos durante la aplicación de la Escala de Bienestar Psicólogo de Ryff y la entrevista semiestructurada utilizada para verificar el apoyo familiar que percibieron los adultos mayores de un centro de salud de Guayaquil.

Dicha información fue obtenida mediante los dos instrumentos mencionados, organizada y sistematizada, posterior a esto se interpretó la información a través de distintas matrices.

9.1 Matriz de Recopilación de Datos de la Experiencia.

Mediante este instrumento se pudo organizar la información donde pudimos observar las fortalezas y limitaciones que se presentaron durante el proceso, la información mediante la cual se generó aprendizaje y las recomendaciones. Se intento brindar información importante acerca de la importancia del apoyo familiar en el bienestar psicológico en los adultos mayores, y como estos factores se relacionan en la calidad de vida.

Se identifico los facilitadores y limitantes que me mantuvo al momento de realizar el proceso de la recolección de datos, el entorno social en el que se desarrolló el proceso, si el metodo fue el indicado para la población, adicional se realizó el proceso comparativo entre la información obtenida a través de las entrevistas y en el proceso de aplicación de la escala de bienestar psicológico de Ryff, las recomendaciones para futuros procesos de investigación, las información adquirida y las reflexiones.

9.2 Matriz de Observaciones específicas durante la experiencia

Este instrumento nos dio paso a registrar y describir de forma detallada, concisa y rápida las conductas y reacciones que se observaron en los participantes al momento de haber realizado la aplicación de los instrumentos, permitiéndonos tomar en cuenta el contexto conductual de los participantes para un mejor análisis de la información.

Nos permitió registrar las diferencias significativas que se presentaron en los participantes dependiendo del tipo de pregunta generada en la entrevista y la comprensión de las mismas, fue necesario crear ciertas adaptaciones para el mejor entendimiento por parte de los adultos mayores.

No solo se documentó el proceso de la experiencia, también permitió verificar la adaptabilidad, los factores externos y el nivel de colaboración que mantuvieron los participantes.

9.3 Matriz de Organización Inicial de la Información.

El mencionado instrumento fue utilizado para registrar, sistematizar y codificar la información obtenidos a través de los instrumentos de entrevista donde se registraron las variables del apoyo percibido por parte de los adultos mayores, donde se determinó el tipo de apoyo, el nivel de apoyo, y el análisis de citas textuales otorgadas por el participante.

En la segunda parte de la matriz se pudo organizar y sistematizar el tipo de apoyo, la frecuencia y la calidad, en cuanto al tipo de apoyo se tomaron en cuenta el apoyo emocional, instrumental y de compañía, y un único caso de ausencia de apoyo; en la frecuencia se organizó mediante constante, ocasional, baja, regular e inexistente; y calidad se organizó en alta, nula y media.

Además, a esto la matriz permitió el acceso al análisis de patrones comunes, a la identificación de casos singulares que necesitaron un proceso de acompañamiento, se generó un proceso de codificación abierta, oriento el análisis de la forma esperada y fue un excelente instrumento para la generación de conclusiones sobre la influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico de los adultos mayores.

X. Justificación

La experiencia del proyecto se generó en consecuencia a la necesidad provocar comprensión hacia el bienestar de los adultos mayores y la importancia del apoyo familia en el proceso de envejecimiento, los adultos mayores es un porcentaje de la sociedad que se ha visto afectado por los distintos cambios sociales y demográficos que se han presentado, adicional a esto se generan deterioros propios de la edad a nivel social, cognitivo, físico y emocional, todos estos cambios influyen en la calidad de vida de los mismo.

Uno de los pilares para asegurar un envejecimiento satisfactorio y saludable es el apoyo familiar, yendo más allá del apoyo instrumental o físico, es importante el apoyo emocional que reciben por parte del entorno familiar, dando este apoyo un sentido de pertenencia, aumentando su autoestima y un sentido de vida, a pesar de ser una etapa crucial donde se necesita esta red de apoyo suele ser una de las etapas más solitarias de los adultos mayores o con una red familiar muy escasa, en muchos casos esto se genera por la migración de familiares, muerte de familiares, limitaciones propias de la edad, limitaciones económicas, entre otros factores.

El proyecto y la sistematización de este tiene como objetivo analizar y reflexionar acerca de la relación entre el bienestar psicológico y el apoyo familiar percibido por los adultos mayores de los adultos mayores que asisten de forma regular aun centro de salud de la ciudad de Guayaquil, con la ayuda de instrumentos de recolección de información como fue la utilización de entrevistas, la utilización de la escala de bienestar psicológico de Ryff y, la observación de las conductas; permitió realizar recolección de la información, mediante matrices se generó la organización y mediante un análisis la interpretación de los datos obtenidos.

Con una visualización desde el área clínica, el proyecto aporta con la información necesaria acerca del tipo, la calidad y la frecuencia del apoyo familiar se encuentra relacionada con el bienestar psicológico en adultos mayores. Este es un aporte significativo para generar intervenciones que fomenten la salud emocional, que fortalezcan las redes de apoyo familiares, y prevenir el deterioro social, psicológico y cognitivo.

A nivel social y comunitario, el mantener una calidad buena en el apoyo familiar, se forma un ente protector ante factores como la soledad y el aislamiento de la sociedad, mediante el proyecto se ayudó a promover iniciativas con la finalidad de que las redes y la integración sociales se fortalezcan, generando fortalecimiento en vínculos emocionales.

En el ámbito del área educativa la presente sistematización puede ser usada como herramienta para la enseñanza o capacitación de cuidadores, personal del área de la salud o voluntarios, incluyendo mejora en las capacidades de adaptabilidad de comunicación, identificar signos de malestar, y estrategias que ayuden a preservar el bienestar psicológico en adultos mayores.

Se ha podido identificar puntos claves permitiendo verificar limitantes y facilitadores para garantizar redes de apoyo aptas tanto a nivel comunitario como familiar, adicional esto puede ser una guía para programas institucionales y políticas públicas.

La sistematización registra una experiencia real vinculada al trabajo con adultos mayores, donde se demuestra la importancia del apoyo familiar en el bienestar psicológico de los adultos mayores. Mas allá de ser beneficioso para su sentido de pertenencia y autoestima, actúa como una barrera ante la soledad, a la afectación psicológica del deterioro físico y cognitivo y el aislamiento social, el proyecto generado nos permite reconocer que no solo es

una problemática del área clínica si no también del contexto comunitario, aportando información importante para diseñar intervenciones adecuadas que promuevan la salud y el bienestar psicológico.

XI. Caracterización de los beneficiarios

La experiencia de sistematización se realizó en un centro de salud de Guayaquil, con la finalidad de considerar la influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico en los adultos mayores que asisten recurrentemente al centro de salud, la sistematización se realizó enfoque descriptivo, con la participación de 11 colaboradores adultos mayores los cuales constaba de nueve mujeres y dos hombres, todos mantenían características físicas y emocionales parecidas.

XII. Interpretación

La experiencia de investigación que se realizó en un centro de salud de la ciudad de Guayaquil posibilitó un acceso a la realidad que viven los adultos mayores de dicho establecimiento, como es la interacción familiar y de qué forma esta afecta en su bienestar psicológico, en proceso se desarrolla desde un enfoque descriptivo, se generó perspectiva amplia, la misma se logró mediante la integración de datos cualitativos y cuantitativos que se obtuvieron mediante un proceso de observación conductual, encuestas semiestructuradas en

conjunto con el test de bienestar psicológico de Ryff; provocando una interpretación más integral.

A nivel historia y cultural la experiencia muestra como antes mediante las estructuras familiares tradicionales brindaban mayores lazos de apoyo y con una mejor calidad, lamentablemente estos procesos se han visto deteriorados por los cambios sociales como evolución de las relaciones interrelacionales, migración, transformación económica y cambios en la estructura familiar. Factores que se desencadenaron falta de atención y tiempo que se brindaba entre los participantes de una familiar.

En cuanto al centro de salud se brindó un espacio para la interacción de adultos mayores yendo más allá del aspecto médico, por medio de la investigación se encontraron limitaciones entre los servicios dados por las instituciones y las estrategias que se brindaban, donde se verifico la importancia de cubrir la necesidad de realizar programas de orientación y actividad que aliente a las relaciones intergeneracionales.

En la comparación entre géneros se obtuvo que las mujeres adultas mayores tienen una red de apoyo más sólida, en la mayoría de los casos esto se debe a que el género femenino suele ocupar el rol de cuidador en el hogar, por otra parte, en los hombres se detectó un distanciamiento más notorio en cuanto a los vínculos familiares que se perciben por parte de sus familiares, esto pueden deberse a estereotipos culturales, migración por trabajo, expresión emocional masculina limitada. Nos da como resultado que otro factor importante a tomar al realizar una intervención debe ser el género.

A nivel de malestar psíquico, se obtuvo que al percibir menor apoyo familiar se generan sentimientos de resentimiento, desmotivación, tristeza y soledad; afectando

directamente al ; bienestar psicológico, generando aislamiento social, baja autoestima y razón de ser; por otra parte cuando se percibe un alto nivel de apoyo familiar también se verifican mayores beneficios emocionales y un mayor nivel de bienestar psicológico, al ser el apoyo de calidad y constante genera mayor sentido de pertenencia, optimismo, disposición a participar y mayor resiliencia, a pesar de algunos casos presentar limitaciones físicas o cognitivas debidas a la edad.

En cuanto a las emociones y experiencias que se generaron en los participantes al momento de la aplicación de las herramientas de recolección de información, hubieron participantes que se sintieron escuchados y tomados en cuenta para contribuir en la sociedad, en otros represento un tiempo de reflexión sobre su condición familiar y su bienestar, existieron participantes que sintieron tensión y memorias dolorosas sobre sus vínculos familiares.

A nivel de aprendizaje, se fortalecieron habilidades para aplicar instrumentos de investigación y recolección de datos, análisis de información, interpretaciones de datos que integren distintas variables como edad, genero, cultura; capacidad de adaptabilidad, entre otros.

En resumen, mas allá de aportar información importante para comprender como el apoyo familiar puede influir en el bienestar psicológico de los adultos mayores, nos brinda una perspectiva mas amplia de investigación y factores que se deben tomar en cuenta, como la perspectiva cultural e histórica para el correcto análisis, tomar en cuenta la cognición de los participantes para la adaptabilidad de las herramientas a utilizar; el análisis generado invita a meditar sobre las políticas publicas y comunitarias vigentes y el fortalecimiento que se debe generar en las mismas, promoviendo entornos sociales y familiares con mayor

comunicación, solidaridad e inclusivos, en los cuales los adultos mayores se sientan participes de las actividades desarrolladas. Los aprendizajes obtenidos integran una base para desarrollar futuras investigaciones a nivel gerontológico.

XIII. Principales logros del aprendizaje

En cuanto a la recolección de información se realizó mediante tres herramientas, entrevista semiestructurada en la cual se examinó la percepción que tienen los adultos mayores del apoyo familiar; test de bienestar psicológico de Ryff donde se evalúan aspectos como autonomía, propósito de vida, dominio del entorno, relaciones positivas, autoaceptación y crecimiento personal; adicional se realizó observación directa en la

conducta de los participantes la cual brindo información cualitativa favoreciendo el análisis sobre las respuestas emocionales y la interacción social.

Se evidencio que el apoyo familiar más brindado por parte de los familiares es instrumental, es decir, con ayuda física y actividades diarias, por otra parte, el apoyo emocional es el más restringido, en la entrevista se pudo contestar que aquellos adultos mayores con mayor apoyo emocional mostraron una autoestima mejor establecida y más sólida, mediante la observación se verifico que mantenían mayor disposición a colaborar en actividades grupales. Por otra parte, los participantes que carecían de este apoyo presentaron sentimientos de tristeza, soledad y distanciamiento social, los cuales perjudicaban su bienestar y la participación en la comunidad, a través de los hallazgos se fortaleció la importancia de trabajar refuerzo de vínculos familiares como variable fundamental en el bienestar mental en la vejez.

En cuanto a los objetivos presentados, se describió de forma precisa el tipo y nivel de apoyo familiar que percibían los adultos mayores por parte de sus cuidadores, se expusieron las reacciones conductuales y emocionales en consecuencia al apoyo recibido lo cual nos ayudó a determinar su bienestar psicológico, al generar la relación entre el apoyo familiar percibido y el bienestar psicológico se encontró una correlación positiva entre las variables presentadas.

El conocimiento preexistente sobre procesos de investigación, análisis de conductas, técnicas de entrevistas y la instrucción psicológica en el área académica, fue indispensable para dirigir al diseño metodológico y a la correcta interpretación de la información obtenida, donde se pudo vincular los aspectos comunitarios, familiares y clínicos.

En las experiencias positivas se destaca la predisposición y cooperación por parte de los adultos mayores participantes, compartieron sus experiencias y reflexiones, se creó un ambiente de confianza donde se garantizó la correcta expresión de las emociones ya sean positivas o negativas, por otra parte, a nivel negativo se destaca la poca participación que existió en algunos casos por parte de los familiares de los adultos mayores, este factor limitó la comparación entre las distintas percepciones de su círculo familiar, información que hubiese sido beneficiosa para el proyecto. Limitantes como recursos y tiempo impidió realizar un seguimiento prolongado.

El método utilizado nos permitió no obtener únicamente datos cuantitativos, mediante procesos como la observación y entrevistas se generó matrices con información subjetiva y contextual, por lo cual se vuelve un modelo capaz de adaptarse a otras comunidades o grupos de estudio.

El impacto que se logró fue positivo se verificó un aumento en el compromiso que deben mantener los adultos mayores por parte de sus cuidadores y familiares, generando mayor interacción en la comunidad reduciendo el sentimiento de aislamiento. A nivel individual dejó enseñanzas importantes en el equipo de investigación, como las adaptaciones de preguntas dependiendo de la variabilidad cognitiva, el contexto comunitario, entre otros factores; adicional a esto la instauración de metodologías combinadas frente a la necesidad de incluir estrategias para la participación.

XIV. Conclusiones

Al finalizar con la experiencia de sistematización basada en la influencia del apoyo familiar en el bienestar psicológico de los adultos mayores en un centro de salud en la ciudad

de Guayaquil, se determinó. La sistematización de la experiencia permitió evidenciar que el apoyo familiar constituye un factor clave en el bienestar psicológico de los adultos mayores atendidos en el centro de salud de Guayaquil en el 2025. El acompañamiento, la cercanía y la valoración de la familia fortalecen su autoestima, reducen sentimientos de soledad y potencian una mejor adaptación a esta etapa de vida, demostrando que la red familiar es un pilar fundamental para su calidad de vida.

Al describir el nivel y tipo de apoyo recibido por los adultos mayores, se constató que el respaldo familiar se manifiesta principalmente a través de la compañía emocional, la asistencia en el cuidado personal y la ayuda en gestiones cotidianas. Sin embargo, el grado de apoyo varía entre los participantes, siendo más satisfactorio en quienes cuentan con una red familiar cercana, lo cual influye de manera directa en su percepción de bienestar.

La interpretación de las reacciones emocionales y conductuales evidenció que los adultos mayores con mayor apoyo familiar experimentan sentimientos de seguridad, tranquilidad y alegría, lo que se refleja en conductas más participativas y resilientes. En contraste, quienes perciben escaso acompañamiento muestran tendencia al aislamiento, tristeza y apatía, reafirmando la relevancia de los vínculos familiares como soporte emocional y social.

Al determinar la relación entre el apoyo familiar percibido y el bienestar psicológico, se comprobó que existe una correlación positiva y significativa: a mayor apoyo familiar, mayor es el nivel de satisfacción personal y equilibrio emocional de los adultos mayores. Esto confirma que el fortalecimiento de las relaciones familiares se convierte en una estrategia esencial para promover un envejecimiento más saludable y con mejor calidad de vida.

XV. Recomendaciones

1. Ejecutar programas de apoyo familiar y comunitario

La principal recomendación es ejecutar en el centro de salud programas de participación comunitaria y familiar, que integren tanto la salud física como la salud emocional de las familias y comunidad; buscando generar vínculos intergeneracionales, fortalecimiento emocional, y crear un vínculos social protector.

2. Capacitación al personal del centro de salud sobre intervención psicosocial con adultos mayores.

Impartir conocimiento al personal sobre las herramientas y técnicas necesarias para generar procesos de intervención psicosocial, implica generar espacios seguros de expresión, adaptabilidad de herramientas y técnicas, análisis de la información, brindar empatía y acompañamiento, desarrollo de talleres, jornadas de convivencia, un personal dedicado y especializado ofrece una atención integral y de calidad a los adultos mayores.

XVI. Referencias Bibliográficas

Domínguez, O. (1982). *La vejez, nueva edad social*. Andrés Bello.
https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=pCj_CkxdDY8C&oi=fnd&pg=PR9&dq=edad+social+&ots=XD3sW8BExx&sig=rOwlgab08a9R85oM6bkCSKQHYDU&redir_esc=y#v=onepage&q=edad%20social&f=false

Aftab, A., Lam, J. A., Thomas, M. L., Daly, R., Lee, E. E., & Jeste, D. V. (2022). Subjective age and its relationships with physical, mental, and cognitive functioning: A cross-sectional study of 1,004 community-dwelling adults across the lifespan. *Journal of psychiatric research*, 152, 160–166. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.06.023>

Córdoba, A. M. C., & Mantilla, M. S. Q. (2015). Reflexiones grupales en gerontología: el envejecimiento normal y patológico. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (45), 173-180. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7795697>

La República del Ecuador, P. (s/f). *LEY ORGÁNICA DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES*. Gob.ec. https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf

Reyes, C. A. (1993). Envejecimiento normal. *Revista Estomatología*, 3(1).
https://estomatologia.univalle.edu.co/index.php/revista_estomatologia/article/view/5416

Brigeiro, M. (2005). " Envejecimiento exitoso" y" tercera edad": Problemas y retos para la promoción de la salud. *Investigación y educación en enfermería*, 23(1), 102-109.
<file:///C:/Users/pc/Downloads/Dialnet-EnvejecimientoExitosoYTerceraEdad-1313925.pdf>

Arias, C. J., Sabatini, M. B., Scolni, M. G., & Tauler, T. (2020). Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. *Avances en psicología latinoamericana*, 38(3), 1-15.

<https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/7901>

Tracy, E., & Whittaker, J. (1999). El mapa de la Red Social: Evaluación de Apoyo Social en la Práctica Clínica. *Material sin publicar. USA*. <http://www.victornieto.es/wp-content/uploads/2022/08/El-Mapa-de-Red-Social.pdf>

Pilozo, A. G. M., Zapata, E. J. P., Salazar, J. A. L., Macias, D. S. P., & Carabajo, M. F. G. (2024). Impacto del apoyo emocional de la familia en el desarrollo educativo. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 2917-2930.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/12538/18143>

Mohapatra, P. (2021). *Apoyo Instrumental | Definición, Beneficios y Ejemplos*. Study.com. <https://study.com/academy/lesson/instrumental-support-definition-examples-quiz.html>

Marin. (2023, junio 9). *Companionship care: What it is and how it works*. Leaf Complex Care; LeafCare. <https://leafcare.co.uk/home-care-services/companionship-care-what-it-is-and-how-it-works/>

Medellín Fuentes, M. M., Rivera Heredia, M. E., López Peñaloza, J., Kanán Cedeño, M. E. G., & Rodríguez-Orozco, A. R. (2012). Funcionamiento familiar y su relación con las redes de apoyo social en una muestra de Morelia, México. *Salud mental (Mexico City, Mexico)*, 35(2), 147–154.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252012000200008

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (13 de febrero de 2020). *Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores*. gob.mx. <https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores>

Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social: cuáles son, características y ejemplos. (2022). Unir.net. <https://ecuador.unir.net/actualidad-unir/modelo-intervencion-trabajo-social/>

Guacho Guado, Erick Santiago. (2018). Criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la Zona de planificación 3 del Ecuador. Ecuador :Ambato <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/0d5a3687-381d-4d1b-b826-8647182c8d96/content>

XVII. Anexo

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

Apreciado trabajador, este instrumento es estrictamente confidencial. A continuación, se te presentan 39 afirmaciones. Te pedimos que contestes con sinceridad cada uno de los ítems marcando con una (X) la opción que mejor describe lo que pensaste o sentiste durante el último mes. (No hay respuesta correcta o incorrecta, todas sirven).

DATOS GENERALES

Sexo: (1) Masculino (2) Femenino Edad: _____ Profesión: _____

Tiempo de actividad en el lugar de trabajo: _____

Área de trabajo: _____

Estado Civil: (1) Casado (a) (2) Soltero (a) (3) Conviviente (4) Divorciado (a) (5) Viudo (a)

Lugar de Procedencia: (1) Costa (2) Sierra (3) Selva (4) Extranjero

N°	Ítems	Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Cuando analizo la historia de mi vida, me siento satisfecho de cómo han resultado las cosas.					
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes comparto mis preocupaciones.					
3	Expreso fácilmente mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.					
4	Me preocupa cómo otras personas evalúan las elecciones que he hecho en mi vida					
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.					
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.					
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.					
8	No cuento con muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.					
9	Tiendo a preocuparme por lo que los demás piensan de mí.					
10	Me juzgo por lo que pienso que es importante, no por lo que otros piensan que es importante.					
11	Soy parte de una familia y he construido un modo (estilo) de vida a mi gusto.					
12	Soy una persona activa cuando realizo los proyectos que me propongo.					
13	Si tuviera la oportunidad, cambiaría muchas cosas de mí mismo.					
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.					
15	Tiendo a dejarme influenciar por personas con opiniones firmes.					
16	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.					
17	Me siento bien cuando pienso lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.					
18	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.					
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.					

N°	Items	Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.					
21	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.					
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.					
23	Tengo clara la dirección y objetivo de mi vida.					
24	Conforme pasa el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.					
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.					
26	He experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.					
27	Me resulta difícil expresar mis opiniones en temas controvertidos.					
28	Soy bastante eficiente, manejando mis responsabilidades diarias.					
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.					
30	Hace mucho tiempo; que dejé de hacer cambios importantes en mi vida.					
31	Me siento orgulloso de quién soy y de la vida que llevo.					
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.					
33	Siento que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.					
34	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.					
35	Las experiencias nuevas me desafían a replantear lo que pienso sobre mí mismo y el mundo.					
36	Pensándolo bien, con los años no he mejorado mucho como persona.					
37	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.					
38	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, desarrollo y crecimiento.					
39	Si no fuera feliz en mi vida, tomaría medidas efectivas para cambiarla.					

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN









