

Diagnóstico de las necesidades humanas: propuesta para mejorar la salud mental y emocional de adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, provincia de Colón, República de Panamá

REVISTA
REDES

Diagnosis of human needs: a proposal to improve the emotional to improve the emotional, mental health of older adults adults of Asilo Hogar Santa Luisa, province of Colón, Republic of Colón, Republic of Panama

Vega Z., Jazmina Itzel

Jazmina Itzel Vega Z.

jazmina.vega@udelas.ac.pa

Universidad Especializada de las Américas, Panamá

Revista Científica de la Universidad Especializada de las Américas (REDES)

Universidad Especializada de Las Américas, Panamá

ISSN: 1684-6737

ISSN-e: 2710-768X

Periodicidad: Anual

núm. 16, 2024

redes.revista@udelas.ac.pa

Recepción: 28 Abril 2023

Aprobación: 12 Julio 2023

Publicación: 01 Enero 2024

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/443/4434714027/>

Resumen: La investigación se sustenta en los planteamientos de la teoría de las necesidades humanas de Maslow. El objetivo fue realizar el diagnóstico de las necesidades humanas identificadas en los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, de la provincia de Colón, y a partir del mismo, aportar una propuesta para el mejoramiento de la salud mental - emocional, de esta población. Se encontró entre los asilos de la Provincia de Colón, una población de 117 adultos mayores, distribuidos en tres asilos. Se aplicó para los efectos, un primer instrumento a la población de adultos mayores no encamados del Asilo Hogar Santa Luisa, donde fue considerada la muestra, compuesta por los adultos mayores cognitivamente funcionales, no encamados del asilo. Un dato que resultó de impacto y que evidenció la condición emocional de los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, es que a la muerte de un anciano le suceden varios decesos, de otros adultos mayores en un periodo corto de tiempo. Información que se identificó, como producto de la entrevista inicial realizada a la encargada y responsable del Hogar. El diseño de investigación utilizado fue cuasi experimental. El tipo de estudio fue descriptivo – explicativo, con el análisis de los datos. Cabe destacar, con respecto al diagnóstico de las necesidades de los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, que la necesidad de seguridad, no se reflejó significativamente cubierta para la población de adultos mayores abordada, donde aun cuando se identificó que un 70% manifestó sentirse seguro en el Asilo, 40% reportaron sentir miedo en dicho lugar. Y así mismo donde el 50% señaló recibir visita, 80% declaró sentirse solo en el Hogar Santa Luisa. Con respecto a la necesidad de autorrealización resultó interesante encontrar que el 80% de los adultos mayores abordados, identificaron dicha necesidad, desde el logro de hacer algo en bien de alguna persona, y un 70% respondiendo a la misma necesidad, manifestó tener alguna meta pendiente. El 70% manifestó sentirse útil en el asilo. El resultado del diagnóstico de las necesidades de los adultos mayores, facilitó el aporte de una propuesta dirigida a la atención e intervención integral a los mismos, en aras de mejorar la salud mental - emocional de los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, en la provincia de Colón.

Abstract: The research is based on the approaches of Maslow's Theory of Human Needs. The objective was to carry out the diagnosis of the human needs identified in the elderly at the Santa Luisa Homecare, in the province of Colón, and from there, provide a proposal for the improvement of the mental-emotional health of this population. A population of 117 older adults, distributed in three nursing homes, was found among the asylums of the Province of Colón. For this purpose, a first instrument was applied to the non-bedridden elderly population of the Asilo Hogar Santa Luisa, where the sample was considered, composed of cognitively functional older adults, not bedridden from the nursing home. A fact that was of impact and that evidenced the emotional condition of the elderly of the Asilo Hogar Santa Luisa, is that after the death of an elderly person there are several deaths, of other elderly adults in a short period of time. Information that was identified, as a result of the initial interview carried out with the person in charge of the Home. The research design used was quasi-experimental. The type of study was descriptive - explanatory, with data analysis. It should be noted, with respect to the diagnosis of the needs of the elderly at the Santa Luisa Homecare; that the need for security was not significantly covered for the population of older adults approached, where even when it was identified that 70% said they were safe in the Homecare, 40% reported feeling fear in that place. And likewise, where 50% indicated that they received a visit, 80% declared that they felt alone at Santa Luisa Homecare. Regarding the need for self-realization, it was interesting to find that 80% of the older adults approached, identified this need; from the achievement of doing something for the good of someone; and 70% responding to the same need, stated that they had some goal in mind. 70% said they felt useful in the nursing home. The result of the diagnosis of the needs of the elderly, facilitated the contribution of a proposal aimed at comprehensive care and intervention for them; in order to improve the mental emotional health of the elderly at the Asilo Hogar Santa Luisa, in Colon province.

Keywords: older adult, diagnosis, human needs, emotional health, mental health.

INTRODUCCIÓN

Resulta destacable la premisa que la vejez no es una enfermedad, y ante la misma, se amerita un diagnóstico exacto, que permita partir de lo elemental, identificar cómo gestiona el adulto mayor, sus necesidades básicas; considerando cómo conduce hacia el logro de cada una. Estimar que responder a las necesidades prioritarias, facilita ascender al nivel de autorrealización, del cual no se excluye al adulto en la etapa de la vejez, sino por el contrario le puede motivar al envejecimiento activo que redunde en la salud mental emocional de esta población.

El objetivo fue realizar el diagnóstico de las necesidades humanas identificadas en los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, en la provincia de Colón y, a partir del mismo, elaborar una propuesta para el mejoramiento de la salud mental - emocional, de esta población.

El estudio responde a un enfoque basado en la Teoría de las necesidades humanas de Abraham Maslow (1943), el Modelo de necesidades del adulto mayor de Virginia Henderson (2018) y el Modelo de Selección, optimización y compensación (SOC) de Baltes y Baltes (1990) Martínez (2018). Durante la vejez, muchas enfermedades de esta etapa, resultan atendibles y otras incluso remediabiles, por lo que el reposo injustificado puede ser peligroso (Warren 1935, Fernández y Colom, 2010). La OMS (2015) relaciona el envejecimiento activo con el saludable, lo que responde a resaltar la triangulación de la adaptación, recuperación y crecimiento psicosocial en el proceso y consecuencias naturales del envejecimiento.

La adultez mayor como tal, atraviesa una serie de cambios, que vienen con necesidades específicas, cuya satisfacción llega a ser esencial; y se da el caso que no se toma en cuenta lo que el adulto mayor estime como prioritario intrínsecamente desde sus necesidades, pues se asume lo que los mismos requieren, según lo señalado en premisas teóricas que versan sobre los cambios biopsicosociales en la vejez (Ayala 2017). Se da el caso, que el adulto mayor puede llegar a atravesar esta etapa de la vida como sinónimo de tristeza y soledad. Sequeira, Cabeza y Guardia (2011) exponen la vejez como la etapa en la que de forma sucesiva se evidencian pérdidas, que pasados los 75 años favorecen ausencias de orden biológico, en el plano familiar y social. Así mismo, identifican la creciente problemática en el plano de la salud mental, lo que a su vez induce la aparición de la soledad como sentimiento. Al adulto mayor no le resulta fácil admitir que experimenta soledad sobre todo porque contando con familia no necesariamente le asiste cuando la requiera.

La Contraloría General de la República de Panamá (2016), en un informe detallado de la situación en el país, sustentó que la población de avanzada edad experimenta un incremento, el cual se estima irá en ascenso, al punto que para el 2050 ha de alcanzar el 24% del total de la población. Describe que la población mayor de 60 años experimentará un ritmo acelerado, por lo cual sugiere se instaure instituciones consagradas al cuidado de esta población y se implementen actividades que impulsen el cuidado y protección de estos (Arcia Jaramillo, 2020).

Este estudio resultó relevante porque se partió de un diagnóstico de las necesidades humanas existentes en la población de adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa y el resultado, generó una propuesta en la atención e intervención integral a los mismos, en aras de mejorar la salud mental – emocional de los adultos mayores residentes en el mismo, el cual se encuentra ubicado en la provincia de Colón, República de Panamá.

Materiales y métodos

Diseño experimental y tipo de estudio

El tipo de diseño de esta investigación realizada en Colón, fue de naturaleza aplicada; fue cuasi experimental, desde el paradigma de salud mental y emocional. El tipo de estudio, descriptivo explicativo, donde se analizaron los datos de forma detallada durante la fase de entrevista y diagnóstica.

Población en estudio y muestra

La población estuvo conformada por los adultos mayores que residen en el Asilo Hogar Santa Luisa, del corregimiento de Pilón, provincia de Colón, siendo un total de 30 adultos mayores. El tipo de muestra estadística fue por conveniencia, utilizando como criterio de inclusión un estimado de 10 adultos mayores con la tipología de no encamados y cognitivamente funcionales, lo cual fue señalado por la administración de esta Institución.

Instrumentos utilizados y variables

Los instrumentos utilizados fueron la entrevista, registro de observación, el índice de Katz (AVD) y una encuesta en base a la Pirámide de las Necesidades de Maslow. La variable dependiente la conformó los factores biopsicosociales implícitos en las necesidades de los adultos mayores, que promueven e influyen en la salud mental - emocional. En cuanto a la variable independiente, la constituyó propiamente, la propuesta para mejorar la salud mental- emocional de los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa.

Procedimiento

Para la realización del diagnóstico, se solicitó autorización para el ingreso al Asilo Hogar Santa Luisa, a la directora del mismo Sor Aida Otero, donde se presentó los aspectos requeridos para el abordaje de los adultos mayores; en correspondencia con los criterios

de inclusión para los mismos. Facilitada la autorización, se procedió a solicitar a los adultos mayores, su consentimiento con respecto a los instrumentos a ser aplicados; entrevista, registro y encuesta, solicitud que fue formulada a los mismos, de forma verbal y escrita.

Se procedió a realizar entrevista a 10 adultos mayores, no encamados y cognitivamente funcionales del Asilo Hogar Santa Luisa. El tipo de entrevista fue abierta, y se realizó de forma individual con cada uno de los adultos mayores, con el objetivo de favorecer una comunicación cómoda y transmitirles a los mismos seguridad y libertad en su participación. Se confeccionaron registros de observación conductual cubriendo rangos cortos (5 a 10 minutos) por sesión, con la finalidad detectar información, a partir de la observación detenida dirigida a cada uno de los adultos mayores, desde la participación de estos, según rutina establecida por la institución. Para los efectos se complementó con el Índice de Katz estimando así el nivel de independencia de los adultos mayores en las actividades de la vida diaria (AVD).

Les fue aplicada una encuesta en base a las necesidades humanas de la Pirámide de Maslow, abarcando en la misma las necesidades fisiológicas, de seguridad, de pertenencia, de autoestima y las de autorrealización. Se procedió al análisis de los datos arrojados de cada uno de los instrumentos aplicados, constituyendo desde la investigación, el diagnóstico de las necesidades humanas de los adultos mayores. Finalmente, el diagnóstico constituyó el sustento para fundamentar la propuesta dirigida a los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa de la provincia de Colón, con el objetivo de favorecer la mejora de la salud mental – emocional de esta población.

Resultados

A 10 adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, se les realizó entrevista. Se empleó con los mismos una guía de observación y se les aplicó una encuesta en base a la Pirámide de las Necesidades de Maslow.

La edad de los encuestados osciló entre los 60 a los 90 años, tal como se muestra en la

TABLA 1
Edad de los adultos mayores del Hogar Santa Luisa, provincia de Colón.

Edad	Cantidad	Porcentaje (%)
60-69	2	20
70-79	4	40
80-89	2	20
90 y más	1	10
No sabe o no se acuerda	1	10
Total	10	100

Fuente: Hogar Santa Luisa, provincia de Colón

Hogar Santa Luisa, provincia de Colón

Necesidades fisiológicas

En el nivel de jerarquía de las necesidades humanas, las fisiológicas están indicadas para la Pirámide de Maslow, en la base de la misma, representan las necesidades básicas. Para los adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, aun cuando a los que les fue aplicada la encuesta, como se observa en la Tabla 2, el 60% logra cubrir de forma individual, el ingerir sus alimentos, 10% requiere ayuda para realizar sus necesidades fisiológicas. Al respecto, los mismos manifestaron que experimentan frustración ante esta condición.

TABLA 2

Necesidades fisiológicas de los adultos mayores del Hogar Santa Luisa, provincia de Colón

Necesidad fisiológica	Cantidad	Porcentaje
Se viste solo	3	30%
Se alimenta solo	6	60%
Necesita ayuda para hacer sus necesidades fisiológicas	1	10%

Hogar Santa Luisa, provincia de Colón.

Necesidad de seguridad

En lo relacionado a las necesidades de seguridad, en la Tabla 3, se identifica que aun cuando un 30% manifestó sentirse seguro en el Asilo, 10% reportan al respecto sentir miedo en este lugar. Así mismo, 10% señaló recibir visita, y en este sentido, 50% declaró sentirse solo en el Hogar Santa Luisa. Resulta destacable, que la necesidad de seguridad, no se reflejó significativamente cubierta para la población de adultos mayores abordada.

TABLA 3

Necesidad de seguridad de los adultos mayores del Hogar Santa Luisa, provincia de Colón.

Necesidad de seguridad	Cantidad	Porcentaje
Se siente seguro en el Hogar Santa Luisa	3	30%
Ha sentido miedo en el Hogar Santa Luisa	1	10%
Recibe visita de algún familiar	1	10%
Se siente solo estando en el Hogar Santa Luisa	5	50%

Hogar Santa Luisa, provincia de Colón.

Necesidad de pertenencia

El sentido de pertenencia en la escala de las necesidades, se observa reflejado en la Tabla 4, donde 20% experimentan una convivencia reforzante, al sentir que cuentan con amigos entre la población del Hogar Santa Luisa, con los cuales conviven. Y así mismo, un 40% participó que, en este mismo sitio, aprecia un trato cariñoso por parte de quienes les atienden. Se identifica también que 40% señalaron experimentar afecto de parte de algún familiar.

TABLA 4

Necesidad de pertinencia de los ancianos del Hogar Santa Luisa, provincia de Colón

Necesidad de pertinencia	Cantidad	Porcentaje
Tiene amigos entre los que conviven en el Hogar Santa Luisa	2	20%
Siente que alguien de su familia lo ama	4	40%
Se siente rodeado de cariño entre quienes lo atienden	4	40%

Fuente: Hogar Santa Luisa, provincia de Colón

Hogar Santa Luisa, provincia de Colón Importar tabla

Necesidad de autorrealización

En la Tabla N° 5, se encuentra que el 20% de los adultos mayores abordados, identificaron la necesidad de autorrealización, en lograr hacer algo en bien de alguna persona. De igual forma 40% respondiendo a esta necesidad, dijeron tener alguna meta pendiente. Y estando en el Asilo Hogar Santa Luisa, 40% manifestó sentirse útil en este lugar.

TABLA 5
Necesidad de autorrealización de los ancianos del Hogar Santa Luisa, provincia de Colón.

Necesidad de autorrealización	Cantidad	Porcentaje
Tiene algo que desee hacer en bien de alguna persona	2	20%
Tiene algún sueño o meta pendiente	4	40%
Se siente útil en el Hogar Santa Luisa	4	40%

Fuente: Hogar Santa Luisa, provincia de Colón

Discusión

Se realizó el diagnóstico de las necesidades humanas en la población de adultos mayores del Asilo Hogar Santa Luisa, en la provincia de Colón. Para los efectos en trabajo con 10 adultos mayores, cuyas edades están distribuidas en los siguientes rangos: de 70 a 79 años 50%; 60 a 69 años 10%; 80 a 89 años 20%; 90 y mayores de 90 años 10%. No saben o no se acordó de su edad 10%. Este dato, aun cuando mínimo en relación a la muestra con la cual se trabajó, nos indica que en los adultos mayores existe la tendencia a que se deteriore la memoria. Al respecto señala Bilyk (2015, citada por Mercado, 2017), que, de cara al deterioro cognitivo experimentado por los gerontes, la psicología cognitiva, así como el psicodiagnóstico, resultan de beneficio en los respaldos preventivos de dicha alteración, y resalta lo productivo de estimar estrategias que mejoren la memoria de este grupo etario, como las acciones de entrenamiento a esta función mental y las programaciones centradas en la estimulación cognitiva y en la cognitiva – motriz.

La variable edad, contó con una Media de 76.43. La edad promedio de los adultos mayores encuestados correspondió a 76, valor que coincidió con la Mediana que de igual forma fue 76. Con respecto a las medidas de dispersión para esta variable la varianza =98.95 mientras que la desviación estándar = 9.95 años.

Al análisis de forma ascendente, en la encuesta de necesidades humanas de la población atendida, siguiendo el patrón de la Pirámide de Maslow, se encontró que, en las necesidades fisiológicas, el 100% a los cuales les fue aplicada la encuesta, en razón de la necesidad de alimentación, se reflejó que la cubren, y se alimentan solos sin asistencia. Sin embargo, respondiendo a la misma necesidad fisiológica, existe un 40% que requiere ayuda para realizar sus necesidades orgánicas.

Al respecto, en la entrevista los adultos mayores que cayeron en esta condición, manifestaron experimentar tristeza y frustración. Ante la carencia de responder a necesidades prioritarias, se reporta como un componente que incide en el plano de la salud emocional de los adultos mayores atendidos. Resulta importante señalar al respecto, que la dependencia que experimentaba la población de adultos mayores no necesariamente implicó que hubiesen perdido la autonomía.

En las necesidades de seguridad, siendo un 70% que manifestó sentirse seguro en el asilo, en esta misma necesidad, un 40% reportó haber sentido miedo en el mismo escenario, así como ocho de los 10 encuestados declararon sentirse solos en el Asilo Hogar Santa Luisa; datos estos que desde el diagnóstico realizado, en función de las necesidades de los adultos mayores del Hogar Santa Luisa, refleja que existe un porcentaje que ante la carencia en la necesidad de seguridad, experimenta miedo y soledad, lo cual impacta la salud mental – emocional de los mismos.

Por otro lado, estimar que el 50% de los entrevistados son los que reciben visita en algún momento, refleja que el acompañamiento o presencia de la familia fortalece la necesidad de seguridad, y que al menos la mitad de la población, no cuenta con este importante apoyo.

En relación a la necesidad de pertenencia, el estudio arrojó que el 60% de los adultos mayores, tienen la percepción de convivir con amigos, dentro de la población del asilo, y en este mismo plano de necesidad, 80% reportó sentirse rodeado de cariño entre las personas que les atiende. Este resultado se relaciona con lo expresado por Mella (2004) en su estudio Factores Asociados al Bienestar Subjetivo en el Adulto Mayor, en el cual refiere que el bienestar subjetivo está determinado por el grado de apoyo que la persona sienta que tiene o cuenta desde el entorno al que pertenece.

Análisis comparativo y fundamentos de la propuesta

Comparativamente, en relación a la necesidad de pertenencia, se identifica en un estudio enfocado a las necesidades prioritarias de adultos mayores en un club para los mismos en Perú, realizado por Ayala (2017), que, con respecto a la necesidad de amor y pertenencia, la prioridad uno estuvo representado por la interacción familiar con el 75,4% seguida de la interacción social con el 74,2%. Esto ilustra lo relevante que resulta para los adultos mayores mantenerse socialmente activo durante la longevidad, lo cual impacta la salud mental-emocional de los mismos, al favorecer la disminución de sentimiento de soledad, y miedo entre otros aspectos de beneficio.

Por otro lado, el que el 80% de los encuestados señaló sentir que alguien de su familia le ama, llevó a estimar como un factor protector dentro de la propuesta, que los adultos mayores gocen dentro de su permanencia en el asilo, con el apoyo de algún familiar y/o amigo, donde este último su asistencia sea propiciada, como componente dentro de la labor social contemplada por la UDELAS en su Extensión Universitaria en la provincia de Colón; favoreciendo así, uno de los aspectos que benefician la salud mental-emocional de los adultos mayores.

Con respecto a la necesidad de autorrealización, los adultos mayores evidenciaron en un 70% de la población, contar con alguna meta o sueño por realizar y en esta condición, 80% declaró el deseo de hacer algo en bien de alguna persona, lo cual refleja que los adultos mayores poseen aspiraciones, aún en medio de su institucionalización a lo interno del asilo. Esto llevó a estimar en la propuesta, un enfoque dirigido a partir de la psicoestimulación y la animación sociocultural, que propicie el envejecimiento activo, desde la acción conjunta por grupos de voluntariados, que a partir de la escucha empática, identifiquen las aspiraciones de esta población y se organicen e implementen las jornadas denominadas: vitaminas a los sueños del abuelo; garantizando que los gerontes cumplan alguna de sus aspiraciones en favor de quien lo estimen, con el acompañamiento de grupos de voluntarios, que favorezca la autorrealización de los mismos.

Otros estudios, junto al diagnóstico realizado, resultaron de asiento para la propuesta, en función del mejoramiento de la salud mental - emocional, de esta población. Tal es el caso de la investigación de Bardales y Arroyo (2018), en relación a un estudio dirigido a adultos mayores de la ciudad de Cajamarca, Perú, concluyendo que la percepción sobre el proceso de envejecimiento de la mayoría de los adultos mayores (45,8%) se encuentran en la categoría medianamente favorable; así también, otro estudio de Sanhueza, Marcela (2013) citado por Méndez, (2020) donde una de sus conclusiones fue que el programa de autocuidado fundamentaría un ambiente estimulante, que resulta ineludible en la protección o corrección en el declive natural del adulto mayor, utilizable en beneficio de la independencia del mismo y sus necesidades básicas de vida.

Alcance e implementación de la propuesta

La propuesta facilitada a la administración del Asilo Hogar Santa Luisa y a las autoridades regionales del MIDES en la provincia de Colón, consistió en la implementación de un plan piloto cuyas acciones organizadas se encuentren fundamentadas en las necesidades de los gerontes, arrojadas en el diagnóstico, donde fue sugerido, que las mismas, encuentren fundamento a partir del enfoque interdisciplinario, cuyos profesionales brinden una asistencia sostenible a los adultos mayores del asilo; con lo cual no han contado en 75 años, desde su fundación en 1946, hasta el momento del presente artículo.

El Hogar Santa Luisa, solo cuentan con una fisioterapeuta y un médico general. Los mismos solo acuden dos días por semana a razón de algunas horas, para la atención de los adultos mayores.

La propuesta, en tiempo de implementación al plan piloto es de 2 años, periodo en que se avale el financiamiento del mismo. Posterior a este periodo, será de fundamento evaluar los resultados obtenidos, los cuales pasan a ser la garantía para que el plan sea estimado como una de las políticas institucionales en favor de las poblaciones de adultos mayores; que sustente, las estrategias implícitas en las actividades diarias de la vida, en el Hogar Santa Luisa, de cara a lo que la población necesite para la satisfacción de cada componente señalado en la Pirámide de Maslow (necesidades básicas), favoreciendo así la salud mental – emocional de los mismos; lo cual responde al propósito de la propuesta. De esta forma se puede contar con un referente de aplicación a otros sitios de cuidados de adultos mayores en la provincia de Colón.

Los resultados del presente estudio constituyen un punto de partida en la acción de preservar y cuidar la salud mental-emocional de los gerontes que no residen con sus familiares, que permanecen adscritos a instituciones que no cuentan con un enfoque hacia la atención con impacto a la salud integral de los mismo, desde la respuesta a las necesidades que los mismos así estimen como tal.



SOBRE LA AUTORA

Jazmina Vega

Posee una licenciatura en Psicología, obtenido en la Universidad de Panamá, cuenta con un Postgrado en Docencia Superior y un Doctorado en Ciencias de la Salud y del Comportamiento Humano, cursado en la UDELAS. Es autora de -Investigación en equipo de docentes investigadores de la UDELAS: Panorama de la Investigación Educativa en UDELAS 1997-2020, Evaluación y análisis de fortaleza y debilidad de habilidades adaptativas de niños y adolescentes con discapacidad intelectual, María Chiquita, más que costa bañada de colosal mar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ayala, L. (2017). *Prioritization of needs in older adults according to their perception in an Elderly Club [Necesidades prioritarias de los adultos mayores según su percepción en un Club del Adulto Mayor]*. Revista de Geriátría y Gerontología, 52(3), 142-148.
- Hoyl, T., Valenzuela, E., & Marín, P. (2000). *Depresión en el adulto mayor: evaluación preliminar de la efectividad como instrumento de tamizaje*. Revista Médica de Chile, 128(4), 393-400. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872000000400006>
- Servicio Canario de Salud. (2002). *Guía de actuación en las personas mayores en atención primaria* (2.ª ed.). Canarias, España. Recuperado de https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/content/96706858-ec54-11dd-9b81-99f3df21ba27/GUIA_PERSONAS_MAYORES.pdf
- Sequeira, D, Cabeza, J, Guardia, J. (2011). *La soledad en las personas mayores: Factores protectores y de riesgo. Evidencias empíricas en adultos mayores chilenos*. Universidad de Barcelona. Granada 2011.

- López, M., Gómez, M., Rodríguez, M., & Bernal, R. (2019). *Necesidades del adulto mayor según el Modelo de Virginia Henderson Envigado*. Gerokomos, 30(4), 173-177. <https://doi.org/10.4321/s1134-928x2019000400002>
- Manduley, M. (2015). *Técnicas de manejo de la ansiedad y la depresión en el adulto mayor*. Revista Cubana de Medicina General Integral, 31(1), 108-120.
- Martínez, T. (2018). *El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿Éxito o dificultad?* Revista Finlay, 8(1), 2-5. <https://doi.org/10.3916/f2018.n132>
- Méndez, D. (2020). *Percepción del proceso de envejecimiento de los adultos mayores que asisten a un centro del adulto mayor*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/15660>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811_spa.pdf;jsessionid=9730F3B924A7D42B6A97DD7C1FF0C0CD?sequence=1
- Quintero, M. (2011). *La salud de los adultos mayores: una visión compartida* (2.ª ed.). Organización Panamericana de la Salud. Recuperado de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51598>
- Reyes, P. (2017). *¿Inmovilidad y postrado o dismovilidad y encamado?* Revista Ciencias Médicas de Pinar del Río, 21, 206-212. Recuperado de
- Sánchez, I. y Pérez, V. (2008). *El funcionamiento cognitivo en la vejez: atención y recuperación en el adulto mayor*. Revista Cubana de Medicina General Integral, 24(2), 0-0. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/262654976_El_funcionamiento_cognitivo_en_la_vejez_atencion_y_percepcion_en_el_adulto_mayor