



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor

**MATAMOROS NUÑEZ ANGIE LISSETH
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**TORRES MITE MILENA ESTEFANIA
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2022**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor

**MATAMOROS NUÑEZ ANGIE LISSETH
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**TORRES MITE MILENA ESTEFANIA
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2022**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

ANÁLISIS DE CASOS

Factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor

**MATAMOROS NUÑEZ ANGIE LISSETH
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**TORRES MITE MILENA ESTEFANIA
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

REBOLLEDO YANGE NAVIER ENRIQUE

**MACHALA
2022**

Factores Psicológicos del Estado de Ánimo del Adulto Mayor

por Milena Estefanía Torres Mite

Fecha de entrega: 02-mar-2023 07:13p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2027444697

Nombre del archivo: Factores_psicol_gicos_del_estado_de_nimo_del_adulto_mayor.docx (31.92K)

Total de palabras: 6458

Total de caracteres: 33723

Factores Psicológicos del Estado de Ánimo del Adulto Mayor

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

3%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

1%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	www.iprofesional.com Fuente de Internet	1%
2	www.coursehero.com Fuente de Internet	< 1%
3	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	< 1%
4	www.researchgate.net Fuente de Internet	< 1%
5	repositorio.umayor.cl Fuente de Internet	< 1%
6	www.semanticscholar.org Fuente de Internet	< 1%
7	ciudadanias.untref.edu.ar Fuente de Internet	< 1%
8	repositorio.upse.edu.ec Fuente de Internet	< 1%
9	docplayer.es Fuente de Internet	< 1%

< 1 %

10

jalayo.blogspot.com

Fuente de Internet

< 1 %

11

www.slideshare.net

Fuente de Internet

< 1 %

12

Javier Galán Figueroa, Francisco Venegas Martínez. "Impacto de los medios electrónicos de pago sobre la demanda de dinero", Investigación Económica, 2016

Publicación

< 1 %

13

doaj.org

Fuente de Internet

< 1 %

14

patents.google.com

Fuente de Internet

< 1 %

15

prezi.com

Fuente de Internet

< 1 %

16

de.slideshare.net

Fuente de Internet

< 1 %

17

es.slideshare.net

Fuente de Internet

< 1 %

18

idoc.pub

Fuente de Internet

< 1 %

19

www.havingababytoday.com

Fuente de Internet

< 1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

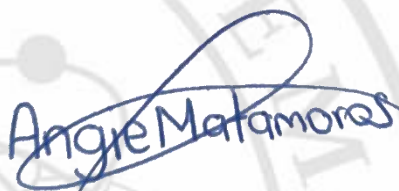
Las que suscriben, MATAMOROS NUÑEZ ANGIE LISSETH y TORRES MITE MILENA ESTEFANIA, en calidad de autoras del siguiente trabajo escrito titulado Factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor, otorgan a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tienen potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

Las autoras declaran que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

Las autoras como garantes de la autoría de la obra y en relación a la misma, declaran que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asumen la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.



Angie Matamoras

MATAMOROS NUÑEZ ANGIE LISSETH

0706908837



Milena Estefania Torres Mite

TORRES MITE MILENA ESTEFANIA

0706726619

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres, por darme el apoyo incondicional a lo largo de mi investigación, a mis docentes, por la paciencia y dedicación de formar a futuros profesionales de la mejor manera y, finalmente a esos cinco amigos que pude conocer gracias a la universidad, los cuales hicieron de mi vida universitaria más plena y divertida.

Milena Estefanía Torres Mite

Dedico el presente trabajo de titulación a Dios por proveer la fuerza para luchar contra todas las adversidades, a mis padres, por ser los pilares y sustento de mi vida, porque ellos con sus cuidados me demostraron siempre su amor, paciencia y esfuerzo, a mi hija que llegó a mi vida y sacó lo mejor de mí, a mis hermanos y resto de familia por su cariño y apoyo incondicional, a todos los docentes que forjaron en mí el aprendizaje, he podido llegar cumplir hoy una meta más en mi vida.

Angie Lisseth Matamoros Nuñez

FACTORES PSICOLÓGICOS DEL ESTADO DE ÁNIMO DEL ADULTO MAYOR

RESUMEN

Autores: Milena Estefanía Torres Mite

CI: 0706726619

mtorres9@utmachala.edu.ec

Angie Lisseth Matamoros Nuñez

CI:0706908837

amatamoro3@utmachala.edu.ec

Coautor: Navier Enrique Rebolledo Yange

0703340695

nrebolledo@utmachala.edu.ec

Este trabajo va dirigido a identificar los factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor, mediante un estudio riguroso que va de la mano del enfoque cognitivo conductual, sobresaliendo de otros modelos, mismo que efectúa los diversos criterios de conducta, pensamiento y aprendizaje que persiste en la calidad de vida del individuo, para dicha investigación se consideró el análisis de tres temas: factores psicológicos, estado de ánimo y relaciones sociales. La muestra fue compuesta por cuatro adultos mayores de 70 a 75 años, dos hombres y dos mujeres, pertenecientes a un proyecto del Municipio de Machala, llamado “Sonrisa del alma”, este proyecto se destaca por lograr motivarlos y mejorar de forma constante la calidad de vida del adulto mayor, dado que sienten que en este lugar brinda el apoyo y compromiso para su bienestar. Se encuentra ubicado en el Hospital Municipal del Sur en la ciudad de Machala, provincia de El Oro. En cuanto a la metodología, este estudio se basó investigación cualitativa, con diseño fenomenológico-hermenéutico, con muestra de tipo no probabilística-homogénea. Dando paso a la recolección de datos, mismo que dieron como comienzo a un primer acercamiento, no podía faltar darle a conocer al

participante de la existencia de un consentimiento informado, cuyo propósito tiende a explicar que la información recolectada será netamente utilizada para fines académicos, asimismo se hizo uso de una entrevista abierta, para indagar sobre las percepciones que tiene cada sujeto ante esta problemática, cabe mencionar la entrevista es realizada de manera individual con un conversatorio fluido en base a la guía de entrevista elaborada por investigadores, la implementación recursos teóricos y a una investigación exhaustiva, no obstante este proyecto introduce las ideas de cada autor desde aquellos psicólogos que fueron pioneros hasta los que ejercen actualmente, como lo fueron en su momento, destacando en la teoría de Aaron Beck introduciendo aquellos factores de desesperanza que le llevan al sujeto a situaciones de depresión, seguido de Albert Ellis quien hace énfasis en que los individuos son responsables de aquellos sentimientos que le perturban ya sean conscientes o inconscientes de sus propias creencias, en otras palabras el sujeto es capaz de cambiar estos pensamientos para que no tengan consecuencias emocionales o conductuales de manera negativa, consecuentemente se mencionara de su teoría del A-B-C. Ahora bien, no centraremos toda la atención en aquellos aspectos y percepciones negativas que se ven expuestos los sujetos al envejecer, sin embargo, se debe mencionar el sentido de autoeficacia de aquellos factores que se desarrollan en calidad de vida del adulto mayor como la resiliencia, el optimismo, la motivación extrínseca, el sentido esperanza y de la vida. No se puede dejar de lado al entorno familiar del adulto mayor, donde es importante que se requiera de la ayuda constante en función de su integridad física y mental, en consecuencia, en que se pueda desarrollar patologías debilitantes, incapacitantes o terminales y no se generen sentimientos de soledad, así también se debe incluir el desarrollo de programas que promuevan la inclusión y la actividad para crear adultos autovalentes y autónomos para mejorar las relaciones sociales.

Palabras claves: Factores psicológicos, estado de ánimo, calidad de vida, adulto mayor.

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF THE MOOD STATE OF THE OLDER ADULT ABSTRACT

Authors: Milena Estefanía Torres Mite

CI: 0706726619

Mtorres9@utmachala.edu.ec

Angie Lisseth Matamoros Nuñez

CI:0706908837

amatamoro3@utmachala.edu.ec

Co-author: Navier Enrique Rebolledo Yange

0703340695

nrebolledo@utmachala.edu.ec

ABSTRACT

This work is aimed at identifying the psychological factors of mood in the elderly, through a rigorous study that goes hand in hand with the cognitive-behavioral approach, standing out from other models, same that performs the various criteria of behavior, thinking and learning that persists in the quality of life of the individual, for this research was considered the analysis of three topics: psychological factors, mood and social relations. The sample was composed of four older adults from 70 to 75 years old, two men and two women, belonging to a project of the Municipality of Machala, called "Sonrisa del alma", this project stands out for motivating them and constantly improving the quality of life of the older adult, since they feel that this place provides support and commitment to their welfare. It is located in the Hospital Municipal del Sur in the city of Machala, province of El Oro. As for the methodology, this study was based on qualitative research, with a phenomenological-hermeneutic design, with a non-probabilistic-homogeneous sample. The data collection, which began with a first approach, could not fail to inform the participant of the existence of an informed consent, whose purpose tends to explain that the information collected will be used purely for academic purposes, also made use of an open interview, to inquire about

the perceptions that each subject has to this problem, it is worth mentioning that the interview is conducted individually with a fluid conversation based on the interview guide developed by researchers, the implementation of theoretical resources and a thorough investigation, However, this project introduces the ideas of each author from those psychologists who were pioneers to those who currently practice, as they were at the time, highlighting the theory of Aaron Beck introducing those factors of hopelessness that lead the subject to situations of depression, followed by Albert Ellis who emphasizes that individuals are responsible for those feelings that disturb them whether conscious or unconscious of their own beliefs, in other words the subject is able to change these thoughts so they do not have emotional or behavioral consequences in a negative way, consequently it will be mentioned of his theory of A-B-C. Now, we will not focus all the attention on those aspects and negative perceptions that the subjects are exposed to as they age, however, we should mention the sense of self-efficacy of those factors that develop in the quality of life of the older adult such as resilience, optimism, extrinsic motivation, sense of hope and life. The family environment of the older adult cannot be left aside, where it is important that constant help is required for their physical and mental integrity, so that debilitating, incapacitating or terminal pathologies can develop and feelings of loneliness are not generated, as well as the development of programs that promote inclusion and activity to create self-sufficient and autonomous adults to improve social relations.

Key words: Psychological factors, state of mind, quality of life, older adult.

Contenido

INTRODUCCIÓN	7
1. GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO	9
1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio.....	9
1.2 Hechos de interés	14
1.3 Objetivos de la investigación.....	17
2. FUNDAMENTO TEÓRICO - EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO	18
2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia.	18
2.2 Bases teóricas de la investigación.....	19
3.PROCESO METODOLÓGICO	22
3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada.	22
3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación	23
3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos	24
4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN	30
4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados	30
CONCLUSIONES	35
RECOMENDACIONES	36
BIBLIOGRAFÍA.	37
ANEXOS.....	45

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es una problemática que se toma como consecuencias en diferentes situaciones como la negligencia al abandono, siendo vulnerables al trato inadecuado y al sentimiento de soledad, esta problemática al maltrato es una situación que se ha presentado por mucho tiempo alrededor del mundo siendo una realidad durante muchos años, por ello, se debe tomar acciones para centrarse en el problema, aportando ideas y programas que aumenten el bienestar de todos (Londoño y Cubides, 2021).

Al individuo le irá mejor en la vida, si al envejecer deja a un lado su rol laboral y considera en buscar nuevas actividades que la sustituyan, por otro lado, la desvinculación, se destaca como factor que influyente en el adulto mayor al no aceptar que su tiempo de trabajo ha finalizado, este tiende a desear cierto aislamiento social, reduciendo las relaciones sociales, su ruptura con ambiente laboral, por ello, se considera en el adulto modifique estas conductas y realice actividades de ocio para facilitar el proceso de adaptación y aceptación (Sánchez y Reizábal, 2008).

Si bien es cierto, en el momento en el que la persona llega a la etapa del envejecimiento este se va considerando como el ciclo vital en el que se aumenta notable las pérdidas en su vida, como el carácter psicológico, social o fisiológico, también el decaimiento de la gran mayoría de capacidades físicas, como también status social, también la pérdida de personas que fueron importantes en su vida, todas estas situaciones afectan al estado de ánimo del adulto mayor, para disminuir esta problemática se considera a que se realicen actividades recreativas, así se aumentará el equilibrio de lo biológico, lo psicológico y lo emocional, eso resultará de gran ayuda para mantenerlos activos, útiles y sentir que los integran socialmente (Calero et al., 2016).

En la actualidad se puede apreciar que existe un interés por el cuidado integral a los adultos mayores, por ello, en los geriátricos se trabaja en aspectos que permitan generar mediante el enfoque cognitivo conductual garantizar un adecuado manejo de las emociones al momento de afrontar su realidad, se necesita que los mismos tomen estos cambios como algo natural sí que genere afectaciones permanentes en su estabilidad física y mental.

En el capítulo I de la presente investigación, se aborda todo lo relacionado al contenido obtenido de recursos teóricos acordes al tema: Factores psicológicos del estado de ánimo del adulto mayor, abordando elementos que parten desde los conceptos teóricos implícitos en los hechos de interés que se han estudiado actualmente, además se hace referencia a conceptos, causas, efectos, tipos y las diversas características relacionadas a los objetivos planteados en esta investigación.

Respecto al capítulo II, se explican los fundamentos del enfoque teórico-epistemológico de este estudio, partiendo desde los constructos teóricos más influyentes de teoría cognitiva conductual, la misma que han abordado todo lo relacionado a la capacidad de afrontamiento y su relación con el estrés, y demás elementos negativos propios de la edad avanzada, siendo soporte para analizar el fenómeno estudiado.

En el capítulo III, se ubica el diseño metodológico utilizado en este estudio, describiendo las técnicas e instrumentos de evaluación psicológica empleadas en los adultos mayores, que se utilizaron para poder obtener información precisa y su posterior uso en el análisis y creación de categorías.

Para finalizar, en el capítulo. IV, se pone a consideración de los lectores, los resultados de la investigación que fueron recopilados a partir de la teoría, la información que se recolectó gracias a la entrevista abierta y la interpretación de los investigadores, lo que dio paso al desarrollo de conclusiones y recomendaciones pertinentes al estudio dedicado a los adultos mayores.

1. GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio.

Se conoce como envejecimiento a la etapa biológica que empieza desde el momento en que el ser humano nace y pasa por diferentes etapas a lo largo de toda su vida antes de llegar a la vejez, las cuales traen consigo cambios biológicos, físicos y psicológicos Forero y Forero (2022). La OMS plantea en uno de sus informes que actualmente el envejecimiento demográfico es parte de un proyecto en marcha a nivel mundial, ya que su repercusión económica y social se podría tratar del cambio más importante de la época (2022).

La Organización Mundial de la Salud (2022) explica que entre el año 2015 y 2050, el porcentaje de las personas mayores a 60 años de edad tendrá un crecimiento notable, se estima que alcance hasta un 22%; es decir que, este porcentaje equivaldrá a 200 millones de adultos mayores, superando el crecimiento de neonatos y niños en el mundo. Ciertamente, cuando el individuo llega al envejecimiento su calidad de vida debe mejorar en torno a sus necesidades; sin embargo, es una de las etapas donde generalmente el adulto mayor enfrenta un sin número de situaciones que no permite que tenga un estilo de vida digno. Para que el adulto mayor supere la dificultad y la adaptación de los diversos cambios y pérdidas que trae consigo el envejecimiento, es indispensable contar con el apoyo emocional adecuado y se debe entender de forma adecuada las emociones que experimentan en esta etapa de vida.

Las emociones positivas no benefician sólo a la salud física, sino también a nivel psicológico en base a la calidad de vida, se ha demostrado que cuando las personas tienen emociones negativas frecuentemente tiene una percepción negativa con respecto a su salud, en cambio las personas que tienen una percepción positiva de manera frecuente, perciben lo contrario (García, 2017). Por esta razón, la presente investigación tiene como propósito identificar los factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor.

Cuando el individuo llega al envejecimiento, su calidad de vida debe mejorar en torno a sus necesidades; sin embargo, es una de las etapas donde generalmente el adulto mayor enfrenta un sin número de situaciones que no permite que tenga una calidad de vida digna, un claro ejemplo es cuando el adulto mayor deja de ser independiente, la familia llega a ser su único apoyo; con el pasar el tiempo las familias van cambiando, debido a la modernización social y cultural que, en lugar de fortalecer los lazos familiares, causan su ruptura, minimizando la adquisición de las necesidades básicas y aumentando el riesgo de abandono. Es por ello por

lo que, Forero y Forero (2022) explican que el envejecimiento es un proceso biológico que empieza en el momento en que el ser humano nace, y que, a su vez, trae consigo cambios biológicos, físicos y psicológicos.

En unos estudios realizados en la unidad Luz y Esperanza del MIES en la ciudad de Guaranda, usaron la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage en 17 adultos mayores, el cual obtuvo como resultado que 7 (que equivale al 41,1 % del total de los participantes) de los 17 participantes tenían depresión, por esta razón, en esta investigación predominan los 10 participantes restantes (58.8%) que no tienen depresión (Bonilla, 2022). De igual manera, la OMS (2017) afirma que “la depresión unipolar afecta a un 7% de la población de ancianos en general y representa un 5,7% de los años vividos con una discapacidad entre las personas de 60 años y mayores" (p. 1).

Los factores psicológicos destacan mucho en la vida del adulto mayor, estos consisten en interacciones que se producen entre las personas y su realidad social, familiar o laboral, por ello se cree que esto va de la mano de forma directa con su medio ambiente, la satisfacción en su realidad o en todos los elementos que conforman su entorno, el cual influye de forma directa en su capacidad de afrontar y aceptar hechos que pueden marcar su vida (Chiang et al., 2013).

En cambio, para Guerrero (1996), los factores psicológicos son el resultado de la historia de cada individuo en contexto cultural, político y sociocultural, lo cual repercute tanto en la prevención de trastornos, como en el proceso y el mantenimiento del nivel óptimo de salud, los factores inciden en todas las enfermedades y trastornos, ya sea en su mejora del proceso o en su agravamiento y tratamiento, de igual manera, todo estado de salud o enfermedad física influirá de manera psicológica.

Para que el adulto mayor tenga un envejecimiento exitoso, uno de los factores psicológicos principales es la esperanza, esta está se define por conceptualizaciones separadas que incluyen: habilidad de afrontamiento, esperanza de adaptación y esperanza inadaptada, la cual enfrenta hechos de forma no productiva (Bergin y Walsh, 2005). Según la teoría de Erikson, sugiere que la esperanza se desarrolla desde la infancia y es proporcionada por los cuidadores de edades tempranas en la vida de cada individuo (Erikson et al., 1994).

La esperanza puede influir de manera significativa y positiva desde la perspectiva del adulto mayor, ayudando a que, a pesar de algunos tipos de deterioros, pueden seguir activos participando en sus círculos sociales (Yaghoobzadeh et al., 2018) también logra enfrentar de una mejor manera los sentimientos como el dolor, soledad (Danelly, 2016) de igual manera la integridad psicológica (Banks et al., 2006).

Así como la esperanza es uno de los factores psicológicos del adulto mayor, la desesperanza también lo es, la cual se entiende como tener malas expectativas acerca del futuro, por tanto, este es un factor de suma importancia que aumenta el riesgo de tener una mala calidad de vida y un envejecimiento negativo, se considera como un predictor de suicidio eficaz y efectivo, el autor Beck argumentó que las conceptualizaciones de los pacientes con situaciones de desesperanza, están relacionadas con las diversas preocupaciones y formas negativas de ver el futuro, la desesperanza ayuda a predecir a los pacientes que están pasando por momentos difíciles, incluso es más importante que la depresión como tal (Alamo et al., 2019).

Otro factor psicológico del adulto mayor es el optimismo, este es el impulso vital que está presente aún en situaciones adversas, un claro ejemplo es cuando a un adulto mayor le detectan alguna enfermedad crónica propia de la edad, algún sentimiento de soledad, etc, el optimismo lo que hace es ayudar a enfrentar la situación, básicamente es una de las variables principales para que, a lo largo de su vida, el adulto mayor pueda tener más emociones y experiencias positiva (Ortiz et al., 2021).

Como último factor tenemos a la motivación extrínseca que está presente en la vida del adulto mayor, su lugar de procedencia es provocada por el ambiente o por algún otro sujeto, su dependencia es exterior, es decir, que el sujeto busca recibir estímulos ya sea positivos o negativos, que ayuden con su motivación y su calidad de vida (Soriano, 2001).

Es conocida como motivación extrínseca a las acciones que se necesita para poder obtener una recompensa externa al individuo. Por ello se puede apreciar que esta motivación no solamente se encarga de trabajar en la búsqueda de un aumento capacidades, más bien busca principalmente establecer situaciones referentes la visión propia de la persona por parte de un tercero, esto mediante los diversos halagos o los fortalecimientos psicológicos, los cuales son maneras importantes y claves de la motivación extrínseca (García et al., 2022).

Por esta razón, es identificada como un tipo de motivación que se encarga de la regulación identificada, que va direccionada a la autonomía, por ello al momento de identificar que dentro de su desarrollo social el adulto mayor consolida logros o situaciones que se están presentado, este está caracterizado por elementos importante en la motivación de los adultos mayores, tomando en cuenta que los direcciona a cuestionarse y generar un cambio personal a partir de la actividad mental y física (Arias et al., 2021).

Por otro lado, se destaca mucho el estado de ánimo en el adulto mayor, debido a que es una de las situaciones que también preocupa a la sociedad, se ha considerado que es un sentimiento primordial que permanece en el tiempo; por ende, si el humor es positivo o negativo y se mezclan en una situación o idea, durarán por un lapso, pudiendo favorecer o perjudicar al adulto mayor (Olhaberry y Sieversonb, 2022).

El estado de ánimo puede tener varias alteraciones, debido a que el ser humano cuando pasa por la vejez, trae una serie de cambios físicos y cognitivos; por ende, el adulto mayor debe tener un cuidado especial, puesto que la familia es su motor principal y tienen la obligación de mostrar afecto y tiempo de calidad, para que no se sientan abandonados y desvalorizados, debido a que estos son algunos de los factores que alteran de manera directa su estado emocional (Michelini y Godoy, 2022).

Las emociones negativas suelen ser más comunes, refiriéndose a la tristeza, depresión, angustia, soledad y ansiedad, ocasionando un agotamiento físico y mental, que conlleva a optar por conductas o pensamientos negativos e inclusive a oprimirlo; no obstante, los adultos mayores tienen varias formas de lidiar con ello, una de estas maneras es a través del silencio, pues deciden no expresarlo, sin embargo, hay quienes sí lo hacen pero, a través del llanto, en algunas ocasiones manipulan la situación por falta de atención (Hernández y Hernández, 2018).

Una de esas emociones negativas en el adulto mayor es el sentimiento de soledad es la situación objetiva que se desarrolla en el sentir de los adultos mayores que carecen de la compañía o apoyo de sus familiares y amistades, aunque de igual manera tienen diversas formas subjetivas del ver el mundo cada individuo, lo cual afecta gran parte a la psicología del adulto mayor, está sujeto al sentimiento o emoción relacionada con la soledad, aun estando acompañado (Hernández et al., 2020).

En la mayor parte de los estudios de la vejez, priorizan la perspectiva a la pérdida de capacidades y las características biológicas, deja a un lado los aspectos positivos de la etapa de la vejez, actualmente hay estudios que evidencian y afirman que los adultos mayores tienen la capacidad de mantener niveles altos de bienestar a pesar de la decadencia de sus cambios biológicos, psicológicos y sociales y también ser estigmatizados por los diversos prejuicios de la sociedad (Izal et al., 2020).

Por esta razón, al hablar de bienestar psicológico se puede entender desde un concepto amplio debido a su naturaleza compleja, incluyendo dimensiones subjetivas, sociales y psicológicas, este concepto lo compone la autoaceptación, relación positiva, dominio del entorno, autonomía, crecimiento personal, propósito de vida, por esta razón, el esfuerzo del bienestar psicológico es para que el ser humano cumpla con su potencial lo que se entrelaza con tener un propósito de vida que ayude a darle significado, también cabe mencionar que el estado de ánimo positivo de los mayores va sujeto a su estado de salud, las relaciones sociales y familiares. (Ruiz y Blanco, 2019).

Acotando a lo mencionado anteriormente, las emociones positivas favorecen a la salud y al bienestar, ayudan al crecimiento personal y a las estrategias de afrontamiento, esto permite que el desarrollo de habilidades y al sistema emocional funcional reaccione de una manera apropiada ante las diversas situaciones de la vida (Gonzales et al., 2020).

Mesa et al (2019), plantea que la experiencia vital y los diferentes factores biológicos, genéticos y socioculturales logran determinar el proceso de envejecimiento junto a la calidad de vida en la vejez; al ser involucrada la participación activa en los diferentes ámbitos como cultural, social, político, económico, entre otros, todo esto se asocia con una buena calidad de vida, buen funcionamiento cognitivo y bienestar psicológico, también favorece a que los adultos mayores logren experimentar sentimientos y actitudes positivas, mejorando los mecanismos de autocontrol y autorregulación, junto al afrontamiento de los problemas y su capacidad de adaptación en esta etapa significativa

Es importante mencionar al entorno social o también llamado ambiente social, debido a que este tiene un papel muy importante en la vida del adulto mayor, básicamente es el lugar en dónde el individuo se logran desarrollar en diferentes condiciones culturales, económicas y sociales, va de la mano con los diferentes grupos sociales en los que pertenece, en otras palabras, el entorno social de una persona es la forma en la que vive y cómo fue educado,

también abarca con las personas y con las instituciones que el individuo interactúa de manera regular (Hernández et al., 2021).

Otra dimensión de las relaciones sociales es el entorno familiar, este cumple una importante función social, debido a que transmite valores culturales y éticos, sin mencionar que cumple un rol e importante en la vida del adulto mayor, favorece al desarrollo psicosocial y bienestar psicológico, es decir que: la familia ayuda a tener aportes afectivos y materiales, los cuales son necesarios para el bienestar del adulto mayor; más allá de ser una red de apoyo, su importancia con el adulto mayor va incrementada a cómo se condiciona con la etapa de vida, puesto que incrementa la importancia de la familia, la siempre será su motor y apoyo, aunque en esta etapa exista la problemática familiar (Imbert, 2011).

Siguiendo con lo antes mencionado, en el envejecimiento y la jubilación adaptan una peculiar importancia dentro de estas problemáticas, como la presencia a la soledad, el desánimo, pérdida de actividad física y los cambios en el rol social, por ello, mediante la psicología positiva y la promoción al envejecimiento saludable se debe implementar centros que acojan adultos mayores a través de actividades en espacios de participación social (Cuello y Grasso, 2021).

También se menciona la jubilación es vista como la esperanza de vida, para aquellos que han dedicado su vida al trabajo formal y reciben este sustento para proveerse como único recurso en su vejez, por otro lado, se encuentran aquellos sujetos que no planificaron su jubilación y que hoy en día no gozan de los beneficios de una pensión de por vida, estando expuestos a recibir beneficios que en su parte les otorgue el gobierno, siempre y cuando se encuentren en condición socioeconómica baja, es por eso que, se considera que la jubilación es la entrada a la vejez y el comienzo de una etapa en la que el adulto mayor cumple su realización social, pero también están los que se sienten tranquilos y realizados, después de años trabajando de manera activa (Rubio et al., 2019).

1.2 Hechos de interés

Se puede inferir que el envejecimiento trae consigo múltiples cambios, uno de los principales y más preocupantes es la salud; ya que, a partir de los 60 años en adelante las enfermedades crónicas son más accesibles y se destaca que un 75,7% de los adultos mayores reportan abandono, lo cual infiere con la capacidad funcional y la estructura familiar; esto nos permiten delimitar el índice de casos de abandono en el adulto mayor, siendo Ecuador con

un 71.10%, Chile con 66,5%, Perú con un 54% y Estados Unidos con un 48,5% (Villarroel et al., 2017).

Por otro lado, un estudio realizado por valoración geriátrica en el adulto mayor en la ciudad de Guayaquil, manifiesta que, el 47,4 % de adultos mayores, refirieron presentar dificultades para observar la televisión o la realizar una lectura, mientras que el 37,8 % manifestaron presentar problemas auditivos, por otro lado, una escala social de Gijón demostró que el 59,2 % de los ancianos tenían una buena situación social y únicamente un 13% presentaban deterioro social severo, es decir que el 53,5 % de los participantes se clasifican como independientes y meramente un 4 % presentaron dependencia severa (Álvarez et al., 2020).

El abandono es un factor que incide a la depresión o ansiedad en el adulto mayor, eso puede afectar en su vida cotidiana y su salud física o mental. A una escala global, se ha analizado que en Irán que al menos el 90% de los adultos mayores son abandonados (Nazemi et al., 2013) y en China esta escala está entre el 36% al 37% (He et al., 2016).

La investigación titulada “Calidad de vida y autoestima en adultos mayores de una asociación de jubilados ecuatoriana” menciona que, predominaron las mujeres (53.81 %) entre los adultos jubilados, también los que tienen su título universitario (84 %) y participantes casados (44 %). De igual manera, va creciendo el rango de edad que va desde los 65 a 70 años (48 %) y por último, pero no menos importante, los adultos que no tienen discapacidad (69 %). Los resultados obtenidos en la variable calidad de vida, tuvo una puntuación total de 112.64, referida a los niveles bajos de autoestima, de igual manera en cuanto a la variable de autoestima se obtuvo una puntuación total de 23.71, también referida a problemas de depresión (García y Lara, 2022).

Según Baca et al., (2022), sostiene dentro de su investigación que el impacto psicológico producto de la edad avanzada tiene un seguimiento continuo y en los reportes se detalla que las personas mayores a los 70 años presentan un 14,1% de depresión, un 13,2% de ansiedad y un 7,8% mantienen un cuando constante de ansiedad y depresión, 8 con actitud “nerviosa” frente al impacto de la falta de productividad y con dificultad en su control emocional.

Los datos de la OMS (Organización Mundial de la Salud), relacionados con la situación actual de los adultos mayores, se puede apreciar que el 7 % padecen del trastorno depresivo

elevado y el 3,8 % padecen de ansiedad. De igual manera, establecen que existen algunos en aislamiento social o con afectaciones cognitivas presentan un 25% de mayores posibilidades que con el tiempo su ansiedad vaya creciendo, se enojen con más facilidad, se estresen más de la cuenta y se agiten durante esta etapa (Granda et al., 2021).

En México, un estudio realizado por Cortés et al. (2022) se reveló desde la percepción del envejecimiento positivo, que el 42% de las mujeres creen que vivir un centro gerontológico y ser bien tratados por los colaboradores de la salud, lograrán llevar a cabo una vida tranquila y sana, debido a que, en estos centros de cuidados especiales para adultos de la tercera edad, a más de la atención están las actividades físicas y psicológicas, que permiten controlar los estados emocionales y de la salud del adulto mayor.

Sin embargo, el 58% de los hombres, cree que una actitud positiva junto con ejercicios mentales y físicos, sin necesidad de habitar en un centro gerontológico, les ayudará a tener autocuidado de tal forma que, su autoestima mejore y su calidad de vida esté de acuerdo a lo que necesitan. Dentro del mismo estudio hay que señalar que, entre los resultados también se encontraron que el 62% de los adultos mayores cree que son inservibles para la sociedad, estereotipo que durante años ha venido afectando de manera indirecta el desarrollo del adulto mayor en la sociedad (Cortés et al., 2022).

Mientras tanto, en Ecuador, un estudio de caso sobre el envejecimiento activo realizado específicamente en Quito, se demostró que la salud es el factor clave para que los adultos de tercera edad lleven a cabo una vida tranquila, sin embargo, el ser humano al pasar por una etapa de cambios, es propenso a una serie de enfermedades que atacan su estado físico y psicológico. Sin embargo, autores como, Quintero (2023) afirman que el adulto mayor al estar en participación activa con su entorno estaría mejorando hasta un 60% los riesgos de su salud.

La OMS recalca que el adulto mayor cuando está activo en esta etapa, llega a ser un elemento de gran mejoría en los procesos óptimos de salud, participación y seguridad con la finalidad de mejorar la vida de la persona al envejecer. Por ende, se considera que para conseguir un envejecimiento exitoso se basa en cómo el individuo es capaz de tener funciones adaptativas psicológicas y sociales, limitándose de manera psicológica en un 30%, generando bienestar y calidad de vida en un sentido de realización personal, enfermedad y discapacidad (2002).

1.3 Objetivos de la investigación

Objetivo General

Identificar los factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor.

Objetivos específicos

Determinar la relación de los factores psicológicos con el estado de ánimo del adulto mayor.

Conocer las relaciones sociales del adulto mayor con su entorno.

2. FUNDAMENTO TEÓRICO - EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO

2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia.

El enfoque cognitivo se refiere principalmente a los aspectos que influyen en la verbalización consciente o de fácil acceso a todo lo referente a la conciencia, éstas constituyen la base en la que se incluyen elementos no verbales, tales como la imagen y los procesos mentales (Bornas y Servera, 1996).

El modelo conductual destaca la conducta observable de cada persona, de igual manera los factores medioambientales conservan o precipitan una determinada conducta, incluso cuando hay factores biológicos lo que se logra diferenciar en las conductas entre las personas es el aprendizaje, debido a que la influencia del medio ambiente es primordial en la adaptación de las conductas de los individuos (Tomás y Almenara, 2008).

Es visto como la reestructuración que une el conocimiento con la teoría, para cambiar aquellos pensamientos desadaptativos ante determinadas conductas, como resultado de aquellas condiciones subjetivas, estado emocional y las satisfacciones de vida que van desarrollando con el sujeto desde su infancia hasta su vejez (Vázquez et al., 2006).

La adaptación del modelo de Beck, aportan de forma considerable a mejorar el desarrollo de las personas principalmente en edad avanzada, tomando en cuenta que este un gran aporte frente a los problemas relacionados con la depresión, por ello es importante reconocer que esta constituye un marco teórico que aporta a los profesionales actitudes para poder comprender como se genera la depresión y los problemas propios de la edad, en función de identificar las razones por las que se generan variaciones al interior de las cogniciones y de los comportamientos de las personas frente a su realidad (Chávez et al., 2014).

Los modelos consolidados de las teorías conductuales-cognitivas, presentan la cualidad de trabajar en la combinación de la teoría del aprendizaje con visiones propias del procesamiento de información, en su intento desde una perspectiva psicológica trata de explicar cómo se desarrollan las conductas durante en relaciona los cuidados en adultos mayores. Cuando se en relacionan estos dos postulados teóricos, los cuales son la teoría cognitiva y la teoría conductual; tiene como resultado la unión de los factores internos y externos de la persona (Batlle, 2020).

De igual manera, desde el enfoque de la teoría cognitivo conductual (TCC), se constituye por la integración direccionada en vincular el pensamiento y la conducta, tiene como característica fundamental el integrar, aquí se explican aquellos principios que promueven la integración de sobre los cimientos propios de la integración de los enfoques que interactúan entre sí, al interior del campo de la TCC, es importante saber y reconocer que existen tres principios esenciales que sirven para trabajar y mejorar la relación e integración, como: a) Modelo que abastece el procesamiento de información; b) Las diversas aplicaciones de intervención regulando tanto la conducta y la experiencia; y c) El rol importante de la personalidad (Fernández, 2017).

Teoría Cognitivo Conductual (TCC) dentro de la psicología a lo largo de la historia puede considerarse como una forma de psicoterapia, esta tiene como propósito principal aportar con acciones para poder en resolver problemas que se presentan en las personas en la actualidad, emociones y conductas disfuncionales, tomando en consideración el rol que este tiene dentro del desarrollo físico y mental del ser humano, de igual manera las alteraciones que se dan en el ambiente y el lenguaje en los problemas psicológicos (Mendoza, 2020).

2.2 Bases teóricas de la investigación

El área cognitiva del ser humano tiene un conjunto de creencias y conocimientos, los cuales también se combinan con sus reacciones y emociones conductuales, cada manera de actuar tiene una explicación, pero es necesario detenerse en los pensamientos que se van creando en el transcurso de la vida, por esta razón, nuestros sentimientos y actitudes están vinculados; es importante reconocer si el comportamiento es normal o perturbado, junto a la expresión de las emociones y la manera de pensar, debido a que los pensamientos y creencias afectan significativamente a nuestras conductas y emociones, tienden a dejar efectos en nuestros pensamientos, esto quiere decir que existe una interrelación constante (Amorós, 1990).

Según Hernández et al. (2021) la función de las emociones es de poder adaptarnos a nuestro entorno, no se consideran ni buenas ni malas, es la información de lo que nos rodea e incluso de nosotros mismos, las emociones y el valor de las personas tienden a calificarse como positivo o negativo, por esta razón, las emociones se relacionan con el bienestar emocional, son lo que impulsa a la conducta, a las relaciones con el entorno y las actitudes; estos son mecanismos que ayudan a reaccionar de manera inmediata a los acontecimientos que suceden a nuestro alrededor.

Para Ortega et al (2020), el envejecimiento psicológico se ve afectado principalmente al desarrollar tareas las cuales necesitan un aspecto cognitivo, el cual se encuentra limitado al llegar a esta edad, la forma en cómo se entrelaza lo social con lo psicológico y el entorno, puede afectar de manera tanto positiva o negativa a la calidad de vida del adulto mayor, dando un ambiente con ánimo y con interés o de lo contrario con desánimo, lo que haría que se aumente o disminuya totalmente el funcionamiento de procesos mentales.

Según la teoría de Beck, conforme a la teoría cognitiva conductual, esta corresponde en relación al cuidado emocional del adulto mayor, menciona que, estas acciones implican cómo organizan o controlan tanto las conductas como las emociones, adaptándose situaciones del día a día, mediante lo que se propone dentro de esta teoría se puede consolidar una mayor autorregulación emocional, por esta razón, se debe tener en cuenta que los participantes de la muestra tienen trastornos depresivos y ansiosos, por la cual la autorregulación conductual y emocional es esperada en la etapa final del tratamiento (Góngora, 2020).

El enfoque cognitivo conductual desarrollado por Beck, se basa en que la mayor parte de las emociones y las conductas se constituyen por las respuestas a la cognición propia del ser humano, dando como consecuencia, cambios de la forma en cómo el ser humano actúa, piensa y siente (Díaz et al., 2016).

Ellis y Beck llegan a la misma conclusión de que las perturbaciones en la emoción, las relaciones y la conducta siguen generalmente a los pensamientos disfuncionales o perturbados, para Ellis las personas desde el momento en que nacen tienen una predisposición hacia las formas irracionales de construcción de la experiencia, debido a esta tendencia, mucha gente se subestima y se culpa por situaciones que son incontrolables, lo conduce a emociones irracionales como la ansiedad, depresión, culpa y vergüenza; también hace una división del comportamiento disfuncional en secuencia de A-B-C. A que se refiere la situación en que el sujeto hace evidente el malestar emocional; B la creencia que se provoca por la situación; mientras que C son las consecuencias conductuales y emocionales de la creencia (Cullari, 2001).

De igual manera, Beck sugiere que la mayoría de las creencias irracionales o inexactas se toman directamente de los momentos difíciles o decepcionantes en los primeros años de vida

de la persona; al igual que Ellis, se enfoca en el factor crítico de la psicopatología que es el pensamiento injustificado y sin apoyo empírico.

Beck y Ellis tomaron en cuenta que las dificultades emocionales van de la mano con los aspectos cognitivos y las creencias, los autores relatan tres principios básicos, el primero trata que la cognición afecta a la emoción y al comportamiento; el segundo consiste en dar un seguimiento a la forma de pensar, para poder cambiarla y el tercero trata de que a medida que van cambiando las creencias propias del sujeto, se pueden modificar las conductas y mejorar las experiencias (Garay y Keegan, 2016).

3.PROCESO METODOLÓGICO

3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada.

Este estudio está basado en un enfoque cualitativo que, según Hernández et al., (2018) manifiesta que el método cualitativo tiene como objetivo prioritario estudiar desde la subjetividad del individuo, es decir, se centra en poder indagar cómo los sujetos que participan en la muestra perciben y experimentan diversas situaciones, experiencias, acontecimientos de su entorno a su criterio. Por tal razón, el presente trabajo se basó en un enfoque cualitativo, el cual resulta más favorable para esta investigación puesto que se conocerá las vivencias de la persona desde su punto de vista.

Por ende, este enfoque tiene como objetivo prioritario estudiar desde la subjetividad del individuo, es decir, se centra en poder indagar cómo los sujetos que participan en la muestra perciben y experimentan diversas situaciones, experiencias, acontecimientos de su entorno a su criterio, permite plantear preguntas antes, durante y después de la recolección de datos, se logra generar las hipótesis durante o después del estudio, tiene una lógica inductiva, esto quiere decir que empieza desde lo específico hasta lo general, se toma en cuenta las experiencias de los participantes, incluso el enfoque cualitativo emplea métodos de recolección de datos, como la observación, registrar el historial de vida, revisar documentos, interacciones en grupo y la entrevista abierta (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018).

El propósito de la investigación cualitativa es conseguir un entendimiento profundo de los diversos significados y definiciones de las situaciones que plantean las personas (Salgado et al., 2007). Se orienta al conocimiento de los fenómenos estudiados para llevar a cabo el análisis, de esta manera comprende la visión de los adultos mayores dentro de su ambiente natural y la conexión con el contexto, por ello el investigador cualitativo debe mantener un comportamiento creíble y altamente interpretable guiado por un conjunto de valores (Nizama y Nizama, 2020).

Siguiendo con la idea, la investigación cualitativa se encarga de estudiar y comprender los diferentes objetos que desarrollan en la vida social del sujeto a través de los significados, con la finalidad de comprender y explicar a través de métodos y técnicas para sustentarlo en evidencia (Flores, 2018). Debido a esto, se consideró más factible realizar esta investigación desde el enfoque cualitativo, porque resulta ser más favorable para conocer la vivencia propia de la persona.

Por otro lado, se utilizó un diseño fenomenológico- hermenéutico, se conecta a la percepción de múltiples experiencias personales vividas, las cuales se construyen resultados individuales que cada persona proporciona a su propia experiencia (Batlle, 2007).

La investigación se realizó a adultos mayores de 70 a 75 años pertenecientes al proyecto “Sonrisa del alma”, ubicado en el Hospital Municipal del Sur en la ciudad de Machala, provincia de El Oro, el cual aceptaron participar para la muestra 4 adultos mayores, los cuales son 2 mujeres y 2 hombres.

Por esta razón, por medio del método análisis de caso se realizó una investigación acerca de los factores psicológicos del estado de ánimo del adulto mayor, centrándose en personas previamente seleccionadas por edades, sin afectaciones neurológicas y físicas. Este estudio cualitativo pretende proveer más información acerca de esta temática en la ciudad de Machala, debido que desde hace varios años carece de nuevas investigaciones.

3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación

Una vez explicado la información debida acerca de este estudio, tanto del lugar como la población escogida para este análisis de caso, se procederá a explicar las técnicas metodológicas que se utilizaron para poder llevar a cabo la recolección de datos.

Para recolectar la información de los participantes se optó por utilizar la entrevista abierta, también conocida como entrevista a profundidad. La entrevista se utiliza para producir la máxima libertad e interacción entre el entrevistado y el entrevistador, es un diálogo que se debe generar un ambiente de empatía, porque no es sólo una conversación, también es un intercambio de vivencias, sensaciones y pensamientos de la persona a la cual se está entrevistando (Troncoso y Amaya, 2017).

La entrevista utilizada en la investigación se plantó a través de 12 preguntas abiertas en las cuales se pretende consolidar los conocimientos en relación al criterio de los ancianos sobre los factores psicológicos que inciden en su estado de ánimo en función de la temática propuesta en función de conocer la manera en que se efectúan los procesos de cuidado dentro del geriátrico anteriormente mencionado. Se la realizó cara a cara, con la finalidad de interactuar y conocer los criterios de los adultos mayores en relación a la temática propuesta, siguiendo una secuencia de preguntas, cortas y puntuales. Mediante la aplicación de la

entrevista dirigida, se logró identificar los aspectos que denotan la postura de los mismos y los conocimientos relacionados a la problemática de estudio propuesta en la investigación.

Como función principal para cumplir con la entrevista es saber escuchar, esto precisa un trabajo reflexivo el que se debe entrelazar las teorías relativas con los relatos de los participantes, distinguiendo por partes lo expresado para poder lograr responder los objetivos de investigación. Saber escuchar con detenimiento conlleva a reconocer los aportes fundamentales y amplificar la pericia de preguntar y adentrarse a los aspectos necesarios los cuales se vuelven significativos.

3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos

Tema: Factores psicológicos		
Categoría y Código	Unidad de análisis	Regla y Memo
	..) vivo el presente y trato de disfrutar a mi esposa hasta que Dios la tenga conmigo, así son las etapas de la vida y si se va, en unos años la	Regla: Es la forma en cómo la persona se motiva a alcanzar sus metas y ver de manera

<p style="text-align: center;">Esperanza (E)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - alcanzaré, eso me tiene tranquilo. (...) recuerdo que la muerte es una etapa de la vida y que las cosas buenas que hice viva, quedarán en los corazones de la gente, así que vivo mi presente feliz y dejando - buenos recuerdos. (...) ya no soy tan ágil como antes, pero entiendo que en esta etapa de la vida hay que saber sobreponerse, sobre todo por la familia. 	<p>positiva la vida.</p> <p>Memo: En las respuestas de los adultos mayores mencionan formas de pensar similares acerca del día a día y de cómo logran mantenerse fuertes a pesar del miedo y del destino.</p>
<p style="text-align: center;">Optimismo (O)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - (...) vivo el presente y trato de disfrutar a mi esposa hasta que Dios la tenga conmigo, así son las etapas de la vida y si se va, en unos años la alcanzaré, eso me tiene tranquilo. - (...) pero luego recuerdo que la muerte es una etapa de la vida y que las cosas buenas que hice viva, quedarán en los corazones de la gente, así que vivo mi presente feliz y dejando buenos recuerdos. - (...) me irrita un poco, pero luego recuerdo que uno no siempre será joven, ya me están entrando los años, pero me veo muy bien, según me dicen “jaja” 	<p>Regla: El optimismo es el factor que impulsa a la persona a ver las cosas de manera positiva, a pesar de las situaciones adversas.</p> <p>Memo: Se logra evidenciar esta categoría al momento en que los adultos mayores se muestran optimistas a pesar de las distintas situaciones que pasan a esta edad, mostrándose relajados y alegres.</p>

<p>Motivación extrínseca (M.E)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - (...) como tenemos el centro “<i>Sonrisa del alma</i>” donde vamos, bueno ahí estamos activos, aunque los fines de semana no abren y la verdad nos hace falta jaja, nos gusta mucho. - (...) pero desde que entramos a “<i>Sonrisa del alma</i>” los días son más alegres, paso con mi esposo, pero cada uno tiene su vida social, nos llevamos muy bien con la gente de ahí, es un ambiente cálido, nos gusta mucho. - (...) buscaron una solución y oyeron del proyecto “<i>Sonrisa del alma</i>”, ya voy 6 meses aquí y me siento mejor. 	<p>Regla: La motivación extrínseca es un estímulo que el individuo tiene al sentir satisfacción con algo externo a él.</p> <p>Memo: En la categoría motivación extrínseca, la mayoría de adultos mayores muestran tener una mejora en su vida desde que pertenecen al proyecto “sonrisa del alma”, lo cual ayudó notablemente en su calidad de vida.</p>
---	---	--

Tema: Estado de ánimo		
Categoría	Unidad de análisis	Regla y Memo
<p>Sentimiento de soledad (S.S.)</p>	<p>(...) antes si me sentía solo, junto a mi señora veíamos pasar los días lentos “jaja”, porque no teníamos nada que hacer.</p> <p>(...) antes no la pasábamos bien, porque pasaba sola con mi esposo y nos sentíamos inútiles.</p>	<p>Regla: Es el sentimiento que la persona tiene cuando carece de compañía voluntaria o involuntariamente.</p> <p>Memo: Los participantes</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - (...) antes me sentía solo por las mañanas y las tardes, todos salen a trabajar, mis nietos en la escuela y me sentía solo “jaja”. - (...) antes sentía que sería una carga para todos si decía que me sentía solo y no quiero que me tengan pena. 	<p>mencionaron que antes de asistir al grupo de apoyo, se sentían solos e inútiles.</p>
<p>Estado de ánimo positivo (E.A.P.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - (...) me hace sentir bien mi hogar, mis hijos, mis nietos son mi alegría cuando los veo. - (...) normalmente paso feliz con mi esposo y mis hijos. - (...) la mayor parte del tiempo estoy feliz gracias a Dios mis hijos están bien y mis nietos me dan alegría. - (...) pero a pesar de todo, siempre paso feliz y alegre. 	<p>Regla: Es cuando la persona aprovecha y se alegra de las condiciones favorables de su vida.</p> <p>Memo: Esta categoría se evidenció debido a que los adultos mayores muestran tener un estado de ánimo favorable para su día a día y su vida en sí.</p>

Tema: Relaciones sociales		
Categoría	Unidad de análisis	Regla y Memo
	<p>...) nos gusta mucho ir ahí, tenemos nuestras amistades, tenemos buena</p>	<p>Regla: El entorno social conforma el espacio que</p>

<p>Entorno social (E.S)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - relación con todos. (...) pero ahora yendo allá, ella está con sus amigas y yo con mis amigos y - nos distraemos durante el día. (...) me siento mejor, aquí tengo amigos que me hacen pasar buenos ratos, me río bastante, los licenciados encargados son muy amables. - (...) los días son más alegres, paso con mi esposo, pero cada uno tiene su vida social, nos llevamos muy bien con la gente de ahí, es un ambiente cálido, nos gusta mucho. 	<p>constituye todo lo que le rodea al individuo, incluyendo a las personas que interactúan con regularidad.</p> <p>Memo: La categoría entorno social surge en las respuestas favorables en las entrevistas de los participantes al mencionar que tiene una buena relación con sus compañeros y toda la gente que frecuenta con ellos en el centro de apoyo.</p>
<p>Entorno familiar (E.F)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - (...) mis dos hijos varones viven conmigo, junto a mis nietos y nueras, tenemos buena relación, me quieren bastante y ellos son mi adoración. - (...) mi jubilación se la di a mis hijos, yo soy sola y no necesito, ellos tienen su familia y yo estoy feliz de brindarles una ayuda. - (...) mis nietos me ayudan a recordar que soy fuerte, así que eso me da la fortaleza para seguir con mi vida 	<p>Regla: El entorno familiar básicamente es la red de apoyo social más importante en la vida del adulto mayor.</p> <p>Memo: Los participantes mencionaron tener una buena relación con sus familiares, demostrando que su entorno social es</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - tranquila. (...) mi relación es muy buena, mis hijos son mi adoración junto a mi marido. 	<p>una fuente muy significativa para su calidad de vida.</p>
<p>Jubilación</p> <p>(J)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - (...) cuando tuve que cobrar mi jubilación sentí que los años ya se me venían encima y supe que ya no estaba tan joven, pero aun así me esfuerzo cada día para mantenerme activo. - (...) mi jubilación se la di a mis hijos, yo soy sola y no necesito, ellos tienen su familia y yo estoy feliz de brindarles una ayuda, aunque a veces pienso en que, si ya llegué a jubilarme, es porque ya llegué a mi tope. - (...) aunque a veces recuerdo que gracias a Dios tengo el dinero de mi jubilación, lo cual me deja dormir tranquilo, así no soy carga para nadie. - (...) también me siento bien porque tengo el dinero de mi jubilación, con eso vivimos tranquilos y felices. 	<p>Regla: La jubilación es un acto administrativo que se aplica a un trabajador activo, el cual se da cuando la persona llega a una máxima edad.</p> <p>Memo: La categoría jubilación surge a partir de que los participantes mencionan continuamente cómo se sienten realizados como personas y tiene la dicha de vivir tranquilos después de años de esfuerzos.</p>

4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados

Factores Psicológicos

Al analizar los factores psicológicos del adulto mayor, surgen tres categorías: Esperanza, optimismo y motivación extrínseca. En cuanto a la esperanza, se explica que es la manera en cómo el individuo ve de manera positiva la vida, a pesar de las adversidades que se presente en el transcurso de esta (Yaghoobzadeh et al., 2018).

En los casos planteados se puede evidenciar la existencia de esperanza: **el caso A**; indica: “... vivo el presente y trato de disfrutar a mi esposa hasta que Dios la tenga conmigo, así son las etapas de la vida y si se va, en unos años la alcanzaré, eso me tiene tranquilo...; de igual manera **el caso B**: “... recuerdo que la muerte es una etapa de la vida y que las cosas buenas que hice viva, quedarán en los corazones de la gente, así que vivo mi presente feliz y dejando buenos recuerdos...”; y **el caso C**: “... ya no soy tan ágil como antes, pero entiendo que en esta etapa de la vida hay que saber sobreponerse, sobre todo por la familia...”.

Los adultos mayores reflejan un alto nivel de esperanza, debido a que no se desmoronan a pesar de las diversas situaciones que han pasado cada uno de ellos, mostrando tener buen dominio de pensamientos acerca del futuro, dejando a un lado el miedo a llegar al final de la vejez, es decir, no teniendo miedo a la muerte.

En la categoría optimismo, se detalla que los adultos mayores logran tener una buena perspectiva acerca de la vejez, logrando sobrellevar pensamientos propios de la edad. Por esta razón se considera al optimismo como la variable principal para que el adulto mayor tenga más emociones positivas, debido a que este es el impulso vital que permanece aún en los momentos malos (Ortiz et al., 2021).

Dentro de las entrevistas realizadas, los participantes indican que: **el caso A**: “... vivo el presente y trato de disfrutar a mi esposa hasta que Dios la tenga conmigo, así son las etapas de la vida y si se va, en unos años la alcanzaré, eso me tiene tranquilo...”.

El caso B, refiere: “... pero luego recuerdo que la muerte es una etapa de la vida y que las cosas buenas que hice viva, quedarán en los corazones de la gente, así que vivo mi presente feliz y dejando buenos recuerdos...”.

De igual manera **el caso C**: “... pero luego recuerdo que uno no siempre será joven, ya me están entrando los años, pero me veo muy bien, según me dicen...”.

El optimismo es uno de los factores psicológicos positivos que se evidencian en los participantes entrevistados, se evidenció que, pese a los miedos que presentan los adultos mayores, tienden a analizar las diversas situaciones desde una perspectiva positiva, siendo conscientes del destino y de la etapa en la que están atravesando, demostrando que tienen una mente clara y optimista.

La última categoría de los factores psicológicos está la motivación extrínseca, esta se define como todo aquello externo al sujeto, básicamente es el estímulo que ayuda al adulto mayor a que tenga un envejecimiento positivo y una buena calidad de vida (Soriano, 2001).

En las entrevistas de los adultos mayores manifiestan: **el caso A**: “...como tenemos el centro “*Sonrisa del alma*” donde vamos, bueno ahí estamos activos, aunque los fines de semana no abren y la verdad nos hace falta jaja, nos gusta mucho...”. De igual manera, **el caso B**: “...pero desde que entramos a “*Sonrisa del alma*” los días son más alegres, paso con mi esposo, pero cada uno tiene su vida social, nos llevamos muy bien con la gente de ahí, es un ambiente cálido, nos gusta mucho...”. Y, por último, **el caso C**: “...buscaron una solución y oyeron del proyecto “*Sonrisa del alma*”, ya voy 6 meses aquí y me siento mejor...”.

La manera en cómo los adultos mayores valorar incondicionalmente el proyecto “*Sonrisa del alma*” es el claro ejemplo de cómo se destaca la motivación extrínseca, ellos narran que desde que empezaron a ir a este grupo de apoyo, su vida empezó a tener cambios positivos, los cuales incluso hacen que prefieran estar ahí antes que, en sus casas, no por no tener una buena calidad de vida, sino por la motivación que este les da día a día.

Estado de ánimo

Al determinar el estado de ánimo de los adultos mayores, surgieron dos categorías: El sentimiento de soledad y el estado de ánimo positivo. Respecto al sentimiento de soledad, es una situación subjetiva que los adultos mayores desarrollan al carecer de compañía o apoyo familiar y de la sociedad, es la percepción de sentirse en soledad, incluso estando acompañado y afecta a la psicológica del adulto mayor (Hernández et al., 2020).

Durante las entrevistas, el adulto mayor del **caso A**, comenta: “...antes si me sentía solo, junto a mi señora veíamos pasar los días lentos “jaja”, porque no teníamos nada que hacer...”.

El adulto mayor del **caso B**, expresa: “...antes no la pasábamos bien, porque pasaba sola con mi esposo y nos sentíamos inútiles...”. También el participante del **caso C**, relata: “...antes me sentía solo por las mañanas y las tardes, todos salen a trabajar, mis nietos en la escuela y me sentía solo...”.

Por último, **el caso D**, menciona: “...antes sentía que sería una carga para todos si decía que me sentía solo y no quiero que me tengan pena...”.

Como manifiestan los participantes, el sentimiento de soledad era algo que existía antes en sus estados de ánimo, debido a la falta de compañía que existía en sus hogares, aunque todos cuentan con apoyo familiar la mayor parte del tiempo, aún persistía este sentimiento y lo cual afirma que esto es propio de la edad.

Otra categoría dentro del estado de ánimo está el estado de ánimo positivo, el cual ayuda al bienestar y a la salud del adulto mayor, favorece al crecimiento personal y a cómo logra crear estrategias de afrontamiento, ayuda al desarrollo de habilidades y que tenga un sistema emocional que actúe de forma adecuada antes las distintas situaciones de vida del adulto mayor (Gonzales et al., 2019).

El estado de ánimo de los adultos mayores varió desde que entraron al grupo de apoyo “Sonrisa del alma”, este proyecto les ayudó a superar ese sentimiento de soledad que tenían, debido a la falta de compañía y entretenimiento en su hogar, actualmente los adultos mayores cuentan con un buen estado de ánimo, se sienten seguros, conformes y a gustos con este cambio en sus vidas. Si el adulto mayor tiene un estado de ánimo positivo, va a tener una mejor calidad de vida y un bienestar psicológico.

Relaciones sociales

Las categorías que surgieron dentro de las relaciones sociales son tres: Entorno social, entorno familiar y jubilación. Partiendo de la categoría entorno social, se explica que es el lugar en dónde el adulto mayor logra desarrollar diversos tipos de relaciones culturales, económicas y sobre todo sociales y se forma dependiendo la condición de vida de cada individuo (Hernández et al., 2021).

El **caso A**, explica: “...nos gusta mucho ir ahí, tenemos nuestras amistades, tenemos buena relación con todos...”. De la misma manera se expresa el **caso B**: “...pero ahora yendo allá, ella está con sus amigas y yo con mis amigos y nos distraemos durante el día...”.

El participante del **caso C**, señala: “...me siento mejor, aquí tengo amigos que me hacen pasar buenos ratos, me río bastante, los licenciados encargados son muy amables...”. Y finalmente el **caso D**, refiere: “...los días son más alegres, paso con mi esposo, pero cada uno tiene su vida social, nos llevamos muy bien con la gente de ahí, es un ambiente cálido, nos gusta mucho...”.

Los adultos mayores tienen buena relación con las personas que son parte del proyecto

“Sonrisa del alma”, hacen amistades con facilidad, se llevan con los encargados y, sobre todo, se sienten en confianza, eso ayudó mucho a que actualmente tengan una buena calidad de vida y un entorno social armonioso.

La segunda categoría es el entorno familiar, para el adulto mayor es su principal apoyo, donde se siente comprendido, valorado y protegido, si existen buenos vínculos familiares, el entorno familiar será un factor primordial para que el adulto mayor lleve una vejez positiva (Imbert, 2011).

El **caso A**, menciona: “... mis dos hijos varones viven conmigo, junto a mis nietos y nueras, tenemos buena relación, me quieren bastante y ellos son mi adoración...”. En lo que respecta al **caso B**: “...mi jubilación se las di a mis hijos, yo soy sola y no necesito, ellos tienen su familia y yo estoy feliz de brindarles una ayuda...”.

El **caso C**, expresa: “...mis nietos me ayudan a recordar que soy fuerte, así que eso me da la fortaleza para seguir con mi vida tranquila...”. Y finalmente con respecto al **caso D**, refiere: “...mi relación es muy buena, mis hijos son mi adoración junto a mi marido...”.

Finalmente, la última categoría del estado de ánimo es la jubilación, esta se considera básicamente como el momento en que el trabajador activo cumple con una realización social, esto puede causar un deterioro psicológico y social para algunos adultos mayores, sin embargo, también hay los que se sienten bien y realizados, consideran esta etapa como un descanso después de años trabajando de manera activa (Rubio et al., 2019).

El participante del **caso A**, señala: "... cuando tuve que cobrar mi jubilación sentí que los años ya se me venían encima y supe que ya no estaba tan joven, pero aun así me esfuerzo cada día para mantenerme activo...". El **caso B**, menciona: "...mi jubilación se las di a mis hijos, yo soy sola y no necesito, ellos tienen su familia y yo estoy feliz de brindarles una ayuda, aunque a veces pienso en que, si ya llegué a jubilarme, es porque ya llegué a mi tope...".

Así mismo, el **caso C**, señala: "...aunque a veces recuerdo que gracias a Dios tengo el dinero de mi jubilación, lo cual me deja dormir tranquilo, así no soy carga para nadie...". Y finalmente, el participante del **caso D**, refiere: "...también me siento bien porque tengo el dinero de mi jubilación, con eso vivimos tranquilos y felices...".

La jubilación trae consigo afectaciones en el estado psicológico y social del adulto mayor, pero en esta investigación los participantes piensan de manera positiva acerca del tema, son conscientes de esta etapa y tratan de mantenerse activos, ayudar a sus familias y sentirse tranquilos de saber que no tienen preocupaciones por dinero y podrán descansar después de años de trabajo.

CONCLUSIONES

- En relación a la incidencia de los factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor, se puede apreciar que estos van de la mano con las acciones que repercuten de forma constante el desarrollo afectivo de los adultos mayores, tomando en cuenta que dentro del programa empleado se observa que en muchos casos los ancianos interactúan de manera correcta entre sí, de tal manera que se generan condiciones en las cuales se observa como caracteriza una necesidad por relacionarse con sus semejantes, dentro del campo emocional, este otorga beneficios de un índole muy variado, en el cual se manifiesta la complejidad que involucran los distintos niveles de la singularidad humana en su etapa de vejez.
- El estado de ánimo dentro del desarrollo de los adultos mayores, es considerada como dificultad, la cual afecta de forma directa al estado emocional, tomando en cuenta la necesidad que presenta los mismos, se puede apreciar que estos van de la mano con aspectos como son la esperanza, optimismo y motivación extrínseca, por ello estas personas tienden a desarrollar un sentido de autoeficiencia en el desarrollo de actividades en función de sus habilidades, asimismo, su sentido de coherencia en conjunto con la esperanza las cuales son determinantes para su adaptabilidad, manejabilidad y percepción positiva de la etapa en la que se encuentran..
- Se puede apreciar que, mediante el enfoque cognitivo conductual, se puede consolidar un diagnóstico con la finalidad de efectuar acciones que permitan mejorar todo lo relacionado con el entorno social que interactúa el adulto mayor, tomando en cuenta que en muchos casos estos sienten un desinterés por involucrarse con sus semejantes o compartir experiencias, las cuales son necesarias para desarrollar un sentido de pertenencia frente a su nuevo entorno.

RECOMENDACIONES

- Se sugiere que en el Municipio de Machala promuevan jornadas de salud mental para los adultos mayores de forma constante, realzando las afectaciones causadas por la edad en su estado de ánimo, además de identificar los factores psicológicos con la finalidad de consolidar un control de su estado emocional.
- Es importante que, dentro del gobierno nacional, a través de las instituciones de ayuda a los adultos mayores capacite y oriente a los familiares en el uso de nuevas actividades para mejorar los aspectos psicológicos frente a la necesidad de los adultos mayores, de consolidar un estado de ánimo acorde a sus necesidades.
- Es importante que dentro de la comunidad o lugares en los cuales habiten los adultos mayores se trabaja en acciones que les permitan interactuar de forma constante con su entorno social, de tal manera que permitiente estas relaciones se puedan efectuar mejoras dentro de sus capacidades físicas y mentales.

BIBLIOGRAFÍA.

- Águila, A., y Linares, D. (2020). Programa de superación para desarrollar la habilidad de escuchar en los docentes de la Educación Superior. *Mendive. Revista de Educación*, 18(3), 588-598. Epub 02 de septiembre de 2020. Recuperado en 13 de diciembre de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S181576962020000300588&lng=es&tlng=es.
- Alamo, C., Baader, T., Antúnez, Z., Bagladi, V., y Bejer, T. (2019). Escala de desesperanza de Beck como instrumento útil para detectar riesgo de suicidio en universitarios chilenos. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 57(2), 167175.
- Álvarez , L., Reyes , A., Arteaga, C., Fonseca , D., Sierra, V., y Ruiz, M. (18 de Julio de 2020). Valoración geriátrica integral en una comunidad marginal de Ecuador. *scielo*, 4. doi:<http://dx.doi.org/10.20960/nh.03040>
- Alvarado, A., y Salazar, Á. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62. <https://dx.doi.org/10.4321/S1134928X2014000200002>
- Amorós, V. (1990). Psicoterapia racional emotiva. *Revista de Psicología*, 8(2), 103116.
- Battle, S. (2020). Clasificación en paidopsiquiatría. Conceptos y enfoques: *Enfoque Cognitivo-Coductual*. Familianova-Schola: http://paidopsiquiatría.cat/files/enfoque_cognitivo_coductual.pdf
- Banks, J., Breeze, E., Lessof, C., y Nazroo, J. (Eds.). (2006). Retirement, health and relationships of the older population in England: The 2004 English Longitudinal Study of Ageing (Wave 2). London, England: Institute for Fiscal Studies.
- Bergin, L., y Walsh, S. (2005). The role of hope in psychotherapy with older adults. *Aging & Mental Health*, 9(1), 7-15.
- Barón, L., y Zapata, G. (2018). Los sesgos cognitivos: de la psicología cognitiva a la perspectiva cognitiva de la organización y su relación con los procesos de toma de

decisiones gerenciales. *Ciencia y Sociedad*, 43(1), 31-48.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22206/cys.2018.v43i1.pp31-48>

Baca-Romero, D., Aiquipa-Tello, J. J., Barboza-Palomino, M., Ibañez-Montoya, J. B., y Oré-Pacheco, L. P. (2022). Impacto psicológico y estrategias de afrontamiento en adultos peruanos durante la pandemia del Covid-19. *Index de Enfermería*, 31(2), 61-65.

Calero, S., Klever, T., Ramiro, M., Rodríguez, Á., y Analuiza, E. (2016). Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Scielo*, Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086403002016000400007&lng=es&nrm=iso

Cotrado, S., y Huapaya, G. (2020). Abandono del adulto mayor: una perspectiva sociodemográfica. *REPSI - Revista Ecuatoriana de Psicología*, 3(7), 160 - 173.
doi:<https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/50>

Cortés-Enríquez, O. D., López-Serna, N., Hernández-Gallegos, A., Yáñez-Caballero, M. T., Ibarra-Llamas, D. A., Zamarrón-Segura, I. A., ... y Ortiz-Ríos, A. M. (2022). Panorama de las anomalías congénitas de interés epidemiológico en México. *Perinatología y reproducción humana*, 36(1), 16-20.

Cuello, M., y Grasso, L. (27 de Mayo de 2021). Intervención en psicología positiva en adultos mayores que asisten a centros de jubilados de la ciudad de Buenos Aires. *Scielo*, Obtenido de <http://www.scielo.org.ar/pdf/rasp/v13/1853-810X-rasp13-171.pdf>

Cullari, S. (2001). Fundamentos de psicología clínica. Pearson Educación.

Chávez-León, Enrique, Benitez-Camacho, Erika, y Ontiveros Uribe, Martha Patricia. (2014). La terapia cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión del trastorno bipolar tipo I. *Salud mental. Scielo*, 37(2), 111-117. Recuperado en 27 de enero de 2023, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01853325201400020004&lng=es&tlng=es.

Chiang, M., Gómez, N., y Sigoña, Ma. (2013). Factores psicosociales, stress y su relación con el desempeño: comparación entre centros de salud. *Salud de los Trabajadores*,

21(2), 111-128. Recuperado en 13 de diciembre de 2022, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S131501382013000200002&lng=es&tlng=es.

Danely, J. (2016). Hope in an ageing Japan: Transience and transcendence. *Contemporary Japan*, 28(1), 13-31.

Del Monaco, R. (2019). "Ir al punto", definir plazos y objetivos. Tiempos y palabras en los tratamientos cognitivo-conductuales en Buenos Aires, Argentina. *Runa*, 40(1), 65-82. doi:<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180860474005>

Díaz, N., Soto, H., y Ortega, G. (2016). Terapias Cognitivas y Psicología Basada en la Evidencia. Su especificidad en el mundo infantil. *Revista Winb Lu*, 1(1).

Erikson, E. H., Erikson, J. M., y Kivnick, H. Q. (1994). *Vital involvement in old age*. London, England: W. W. Norton

Fernández, H. F. (2017). Terapia cognitivo conductual integrativa. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*(22), 157-169. <https://doi.org/https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/200835/81074.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Forero, L., y Forero, A. (2022). Concordancia entre criterios de clasificación nutricional en adultos mayores, Colombia. *Universidad y Salud*, 2(1), 124-134. doi:<https://doi.org/10.22267/rus.222402.266>

Flores, F. A. (2018). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa. *scielo*. Obtenido e <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v13n1/a08v13n1.pdf>

García-Corona, V., Ruiz-Carrillo, E., Cruz-González, J. L., y Gómez-Aguirre, C. (2022). Análisis de la motivación extrínseca y la retroalimentación afectiva en la interacción profesor-alumno. *Revista Digital Internacional De Psicología Y Ciencia Social*, 8(01), <https://doi.org/10.22402/j.rdiptycs.unam.e.8.01.2022.376>

García, H., y Lara, J. (2022). CALIDAD DE VIDA Y AUTOESTIMA EN ADULTOS MAYORES DE UNA ASOCIACIÓN DE JUBILADOS ECUATORIANA. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*(17), 95-108.

<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/9530/1/6.%20Calidad%20de%20vida%20y%20autoestima.pdf>

Guerrero-Castañeda RF, Prado ML, Menezes TMO, Galindo-Soto JA, Ojeda-Vargas MG, (2019). Life experiences that favor the plenitude and transcendence of the elderly being: a phenomenological-hermeneutical study. *Rev Esc Enferm USP*. 2019;53:e03476. DOI:

<http://dx.doi.org/10.1590/S1980220X2018029303476>

Granda, A., Quiroz, G., y Runzer, F. (2021). Efectos del aislamiento en adultos mayores durante la pandemia de COVID-19: una revisión de la literatura. *Acta Médica Peruana*, 38(4), 305-312. Epub 04 de febrero de 2022.

<https://dx.doi.org/10.35663/amp.2021.384.2225>

Góngora, V. (2020). Fortalezas de carácter en pacientes adultos en tratamiento psicoterapéutico. *Interdisciplinaria*, 37(1), 1-26.

<https://doi.org/https://www.redalyc.org/journal/180/18062047020/html/>

González Valarezo, M., Piza Brugos, N., y Sánchez Cabezas, P. P. (2020). La psicología positiva como recurso en la atención del adulto mayor. *Revista Conrado*, 16(72), 109-115.

Hernández, N., Pierrez, M., Martínez, B., Morejón, A., Arencibia, F., y Álvarez, M. (2020). Soledad social en ancianos hospitalizados en el servicio de Geriátrica.

Hospital “comandante Faustino Pérez”. *Revista Médica Electrónica*, 42(3), 1781-1791. Epub 30 de junio de 2020. Recuperado en 22 de enero de 2023, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S168418242020000301781&lng=es&tlng=es.

Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. P. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (1a ed.). McGraw-Hill Interamericana. Disponible en:

http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf

Hernández, V., y Hernández, C. (2018). Bienestar subjetivo entre adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Cúcuta, Colombia. *Diversitas: Perspectivas*

en *Psicología*, 4(2), 243-262. doi:<https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2018.0002.04>

He, G., Xie, J., Zhou, J., Zhong, Z., Qin, C., y Ding, S., (2016). Depression in leftbehind elderly in rural China: Prevalence and associated factors. *Geriatrics & Gerontology International*, 16(5), 638-643.

Hernández Vergel, V. K., Solano Pinto, N., y Ramírez Leal, P. (2021). Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26(95), 530-543. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.27.95.6>

Imbert L, (2011). El entorno familiar del adulto mayor. Realidad versus legislación. *Argumenta Journal Law*, 14(14), 332-350.

INEC. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. 2009. Encuesta de salud y bienestar del adulto mayor. Disponible en: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/encuesta-desalud-bienestar-del-adultomayor/>

Izal, M., Bernabeu, S., Martínez, H., Bellot, A., y Montorio, I. (2020). Las ganas de vivir como expresión del bienestar de las personas mayores. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2019.06.005>

Lizaso, I., Sánchez de Miguel, M., y Reizábal, L. (2008). Factores psicológicos y salud asociados con un nuevo perfil de jubilados. *scielo*.

Londoño, N., y Cubides, M. (2021). Maltrato al adulto mayor institucionalizado- una revisión sistemática. *Salud UIS*, doi:<https://doi.org/10.18273/saluduis.53.e:21022>

Mencías, J., Ortega, D., Zuleta, C., y Calero, S. (2015) Mejoramiento del estado de ánimo del adulto mayor a través de actividades recreativas. *EF Deportes.con revista digital*.

Mendoza, I. (2020). Terapia cognitivo conductual: actualidad, tecnología. *Cayetano Heredia*, https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8907/Terapia_MendozaFernandez_Ingrid.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mesa-Fernández, M., Pérez-Padilla, J., Nunes, C, y Menéndez, S. (2019). Bienestar psicológico en las personas mayores no dependientes y su relación con la autoestima y la autoeficacia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 115-124.

- Michellini, Y., y Godoy, J. (2022). Adaptación Argentina de Dos Escalas de Dificultades en la Regulación Emocional en Adultos Emergentes Universitarios. *Psykhé (Santiago)*, 31(1), 1-20.
[doi:http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2020.22585](http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2020.22585)
- Naranjo, Y., Mayor, S., Rivera, O., y González, R. (2021). Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social durante la COVID-19. *Revista Información Científica*, 100(2), e3387. Epub 01 de marzo de 2021.
- Nazemi L, Skoong I, Karlsson I, et al. Depression, prevalence and some risk factors in elderly nursing homes in Teheran-Iran. *Iranian J. Publ Health*, 2013; 42(6): 559-569.
- Nizama, M., y Nizama, L. (2020). El enfoque cualitativo en la investigación jurídica, *Dialnet*, 11. Obtenido de <file:///C:/Users/PC%20TECHNOLOGY/Downloads/DialnetElEnfoqueCualitativoEnLaInvestigacionJuridicaProye-7628480.pdf>
- Gómez, Y. (2021). Juegos para elevar la motivación hacia la actividad física en adultos mayores. Podium. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 436-450. Epub 09 de agosto de 2021. Recuperado en 01 de febrero de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S199624522021000200436&lng=es&tlng=es.
- Olhaberry, M., y Sieverson, C. (2022). Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 33(4), 358-366.
- Organización mundial de la Salud. (14 de octubre de 2022). Envejecimiento y salud. Obtenido de *Organización mundial de la salud*: <https://www.who.int/es/newsroom/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Organización Panamericana de la Salud, 2002, “Promover un estilo de vida para las personas adultas mayores”, en Guía Regional para la promoción de la actividad física. *Washington*, <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/vejez/promover.pdf>
- Organización mundial de la salud (2018). Plan de acción sobre salud mental 2013-2020. Recuperado el 10 de septiembre de 2018

- Ortega Cueva, C. P., Fajardo Ramos, E., y Núñez Rodríguez, M. L. (2020). Enfoques teóricos del envejecimiento y la vejez. *Revista Edu-Física*, 12(26), 47-56.
Recuperado a partir de <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/2218>
- Ortiz, E., Forero, L., Arana La., y Polanco M., (2021). Resiliencia, optimismo, esperanza y sentido de vida en el adulto mayor con y sin enfermedad crónica de la ciudad de Bogotá. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 17(2), 219-231. Epub July 01, 2021. <https://doi.org/10.15332/22563067.7117>
- Piña, M., y Gómez, V. (2019). Envejecimiento y género: Reconstruyendo los roles sociales de las personas mayores en los cuidados. *Revista Rupturas*, 9(2), 23-38. <https://dx.doi.org/10.22458/rr.v9i2.2521>.
- Pérez, L., Maza, B., y Fernández, G. (2021). Personas mayores ¿población en riesgo en tiempos de pandemia? Un estudio cualitativo sobre narrativas de afrontamiento que favorecen la resiliencia en las personas mayores. *Interacciones*, 7, e183. Epub 00 de de 2021. <https://dx.doi.org/10.24016/2021.v7.183>
- Quintero, D. (2023). Experiencia de envejecimiento activo de un adulto mayor. *Revista Qualitas*, 25(25), 027 - 053. <https://doi.org/10.55867/qual25.03>
- Rafael Linares, A. (2007). Desarrollo cognitivo: las teorías de Piaget y de Vygotsky. España. *Universidad Autónoma de Barcelona*, Recuperado de http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/teorias_desarrollo_cognitivo_07-09_m1.Pdf.
- Reséndiz, P. S. C., y Barceló, M. S. (2003). Los efectos del modelo probabilístico sobre el estilo cognitivo reflexividad-impulsividad. *Psicothema*, 545-549.
- Rueda, G., Castro, V., Martínez, A., y Camacho, P. (2018). Validación de la escala de desesperanza de Beck en pacientes con riesgo suicida. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 11(2), 86-93. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2016.09.004>

- Ruiz, L., y Blanco, L. (2019). Bienestar psicológico y medios de intervención cognitiva en el adulto mayor. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5).
<https://www.redalyc.org/journal/559/55962867013/55962867013.pdf>
- Rubio Cano, B. S., Martínez Arboleda, S. A., Reyes Lindarte, J. A., Palencia Ibarra, D. A., y Velásquez Carrascal, B. L. (2019). Planeación para la jubilación. *REVISTA CONVICCIONES*, (Vol. 6 Núm. 11 (2019)). Obtenido de
<https://www.fesc.edu.co/Revistas/OJS/index.php/convicciones/article/view/420>
- Soriano, M. M. (2001). La motivación, pilar básico de todo tipo de esfuerzo. *Dialnet*, 7. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=209932>
- Thayer, R. E. (1998). El origen de los estados de ánimo cotidianos: el equilibrio entre la tensión, la energía y el estrés (Vol. 1). Grupo Planeta (GBS).
<https://books.google.com.ec/books?id=ZdIC-DyzRF8C&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Troncoso-Pantoja, C., y Amaya-Placencia, A. (2017). Entrevista: guía práctica para la recolección de datos cualitativos en investigación de salud. *Revista de la Facultad de Medicina*, 65(2), 329-332.
- Varela Pinedo, Luis F. (2016). Salud y calidad de vida en el adulto mayor. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 33(2), 199-201.
<https://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2196>
- Villarroel Vargas, J. F., Cárdenas Naranjo, V. H., y Miranda Vázquez, J. M. (2017). Valoración funcional del adulto mayor relacionado con el abandono familiar. *Enfermería Investiga*, 2(1 Marzo), 14–17. Recuperado a partir de <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/462>
- Vázquez, C., Hervás, G., y M, S. (2006). Aplicaciones, intervenciones clínicas basadas en la psicología positiva: fundamentos. *Universidad Complutense de*

Madrid. Obtenido de

https://espaciocompartir.inap.es/v3/pluginfile.php/3013/mod_resource/content/2/psicolog%C3%ADa%20positiva.pdf

Yaghoobzadeh, A., Gorgulu, O., Yee, B. L., Wibisono, A. H., Pahlevan, S. S., Sharif, Nia, H., y Allen, K. A. (2018). A model of aging perception in iranian elders with effects of hope, life satisfaction, and socioeconomic status: a path analysis. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 24(6), 522

ANEXOS.

Anexo A

Consentimiento Informado.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

Calidad, Pertinencia y Calidez

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA CLÍNICA CONSENTIMIENTO INFORMADO



Yo _____ con I.D. _____ He declarado que mi participación en el estudio sobre “**Factores psicológicos del estado de ánimo en el adulto mayor**”, consistirá en responder una entrevista que pretende aportar al conocimiento, comprendiendo que mi participación es una valiosa contribución. Acepto la solicitud de que la entrevista sea grabada en formato de audio para su posterior transcripción y análisis, a los cuales podrá tener acceso parte del equipo docente de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Machala, que guía la investigación. Toda la información expuesta en este espacio será manejada con absoluta confidencialidad y de forma anónima, ya que los datos recolectados serán usados específicamente para fines académicos y se manifiesta que la entrevista será grabada. Los Investigadores Responsables del estudio, Milena Estefanía Torres Mite y Angie Lisseth Matamoros Nuñez, se han comprometido a responder cualquier pregunta y aclarar cualquier duda que le plantee acerca de los procedimientos que se llevarán a cabo, riesgos, beneficios o cualquier otro asunto relacionado con la investigación.

Asimismo, el entrevistador me ha dado seguridad de que no se me identificará en ninguna oportunidad en el estudio y que los datos relacionados con mi privacidad serán manejados en forma confidencial. Por lo tanto, como participante, aceptó la invitación en forma libre y voluntaria, y declaro estar informado de que los resultados de esta investigación tendrán como producto un informe, para ser presentado como parte de la Memoria de Título del investigador.

He leído esta hoja de consentimiento y acepto participar en este estudio según las condiciones establecidas.

Machala, ____ de _____ del 2022.

FIRMA

Anexo B



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

Calidad, Pertinencia y Calidez

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA CLÍNICA



Guía De Entrevista.

Contenido Saludo y agradecimiento Informar el proceso de la entrevista

Buenas tardes somos estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Machala, mi nombre es Angie y el de mi compañera es Milena, estamos llevando a cabo un estudio acerca del estado de ánimo del adulto mayor.

La finalidad de este conversatorio es que puedas expresar libremente tus opiniones, pensamientos y experiencias y qué herramientas utilizas para enfrentar estas situaciones. Es muy importante que se sienta cómodo al hablar con nosotras, de la forma más sincera posible. Cabe aclarar que toda la información expuesta en este espacio será manejada con absoluta confidencialidad y de forma anónima, ya que los datos recolectados serán usados específicamente para fines académicos, le agradecemos por el tiempo y predisposición que está brindando en este momento.

¿Cree que habría algún inconveniente de que la entrevista sea grabada?

Preguntas introductorias

¿Para usted qué es el estado de ánimo?

Regularmente ¿cómo está su estado de ánimo?

Preguntas de fondo

¿Considera que ese estado de ánimo es estable a lo largo del día o tiene variaciones?

¿Qué es lo que le hace cambiar el estado de ánimo?

Relata el último cambio de ánimo que tuvo

¿Cómo es la relación afectiva entre los integrantes de este hogar?

¿Cómo es la relación afectiva con su familia?

¿Tiene alguna relación cercana con algún miembro de su familia?

¿Qué actividades presentan dificultad para hacer actualmente?

¿Qué sentimientos genera en usted estas dificultades?

¿Cómo superar estos sentimientos?

¿Y cómo resuelve estas dificultades?

Preguntas de conclusión

¿De qué forma ha limitado su calidad de vida ser adulto mayor?