



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Ciencias Sociales

Escuela Profesional de Trabajo Social

Calidad de vida y adultos mayores: el apoyo familiar y su impacto durante el contexto de la pandemia por covid-19 en el CIAM Puente Piedra en el año 2021

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Trabajo Social

AUTORES

Helen Karla TEJADA SILVA

ASESOR

Mg. Carlos Eduardo CÁCERES TORRES

Lima, Perú

2025



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Tejada, H. (2025). *Calidad de vida y adultos mayores: el apoyo familiar y su impacto durante el contexto de la pandemia por covid-19 en el CIAM Puente Piedra en el año 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Ciencias Sociales, Escuela Profesional de Trabajo Social]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Helen Karla Tejada Silva
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	72846042
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0002-4795-9174
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Carlos Eduardo Cáceres Torres
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	25783162
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-5621-7028
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Lidia Elisa Sihuacollo Mamani.
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	10124216
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Jorge Rafael Ramirez Shupingahua
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46577333
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Domitila Inés Ordaya Lopez
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08606472

Datos de investigación	
Línea de investigación	E.4.7.5. Infancia, adolescencia y adulto mayor
Grupo de investigación	No aplica
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	Edificio: Centro Integral del Adulto Mayor Laderas de Chillón País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Puente Piedra Latitud: -11.920469426044903 Longitud: -77.08436065317866
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2021
URL de disciplinas OCDE	Otras ciencias sociales http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.09.02



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
VICEDECANATO ACADÉMICO DE PREGRADO

ACTA PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL

En Lima a los veinticinco días del mes de febrero del dos mil veinticinco, reunidos en el Salón de Grados de la Facultad de Ciencias Sociales, bajo la presidencia del Mg. Lidia Elisa Sihuacollo Mamani, y con la asistencia de los miembros del Jurado y de la Vicedecana Académica de la Facultad, se inició la sustentación de la Tesis presentada por la Bachiller: Helen Karla Tejada Silva, para optar el **TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN TRABAJO SOCIAL**, con la tesis titulada:

“CALIDAD DE VIDA Y ADULTOS MAYORES: EL APOYO FAMILIAR Y SU IMPACTO DURANTE EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN EL CIAM PUENTE PIEDRA EN EL AÑO 2021.”

A continuación, se formularon las preguntas y observaciones por parte de los miembros del Jurado. Luego de absueltas, el Jurado procedió a calificar la exposición de la Tesis obteniendo la nota:

.....Diecisiete (17).....

El Jurado, de conformidad al Reglamento General de Grados y Títulos de la Facultad, acordó otorgar a la **Bachiller Helen Karla Tejada Silva**, el **TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN TRABAJO SOCIAL** y para dar constancia se extendió la presente Acta y firmaron:

Mg. Lidia Elisa Sihuacollo Mamani
Presidente

Mg. Domitila Inés Ordaya López
Miembro

Dr. Jorge Rafael Ramírez Shupingahua
Miembro



Firmado digitalmente por CACERES
TORRES Carlos Eduardo FAU
20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 03.03.2025 09:59:45 -05:00

Mg. Carlos Eduardo Cáceres Torres
Asesor



Firmado digitalmente por CASALINO
SEN Carlota Alicia FAU 20148092282
soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 05.03.2025 15:41:58 -05:00

Vicedecana Académica



Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo **Carlos Eduardo Cáceres Torres**, en mi condición de asesor acreditado con la **RESOLUCIÓN DIRECTORAL N°001-2025-EPTS-FCCSS-UNMSM** de la tesis de investigación académica, cuyo título es "CALIDAD DE VIDA Y ADULTOS MAYORES: EL APOYO FAMILIAR Y SU IMPACTO DURANTE EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN EL CIAM PUENTE PIEDRA EN EL AÑO 2021" presentada por la bachiller **Helen Karla Tejada Silva**, para optar al título profesional de Licenciada en Trabajo Social, **CERTIFICO** que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de **18% de similitud**, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional**.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del título correspondiente.

Firma del asesor

DNI: 25783162

Nombres y apellidos del asesor: Carlos Eduardo Cáceres Torres



DEDICATORIA

A mis padres. Mi gratitud hacia ustedes es imposible de expresar completamente. Esta tesis es para y por ustedes. Gracias por ser siempre apoyarme en mis sueños y metas.

Para mi increíble hermana. Esta tesis es el resultado de años de complicidad, sin tu guía no sería la persona que soy ahora. Este logro es de las dos.

A mi familia y amistades. Gracias por el apoyo incondicional a lo largo de todo este proceso.

IN MEMORIAM

A Carlos Silva. Quien fue tío, papá y amigo; gracias por tu luz y amor.

Este logro va dedicado para ti.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres y hermana, quienes fueron mi pilar y guía en todo el proceso, desde el ingreso hasta el egreso; y no dudo que lo serán por mucho tiempo más. Por enseñarme el camino y ser parte de mis logros.

A mi asesor, Dr. Carlos Cáceres Torres, quien fue mi guía en este complicado proceso y parte fundamental de que este trabajo viera la luz. Gracias por la paciencia y los consejos brindados.

A la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, mi alma máter, lugar que me inculcó los valores de justicia y responsabilidad social para con las poblaciones más vulnerables.

A los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, por permitirme conocerlos un poco más y dejarme ser parte de su día a día, por la predisposición y su iniciativa de siempre.

A Maria Nélide Zelada, Adelinda Zelada, Fernán Silva, Lucila Horna, Napoleón Tejada, y Francisco Zelada, las figuras de adultos mayores más representativas en mi vida, quienes me llenaron de amor y ternura, y me dieron el empuje necesario para salir adelante.

A Melannie Bajonero, Abigail Rosas, Chris Huaman y Alisson Huerta, por enseñarme el verdadero valor de la amistad, el apoyo mutuo en toda la carrera universitaria y los consejos brindados.

A Milagros Ramirez, Ana Benito y Aaron Mendoza, amigos entrañables que la vida me dio y quienes me siguen apoyando día a día.

A Kenny Candiotti, mi compañero de vida quien día a día me daba aliento y soporte para que este trabajo saliera a la luz. Gracias por todo el amor brindado y por ser mi luz en los momentos más difíciles.

A mi familia en general. Primos, tíos, sobrinos, entre otros quienes con sus palabras de apoyo y buenos deseos me impulsaban a que cada día me sienta más segura de mi misma. ¡Mil gracias!

ÍNDICE

LISTA DE CUADROS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN

- 1.1. Planteamiento del Problema de Investigación
- 1.2. Formulación
- 1.3. Objetivos
- 1.4. Justificación
 - 1.4.1. Teórica
 - 1.4.2. Práctica
- 1.5. Viabilidad

CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO

- 2.1. Antecedentes de la investigación
 - 2.1.1. COVID-19 y Adultos Mayores
 - 2.1.2. COVID-19 y Dinámicas/Roles Sociales
 - 2.1.3. COVID-19, redes de apoyo y su incidencia en la calidad de vida
- 2.2. Bases Teóricas
 - 2.2.1. Teoría del Apoyo Social
 - 2.2.2. Teoría del Apoyo Familiar
 - 2.2.3. Teoría de la Calidad de Vida y el Apoyo Social/Familiar en Adultos Mayores
 - 2.2.4. Teoría Ecológica
- 2.3. Enfoques
 - 2.3.1. Enfoque de Derechos Humanos
 - 2.3.2. Enfoque Intergeneracional
 - 2.3.3. Enfoque Sistémico
- 2.4. Marco Normativo
 - 2.4.1. Constitución Política del Perú (1993)
 - 2.4.2. Ley N° 28803 – Ley del Adulto Mayor
- 2.5. Marco Conceptual

- 2.5.1. CIAM
- 2.5.2. Confinamiento Social
- 2.5.3. Dinámica Familiar
- 2.5.4. Familia
- 2.5.5. Pandemia
- 2.5.6. Redes de Apoyo

CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA Y APLICACIÓN DEL MÉTODO EN LA INVESTIGACIÓN

- 3.1. Método
- 3.2. Tipo de Investigación
- 3.3. Técnicas del Método
 - 3.3.1. Encuesta
 - 3.3.2. Sistematización de Experiencias
- 3.4. Instrumentos por Emplear
- 3.5. Técnicas de Presentación de Datos
- 3.6. Ética en la Investigación

CAPÍTULO 4: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

- 4.1. Análisis e Interpretación de Resultados
 - 4.1.1. Manera en la que la familia brindó el apoyo emocional, instrumental e informativo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.
- 4.2. Sistematización de Experiencias
- 4.3. Discusión de Resultados:
 - 4.3.1. Manera en la que la familia brindó el apoyo emocional, instrumental e informativo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.
 - 4.3.2. Aprendizajes que se obtuvieron a través de los talleres alcanzados en el CIAM y cómo ha impactado en la calidad de vida de los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 en el año 2021.

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

ANEXOS

BIBLIOGRAFÍA

LISTA DE CUADROS

Cuadro 1. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Recibió de sus familiares caricias, besos, abrazos o palabras cariñosas?

Cuadro 2. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Se sintió amado por su familia?

Cuadro 3. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia lo acompañó a realizar actividades recreativas o de paseo?

Cuadro 4. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sus familiares lo tomaron en cuenta para tomar decisiones en casa?

Cuadro 5. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia lo hizo sentir valioso?

Cuadro 6. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Pudo contar con su familia para que lo escuche cuando tiene un problema o preocupación?

Cuadro 7. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia le brindó comida y ropa cuando usted lo necesitó?

Cuadro 8. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia le facilitó los insumos necesarios para realizar su higiene y mantener su higiene en casa?

Cuadro 9. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sintió que el lugar en donde vive cuenta con los espacios adecuados para que pueda desarrollar su vida cómodamente?

Cuadro 10. Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sus familiares lo ayudaron a tomar una decisión frente a algún problema?

RESUMEN

La presente tesis es un estudio descriptivo acerca del apoyo familiar brindado a los adultos mayores durante el contexto de pandemia por COVID-19 y el impacto en la calidad de vida, el cual fue un gran acontecimiento que remeció el mundo entero. El estudio se desarrolló en el Centro Integral de atención al Adulto Mayor del distrito de Puente Piedra en el año 2021.

La tesis adoptó un enfoque mixto en el cual se utilizó la técnica de la encuesta y sistematización de experiencias, respectivamente. Se encuestó a 37 adultos mayores pertenecientes al CIAM Puente Piedra, elegidos por un criterio de accesibilidad considerando a la población que va día a día a los talleres que se imparten dentro de la institución. El objetivo principal fue analizar como el apoyo familiar hacia las y los adultos mayores del CIAM del distrito de Puente Piedra durante el contexto del COVID-19 ha impactado en su calidad de vida.

Desde las prácticas preprofesionales realizadas por la autora en su centro de prácticas -CIAM Puente Piedra- a través de los talleres impartidos para la reactivación del espacio municipal, se considera pertinente considerar el valor de la experiencia y su significado para los actores que fueron parte de. Asimismo, se denota la importancia de recuperar la experiencia cualitativa del grupo objetivo en la presente investigación a través de la sistematización de las experiencias.

El principal hallazgo indica que el apoyo social, particularmente el apoyo emocional brindado por la familia a los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, se ve limitado por la falta de afecto y compañía, factores esenciales en la concepción de este apoyo. No obstante, la implementación de actividades recreativas dirigidas a los adultos mayores contribuye significativamente a mejorar su calidad de vida, lo que, a su vez, fortalece el apoyo familiar.

Es así como se intenta incidir y colaborar en el desarrollo de estrategias que permitan revertir este resultado y cambiar para mejor la situación en pro de la población objetivo y la mejora de su calidad de vida. Asimismo, se conciben estas acciones como un cambio social que de menos puede ir a más en beneficio de los actores involucrados.

Palabras clave: adultos mayores, familia, apoyo familiar, CIAM.

ABSTRACT

This thesis is a descriptive study about the family support provided to older adults during the context of the COVID-19 pandemic and the impact on quality of life, which was a great event that shook the entire world. The study was carried out in the Comprehensive Center for Elderly Care in the Puente Piedra district in 2021.

The thesis adopted a mixed approach in which the survey technique and systematization of experiences were used, respectively. 37 older adults belonging to the CIAM Puente Piedra were surveyed, chosen based on accessibility criteria considering the population that goes every day to the workshops taught within the institution. The main objective was to analyze how family support for the older adults of CIAM in the Puente Piedra district during the context of COVID-19 has impacted their quality of life.

From the pre-professional practices carried out by the author in her practice center -CIAM Puente Piedra- through the workshops given for the reactivation of the municipal space, it is considered pertinent to consider the value of the experience and its meaning for the actors who were part of. Likewise, the importance of recovering the qualitative experience of the target group in this research through the systematization of experiences is noted.

The main finding indicates that social support, particularly the emotional support provided by the family to older adults at CIAM Puente Piedra, is limited by the lack of affection and company, essential factors in the conception of this support. However, the implementation of recreational activities aimed at older adults contributes significantly to improving their quality of life, which, in turn, strengthens family support.

This is how we try to influence and collaborate in the development of strategies that allow reversing this result and changing the situation for the better in favor of the target population and improving their quality of life. Likewise, these actions are conceived as a social change that can go from less to more for the benefit of the actors involved.

Keywords: older adults, family, family support, quality of life, CIAM.

CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN

1.1.Planteamiento del problema de investigación

En los últimos años, el mundo se vio afectado por una pandemia de dimensiones globales el cual ha decantado en diversos efectos y consecuencias en la vida de las personas. Debido al COVID-19¹ surgieron varias problemáticas sociales, económicas y de salud, que tendrán un efecto, ya sea a corto como a largo plazo; ejemplo de esto viene a ser el desempleo masivo, aumento de la pobreza y desigualdad, problemas de salud adyacentes en las poblaciones más vulnerables y a su vez, problemas psicológicos como ansiedad, depresión y un estrés social. (CEPAL, 2020)

Para Cáceres (2024), la rapidez y violencia del contexto pandémico fue tal que la tensión entre las imposiciones y las demandas dejó poco espacio para tomar decisiones o para crear agendas alternativas. El aislamiento social llegó a simbolizar la completa falta de ingresos y, en numerosos casos, ha ocasionado un deterioro significativo de las condiciones socioeconómicas.

Esto quiere decir que, debido a la premura y urgencia de la pandemia no se tuvo en cuenta las necesidades in situ de la población, quienes se vieron afectados por la creación de políticas que no se adecuaban al contexto en el que vivían. Asimismo, se demostró una desigualdad exacerbada, ya que la pandemia empeoró las condiciones socioeconómicas poniendo sobre la mesa la vulnerabilidad de las personas en situaciones como estas.

Dentro de los grupos vulnerables y mayor segregados en este contexto se encuentran los adultos mayores, que según la Ley N° 30490 (2016), son aquellas personas que tienen 60 o más años, y hacemos referencia a las personas que ya pasaron por todas las experiencias de vida y han cumplido la mayoría de las metas familiares y/o personales.

En el Perú, la población adulta mayor asciende a 4 millones 140 000 personas, la cual representa el 12,7% de la población total según el INEI (2020). De este total, vemos que un 52,4% son mujeres y un 47,6% son hombres. Teniendo en consideración la estadística presentada, se observa que es Lima Metropolitana la provincia que concentra la mayor

¹ Definido por la OMS (2021) como una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. Las personas mayores y las que padecen enfermedades subyacentes, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades respiratorias crónicas o cáncer, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave.

proporción de adultos mayores, con 40 de cada 100 hogares teniendo al menos una persona adulta mayor, de los cuales el 25,1% cumple el rol de jefe(a) de hogar.

Es importante mencionar que la familia desempeña un papel fundamental en la creación de acciones conjuntas con el fin de priorizar el bienestar en el núcleo familiar, siendo así que el MIMP (2016) indica que la familia cumple un rol fundamental en la que se encarga de brindar espacios de socialización, formación, cuidado y protección de sus miembros, especialmente en los adultos mayores.

Ahora, el apoyo familiar para los adultos mayores es considerado una red de apoyo, en donde se contribuye a la mejora de la calidad de vida y que causan un impacto significativo en ella. Asimismo, el apoyo familiar es considerado como un sistema integral de apoyo emocional, físico, social y, en muchos casos, económico que influye directamente en el día a día de los adultos mayores.

Desde un punto de vista social, el apoyo familiar fomenta el sentido de pertenencia y la conexión. Además, la participación de la familia en la vida del adulto mayor puede generar un ambiente de respeto y dignidad, fortaleciendo el vínculo intergeneracional.

Es por ello por lo que se les considera de gran influencia en sus vidas, ya que según indica Gonzales (2017):

“... son un conjunto de acciones que nacen dentro de las relaciones interpersonales entre miembros de una familia, que contribuyen a la satisfacción de las necesidades de estos, a fin de procurar bienestar y reducir el estrés” (Gonzales, 2017, p. 31)

En base a este concepto, se deduce que dentro del apoyo familiar se pueden observar factores tanto emocionales, instrumentales e informativos; los cuales hacen del apoyo familiar un sistema un tanto complejo que depende de un bienestar integral de sus miembros para con el adulto mayor.

En tiempos de pandemia, este apoyo familiar respecto al adulto mayor se pudo ver afectado debido al confinamiento social; ya que al ser expuestos a una serie de situaciones sin precedente alguno se tuvieron como características: la sobrecarga de compromisos en el hogar y el desinterés de los familiares con las necesidades recreativas de los adultos mayores, ya que se les considera como una carga para el desarrollo de su vida cotidiana. (Ponce, 2019, p. 19). Esto pudo suponer un impacto negativo en el bienestar físico emocional de los adultos mayores,

desembocando en un desinterés que limita las oportunidades de socialización y recreación para el grupo etario afectado.

Asimismo, según Pinazo–Hernandis (octubre, 2020) los adultos mayores experimentaron mucho más los estereotipos como el edadismo difundido por los medios de comunicación en base a la vejez, el deterioro y una carga social que conllevó a consecuencias negativas como: reducción de las redes de apoyo y la disminución de actividades sociales.

El edadismo, según la Organización Panamericana de Salud (2021), surge cuando se utiliza la edad para clasificar y dividir a las personas de una forma que comporta un daño, desventaja o injusticia, y que erosiona la solidaridad intergeneracional.

Para el Instituto Nacional de Geriátría (2024) en el contexto de la pandemia, el edadismo fue utilizado como único criterio en el acceso a la atención médica y a terapias que salvan vidas y en el ordenamiento de confinamientos, creando así una exclusión que no consideraba las realidades individuales, generando una discriminación que, en muchos casos, agravaba las desigualdades ya existentes.

Los medios de comunicación han descrito en general a las personas mayores como un grupo vulnerable y homogéneo, que difiere de los demás grupos etarios. Sin embargo, se crearon iniciativas positivas en la línea destinada específicamente a las personas mayores en donde se han realizado campañas sobre la salud mental, se han desarrollado tecnologías digitales y un apoyo para su uso con objeto de ayudar a las personas mayores a comunicarse durante el confinamiento. (OPS, 2021, pág. 28)

Es menester hacer hincapié en que el apoyo familiar respecto al adulto mayor nos permite conocer más acerca de la realidad que vive, siendo la familia el pilar fundamental de la sociedad, ya que es el entorno donde se establecen vínculos de afecto, se transmiten valores y se fomenta la cooperación entre sus integrantes.

Dentro de la línea de calidad de vida, entendemos que es un concepto que conlleva varias acepciones entre los múltiples ámbitos de estudios, tales como: economía, medicina, psicología, entre otros. Para esta investigación, usaremos el concepto que nos dan Coruguedo et al (2014), quien indica que la calidad de vida se entiende como la valoración que hace una persona de sus condiciones materiales y espirituales de vida, siendo así que, a pesar de tener

componentes objetivos, se nutre de parámetros subjetivos los cuales nos hacen reflexionar sobre la valoración que hace el sujeto referente a su vida.

En los adultos mayores, Bayarre et al (citado en Coroguedo et al., 2005) indica que la calidad de vida se percibe como la capacidad funcional del anciano para valerse por sí mismo y realizar sus actividades, seguridad económica y condiciones de la vivienda, que le permite resolver sus necesidades materiales, además de experimentar satisfacción por la vida, que se corresponde con las necesidades espirituales propias de la edad. Siguiendo la misma línea, se infiere que un adulto mayor que logre mantener su independencia se sienta seguro en su hogar y tenga acceso a los recursos que necesita, no solo vivirá de manera más plena y autónoma, sino que también experimentará una mayor felicidad y bienestar emocional.

Dentro de la misma línea, el CIAM de Puente Piedra, que según la Ley N° 30490, es el espacio municipal de prestación, coordinación y articulación de servicios básicos integrales y multidisciplinarios, para el bienestar y promoción social de las personas adultas mayores en un contexto de participación de la persona adulta mayor y su familia; funciona como espacio de recreación entre el público objetivo, afianzando sus lazos de afecto y cooperación entre ellos. Es importante recalcar este punto, debido a que es el CIAM de Puente Piedra el centro principal de la presente investigación y se pondrán bajo la lupa los efectos de las actividades realizadas en la calidad de vida del adulto mayor.

Como parte del quehacer del trabajo social, específicamente centrado en el trabajo con adultos mayores, se busca mejorar la calidad de vida y el desarrollo personal velando por un pleno ejercicio de sus derechos, ya sea en el entorno social y/o familia; teniendo en cuenta a la familia como pilar fundamental en el desarrollo de la población antes mencionada.

Es necesario traer a colación, que el apoyo social y la calidad de vida tiene una relación directamente proporcional, ya que Alfonso, Soto y Santos (2016) nos indican que el primer es un potenciador del segundo en términos de efectividad, debido a que toma como referencia una valoración subjetiva que hace cada persona de este apoyo. Asimismo, la familia cumple un rol fundamental al ser considerado el recurso más importante para este grupo etario.

Es por ello, que debido a la coyuntura que se vivió tanto internacional como nacionalmente, se busca analizar cómo la familia brindó el apoyo hacia los adultos mayores y cómo impactó en la calidad de vida en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.

1.2.Formulación del problema

Pregunta general:

- ¿Cómo fue el apoyo familiar hacia las y los adultos mayores pertenecientes al CIAM del distrito de Puente Piedra durante el contexto de pandemia por COVID-19?

Preguntas específicas:

- ¿De qué manera la familia ha brindado el apoyo emocional, instrumental e informativo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021?
- ¿Qué aprendizajes se obtuvieron a través de los talleres alcanzados en el CIAM y cómo ha impactado en la calidad de vida de los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 en el año 2021?

1.3.Objetivos:

Objetivo General:

- Analizar como fue el apoyo familiar hacia las y los adultos mayores del CIAM del distrito de Puente Piedra durante el contexto del COVID-19.

Objetivos Específicos:

- Identificar de qué manera la familia ha brindado el apoyo emocional, instrumental e informativo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021
- Explicar los aprendizajes que se obtuvieron a través de los talleres alcanzados en el CIAM y cómo han impactado en la calidad de vida de los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.

1.4.Justificación

1.4.1. Teórica

La presente propuesta de investigación considera primordial analizar el apoyo familiar brindado a los adultos mayores y el impacto en su calidad de vida a raíz del contexto de pandemia por COVID-19 en el año 2021, siendo estos considerados una población vulnerable debido a factores de salud física y emocional; además, de entender cómo las familias brindaron su apoyo frente a esta problemática y cómo los adultos mayores percibieron estas respuestas por parte de la familia es el punto central de esta investigación.

Es relevante recalcar que las acciones desde el área disciplinar del Trabajo Social son fundamentales para intervención de problemáticas sociales puesto que la crisis sanitaria engloba un gran panorama que afecta a la sociedad en general desde diversos ámbitos que, al pasar el tiempo, la realidad que actualmente se está viviendo dejará acentuado una crisis social.

Cabe mencionar que el COVID-19 por ser un fenómeno nuevo, no hay mucha literatura sobre el tema y en especial sobre adultos mayores, quienes fueron los más afectados; además, que se puedan plantear diversas estrategias como talleres, charlas, entre otros, para con los adultos mayores y sus familias que promuevan un adecuado apoyo familiar. Estos puntos son lo que motivan a la presente tesis a sentar un precedente que ayude a profundizar la investigación sobre la problemática en cuestión y definir un desarrollo de estrategias para con la población objetivo.

1.4.2. Práctica

Lo antes mencionado aunado a la experiencia de prácticas preprofesionales desde el quehacer del Trabajo Social en el CIAM Puente Piedra, genera un interés en investigar sobre este problema social que no solo repercute en nuestro país, sino también a nivel mundial, afectando no solo a la población antes descrita, sino también a su núcleo familiar, y por defecto, a la sociedad en conjunto.

Para el Trabajo Social, la unión de teoría y praxis se hace fundamental para realizar un diagnóstico social acertado y, por ende, una correcta interpretación de la realidad social para la intervención de las problemáticas sociales; en este caso, la crisis sanitaria engloba un gran panorama que afecta a la sociedad en general en donde, al pasar el tiempo, la realidad que actualmente se está viviendo dejará acentuado una gran crisis social.

Además de recalcar que las acciones desde el área disciplinar de la carrera toma en cuenta los diversos pilares de la vida del adulto mayor, en este caso, y su posterior repercusión

en la sociedad. Es de vital importancia que como trabajadores sociales nos intereseamos en el cambio social para y por las personas, los cuales son protagonistas del cambio en conjunto con su núcleo social más cercano, la familia.

Por último, se debe tomar en cuenta que el profesional del Trabajo Social en el ámbito gerontológico apunta a mejorar la calidad de vida y el desarrollo personal velando por un pleno ejercicio de sus derechos, ya sea en el entorno social y/o familiar, respetando la autonomía del adulto mayor.

1.5.Viabilidad

El trabajo de investigación se consideró viable ya que se llevó a cabo en Lima Metropolitana, específicamente dentro del distrito de Puente Piedra, siendo este distrito accesible para la investigadora. Por otro lado, se tuvo conocimiento previo de la población a la cual se va a investigar y un centro ya identificado (CIAM).

CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación

Dentro de la presente tesis, se ha escogido bibliografía referente a países de Latinoamérica para poder contrastarlas en base a lo investigado en el ámbito nacional. Es menester, hacer hincapié en que las literaturas escogidas son un punto de partida para la comprensión del problema de investigación.

Se han seleccionado diferentes investigaciones, las cuales girarán entre la premisa del Covid-19 y su relación con los adultos mayores, su impacto en las dinámicas/roles sociales, las redes de apoyo que precisaron y la incidencia en la calidad de vida.

2.1.1. COVID-19 y Adultos Mayores

El COVID-19 en adultos mayores implica una mirada a las poblaciones vulnerables y el cómo afrontaron esta pandemia a nivel mundial. Para Solorzano (2023) éstas fueron las más afectadas debido a que por el propio proceso de envejecimiento, ya poseen problemas de salud preexistentes y su proceso de recuperación es un poco más lenta.

Sin embargo, para Lavell et al. (2020), la magnitud que tuvo la pandemia no fue por la misma enfermedad, sino, por las políticas sociales paupérrimas que no fueron corregidas en su momento, desembocando en que las poblaciones en situación de vulnerabilidad se vean afectadas en mayor magnitud.

Debido a ello, es crucial entender la importancia de las políticas sociales sostenibles en el tiempo, las cuales no aborden solo el problema inmediato; sino que puedan dar solución a futuros escenarios en los que las personas en situación de vulnerabilidad puedan afrontar desde una perspectiva humanística y totalizadora.

Para Kebler de Oliveira (2020), como tópico de salud pública, la pandemia por coronavirus se ha convertido en un grave problema, en especial, en América Latina. Asimismo, indica que en el contexto que involucra al adulto mayor las deficientes políticas públicas fue punto de partida para que la pandemia haya sido un agravante tanto en lo social, económico y político.

Enfatiza en que los gobiernos de América Latina deberán desarrollar estrategias que involucren a la población de adultos mayores y que su éxito será considerado como base para alcanzar las metas exigidas en las diferentes bibliografías que mencionen al adulto mayor como prioridad.

Es importante hacer énfasis en lo último mencionado, ya que dependiendo de estas políticas públicas se observará una mejora en la vida del adulto mayor y todo lo que esta acarrea.

Para Grandaz, Oblitas et al. (2021), el COVID-19 hizo efecto en los adultos mayores situándolos en una figura de aislamiento social debido a que por medidas de distanciamiento social empezaron a vivir solos. Esto melló tanto en su salud física como mental, y aquí aúno la información con lo descrito líneas arriba, e hizo que la pandemia condicione a que se retrasara o disminuyera la atención prestada por parte de las entidades de salud.

Es importante mencionar que también se vieron comprometidas las necesidades de cuidado básico como: la limpieza, alimentación y el acceso a los servicios de salud mental, entiéndese estos factores como componentes de la calidad de vida.

Para la Defensoría del Pueblo (2020), en los Centros de Atención Residencial para los adultos mayores se observó una exclusión exacerbada por las medidas de distanciamiento social que no permitían visitas por parte de sus familiares, esto afectando las dinámicas familiares. Sin embargo, desde estos CAR tomaron acciones como la implementación de un plan de servicios de cuidado en la que se tenga como eje central la protección de los derechos fundamentales de los adultos mayores.

Por otro lado, en una investigación realizada en el año 2021 a raíz de la implementación del Proyecto AMACHAY se analiza la participación de los adultos mayores en calidad de actores sociales en la principal política social implementada en el contexto de Covid-19 para esta población. Entre sus principales resultados se encontró que la selección de beneficiarios se realizó según el padrón nominal del SISFOH y el CIAM de cada municipalidad, pero la falta de datos actualizados dificultó la focalización y por ende la entrega de servicios. La focalización se basó esencialmente en indicadores de salud, excluyendo a muchas personas en pobreza y extrema pobreza, agravada por la COVID-19; El diseño del programa fue realizado sin la participación de organizaciones de adultos mayores, generó quejas y expectativas no cubiertas, pues se centró con mayor énfasis en informar y orientar sin mostrar qué resultados obtuvo. Un aspecto fundamental que se evidencia es que el programa benefició a quienes tenían acceso a seguridad social, excluyendo a los más vulnerables. (Cáceres; 2021)

2.1.2. COVID-19 y Dinámicas/Roles sociales

El adulto mayor ve en su núcleo familiar un tipo de apoyo en el tema de los cuidados en el que se ve un dinamismo a lo largo del tiempo. A propósito de esto, Matassini, S. (2021) buscó en su investigación explorar los efectos colaterales con relación al cuidado de la población

adulta mayor asegurada al seguro social de salud, Essalud, y que se encontraba confinada en sus hogares. Se tuvo como muestra a los adultos mayores que asistieron a un CAM de la ciudad de Lima, en este caso la muestra fue intencional y se pudo contactar a 5 adultos mayores (hombres y mujeres) de entre 64 a 78 años, todo esto a través de entrevistas semiestructuradas. Asimismo, la metodología utilizada fue un diseño cualitativo narrativo. Dentro de sus resultados, se pudo observar que las personas adultas mayores y sus familias experimentaron un cambio en las dinámicas familiares, pero todas dentro de un rango positivo; sin embargo, al enfrentar cambios abruptos en su cotidianeidad a raíz de la pandemia se deben generar estrategias de adaptación, y en estos casos llevó a los adultos mayores a reinventar lo cotidiano dentro de sus hogares.

Para Diaz (2021), el confinamiento social tuvo repercusiones en la familia que se visibilizaron como: estrés, violencia doméstica, irritabilidad, entre otros. Indicando también que la comunicación entre los miembros de la familia se vio afectado debido a que los adultos mayores fueron desplazados de sus roles prepandemia y se vio incrementado al no tener contacto alguno con sus familiares y amistades generando una situación de incertidumbre y tristeza.

Para Schapira (2020), las dinámicas sociales se vieron afectadas en la vida del adulto mayor ya que conllevó a una modificación de su rutina diaria. Asimismo, el cuidador se vio forzado a cumplir un doble rol en donde se limitaba su tiempo libre debido a que los servicios de cuidados se suspendieron, por ende, el apoyo familiar disminuyó a tal punto que se generaban relaciones de intolerancia y frustración lo que pudo llevar a situaciones como abusos, incomunicación, segregación del núcleo familiar, entre otros.

Entendamos como dinámicas /roles sociales a las responsabilidades y comportamientos que adoptan las personas en determinadas interacciones que se fijan según las características de los grupos. Esto quiere decir, que para los adultos mayores los roles que cumplían en la sociedad se vieron mermados por este confinamiento obligatorio al que se vieron sometidos.

2.1.3. COVID-19, redes de apoyo y su incidencia en la calidad de vida

La calidad de vida viene a ser el conjunto de elementos que inciden en el bienestar de la persona, los cuales tienen relación con la experiencia que se tenga dentro de la vida social; de acuerdo con Quiroga-Sanzana, C. et al. (2022) presentan en su investigación el conocer los niveles de apoyo social (familiar y amical) y percepción de calidad de vida en personas adultas mayores en el contexto de pandemia, teniendo como muestra a 141 adultos mayores hombres

y mujeres mayores de 60 años provenientes de varios lugares de Chile a través de un cuestionario difundido a través de las redes sociales. Asimismo, se optó por un enfoque metodológico cuantitativo de carácter transversal con un alcance de tipo descriptivo correlacional. Dentro de sus resultados, se dio cuenta que en la población adulta mayor se vio un fortalecimiento con el microsistema más próximo a ellos, como lo es la familia, el cual se posiciona como principal vínculo de apoyo. Es menester resaltar este dato, ya que nos da un indicio de que la familia no solo cumple una función afectiva y emocional, sino que también se convierte en un soporte clave para su bienestar general. Asimismo, la familia se convierte en un elemento protector que potencia la calidad de vida de los adultos mayores, ayudándoles a mantener una vida social activa, reducir el aislamiento y enfrentar mejor las dificultades que puedan surgir en esta etapa de la vida.

En varias investigaciones se da cuenta que los adultos mayores necesitan la compañía de sus seres queridos para mejorar su calidad de vida. Es así como Guaicha, D. & Herrera, M. (2021) tienen como principal aporte el analizar la relación entre la calidad de vida y el apoyo familiar de las y los adultos mayores en el proyecto gerontológico “Hogar de sabias experiencias” en Guayaquil, teniendo como muestra a 60 adultos mayores que asisten a dicho centro gerontológico a través de un cuestionario que se aplicó de manera virtual. Asimismo, la metodología usada fue desde un enfoque cuantitativo con un tipo de estudio descriptivo y correlacional transversal. Dentro de sus resultados, se observó que la relación entre calidad de vida y apoyo familiar es directa y positiva, esto quiere decir que, a mayor apoyo familiar, la calidad de vida aumenta. Asimismo, la calidad de vida al ser un término de índole multidimensional y de constantes interacciones, el apoyo familiar se vuelve primordial para el adulto mayor en la satisfacción de sus necesidades y esta relación directamente proporcional reafirma la importancia del apoyo en la vida del grupo de estudio.

En una investigación realizada en México, (Valdez-Huirache y Alvarez-Bocanegra, 2017) se abordan la calidad de vida de las y los adultos mayores, considerando la situación socio familiar y socioeconómica de un grupo adscrito a una unidad de medicina familiar del seguro social mexicano. La metodología usada fue un estudio observacional, transversal y analítico mediante una encuesta y entrevista. Sus principales resultados fueron que el 50% de las personas encuestadas tienen buena calidad de vida, predominando el género femenino; además de que el 78.3% presenta algún tipo de apoyo social, haciendo énfasis en el apoyo afectivo que cuenta con un 81.5% de aceptación en donde los autores concluyen que existe una relación significativa entre la calidad de vida y apoyo social. La calidad de vida y el apoyo social

continúan siendo fundamentales en la vida de los adultos mayores, pero en esta ocasión se destaca más la dimensión afectiva, que solo se refleja en la mitad de los encuestados. Cabe resaltar que, en esta investigación, los encuestados viven en un contexto social de desempleo, con un nivel escolar de primaria, con una familia extensa y con un ingreso promedio por debajo de la remuneración mínima vital considerada en México.

En Medellín, Colombia, la realizó una investigación que abordaba la calidad de vida de los adultos mayores en los Centros de Bienestar de Adultos Mayores (Estrada, A.; Cardona, D. & et al., 2011). La metodología usada fue un estudio transversal de 276 adulto mayores de 39 Centros de Bienestar de Adultos Mayores y tuvo como criterio de exclusión a quienes presentaban un deterioro cognitivo. Sus principales resultados fueron que el 59,4% eran mujeres de las cuales un 70% aproximadamente tenía rasgos de depresión o ansiedad; asimismo, había una relación negativa entre la calidad de vida, ser mujer y contar con enfermedades crónicas. Es importante hacer hincapié en que va a variar la percepción de la calidad de vida dependiendo de si fueron internados en contra de su voluntad o voluntariamente en el Centro de Bienestar; de igual modo, las relaciones familiares y apoyo social en general que se da (familia, amigos e incluso el centro geriátrico) influyen de manera abismal en como el adulto mayor percibe su calidad de vida.

En Machala, Ecuador surgió una investigación que puso en discusión la percepción del adulto mayor sobre el apoyo que reciben por parte de sus familiares. Marín Fernandez et al (2022) hacen referencia a que un sinfín de factores como: un contexto familiar de desapego y desinterés es propicio para las enfermedades que suelen aparecer en la vida cotidiana del adulto mayor; por ende, modifica la percepción de estos sobre el apoyo familiar. Este estudio contempla un universo de 100 adultos mayores a los cuales se les aplicó una encuesta. Dentro de los resultados arrojados se hace presente que la mayoría de encuestados si percibe este apoyo familiar; sin embargo, esto se relaciona directamente con las necesidades que puedan tener y de qué manera son satisfechas y así se produce una dependencia que desemboca en el apoyo social que puedan tener por parte de su familia.

Dentro de la misma línea, Ticlia, E. (2021) en su investigación quiso determinar la relación entre el apoyo familiar y la calidad de vida del adulto mayor del CAM El Porvenir en Trujillo. Se tuvo como muestra a 36 adultos mayores de entre 60 y 80 años a quienes se les aplicó la técnica de la encuesta y de la entrevista semi estructurada. Asimismo, la metodología utilizada concierne al tipo descriptivo correlacional con un diseño mixto (cuantitativo y cualitativo).

Dentro de sus resultados, se observa que el apoyo familiar es esencial, debido a que el impacto significativo del 92% en la calidad de vida del adulto mayor proviene desde los hijos(as) y los nietos(as). Además, este respaldo no solo contribuye al bienestar general, sino que también enriquece la dimensión social de los adultos mayores, fomentando relaciones familiares saludables y una interacción constante que refuerza su sentido de pertenencia y felicidad.

En una investigación realizada en Trujillo, La Libertad; se quiso establecer el grado de apoyo percibido por el adulto mayor con respecto a su familia y el nivel de calidad de vida en el Centro de Salud El Pallar (Marcelo, V. & Marino, J., 2018). El universo estuvo compuesto por 50 adultos mayores y el instrumento a utilizar fue un cuestionario, este estudio fue de tipo descriptivo correlacional de corte transversal. Entre sus principales hallazgos, está que el 80% de los encuestados percibieron un moderado apoyo familiar y un 96% presentaron un nivel de vida regular.

Esto sugiere que, aunque existe apoyo, podría no ser suficiente para mejorar de manera significativa su calidad de vida y resalta la necesidad de fortalecer las redes de apoyo y mejorar las condiciones que afectan su bienestar. Estos resultados enfatizan la importancia de promover un apoyo familiar más sólido y efectivo, ya que esto podría tener un impacto positivo en la calidad de vida de los adultos mayores, demostrando que la relación entre ambas variables es directamente proporcional.

En Trujillo, Perú (2023); Flores indica que el envejecimiento activo en los adultos mayores y su relación con los factores sociales y familiares influyen de manera positiva en la participación dentro de la sociedad. El enfoque de la investigación fue mixto (cuantitativa y cualitativa) y la muestra fue de 30 adultos mayores en donde se utilizaron técnicas como la encuesta y la entrevista a través de la modalidad remota por estar en época de pandemia por la COVID-19. Entre sus principales hallazgos estuvo que el 100% de los adultos mayores encuestados son felices envejeciendo de manera activa; adicional, el 97% de los adultos mayores experimentó un reforzamiento del apoyo familiar el cual incide de manera directa en el envejecimiento activo.

En Lima, Perú, la investigación realizada por Soto (2022) trata de determinar la relación entre el apoyo familiar y la calidad de vida en el adulto mayor que asiste a un Centro de Salud. La investigación tiene un corte transversal con un enfoque cuantitativo, asimismo, la muestra del estudio será de 108 adultos mayores y se empleará la técnica de la encuesta. Es importante acotar que, como tal, la investigación no presenta resultados concretos; pero las hipótesis que

plantea como que si existe una relación significativa entre el apoyo familiar y la calidad de vida es un tema recurrente que se toma de una manera proporcional y directa entre ambas variables.

En Lima, Perú, en específico en el distrito de Vegueta, Huara; surgió la investigación de Alor y Minaya (2021) cuyo objetivo fue determinar la relación entre la calidad de vida y el apoyo familiar en la situación de pandemia por COVID-19. La metodología utilizada fue cuantitativa, de corte correlacional y de diseño no experimental. Asimismo, la población estuvo conformada por 40 adultos mayores del AAHH Jose Olaya y la muestra fue el total de la población cuyo instrumento fue el cuestionario y la entrevista. Los resultados demostraron que efectivamente hay una relación directa y significativa entre ambas variables dentro de la situación del COVID-19. Se resalta esta investigación debido a que al ser un contexto nuevo y de incertidumbre abarca cómo la evaluación de las necesidades y vulnerabilidades que se encuentran en este panorama son de suma importancia para el trabajo con los adultos mayores.

Leitón, Araya, Dandicurt, et al (2021) indican que el apoyo social es un concepto multidimensional que ha sido abarcado por varios autores en distintas décadas, cada uno con diversos enfoques y significados. Es menester hacer hincapié que bajo esta figura y la pandemia de covid19, el apoyo social fue sumamente importante en la vida del adulto mayor teniendo como pilar a la familia y este desembocando en factores que sean favorables involucrando a todos los componentes de la sociedad (familia, amigos, comunidad, estado).

También hacen referencia a los programas sociales que el Estado tienen en su cartera hacia los adultos mayores, tales como programas de salud, sociedad, entre otros que incidan en una disminución de la pandemia por covid-19 que disminuyan el impacto en ellos.

Como trabajadores sociales, velamos porque este apoyo social sea cumplido en sus diferentes aspectos y que el estado de vulnerabilidad al que se vio expuesto el adulto mayor sea vea mermado por las acciones conjuntas que se deben plantear en pro de un bienestar holístico.

Estas investigaciones hacen dar cuenta de que la familia al ser un pilar esencial en la vida del adulto mayor es importante cómo se gestan las relaciones familiares, y más importante, cómo el apoyo familiar es producto de estas relaciones que son dinámicas y no son de quedarse estáticas en el tiempo.

Para motivos de la presente investigación, tomaremos como referencia la investigación de Matassini, (2021) la cual se explora en detalle el impacto de la pandemia no solo en la población

adulto mayor, sino también en las dinámicas familiares relacionadas con su cuidado. Así también implicó que la incertidumbre y el temor a la enfermedad llevaron a muchas familias a cambiar sus rutinas diarias, lo que impactó negativamente en la calidad de vida de los mayores. Es por ello, que el estudio ofrece una perspectiva completa sobre cómo la pandemia ha cambiado la vida diaria de las familias que cuidan a adultos mayores, subrayando la relevancia de adoptar un enfoque integral en el cuidado y el bienestar de este grupo.

2.2.Bases Teóricas

En base a la coyuntura actual que se vive tanto a nivel nacional como internacional, el adulto mayor ha visto cómo ha cambiado su vida y dentro de ella todo lo que la compone: su familia, sus interacciones sociales tanto con ella como con la sociedad; y, asimismo, el apoyo que se da. Es importante hacer énfasis en que la problemática que se aborda es la percepción del adulto mayor sobre el apoyo brindado por su familia en el contexto de la pandemia por COVID-19, ya que durante el confinamiento se observó un cambio de rutina y un consecuente nivel de estrés social que de una manera u otra afectó la calidad de vida del adulto mayor.

En este apartado, observaremos como enfoques, teorías y leyes relacionadas con el adulto mayor y su familia, nos dan una perspectiva relacionada a lo descrito anteriormente.

2.2.1. Teoría del Apoyo Social

Si nos remontamos a la década de los 70's, podemos observar a Kaplan, Cassel y Gores (citado en Aranda, B. & Pando, M, p. 234, 2013) definían al apoyo social como “el grado de satisfacción de las necesidades sociales básicas (afecto, estima, pertenencia, etc.) a través de su interacción con otros individuos”. Asimismo, Cobbs (citado en Aranda, B. & Pando, M, p. 234, 2013) define por red social a la instancia mediadora en la que se brinda apoyo social de tipo emocional e informacional, entendiéndose como el medio en donde las personas pueden recibir palabras de aliento, consuelo o empatía de otros miembros de la comunidad, lo cual tiene un impacto positivo en su bienestar emocional, lo que generará un sentido de pertenencia.

Luego, en la década de los 80's Kahn y Antonucci (citado en Aranda, B. & Pando, M, p. 235, 2013) afirman que son las transacciones que se dan entre las personas, las cuales implican ayuda, afecto o afirmación. Este conjunto de transacciones interpersonales que opera en las redes, al que también se denominará con el término genérico de “transferencias”, se presenta como un flujo de intercambio y circulación de recursos, acciones e información, entre los cuales destacan: materiales, instrumentales, emocionales y cognitivos.

Este intercambio es clave para fortalecer las relaciones y el bienestar de las personas, ya que facilita la circulación de apoyo, conocimiento y recursos esenciales para enfrentar desafíos y mejorar la calidad de vida. Comprender estas dinámicas de transferencia nos permite apreciar cómo las redes sociales contribuyen al desarrollo personal y comunitario, promoviendo un sentido de pertenencia y colaboración entre sus miembros.

Por otro lado, Israel (citado en Aranda, B. & Pando, M, p. 235, 2013) considera que el apoyo social es aquel que se recibe de la interacción entre las personas para recibir y dar ayuda (espiritual, emocional, instrumental e informativo). Es importante esta acepción, ya que considera lo espiritual, la cual conduce a dotar de sentido y propósito a las propias acciones y experiencias; de este modo, el apoyo social no solo mejora nuestro bienestar en el presente, sino que también enriquece nuestra vida a largo plazo, promoviendo un sentido de comunidad y pertenencia.

En los inicios del presente siglo, Huenchan y Sosa (citado en Aranda, B. & Pando, M, p. 237, 2013) mencionan que Guzmán (2002) define al apoyo social como “una práctica simbólica-cultural que incluye el conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona con su entorno social y le permite mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional”.

Entonces, al hablar sobre apoyo social se observa que es un concepto multidimensional el cual aglomera varias acepciones en sí, que es estudiando, dependiendo de la época, las perspectivas de los autores, entre otros. Sin embargo, dentro de todas las definiciones se pudieron encontrar elementos similares dentro del apoyo social: apoyo emocional, apoyo instrumental y el apoyo informativo. Para la presente investigación, se hará uso de la acepción indicada por Huenchan y Sosa, quienes aseguran que el apoyo social es una red integral que no solo facilita la ayuda práctica, sino que también es un medio crucial para la construcción de bienestar y la participación de las personas en la sociedad, ayudándolas a enfrentar desafíos y a sentirse valoradas dentro de su entorno social y cultural.

Es importante aclarar que para la presente investigación se hará hincapié en la familia; que para Minuchin (1974), no es una entidad estática, sino que es un constructo social el cual está en constante dinamismo. Asimismo, el MIMP (2016) considera a la familia como el ente que cumple un rol fundamental en la que se encarga de brindar espacios de socialización formación, cuidado y protección de sus miembros.

Se da razón entonces que la familia es la base y núcleo estructural de la sociedad en donde se da la primera fase del apoyo social, en la cual, a través de la educación, el apoyo y la protección, la familia juega un papel crucial en la formación de individuos seguros y resilientes, preparados para enfrentar los retos de la vida. Por ello, es esencial fortalecer los lazos familiares y reconocer su importancia en la sociedad para fomentar el bienestar y el desarrollo integral de todos sus miembros.

En los adultos mayores, el apoyo social posee una estrecha relación con el bienestar y la calidad de vida. Es así como Arias (2013) indica que múltiples dispositivos de trabajo y prácticas gerontológicas han sido diseñados considerando el fortalecimiento de los apoyos sociales para personas mayores, siendo así que desde este enfoque se permite el empoderamiento de los adultos mayores.

Al reconocer y fomentar las redes de apoyo social, se ayuda a que los adultos mayores se sientan valorados, activos y capaces de participar plenamente en la sociedad. Esto subraya la importancia de crear entornos que favorezcan la interacción social y el apoyo mutuo entre generaciones.

Las redes sociales, según Dabas (1993), son sistemas que están propensos a cambios dinámicos de permanente construcción y reconstrucción, las cuales se modifican según el tiempo tanto en fondo y forma. Esto quiere decir, que las redes sociales no son estructuras estáticas, sino que están sujetas a transformaciones que pueden ocurrir de manera rápida y constante. Estos cambios pueden ser impulsados por varios factores los cuales se adaptan y responden a nuevos tiempos y a sus necesidades

Debido al COVID-19, estos vínculos en su mayoría han ido perdiéndose, teniendo como ejemplo la muerte de amigos, familiares, la jubilación, el internamiento en un albergue, entre otros. Para Sluzki (1996), esta pérdida de vínculos es un hecho casi inevitable, ya que se supone como un deterioro de la red de apoyo en la vejez; sin embargo, esta pérdida de vínculos no necesariamente desemboca en un aislamiento total del adulto mayor. La mayoría de los casos suelen ser vínculos periféricos, ya que los vínculos centrales son relativamente estables a lo largo de la vida.

En la teoría de la selectividad socioemocional (Carstensen, 1992) considera que la comprensión de la propia finitud tiene como consecuencia la transformación de las metas que orientan el comportamiento. Esto quiere decir, que los adultos mayores tienen en consideración más el presente que el futuro y que en sus relaciones interpersonales asumen un rol

seleccionador de manera intencionada y estratégica los vínculos que más les interesan; así esta red, no solo se modifica en tamaño sino en composición.

En conclusión, aunque la pérdida de vínculos en la vejez puede tener un impacto negativo en el sentido de control y en la capacidad para manejar el estrés, el crear nuevas conexiones y reforzar las relaciones sociales, se puede aumentar la autoestima y el sentido de pertenencia, lo que lleva a una vida más plena y satisfactoria. Esto subraya la importancia de promover y facilitar la formación de redes de apoyo en esta etapa de la vida, ya que pueden ser un recurso valioso para el bienestar emocional y físico de las personas mayores.

Para Arias (2016) en las últimas décadas, el hecho de que las personas mayores dispongan de tiempo libre, sumado al logro de un envejecimiento más saludable, les posibilita desarrollar una serie de actividades que en épocas anteriores de la vida habían dejado relegadas, así como incrementar su participación social. Esto no solo mejora su bienestar personal, sino que también enriquece a la comunidad al promover la inclusión y la interacción entre generaciones.

Asimismo, involucrarse en este tipo de actividades genera bienestar y mayor autovaloración, a la vez que posibilita el intercambio con otros, estableciendo nuevas relaciones y estilos de vida, influenciando directamente la calidad de vida que manejan los adultos mayores y también sus familias.

Es así como, en el CIAM, los adultos mayores expanden sus redes sociales y por consiguiente los vínculos que desarrollan entre sus pares, en donde un elevado número de personas participa en distintos espacios de índole recreativa, social, cultural, política, educativa y artística, entre otras.

En líneas generales, las teorías mencionadas dentro del apartado del apoyo social aplicado al CIAM Puente Piedra denotan una relación puesto que estas teorías nos ayudan a entender como las diversas interacciones sociales influyen directamente en el bienestar de las personas adultas mayores.

En conclusión, podemos comprender como las relaciones interpersonales aunadas al entorno social impactan en la vida de esta población etaria, en donde si fomentamos un sistema de apoyo social estructurado de manera correcta en la que se pueda incluir relaciones sanas dentro del CIAM y fuera de él, las interacciones ayudarían a prevenir el aislamiento, la depresión, entre otros y se promovería una vida más equilibrada para los adultos mayores.

2.2.2. Teoría del Apoyo Familiar

De lo descrito líneas arribas, entendemos que la familia forma parte esencial en la vida del adulto mayor, por ende, el apoyo que estos suscitan. Para Gonzales (2017) investigaciones en Cuba han demostrado que la dimensión familia, es la que más contribuye a la percepción de una alta calidad de vida para las personas de edad avanzada; y además constituye para estas, la principal fuente de ayuda, compañía, cuidados y respeto. Es necesario resaltar lo antes descrito, ya que la familia se considera un agente activo del desarrollo social, el cual forma parte de la dinámica propia de la vida del adulto mayor y está presente en el día a día.

Asimismo, el apoyo familiar es visto como valor primordial para un adecuado desarrollo humano en sus diferentes etapas de la vida y en la adultez mayor contribuirá favorablemente en su adaptación a esta etapa vital y a desarrollar una mejor calidad de vida. (Gonzales, 2017, p. 38-39)

Como se observó en el apartado de apoyo social, se pudieron encontrar 3 elementos similares que se repetían a lo largo de los conceptos encontrados: el apoyo emocional, instrumental e informativo. Para Vera (2007) la integración de estos 3 elementos permite al adulto mayor gozar de una mejor calidad de vida y desembocar en una mejora en el núcleo familiar.

- Apoyo emocional:

Dentro del apoyo emocional, según Pérez y Martín (2006), comprende la empatía, el amor, el cuidado, el amor, la confianza, entre otros, y suele ser uno de los apoyos más importantes. Asimismo, Lin (1986) menciona que este apoyo se expresa cuando el ser humano se siente amado, comparte sus sentimientos o problemas emocionales, se siente valorado y trata de resolver sus frustraciones; por ende, también se entiende que hay actos de escucha y reconocimiento. Es importante considerar el apoyo emocional como uno de los apoyos con un amplio espectro y es considerado uno de los más importantes en comparación con los demás por todo lo que incluye.

Para Leitón (1993) el afecto, en el caso del adulto mayor, hace especial énfasis en la confianza, atención y amor, el cual es caracterizado por recibir caricias, abrazos, palabras cariñosas y diversas demostraciones de amor. Es aquí en donde el adulto mayor establece un vínculo más íntimo con la familia debido a que une lazos basados en lo recíproco; es necesario entender que la compañía es un concepto subjetivo en donde se trata de cubrir las necesidades básicas del ser humano. Asimismo, desde la

compañía se deriva en la creación un nexo estrecho con el cuidador para mantener un estado de bienestar óptimo.

Dentro de lo antes mencionado, se desprende la escucha activa, la cual se realiza con libertad teniendo en cuenta lo que piensan y sienten los demás y es catalogado como un elemento necesario para el diálogo (Hernández Calderón y Lesmes Silva, 2017, p. 84). Partiendo de este concepto, se puede inferir que la escucha activa se trata de escuchar atentamente a otra persona y validar sus sentimientos y creencias. En el caso del adulto mayor, la escucha activa se refleja en una conversación entre el antes mencionado y su familia en donde se puedan abarcar diversos temas.

Para Hogue (1981), el reconocimiento en el adulto mayor va de la mano de la valoración de su autoestima, la retroalimentación de conductas positivas en la persona y permitir verse a sí mismo en forma integral. Esto refiere a que el reconocimiento influye en la autoestima y valoración que el adulto mayor tenga de sí mismo dentro de su familia.

- Apoyo instrumental:

El apoyo instrumental, para Guzmán (2017), refiere a al suministro de bienes materiales y servicios que contribuyen en la solución de problemas prácticos y mejorar su condición de vida, además de contemplar conductas que ayudan directamente al adulto mayor.

Esta mejora de la condición hace énfasis en la calidad de vida que pueda tener el adulto mayor y la satisfacción de las necesidades básicas; por eso, el apoyo instrumental toma en cuenta las necesidades básicas como la de vivienda, alimentación, vestido, alojamiento, entre otros. Es así como el adulto mayor puede sentirse realizado, teniendo como consecuencia una vida en estado de bienestar.

De igual manera, es menester mencionar el aspecto de los ambientes cómodos para el adulto mayor. Los ambientes cómodos promueven posibilidades de garantizar autonomía, además de preservar su identidad y dignidad.

- Apoyo informativo:

El "apoyo informativo" se refiere a la información que se ofrece a otras personas para que estas puedan usarla para hacer frente a las situaciones problemáticas (Pérez y Martín, 2006, p. 2). Esto quiere decir, que dicha información se hace necesaria para la

resolución de los conflictos internos que pueda tener el adulto mayor a la hora de tomar decisiones.

Para Fawcett y Wall (1991) es el proceso en el cual las personas buscan información, intercambio de experiencias, consejo o guía que les ayude a resolver sus problemas; además de saber cómo poder resolver sus problemas personales a través de explicaciones, orientaciones y consejos. Más que nada, con el apoyo informativo se busca que el adulto mayor pueda contar con una fuente que sea su soporte en caso necesite tomar alguna decisión o necesite algún consejo en caso de contar con algún conflicto a la hora de tomar alguna decisión.

Si bien es cierto, el espacio municipal está acondicionado para ofrecer atención y cuidado al adulto mayor, la relación con su familia sigue siendo un pilar importante en su calidad de vida. Siendo así que la relación entre el apoyo familiar y los adultos mayores dentro del CIAM es recíproco ya que mientras el centro proporciona tipos de cuidados y bienestar relacionados a la integración a la sociedad; el apoyo familiar, ayuda al proceso ofreciendo un entorno basado en el apoyo emocional, instrumental e informativo impactando en la adaptación de esta nueva etapa en la vida de los adultos mayores.

2.2.3. Calidad de Vida y el Apoyo Social/Familiar en Adultos Mayores

La calidad de vida, dentro de los parámetros conocidos hace referencia a la interacción entre las diferentes características de la existencia humana (vivienda, vestido, alimentación, educación y libertades humanas).

Es así como para Velandia:

“...cada una de las cuales contribuye de diferente manera para permitir un óptimo estado de bienestar, teniendo en cuenta el proceso evolutivo del envejecimiento, las adaptaciones del individuo a su medio biológico y psicosocial cambiante” (2002, s.p)

Entonces, podemos deducir que la calidad de vida hace referencia a un conjunto de factores necesarios para que el adulto mayor goce de una vejez óptima a través del autocuidado teniendo como pilar el estado psicoafectivo, en donde se hace hincapié a la familia como principal ente regulador.

Es importante mencionar que los apoyos sociales promueven el bienestar de las personas mayores y sus familias. Para Huechan y Sosa:

“... las vías a través de las cuales se hacen sentir sus efectos mencionan la reducción de los sentimientos de aislamiento, la promoción indirecta de conductas saludables, que induce un aumento de los recursos y opciones relacionados con la salud y el bienestar, y los apoyos emocionales directos.” (2003, p.56)

Esto nos indica que, a mayor apoyo social, mayor sensación de bienestar por parte de los adultos mayores, el cual reside en los diversos ámbitos de incidencia dentro de sus redes de apoyo entre las cuales como principal se encuentra la familia.

En el modelo propuesto por Antonucci y Jackson (Citado en Huechan y Sosa, 2003, p. 56) el apoyo social no es un apoyo específico el que incide en la calidad de vida, sino la acumulación de comunicaciones con otros individuos que transmiten a la persona en cuestión la idea de que es (o sigue siendo) capaz, valiosa e importante; asimismo, esta comunicación es internalizada y validada por la persona.

Ahora, en el caso de Perú, la calidad de vida en los adultos mayores se ha visto disminuida no solo por factores directamente asociados a la infección como el mayor riesgo de morbilidad y mortalidad; sino también por factores indirectos como la soledad, el aislamiento, la dependencia, la violencia, la discriminación, entre otros. (Tenorio-Mucha, J. et al., 2021, p. 42).

Según Tenorio-Mucha et al. (2021) muchos adultos mayores se vieron expuestos a un cambio en su rutina dentro de la cual disminuyeron significativamente su sensación de bienestar y tenían más probabilidad de decaimiento en su salud mental.

Entonces, la calidad de vida para los adultos mayores en el contexto de pandemia significó algo negativo para ellos, ya que vieron como su cotidianidad se vio afectada al no poder alcanzar un estado de bienestar que anteriormente fue descrito como un conjunto de factores de alcance físico y social.

Desde el punto de vista de Barrón (1996) (citado en Fernandez, H. & Panduro, I. (2022)) indican que la deficiencia de los lazos sociales, la transformación y el desarrollo de las sociedades nos conducen a un abismo de problemas, afectando a la salud, el bienestar y la calidad de vida de todos los individuos pertenecientes a la sociedad en la que vivimos.

Es así como Urzua (citado en Fernandez, H. & Panduro, I. (2022)) plantea que la calidad de vida está relacionada con varios factores como el bienestar psicológico, el apoyo social, entre otros; de manera que al relacionarse con sus familiares y la comunidad se sienten integrados lo cual generaría una sensación de satisfacción o

felicidad ya que desempeñan funciones sociales que al mismo tiempo los llevaría a experimentar sentimientos de valía y control de ellos mismos.

Con la literatura antes mencionada, podemos observar que la calidad de vida con el apoyo social/familiar en los adultos mayores está conectado, e incluso, si relacionamos ambas variables y lo aplicamos en el CIAM Puente Piedra podemos observar que se acoplan como factores claves en el desarrollo del adulto mayor.

Por ejemplo, si consideramos lo indicado por Urzua, al relacionarse con su comunidad sienten una especie de integración por lo que el rol que juegan en dicho espacio es sumamente importante en el proceso de alcanzar el equilibrio en su bienestar.

2.2.4. Teoría Ecológica:

El ser humano desarrolla su vida en determinados entornos y relaciones sociales cambiantes, los cuales están sujetos a normativas basadas en la interrelación mutua y bidireccional.

Para Urie Bronfenbrenner (citado en Bustamante, P. (2020)) el desarrollo de la persona es significado de un cambio constante en su vida, el cual está determinado por interacciones en el ambiente en el que se desenvuelve. Es así como precisa cuatro sistemas que funcionarán en forma relacionada y simultanea e incidirán en forma directa e indirecta en el desarrollo de la persona:

- **Microsistema:** Sistema más cercano al individuo, se desarrollan actividades como las relaciones interpersonales o roles de desenvolvimiento familiar y el grupo de pares, ayudando en la formación de la identidad, habilidades sociales y el bienestar emocional de las personas. Es aquí en donde no solo la familia proporciona un apoyo emocional, sino que también influyen en la adquisición de valores, normas y comportamientos que guiarán al individuo a lo largo de su vida
- **Mesosistema:** Sistema de las relaciones integradas por varios microsistemas en los que está inmerso la persona. Este sistema juega un papel crucial en el bienestar de los adultos mayores, ya que las relaciones y conexiones con su familia y la comunidad tienen un impacto significativo en su calidad de vida, así como la promoción de un entorno colaborativo en donde el apoyo mutuo pueda ofrecer un sentido de pertenencia, apoyo emocional y recursos prácticos ayuda a que los adultos mayores se sientan valorados y respaldados, lo que a su vez puede contribuir a su salud mental y física. La integración efectiva de estos elementos puede ser clave para mejorar el bienestar general de la población de adultos mayores.

- Exosistema: Sistema en donde predominan los entornos que tienen relación indirecta con el desarrollo de la persona, por ejemplo, para el adulto mayor, podría ser el lugar de trabajo de los hijos, el círculo de amigos en el CIAM, entre otros. La interacción con círculos de influencia, como amigos y familiares, promueve la inclusión social y el fortalecimiento de relaciones significativas, lo que puede ayudar a combatir el aislamiento y la soledad. Es fundamental reconocer la relevancia de estos entornos indirectos en el desarrollo de las personas mayores, dado que su bienestar está profundamente vinculado a la calidad de las relaciones y el apoyo social que obtienen de su comunidad y de sus seres queridos. Fomentar y fortalecer estas conexiones puede ser crucial para mejorar su calidad de vida y promover un envejecimiento activo y saludable.
- Macrosistema: Sistema en donde la influencia de los diferentes escenarios sociales, políticos y culturales afectan a los demás sistemas que interactúan con el individuo. El poder reconocer cómo los sistemas sociales, políticos y culturales interactúan y se afectan mutuamente es fundamental para abordar los desafíos contemporáneos. La comprensión de estas dinámicas permite desarrollar políticas más efectivas y promover una convivencia más armónica en la calidad de vida del adulto mayor.

El desenvolvimiento del individuo entre los diferentes sistemas facilitará su interrelación e interacción sobre los mismos, y así también, influirá en los comportamientos y aprendizaje de ella.

Es decir, la participación en los diferentes contextos de su desarrollo favorece la progresiva acomodación mutua y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que esa persona en desarrollo vive.

En los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, la relación con cada uno de los sistemas descritos por la teoría ecológica de Bronfenbrenner puede ser vista de manera positiva o negativa desde la percepción de su calidad de vida, esto debido a que según el grado de participación que se de en las diversas esferas sociales resultará en un envejecimiento activo y consecuentemente, en el sostenimiento de un vínculo con la sociedad.

Es aquí en donde se interrelacionan factores desde el nexo con su familia como núcleo central de la sociedad hasta las políticas aplicadas al CIAM Puente Piedra que promuevan el envejecimiento activo; esto, para poder crear un entorno de apoyo que

pueda garantizar el bienestar de los adultos mayores atendiendo todos los niveles antes descritos favoreciendo un equilibrio de manera holística.

2.3.Enfoques

2.3.1. Enfoque de Derechos Humanos:

El enfoque para tomar en cuenta dentro de la presente investigación es el enfoque de Derechos Humanos; ya que, son inherentes al ser humano y sirven para dar una mirada holística a las desigualdades sociales, las cuales son un punto de quiebre en el alcance del bienestar de cada persona.

Según el PLANPAM (2013), este enfoque reconoce que el respeto, protección y promoción de los derechos humanos, son obligaciones por parte del Estado y que su cumplimiento debe estar garantizado por parte de ellos. Es así, que con este enfoque para los adultos mayores se busca lograr un empoderamiento para generar una sociedad inclusiva para con ellos.

Desde el Trabajo Social, si tomamos en cuenta este enfoque podemos observar que las políticas sociales basadas en la participación social, la intervención centrada en las personas y en un trabajo intersectorial son las que promueven el bienestar integral del adulto mayor y su entorno, siendo esto último un gran paso en la mejora de la calidad de vida.

2.3.2. Enfoque Intergeneracional

Para el PLANPAM (2013) este enfoque da cuenta de que cada persona a lo largo de su vida pasa por distintas etapas generacionales que marcan diferencias en términos de capacidades físicas y mentales. En concordancia con lo descrito, se debe tener un respeto y reconocimiento de las diferencias de edad. Siendo así, se asume que debe ser necesario una interdependencia de las generaciones, esto quiere decir entre niños, jóvenes, adultos y adultos mayores; esto, para poder construir una sociedad con lazos solidarios entre los diversos grupos etarios.

Así también, se debe fomentar el fortalecimiento de lazos afectivos en el marco de una cultura de respeto. Es importante aclarar que estos lazos se ven principalmente desde el núcleo familiar y que se desenvuelven en las oportunidades que se tiene de hacer efectivo un respeto y ejercicio pleno de los derechos que correspondan.

Desde el CIAM, se pueden formular actividades entre los diversos grupos intergeneracionales promoviendo una sociedad más inclusiva y de respeto mutuo, así como

reducir los estereotipos y prejuicios hacia los adultos mayores.

Desde un enfoque sistémico, la actividad intergeneracional promueve el desarrollo y el bienestar de la comunidad que reconoce y valora la contribución de todas las generaciones que viven en una misma sociedad.

2.3.3. Enfoque Sistémico:

Desde el Trabajo Social, el enfoque sistémico ha sido sumamente importante en el ejercicio de la carrera; pues resulta ser una parte esencial debido a su vinculación con el entorno familiar/social del sujeto o usuario a investigar.

La metodología usada por sus profesionales desemboca en un estudio del diagnóstico de los problemas expresados en el ámbito más íntimo de las personas, esto sin dejar de buscar las causas que motivaron estos inconvenientes.

En conclusión, el modelo sistémico proporciona una visión integral para entender la dinámica familiar, centrándose en las interacciones y relaciones entre los miembros, en lugar de enfocarse únicamente en los comportamientos individuales. Al analizar cómo las conductas se expresan en el contexto familiar y las funciones que cumplen dentro del sistema, este enfoque permite una comprensión más profunda de los problemas y desafíos que enfrenta la unidad familiar. De esta manera, el modelo sistémico no solo ayuda a identificar las causas subyacentes de los conflictos familiares, sino que también fomenta la búsqueda de soluciones que fortalezcan las relaciones y la cohesión dentro del grupo.

Para Andolfy (citado en Palomar, M. & Suarez, E. (1993)) el modelo sistémico se conceptualiza a la familia como un conjunto constituido por varias unidades vinculadas entre sí por medio de una estructura de relaciones formalizadas. Ver a la familia como un todo nos ayuda a entender la relevancia de las relaciones y las interacciones en el desarrollo y bienestar de cada uno de sus miembros, así como en la salud del sistema familiar en su conjunto.

Es aquí en donde entra la figura de la estructura familiar, en donde según Minuchin (citado en Palomar, M. & Suarez, E. (1993)), es el conjunto de demandas funcionales encargadas de organizar la interacción de los miembros dentro y fuera del sistema. Donde se crean pautas y patrones de conducta, que son introducidas en el sistema familiar de generación en generación, confirmando estructuras determinadas de comunicación sistémicas.

Es importante mencionar, que la estructura familiar es un concepto que se va reinventando con el tiempo, ya que al ser un concepto social evoluciona y se readapta según los intereses que se presentan en los miembros de la familia e incluso, la sociedad.

2.4. Marco Normativo

2.4.3. Constitución Política del Perú (1993)

La Constitución Política de 1993 reconoce a las personas adultas mayores todos los derechos fundamentales expresados en su artículo 2º, y establece expresamente en su artículo 4º la protección de la familia, señalando que: la comunidad y el Estado protegen especialmente al niño, al adolescente, a la madre y al anciano en situación de abandono. (PLANPAM, 2013, p. 13)

Es importante tener en cuenta que desde la carta magna hace referencia a la protección integral del adulto mayor y el respeto a todos sus derechos fundamentales, promoviendo su protección.

Para Mamani (2018) se observa que el Plan Nacional para las Personas Adultas Mayores 2013-2017 (PLANPAM) ha identificado varias situaciones problemáticas que viven las personas adultas mayores en el Perú, entre ellas la falta de acceso a los servicios de salud, a la educación y a los servicios de pensión, así como los bajos niveles de participación social y la violencia y la discriminación por motivos de edad. Pero también vemos que hay una falta de capacidades en los tres niveles de gobierno con relación a normas e implementación de las obligaciones internacionales en materia de derechos humanos de las personas adultas mayores y la falta de articulación intergubernamental.

Si prestamos atención, vemos que en la Constitución Política del Perú de 1993 se asegura una clara y fuerte protección hacia el adulto mayor por ser un grupo en situación de vulnerabilidad, pero en la realidad hay factores que hacen que no se cumpla del todo esta protección y peor aún, no hay tanto interés por parte del Estado en garantizar esta protección a manera de prioridad.

Para Chamorro (2020) se siente la necesidad de desafío de construir canales de participación, los mismos que deben ser situados a cada realidad territorial y respetuosos a la diversidad cultural. Siendo así que el Estado a nivel de políticas públicas de cierre de brechas, debe asumir la responsabilidad de generar accesibilidad para la comunicación y relación con la ciudadanía. Como podemos observar, se busca una participación del adulto mayor en la concepción de sus derechos y pueda hacer uso del ejercicio pleno de ellos.

2.4.4. Ley N° 30490 – Ley del Adulto Mayor

Esta ley hace hincapié en garantizar los mecanismos para el ejercicio pleno de los derechos reconocidos en la Constitución y los Tratados Internacionales vigentes de las personas adultas mayores; para mejorar su calidad de vida y garantizar una integración al desarrollo social, económico, político y cultural. (PLANPAM, 2013, p. 14)

Es la base de las políticas/programas sociales que buscan beneficiar al adulto mayor; asimismo, es un respaldo legal para que cuando haya un caso de no respeto y/o incumplimiento hacia lo que predica pueda haber una sanción que permita una protección hacia esta población en situación de vulnerabilidad.

En el título II-capítulo II podemos encontrar los servicios que se amparan bajo la Ley 30490 y es aquí donde se menciona al CIAM y las funciones que cumple en pro del adulto mayor, así como la promoción de e implementación de políticas acordes a lo que el Estado pueda dictar. Asimismo, pueden suscribir convenios, alianzas estratégicas, entre otros para fomentar la calidad de vida del adulto mayor de una manera holística.

Según el IV Informe de avances en el cumplimiento de la Ley N° 30490 “Ley de la Persona Adulta Mayor”:

“Al 2021 se ha logrado que 336,818 personas adultas mayores sean empadronadas (42% hombres adultos mayores y 58% mujeres adultas mayores), de las cuales el 85% del total de personas adultas mayores empadronadas se han inscrito en el CIAM a fin de recibir servicios”. (MIMP, 2022, p.119)

Así también, durante ese mismo año se ha logrado que 66,301 personas adultas mayores reciban por lo menos un servicio del CIAM de su jurisdicción, es decir que el 23% de personas adultas mayores inscritas en el CIAM, han sido atendidas a través de los servicios que brinda cada CIAM a nivel nacional.

Esto nos indica que los CIAM han tenido un gran impacto en la vida de los adultos mayores a nivel nacional y que la prestación de servicios que brindan son altamente valorados por ellos impactando de manera directa en la calidad de vida que ostentan.

Adicionalmente, en el balance antes mencionado como recomendación en el apartado del CIAM, se propone un mayor fortalecimiento de la implementación y la articulación intersectorial, intergubernamental e interinstitucional en los espacios municipales para promover el autocuidado y la participación e integración social, económica y cultural de las personas adultas mayores, así como el voluntariado a nivel local. (2022, p. 161-162)

Como Trabajadores Sociales, debemos velar por el cumplimiento de dicha recomendación para trabajar de la mano con la sociedad en todos sus niveles y promover el empoderamiento de los adultos mayores a través de diversas actividades que promuevan su empoderamiento.

2.5. Marco Conceptual

En este apartado, es importante tener en cuenta los términos que guiarán y darán una mejor comprensión al presente trabajo de investigación. Cabe resaltar que estos términos serán usados a lo largo de la investigación.

- CIAM: Espacio municipal de prestación, coordinación, y articulación, intra e interinstitucional, de servicios básicos integrales y multidisciplinarios, para el bienestar y promoción social de las personas adultas mayores en un contexto de participación de la persona adulta mayor y su familia. (Ley N.º 30490, p.2)
- Confinamiento social: Plan de intervención comunitario que implica permanecer refugiado el mayor tiempo posible, bajo nuevas normas socialmente restrictivas (distanciamiento social, uso de mascarillas, entre otros). (Sanchez-Villena, A. & De la Fuente-Figuerola, V. 2020)
- Dinámica familiar: Encuentros mediados por una serie de normas, reglas, límites, jerarquías y roles, entre otros, que regulan la convivencia y permite que el funcionamiento de la vida familiar se desarrolle armónicamente. (Henao, A., 2012, p. 333)
- Familia: Ente que cumple el rol fundamental en la que se encarga de brindar espacios de socialización formación, cuidado y protección de sus miembros. (MIMP, 2016)
- Pandemia: Propagación mundial de una enfermedad generada por un microorganismo que se transmite de forma eficaz y es capaz de producir casos por transmisión comunitaria en múltiples lugares. (OMS, 2013)
- Redes de apoyo: Aquellos contactos que son diferenciados de la masa anónima de la sociedad e involucra en sus procesos de intervención a las familias y demás grupos en relación con el sujeto de intervención. (Sluzki, C., 1996)

CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA Y APLICACIÓN DEL MÉTODO EN LA INVESTIGACIÓN

3.1. Método:

Para fines de la presente investigación, se eligió el método mixto para el acopio e interpretación de datos que permita el análisis y sistematización de la información. Es así, como el investigador plantea un problema de estudio delimitado y concreto sobre el fenómeno, aunque en evolución (Hernández-Sampieri y Mendoza; 2010); asimismo, según Bueno (2013):

“...el Trabajo Social tiene que apostar por desarrollar prácticas reflexivas que sistematicen y teoricen las experiencias vividas en las prácticas profesionales, ya que los datos obtenidos permiten crear alternativas de intervención al mismo tiempo que construir desarrollos teóricos para la propia profesión.” (citado en Esteban-Carbonell, Del Olmo-Vicén, 2020, s.p.)

Es importante recalcar esta cita, debido a que, como profesionales del Trabajo Social, nuestro principal apoyo en la sistematización es el poder estructurar y considerar como punto de partida las vivencias que obtenemos a partir del análisis de la realidad social, cuyo fin es construir un diagnóstico preciso en base a la aportación diaria que como profesionales realizamos día a día.

Dentro de la investigación se busca conocer cómo se brindó el apoyo al adulto mayor por parte de su familia en el contexto de pandemia por COVID-19 y su relación con la calidad de vida. El apoyo familiar es considerado un concepto objetivo, el cual tiene sus bases ya preestablecidas y que cuenta con indicadores que permitirán ver el cambio que se dio gracias a la nueva coyuntura acontecida a nivel mundial; en cambio, la calidad de vida es un concepto meramente subjetivo y multidimensional, el cual se basa en diversos factores y el índice de cumplimiento que estos tengan. La combinación de estas dos variables nos permitirá reflexionar acerca del rol de la familia como apoyo en la vida de los adultos mayores frente a un contexto que fue nuevo en las vidas de los involucrados.

Para Reyes (2013) el método cuantitativo en las ciencias sociales busca determinar y explicar relaciones causales a través de la recolección de una gran cantidad de datos. Dentro del área de las ciencias sociales, el método cuantitativo permite cuantificar las opiniones de las personas respecto a sus valores, creencias, percepciones, entre otros; por lo que esta

metodología ayuda en una aplicación homogenizada del entendimiento de la realidad social de la que se es parte.

Sin embargo, dentro de la metodología cualitativa como investigadores, se puede observar el contexto y los participantes bajo una mirada holística sobre las situaciones en las que se encuentran; también es considerado como una relación entre el sistema parte-todo. (Guzmán, 2021, p. 29). Dentro de las ciencias sociales, este método está enfocado en la comprensión de las bases y las razones bajo las que se realizan como seres humanos, ya que el principal motivo es el entendimiento de la realidad.

3.2. Tipo de Investigación

El tipo de investigación a utilizar en la presente investigación es de tipo descriptivo, ya que:

“... en el ámbito descriptivo se tiene como finalidad el aprender de experiencias y puntos de vista de los individuos, valorar procesos y generar teorías fundamentadas en las perspectivas de los participantes.” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2010, p. 98)

“... su objetivo principal es recopilar datos e informaciones sobre las características, propiedades, aspectos o dimensiones de las personas, agentes e instituciones de los procesos sociales.” (Esteban, 2018, p. 2)

“En la investigación con alcance descriptivo, se busca realizar estudios de tipo fenomenológicos o narrativos constructivistas, que busquen describir las representaciones subjetivas que emergen en un grupo humano sobre un determinado fenómeno.” (Ramos, 2020, p. 3)

Esto quiere decir que, se busca describir las dimensiones de un determinado fenómeno suscitado en la sociedad que haya involucrado perspectivas o experiencias de los individuos a investigar y una inferencia del sentido de entendimiento del fenómeno al que se hace referencia.

3.4. Método:

Para la presente investigación, en lo que respecta a la información cuantitativa se tomó una muestra por conveniencia, se consideró un número de 40 adultos mayores que en base a un censo pudieron ser encuestados; ya que, según Sampieri-Hernandez y Mendoza (2010), consiste en muestras que estén disponibles y que tengamos acceso a ellas. Esto fue delimitado en base a los criterios de selección/exclusión y la concurrencia en los talleres.

En la práctica se lograron encuestar a 37 adultos mayores en el rango de edad de 60 años a más y que, por tanto, residen en este distrito. Es importante hacer la aclaración de que se eligió esta muestra por un tema de accesibilidad a la población que va día a día al CIAM Puente Piedra, ya que la frecuencia de asistencia oscila entre 30 y 40 adultos mayores.

Asimismo, dentro de los criterios de selección, se consideró lo siguiente:

Inclusión	Exclusión	Eliminación
-38 adultos mayores entre hombres y mujeres. -Mayores de 60 años. -Deben residir de manera permanente en el distrito de Puente Piedra. -No presentar un diagnóstico de algún tipo de discapacidad mental o neurodegenerativa certificada. -Haber estado inscritos en el CIAM Puente Piedra en el año 2021. - Haber participado en las actividades del CIAM durante el año 2021.	-Más 38 adultos mayores entre hombres y mujeres. -Menores de 60 años. -No residir de manera permanente en el distrito de Puente Piedra. -Presentar algún tipo de discapacidad mental certificada o algún tipo de enfermedad neurodegenerativa. -No haber estado inscritos en el CIAM Puente Piedra en el año 2021.	-Que no residan en Puente Piedra. -Influencia de la familia en sus respuestas dentro de los instrumentos a realizar.

Fuente: Elaboración propia

Dentro de la información recolectada, se consideró como unidad de análisis a cada adulto mayor inscrito en el CIAM de Puente Piedra en el año 2021, que tenga más de 60 años, que residan de manera permanente en el distrito de Puente Piedra y que no presenten algún tipo de discapacidad mental o neurodegenerativa certificada.

3.3. Técnicas en el método

3.3.1. Encuesta

Para Chasteauneuf (2009) [Citado en Hernández-Sampieri y Mendoza, 2010, p. 250] en las investigaciones cuantitativas la técnica de la encuesta es la más utilizada en los fenómenos sociales, la cual consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir y que debe ser congruente con el planteamiento del problema.

Es menester hacer énfasis en que se busca conocer la percepción de los adultos mayores con respecto al apoyo brindado durante el contexto de pandemia, y la escala de Likert resulta útil, ya que, consiste en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios, ante los cuales se pide la reacción de los participantes.

3.3.2. Sistematización de experiencias:

La sistematización de experiencias en el ejercicio profesional del Trabajo Social decanta en la necesidad de hacer comunicable los conocimientos adquiridos en la praxis de los proyectos en pro de la intervención de la realidad.

Es aquí en donde este método, según Barnechea, M. & Morgan, M. (2007), aspira a convertirse en un modelo de referencia y de lineamientos para los profesionales de las ciencias sociales en donde se puedan plantear nuevos retos y perspectivas para producir conocimientos en base a investigación.

Es importante indicar que la práctica va generando nuevos saberes que enriquecen y complementan a la teoría con la que se parte. Sin embargo, estos nuevos saberes son diferentes a los que se logran a través de la investigación.

Por ejemplo, según Barnechea, M. & Morgan, M., (2007), los profesionales que empoderan y solucionan situaciones desconocidas pueden usar sus reflexiones para dar paso a nuevos conocimientos que las nuevas generaciones puedan usar en sus prácticas. Es así como entendemos por sistematización de experiencias el hecho de ordenar, procesar y hacer comunicables los conocimientos adquiridos en la práctica, decantando en una reconstrucción y reflexión de una experiencia.

Para la presente investigación, resulta necesario contar con la sistematización de experiencias ya que fue la misma experiencia de la autora la que dio pase a este tema de investigación, en el cual gracias a las practicas preprofesionales realizadas en el CIAM Puente Piedra se pudo dar cuenta de la problemática que acaecía.

3.4. Instrumentos por emplear:

Como instrumentos a emplear se utilizarán cuestionarios adaptados a la escala de Likert para poder conocer la percepción de los adultos mayores sobre el apoyo familiar brindado en el contexto de Pandemia por COVID-19 en el año 2021 y su relación con la calidad de vida.

3.5. Técnicas de presentación de datos:

Para la presentación de datos se utilizarán tablas de doble entrada para conocer los resultados de las encuestas.

Asimismo, para el proceso de análisis se hará uso de la hoja de cálculo Excel, en donde se cruzarán datos, se realizarán tablas dinámicas y agrupación de datos que nos servirán de ayuda para la recolección y procesamiento de datos.

3.6. Ética en la investigación:

Para fines de la aplicación de la encuesta, esta se llevó a cabo durante un día dentro del taller de autocuidado impartido por los practicantes preprofesionales de Trabajo Social y Psicología.

Se les explicó a los adultos mayores presentes, de quienes ya se tenía conocimiento por haber trabajado anteriormente con ellos, de que se iba a aplicar una encuesta para un trabajo de investigación sobre la calidad de vida y el apoyo familiar en el CIAM Puente Piedra dirigido a adultos mayores. Adicionalmente, se les entregó un consentimiento informado -incluido en los anexos- en donde se les indica que la participación es completamente voluntaria y que es de carácter confidencial en donde se respetará cabalmente la veracidad de la información brindada.

Se tuvieron dudas que fueron aclaradas en ese mismo instante y se procedió a empezar la aplicación de la encuesta, en donde todos los adultos mayores presentes participaron.

CAPÍTULO 4: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Análisis e Interpretación de Resultados

Dentro de la presente investigación, el objetivo principal se basa en describir la manera sobre cómo la familia brindó el apoyo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra. Como vimos en capítulos anteriores, la familia cumple un rol importante dentro de la vida del adulto mayor, siendo partícipe en varios ámbitos; es así, como se busca verificar si en realidad hubo un apoyo o no por parte de ellos hacia esta población objetivo. Para ello, se ha elegido estudiar a los adultos mayores pertenecientes al CIAM Puente Piedra, en el distrito de Puente Piedra.

De igual manera, el análisis e interpretación de datos se aborda desde los siguientes ámbitos correspondiente a cada objetivo de la investigación:

- Apoyo emocional, instrumental y emocional brindado por la familia hacia los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.

4.1.1. Manera en la que la familia brindó el apoyo emocional, instrumental y emocional a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.

Dentro del apoyo emocional, se ha visto que hay varias subdimensiones, dentro de él está el afecto, compañía, escucha activa, reconocimiento, entre otros. Es importante mencionar que el apoyo emocional establece relaciones de confianza, al menos dentro de la familia, en donde prevalecen los actos de amor y afianza la relación entre los miembros.

Es por eso, que en los cuadros del 1 al 6 apreciaremos el apoyo emocional brindado a los adultos mayores encuestados:

Cuadro 1

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Recibió de sus familiares caricias, besos, abrazos o palabras cariñosas?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	18	49%	49%
	Casi siempre	6	16%	65%

A veces	8	22%	86%
Casi nunca	0	0%	86%
Nunca	5	14%	100%
Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Dentro del cuadro 1, se observa que un 49% “siempre” recibió de sus familiares caricias, besos, abrazos o palabras cariñosas. Es importante considerar el 14% que contestó que “nunca” había recibido de sus familiares dichas muestras de afecto, lo cual hace pensar que no hubo un interés por hacerlos sentir amados.

Cuadro 2

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Se sintió amado por su familia?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	26	70%	70%
	Casi siempre	2	5%	76%
	A veces	4	11%	86%
	Casi nunca	1	3%	89%
	Nunca	4	11%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Dentro del cuadro 2, se observa que un 70% “siempre” se sintió amado por su familia. A su vez, “a veces” y “nunca” obtienen un igual resultado del 11%, el cual hace deducir que tal vez no se sintieron amados por su familia.

Cuadro 3

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia lo acompañó a realizar actividades recreativas o de paseo?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	16	43%	43%
	Casi siempre	2	5%	49%
	A veces	4	11%	59%

Casi nunca	4	11%	70%
Nunca	11	30%	100%
Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Dentro del cuadro 3, se observa que un 43% de los encuestados comentan que su familia “siempre” los acompañó a realizar actividades recreativas o de paseo; sin embargo, un 30% indica que su familia “nunca” los acompañó. Esto demuestra que no hubo un interés por ser parte de sus actividades recreativas.

Cuadro 4

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sus familiares lo tomaron en cuenta para tomar decisiones en casa?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	26	70%	70%
	Casi siempre	3	8%	78%
	A veces	3	8%	86%
	Casi nunca	0	0%	86%
	Nunca	5	14%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 4, se puede observar que un amplio 70% de los encuestados respondieron que su familia “siempre” los tomaron en cuenta para tomar decisiones en casa; sin embargo, hay un pequeño 14% que indica que “nunca” los tomaron en cuenta.

Cuadro 5

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia lo hizo sentir valioso?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	25	68%	68%
	Casi siempre	4	11%	78%
	A veces	2	5%	84%
	Casi nunca	0	0%	84%

Nunca	6	16%	100%
Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 5, se puede observar que un 68% de los encuestados indicaron que su familia “siempre” los hicieron sentir valiosos. Por otro lado, un 16% mencionó que su familia “nunca” lo hicieron sentir valiosos, mellando esto en su autoestima y confianza.

Cuadro 6

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Pudo contar con su familia para que lo escuche cuando tiene un problema o preocupación?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	21	57%	57%
	Casi siempre	4	11%	68%
	A veces	7	19%	86%
	Casi nunca	1	3%	89%
	Nunca	4	11%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 6, se observa que un 57% de los encuestados indicaron que “siempre” pudieron contar con su familia para que los escuche cuando tuvieron un problema o preocupación. Por otro lado, hay un 19% de los encuestados que indicaron que “a veces” pudieron contar con su familia.

Dentro del apoyo instrumental, se hace énfasis a la calidad de vida y la consecuente satisfacción de necesidades básicas, tales como: alimentación, vivienda, vestido, alojamiento, entre otros. Entonces, teniendo todo lo anteriormente descrito, el adulto mayor podrá sentirse realizado, además de preservar su identidad y dignidad.

Es por eso, que en los cuadros del 7 al 9 apreciaremos el apoyo instrumental brindado a los adultos mayores encuestados.

Cuadro 7

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia le brindó comida y ropa cuando usted lo necesitó?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	24	65%	65%
	Casi siempre	5	14%	78%
	A veces	2	5%	84%
	Casi nunca	0	0%	84%
	Nunca	6	16%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 7, se observa que un 65% de los encuestados indicó que su familia “siempre” le brindó comida y ropa cuando lo necesitó; sin embargo, un 16% de los encuestados indicaron que su familia “nunca” le pudo brindar estos elementos necesarios.

Cuadro 8

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia le facilitó los insumos necesarios para realizar su higiene y mantener su higiene en casa?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	25	68%	68%
	Casi siempre	5	14%	81%
	A veces	1	3%	84%
	Casi nunca	2	5%	89%
	Nunca	4	11%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 8, se observa que un 68% de los encuestados indicaron que sus familias “siempre” les facilitaron los insumos necesarios para realizar y mantener su higiene en casa. Por otro lado, hay un 11% que indicó que “nunca” les facilitaron dichos insumos.

Cuadro 9

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sintió que el lugar en donde vive cuenta con los espacios adecuados para que pueda desarrollar su vida cómodamente?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	24	65%	65%
	Casi siempre	9	24%	89%
	A veces	1	3%	92%
	Casi nunca	2	5%	97%
	Nunca	1	3%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 9, se observa que un 65% “siempre” sintió que el lugar en donde vivía contó con los espacios adecuados para que pueda realizar su vida cómodamente.

El apoyo informativo busca que el adulto mayor pueda contar con una fuente que sea su soporte en caso necesite tomar alguna decisión o necesite algún consejo en caso de contar con algún conflicto a la hora de tomar alguna decisión, todo esto a través de explicaciones, orientaciones y consejos.

Es por eso, que en el cuadro 10 apreciaremos el apoyo instrumental brindado a los adultos mayores encuestados.

Cuadro 10

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sus familiares lo ayudaron a tomar una decisión frente a algún problema?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	22	59%	59%
	Casi siempre	4	11%	70%
	A veces	4	11%	81%
	Casi nunca	2	5%	86%
	Nunca	5	14%	100%
	Total	37	100%	

Fuente: Elaboración propia.

En el cuadro 10, se observa que un 59% de los encuestados indicó que sus familiares “siempre” los ayudaron a tomar una decisión frente a algún problema; sin embargo, un 14% indicó que “nunca” hubo este apoyo por parte de su familia.

4.2. Ejercicio de Sistematización de experiencias en el CIAM de Puente Piedra:

- **Aspectos Generales:**

- **Marco Institucional:**

El Centro Integral de Atención al Adulto Mayor, según la Ley N° 30490, es un espacio creado por los gobiernos locales en donde se promueve la participación e integración social, económica y cultural de la persona adulta mayor y su familia a través la entrega y prestación de servicios básicos e integrales, cuyo objetivo es mejorar el bienestar físico, psíquico y social de las personas adultas mayores, a través de actividades artísticas, culturales, recreativas, artesanales y ocupacionales que promuevan una mayor participación para su desarrollo personal e integración a la sociedad.

En la pandemia por COVID-19 en el año 2021, el CIAM vio limitada sus acciones para con su público objetivo por las restricciones sanitarias. Es así como algunos centros optaron por adaptar sus servicios al contexto de la pandemia, a través de los canales digitales. Y en otros casos, se vieron obligados a cerrar sus puertas debido al limitado recurso humano en los servicios brindados y la obligatoriedad de algunos trámites presenciales. (PNMPAM, 2022, p.8)

En el caso del CIAM Puente Piedra, este procedió con la reactivación en el año 2021 debido a la necesidad de los adultos mayores del distrito con los servicios que se brindaban.

Es importante acotar que desde el CIAM se realizan actividades en pro del bienestar físico y mental de los adultos mayores, promoviendo así actividades de índole sociocultural, recreativos, educativos, entre otros. Esto motivado por su la naturaleza de sus funciones, entre las cuales destaca ser un espacio en el cual la población objetivo desarrolle su bienestar integral y buscando una mejora en su calidad de vida.

Las prácticas preprofesionales de las estudiantes de Trabajo Social Base 18 en la municipalidad de Puente Piedra, inició en el periodo de enero 2021. En primer lugar, fuimos asignadas al área de la DEMUNA del distrito debido al alto número de casos; luego, en el periodo de marzo 2021 fuimos asignadas al área de OMAPED para realizar el censo de personas con discapacidad en el distrito y poder articular acciones estratégicas con diversas instituciones para garantizar el bienestar de dicha población. Por último, en el periodo de julio 2021 debido a la apertura de las actividades del CIAM fuimos derivadas a esta área como apoyo en los talleres a realizarse.

El curso de Prácticas Preprofesionales III y IV estuvo a cargo del profesor Carlos Camasca, quien fue nuestro guía en todo el proceso de inmersión a las prácticas preprofesionales y su incidencia en nuestro futuro accionar laboral.

La experiencia en las áreas de DEMUNA, OMAPED y CIAM fueron sumamente gratificante, pues se pudo observar y tomar contacto con las poblaciones en situación de vulnerabilidad para así poder ser parte de la creación y/o articulación de acciones interinstitucionales en pro del bienestar de las poblaciones anteriormente descritas.

- **Proyecto de bailoterapia con adultos mayores:**

El proyecto de bailoterapia surge de la lluvia de ideas propuesta por el coordinador del área de OMAPED de la Gerencia de Participación Vecinal y Social del distrito de Puente Piedra en conjunto con las practicantes preprofesionales de Trabajo Social de la Base 18 de la UNMSM.

La autora del presente trabajo de investigación fue quien encabezó el taller debido a una experiencia anterior en donde también trabajó con adultos mayores de manera virtual y lo cual le sirvió de base.

La bailoterapia es un tipo de ejercicio cuyo objetivo es mejorar la condición física y mental de quienes lo practican, esto ayudando a reducir problemas emocionales o asociados al estrés. En los adultos mayores, este ejercicio promueve la integración en grupos con sus pares y mejora su bienestar emocional y físico.

- **Actores del proyecto:**

En el proyecto de bailoterapia fueron partícipes la Municipalidad de Puente Piedra desde el área del CIAM encabezado por el coordinador Lic. Joel de la Cruz, las practicantes involucradas en el taller: Helen Tejada Silva, Katherine Cachique y Melannie Bajonero y el personal del local del CIAM quienes nos ayudaron con las gestiones pertinentes.

Desde el frente de la sociedad, los adultos mayores que semana a semana participaban del proyecto e interactuaban entre sí; asimismo, los familiares que los acompañaban en cada taller.

- **Contexto donde se realizó la experiencia:**

La experiencia se sitúa en un momento crítico a nivel mundial en donde los adultos mayores fueron víctimas principales de una pandemia sin precedente alguno, quienes vieron afectada su calidad de vida. Además, que la posterior cuarentena y aislamiento social expuso a muchos adultos mayores a sufrir episodios de violencia, malos tratos y negligencia por parte de su familia y/o cuidadores (PNMPAM, 2022, p.7)

Es importante acotar que debido a la coyuntura nacional e internacional que se estaba dando en el año 2021, era importante la adaptación a la nueva normalidad que conllevaba el volver a relacionarse entre sí lo cual conllevó un reformulamiento de proyectos, talleres, actividades, entre otros., todo para la adaptación de los nuevos estilos de vida acorde a las necesidades de los adultos mayores.

Asimismo, desde el punto de vista de las practicantes era la primera vez que se llevaba a cabo unas prácticas preprofesionales de manera presencial, ya que como se desarrollará más adelante, la idea de los talleres nace de unas actividades que fueron netamente virtuales.

Adicionalmente, era la primera vez que se interactuaba de manera directa con la población objetivo debido a que la reestructuración y reinauguración del CIAM se estaba dando a la par de los talleres.

- Proceso de Adecuación:
- **Desarrollo de la Propuesta Inicial:**

La propuesta del taller de bailoterapia fue concebida durante una reunión de alineamiento entre el coordinador del área del CIAM y las practicantes preprofesionales de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM). Este encuentro tuvo como objetivo diseñar un plan de actividades que respondiera a las necesidades específicas de la población adulta mayor, incorporando actividades recreativas que fomentaran tanto el bienestar físico como la cohesión social. La elección de la bailoterapia como una de las tantas actividades a realizar se basó en la experiencia previa de las practicantes, quienes habían impartido un taller similar de manera virtual en 2020. Este antecedente permitió identificar las preferencias y las dinámicas que resultaron efectivas para el grupo poblacional, adaptando así la metodología a un formato presencial bajo las nuevas normativas sanitarias y tomando en consideración

los aprendizajes de la experiencia anterior como indicaciones de lo que se debía y no se debía realizar.

El plan de actividades diseñado incluía una serie de talleres diversificados, entre los cuales la bailoterapia se destacaba por su capacidad para combinar ejercicio físico moderado con elementos lúdicos y sociales. La propuesta inicial contemplaba sesiones de una hora cada una, realizadas al aire libre contemplando la distancia social y el uso de mascarilla para asegurar el cumplimiento de las medidas de bioseguridad. Las actividades planificadas incluían calentamientos suaves, rutinas coreográficas adaptadas a las capacidades físicas de los participantes y una sección final de relajación. Además, se estableció un cronograma que permitía la integración gradual de los adultos mayores, comenzando con grupos pequeños para facilitar la adaptación y fomentar un ambiente inclusivo y participativo.

- **Desafíos y Consideraciones Iniciales:**

En esta etapa inicial, uno de los principales desafíos fue diseñar una propuesta que equilibrara la necesidad de interacción social con las restricciones sanitarias impuestas por la pandemia. Esto requirió una planificación meticulosa para garantizar que las actividades fueran seguras y accesibles para todos los participantes, incluyendo la implementación de protocolos de higiene, el uso de equipos de protección personal y la adaptación de los espacios para mantener el distanciamiento físico.

Además, se reconoció la importancia de involucrar activamente a los beneficiarios en el diseño del taller, asegurando que las actividades propuestas fueran pertinentes y motivadoras para la población adulta mayor cubriendo distintas necesidades físicas, cognitivas y/o sociales.

Otro aspecto crítico fue la capacitación de las facilitadoras del taller. Las practicantes de Trabajo Social no solo necesitaban habilidades técnicas para impartir el taller de bailoterapia, sino también competencias emocionales y comunicativas para manejar posibles situaciones de estrés o ansiedad entre los participantes. Este enfoque integral buscaba no solo ofrecer una actividad recreativa, sino también proporcionar un apoyo emocional que contribuyera a la resiliencia y al bienestar general de los adultos mayores.

Desde el frente de las practicantes, se tuvo en consideración la escucha activa y el acompañamiento a los adultos mayores, y es aquí en donde reafirmamos que desde nuestra formación profesional debemos de optar por cursos que nos preparen ante estas

situaciones en donde principalmente nuestra labor es con las personas en situación de vulnerabilidad.

- **Conclusión y Próximos Pasos:**

La propuesta inicial del taller de bailoterapia en el CIAM Puente Piedra representa un esfuerzo por revitalizar un espacio esencial para la comunidad adulta mayor, adaptándose a las circunstancias impuestas por la pandemia y promoviendo la salud integral a través de actividades recreativas. Este proyecto no solo busca ofrecer un medio de entretenimiento y ejercicio, sino también fortalecer las relaciones sociales y crear un ambiente de apoyo mutuo entre los participantes.

Asimismo, lo que se busca es que estos talleres en general sean sostenibles en el tiempo y, por ende, sean institucionalizados para poder contar con mayores recursos y que los beneficiarios se sientan a gusto con las actividades implementadas.

En los próximos pasos, será fundamental formalizar y corregir la propuesta basada en la retroalimentación de los beneficiarios y facilitadores, así como evaluar la efectividad de las actividades implementadas para realizar ajustes necesarios que optimicen los resultados.

• **Presentación de planes y observaciones iniciales:**

Tras la reunión de alineamiento inicial, se presentó al coordinador del área de Gestión de Programas, Vigilancia y Desarrollo (GPVYD) los planes de trabajo preliminares de los talleres propuestos para la reactivación del CIAM Puente Piedra. Estos planes de trabajo servirían como base para marcar la pauta en cuanto al desarrollo de actividades a realizar y los posibles escenarios a futuros a tomar en consideración, es por ellos que los cronogramas eran flexibles ya que con el tiempo se irían adecuando a los gustos de la población objetivo y las recomendaciones que brindaban con los bailes de su preferencia. En el caso del taller de bailoterapia, este documento incluyó los objetivos específicos, los procedimientos detallados para las sesiones, un cronograma y las estrategias pedagógicas diseñadas para fomentar la participación de los adultos mayores.

El coordinador proporcionó una retroalimentación constructiva y valiosa, destacando elementos esenciales para la implementación efectiva del taller. Entre los aspectos más relevantes señalados estaban la importancia de un manejo adecuado de los grupos para asegurar dinámicas fluidas, la gestión eficiente del tiempo para

optimizar las sesiones y la necesidad de preparar cuidadosamente los materiales y recursos para cada encuentro. Estas recomendaciones subrayaron la importancia de anticipar posibles desafíos y ajustar el plan de trabajo a las características específicas de la población objetivo.

Desde la perspectiva de las practicantes y recalando que era la primera vez que realizábamos un taller o actividades para una población objetivo, el tener que preparar cada detalle de manera exhaustiva sirvió de mucho apoyo para las actividades que más adelante realizaríamos en otros cursos.

- **Ajustes y preparación del plan piloto:**

Gracias a las observaciones del coordinador, se realizaron ajustes significativos en el diseño del taller. Se optimizó el cronograma, asegurando tiempos realistas para cada actividad, y se fortalecieron las estrategias para abordar posibles imprevistos, como la variabilidad en las capacidades físicas o el nivel de participación de los asistentes. Asimismo, se añadieron dinámicas de inicio y cierre que contribuyeran a la cohesión del grupo y a la evaluación continua del progreso de los participantes.

Como resultado de este proceso, el taller fue replanteado como un programa piloto de tres meses, con sesiones semanales estructuradas y objetivos claros para cada etapa. Este enfoque permitió no solo probar la efectividad del taller en un periodo controlado, sino también recolectar datos y observaciones para refinar su contenido en futuras iteraciones.

Es menester indicar que diversos talleres se estaban dando al mismo tiempo y en los días que no se dictaban las actividades, las practicantes se reunían para dar apreciaciones y retroalimentaciones que se podían implementar en los diversos talleres; lo cual implicó una especie de trabajo en equipo en el que no solo eran las practicantes que dictaban los talleres, sino que de una manera u otra todos estábamos involucrados en el éxito de este proyecto piloto.

Este momento del proceso evidenció la importancia del feedback interdisciplinario y el trabajo colaborativo para diseñar intervenciones acordes a las necesidades del grupo beneficiario. La integración de las recomendaciones del encargado de la GPVYD no solo mejoró la propuesta inicial, sino que también brindó a las practicantes una experiencia enriquecedora en la planificación y ejecución de programas sociales, reforzando su capacidad de adaptación y resolución de problemas en contextos prácticos.

- **Desarrollo de la experiencia:**
- **Primera etapa: Ejecución del taller y apreciaciones de los adultos mayores**

Los talleres iniciaron en el mes de agosto del año 2021, en donde se tuvieron sesiones a lo largo de 3 meses con una frecuencia semanal. Desde el taller de bailoterapia, se tuvieron varias sesiones las cuales incluían diversos tipos de danzas teniendo como objetivo el que los adultos mayores disfrutaran de dichas actividades y se promoviera la mejora de la calidad de vida a través del fomento de las relaciones sociales que puedan producirse en los diversos entornos de aprendizaje.

Se contó con la presencia de aproximadamente 20 adultos mayores por clase, lo cual nos permitía trabajar en conjunto teniendo como pilares el trabajo en equipo, el respeto y la empatía. Dentro de cada taller se tenía el espacio para hablar con los adultos mayores, los cuales se acercaban y compartían sus experiencias familiares en el contexto de la pandemia.

Muchos adultos mayores indicaban que el venir al CIAM era importante para ellos, ya que significaba una reducción del estrés, la ansiedad y la tristeza que vivían debido al confinamiento social. Es importante recordar que transitábamos un contexto de aislamiento social en donde los adultos mayores fueron foco de noticias falsas y expuestos como población vulnerable.

Otro motivo por el que venían a los talleres era por el hecho de poder reconectar con sus amistades prepandemia y poder conocer a más personas para expandir su círculo social, surgiendo la necesidad por parte de los adultos mayores de contar con una red de apoyo por parte de sus pares.

Acorde a lo revisado en la literatura del presente trabajo de investigación, en la vejez las redes de apoyo social tienen peculiar importancia debido a que los vínculos en las relaciones interpersonales asumen un rol seleccionador en donde la ampliación de estas redes sociales mejora la autoestima y el sentido de pertenencia.

Indicaban también, el apoyo familiar que muchas veces no percibían en casa y este se visualizaba en dolores físicos que afrontaban, en discusiones o rencillas con los miembros de la familia. Es menester mencionar que el apoyo familiar en la pandemia COVID-19 se vio mermado en varios aspectos debido a que el confinamiento social promovió que los integrantes del hogar percibieran cambios en la dinámica familiar tales como cansancio, aburrimiento, entre otros.

Es así como los adultos mayores se vieron desplazados de las funciones que a lo largo de varios años ejercieron como jefes de familia o incluso como consejeros de vida; ellos mismos indicaban que era la misma familia los que los dejaban de lado y que ya no se sentían importantes en la toma de decisiones.

Según lo anteriormente descrito, observamos como el apoyo familiar impacta de manera proporcional en la calidad de vida. Recordemos que la calidad de vida es un concepto que abarca muchas acepciones y que funciona de manera subjetiva e impacta en su salud, relaciones sociales, entre otros.

- **Segunda etapa: Proyecto Final**

Conforme pasaban las clases, los adultos mayores se sentían más confiados y empoderados. Comentaban que el venir a los talleres les había beneficiado en su calidad de vida e incluso percibían un mejoramiento en su salud.

Indicaban que tenían relaciones más sanas a nivel familiar, su círculo de apoyo social se había expandido y, además, encontraron una nueva manera de relacionarse en base a esta nueva normalidad.

En base a esta última premisa, en conjunto con los adultos mayores se vio por conveniente realizar un cierre en el taller de bailoterapia. Es así como entre todos, participantes y facilitadoras, nos pusimos de acuerdo para crear un evento en el cual puedan demostrar lo aprendido a lo largo de los 3 meses del plan piloto.

Se formaron 2 grupos de 10 personas cada uno y se eligieron las danzas a interpretar. Los participantes eligieron la fecha de la actividad final y la semana previa estuvieron ensayando todos los días en compañía de las facilitadoras en donde a veces solicitaban ayuda en el manejo de las coreografías.

El día de la presentación, cada grupo estuvo caracterizado según la coreografía a interpretar, se acercaron familiares, vecinos de la zona y representantes de la municipalidad.

Se inició la actividad contando con palabras de agradecimiento por parte de los representantes de la municipalidad y por parte de los adultos mayores del CIAM.

Aquí quisiera destacar el apoyo de los adultos mayores en las realizaciones de los talleres y su constante predisposición en ser partícipes de las actividades que fueron realizadas especialmente pensando en ellos y en su comodidad.

Al término del proyecto, pudimos observar que los adultos mayores habían retomado sus vínculos tanto familiares como amicales en donde a raíz de los diversos talleres brindados pudieron mejorar su calidad de vida.

- **Lecciones aprendidas:**

De la experiencia en el taller de bailoterapia, se pueden rescatar las siguientes lecciones aprendidas:

- La población de personas adultas mayores después de la pandemia por el COVID-19 fue un grupo duramente golpeado en su calidad de vida, debido a que su red de apoyo mas íntima se vio afectado por el cambio de las dinámicas sociales.
- Los adultos mayores en la red de apoyo ecosistémica como las amistades y su propio entorno social buscan un sentido de validación y autoestima, lo cual los ayuda en el proceso de un envejecimiento activo para así generar un vínculo sano entre sus pares.
- Las dinámicas familiares y el consecuente apoyo familiar hacia el adulto mayor denotan un esfuerzo entre ambas partes de poder generar una mejor calidad de vida apoyándolos en las actividades que realizan, mostrando un genuino interés y preocupación por su calidad de vida y como se está manejando.
- Los talleres impartidos para la reactivación del CIAM en el año 2021 fueron importantes en el planeamiento de actividades para años posteriores, esto debido al éxito de los talleres y la concurrencia de los participantes. Hoy, en el CIAM Puente Piedra se observan actividades coordinadas de manera intersectorial y multidisciplinario en pro de la población adulta mayor del distrito; así como diversas capacitaciones de los miembros del equipo municipal.

4.3. Discusión de Resultados

4.3.1. Manera en la que la familia brindó el apoyo emocional a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.

Tal y como se planteaba en la literatura descrita en capítulos anteriores, el apoyo emocional se da cuando el ser humano se siente amado, comparte sus sentimientos o problemas

emocionales, se siente valorado y trata de resolver sus frustraciones (Lin, 1989); además es uno de los apoyos más importantes en la vida de los individuos. Cabe resaltar que, en el caso de los adultos mayores, el apoyo emocional significa tener un estado de bienestar en óptimas condiciones y que si no se brinda este cuidado se podría ver afectado tanto a nivel emocional, anímico y mental, todo esto incrementando que su calidad de vida disminuya. Como pudimos observar, el apoyo emocional comprende varios factores, dentro de ellos -y para consideración de esta investigación-: el afecto, la compañía, la escucha activa y el reconocimiento.

Dentro de la encuesta empleada, desglosaremos estos términos en comparación con los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los adultos mayores del CIAM Puente Piedra en el contexto del año 2021.

En el afecto, para Leitón (1993), se hace hincapié en el amor y atención que se brinda al sujeto, tales como recibir caricias, abrazos y palabras cariñosas, todo esto desembocando en una relación estrecha con la familia -en este caso- y ocasionando una relación más recíproca.

En los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, se observó que sí hubo muestras de afecto por parte de sus familiares; es importante mencionarlo ya que demuestra que sí hubo una data importante que sintió afecto por parte de sus familiares. Sin embargo, lo que destaca en este resultado es que, a pesar de que algunos adultos mayores recibieron afecto, muchos otros indicaron que no lo recibieron, lo que sugiere una desconexión entre ellos y sus familias en cuanto a apoyo emocional.

Si los adultos mayores sienten que sus familiares no están interesados en ofrecerles afecto, la relación de reciprocidad se ve dañada. Esto puede generar resentimiento o frustración, afectando no solo la relación entre el adulto mayor y su familia, sino también su percepción del apoyo que reciben del entorno.

Asimismo, un considerable porcentaje indicó que se sintieron amados por su familia, de lo cual se desprende que, a pesar de no recibir tantas demostraciones de afecto, sí sintieron ese amor que su familia siente por ellos. Por otro lado, muchos de ellos indicaron entre sus respuestas “a veces” y nunca” que no se sintieron amados; es importante mencionar esto ya que es una cifra considerable y lo cual nos hace replantear que las familias deben ser más expresivas para que el adulto mayor sienta ese amor que tienen por ellos. Esto indica la necesidad de crear espacios que promuevan el fortalecimiento de los vínculos familiares y el apoyo emocional mutuo, para garantizar una atención integral que abarque lo emocional y social.

En el factor de la compañía, se entiende que es una conexión entre dos o más personas en donde se trata de cubrir las necesidades básicas del ser humano, entre ellas la seguridad y protección (Colliere, 1993). Dicho esto, en el caso del adulto mayor se tornan necesarias estas necesidades básicas debido a que conlleva una mejor calidad de vida.

En los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, casi la mitad de encuestados indicaron que su familia los acompañó a realizar actividades recreativas o de paseo, dando cuenta que la familia estuvo presente en las diversas actividades que puedan realizar demostrando un interés por su bienestar; sin embargo, un considerable 30% indicaron que su familia “nunca” los acompañó, lo que demuestra que no hubo un interés por ser parte de sus actividades y generando un sentimiento de tristeza y melancolía por parte de ellos.

Si se tiene en cuenta el concepto que da Hogue (1981) sobre el reconocimiento en el adulto mayor, se observa que este influye en la autoestima y valoración que tiene sobre sí mismo dentro de su familia, ya que refuerza las conductas positivas y permitirá verse de una forma integral.

Para el adulto mayor del CIAM Puente Piedra, dentro de un amplio porcentaje de los encuestados, indicaron que se les tomó en cuenta para tomar decisiones en casa; esto refuerza la idea de que su autoestima y valoración incrementa y se tiene un índice alto de la participación en las decisiones que se toman dentro de la familia y las posteriores repercusiones dentro de ella.

Asimismo, los encuestados indicaron que su familia los hizo sentir valiosos, y si aunamos esta respuesta con la anterior, nos confirma que la autoestima del adulto mayor se ve incrementada y se siente empoderado en la toma de decisiones. Este tipo de dinámica promueve una relación más respetuosa y equilibrada, donde los adultos mayores siguen desempeñando un papel relevante en la familia, lo que mejora su calidad de vida y refuerza su sentido de pertenencia.

Si hacemos referencia a la escucha activa, se desprende que se realiza con libertad teniendo en cuenta lo que piensan y sienten los demás y es catalogado como un elemento necesario para el diálogo (Hernández Calderón y Lesmes Silva, 2017, p. 84). Entonces, para el adulto mayor, la escucha activa se refleja en una conversación entre el antes mencionado y su familia en donde se puedan abarcar diversos temas apelando a la atención prestada entre ambos y poder validar los sentimientos y creencias.

Para los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, los encuestados indicaron que pudieron contar con su familia a la hora de querer ser escuchados cuando tuvieron un problema o preocupación. Lo cual hace entender que la familia validó sus sentimientos y creencias al ser partícipes de esta escucha activa lo cual fortalece los lazos entre ambos.

En líneas generales, la cohesión familiar se fortalece ya que cada miembro experimenta una mayor conexión y aprecio mutuo. Además, este tipo de escucha activa fortalece la relación intergeneracional en la familia a un largo plazo ya que se aprende a valorar y respetar a los adultos mayores teniendo en cuenta su perspectiva y se logran acuerdos más inclusivos y satisfactorios para todos los involucrados.

Es menester hacer mención que en los factores antes descritos se observa que en la mayoría sí existe un apoyo emocional presente; empero, hay factores que llegan a mermar este apoyo que como se explicó, es imprescindible y uno de los más importantes dentro de la relación adulto mayor – familia.

El apoyo informativo, bien dice Guzmán (2017), se basa en la solución de los problemas prácticos y que sirvan para mejorar la calidad de vida -en este caso, del adulto mayor- y que signifiquen un suministro de bienes, ya sean materiales o de servicio.

Es así como se toma en cuenta que las necesidades básicas como vivienda, vestido, alojamiento, entre otros, es de fundamental importancia para que el adulto mayor pueda sentirse realizado y, por ende, tenga una calidad de vida óptima.

En los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, los encuestados indicaron que su familia sí les brindó las necesidades básicas como alimentación y vestido, lo cual resulta en una adecuada satisfacción de las necesidades básicas. Asimismo, también indicaron que su familia les brindó los insumos necesarios para realizar y mantener su higiene.

De igual manera, es menester mencionar el aspecto de los ambientes cómodos para el adulto mayor. Los ambientes cómodos promueven posibilidades de garantizar autonomía, además de preservar su identidad y dignidad.

Los adultos mayores del CIAM Puente Piedra comentaron que sí sintieron que el lugar donde vivían contó con los espacios adecuados y esto promueve que puedan realizar su vida cómodamente garantizando su identidad y dignidad.

Entonces, dentro del apoyo material se tiene en cuenta que sí hubo un cumplimiento en los factores que lo integran, dando a entender que el adulto mayor del CIAM Puente Piedra sí vio

un apoyo material por parte de su familia en la que pudieron ver de una manera más integral la obtención de una calidad de vida.

El apoyo informativo, que según Pérez y Martín (2006), se refiere a la información que se ofrece a otras personas para que estas puedan usarla para hacer frente a las situaciones problemáticas. De lo cual se desglosa que dicha información se hace vital para la resolución de los conflictos que el adulto mayor tenga a la hora de tomar decisiones buscando ayuda en la familia, quienes le sirven de guía a través de explicaciones y/o consejos.

Para los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, este apoyo informativo estuvo presente ya que sí sintieron que sus familiares los ayudaron a tomar una decisión frente a algún problema al que se vieron expuestos o envueltos en un conflicto, teniendo a la familia como camino en pro de buscar la mejor opción de respuesta a dichos problemas. Esto desemboca en un fortalecimiento de la dinámica familiar, ya que, si los familiares valoran la opinión de los adultos mayores y fomentan su participación en decisiones importantes, como las relacionadas con el cuidado, la vida diaria o incluso aspectos emocionales, esto fomenta una relación más cercana, respetuosa y comunicativa. Con respecto a la relación con la calidad de vida, actúa como un recurso esencial para la toma de decisiones, la búsqueda de apoyo y la capacidad de adaptación a nuevas circunstancias; facilitando así una vida más plena y satisfactoria.

Siendo así, se entiende que el apoyo informativo se vio presente en los adultos mayores del CIAM Puente Piedra, quienes comentaron que este apoyo se indispensable para ellos debido al contexto de pandemia de COVID-19 vivido en el año 2021, en donde los conflictos internos se incrementaron al ser una población vulnerable.

4.3.2. Aprendizajes que se obtuvieron a través de los talleres alcanzados en el CIAM y cómo ha impactado en la calidad de vida de los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 en el año 2021.

Desde la sistematización de experiencias podemos observar que la población adulta mayor del CIAM Puente Piedra fue un grupo etario que vio modificada su calidad de vida. Recordemos que las redes sociales están afectas a cambios dinámicos de permanente construcción y reconstrucción, las cuales se modifican según el tiempo tanto en fondo y forma, debido a la pandemia por COVID-19 lo cual afectó la manera de relacionarse con su entorno.

Desde el punto de vista de nuestra población objetivo, la autoestima y el sentido de pertenencia desde la percepción de los demás los ayuda en un proceso de envejecimiento activo y así poder generar un intercambio de experiencias en distintas actividades recreativas,

culturales, entre otros.

Asimismo, los talleres impartidos para la reactivación del CIAM en el año 2021 fueron importantes en el planeamiento de actividades para años posteriores, esto debido al éxito de los talleres y la concurrencia de los participantes. Hoy en día, en el CIAM Puente Piedra se observan actividades coordinadas de manera intersectorial y multidisciplinario en pro de la población adulta mayor del distrito; así como diversas capacitaciones de los miembros del equipo municipal.

Las dinámicas familiares y el consecuente apoyo familiar hacia el adulto mayor denotan un esfuerzo entre ambas partes de poder generar una mejor calidad de vida apoyándolos en las actividades que realizan, mostrando un genuino interés y preocupación por su calidad de vida y como se está manejando.

Esto último aunado a lo antes mencionado, forma una ecuación en donde la relación de la calidad de vida y el apoyo familiar se ve estrechamente relacionada; ya que sin este apoyo el adulto mayor ve mermada las futuras interacciones que vaya a tener con su familia desembocando en actitudes como rencillas, peleas, discusiones e incluso agresiones.

Es importante mencionar, que desde el plan piloto de los talleres acaecidos en el 2021 el CIAM Puente Piedra ha venido mejorando en la articulación interdisciplinaria e intersectorial promoviendo alianzas en el área de salud, educación, entre otros en pro del mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores participantes.

CONCLUSIONES

1. En primer lugar, el apoyo brindado por la familia hacia los adultos mayores del CIAM Puente Piedra fue demostrado dentro de los siguientes tipos de apoyo: emocional, instrumental e informativo. Estos tipos de apoyo hacen referencia a un equilibrio dentro de la calidad de vida de los adultos mayores y a la consecuente satisfacción de las necesidades básicas, las cuales se vieron satisfechas en una gran proporción -aun estando en un contexto de pandemia nunca visto- generando una importante repercusión dentro del grupo objetivo.
2. Luego, dentro del apoyo emocional brindado por la familia al adulto mayor del CIAM Puente Piedra, se observó que en su gran mayoría estos últimos se vieron satisfechos; sin embargo, dentro del factor afecto y compañía hubo resultados que demuestran que, si bien una gran mayoría se vio satisfecha, otro porcentaje importante no se vio involucrado y, por ende, su percepción con respecto a estos factores es bajo.
3. Después, en el apoyo instrumental brindado por la familia al adulto mayor del CIAM Puente Piedra, se observó que sí se cumplió el estado de bienestar óptimo con respecto a la satisfacción de necesidades básicas y calidad de vida, esto considerando la situación de alimentación, vestido y vivienda. Asimismo, los espacios adecuados para vivir promovieron una dignidad y autonomía para el adulto mayor.
4. El apoyo informativo brindado por la familia al adulto mayor del CIAM Puente Piedra, se observó que sí se cumplió con el rol de guía para con el adulto mayor en pro de la toma de decisiones y empoderamiento en caso de conflictos internos y/o alguna problemática que presenten.
5. Desde la sistematización de experiencias, la población adulta mayor del distrito de Puente Piedra perteneciente al CIAM en el año 2021 vio mejorada su calidad de vida debido al apoyo que recibió por parte de su círculo familiar en los talleres impartidos. Esto se vio impactado en la calidad de vida desde los siguientes frentes: genuina preocupación en las actividades que los adultos mayores realizaban con respecto a su bienestar ya sea de manera psicológica, recreativa, entre otros; la compañía brindada hacia los adultos mayores, y, por último, la escucha en las decisiones de los adultos mayores.
6. De lo descrito en la presente investigación y abordado desde un nivel macrosistémico, la creación de políticas públicas abocadas al adulto mayor y su participación en los CIAM deberían ser adaptadas a las necesidades cambiantes de los adultos mayores,

promoviendo su participación activa y asegurando que tengan acceso a servicios de calidad a través de un enfoque integral y sostenible en donde se incluyan programas que fortalezcan los lazos familiares y se impulse el empoderamiento, para que puedan seguir siendo parte activa de la sociedad.

7. Asimismo, consolidar un programa a nivel del CIAM en donde se favorezca un enfoque personalizado en los pilares del bienestar del adulto mayor: económico, social, emocional. En donde partiendo de bases teóricas generales se podría crear un programa proporcionando espacios personalizados a diversos grupos de adultos mayores con los mismos intereses y que puedan participar generando un bienestar de manera holística en su vida.

RECOMENDACIONES

1. Es de vital importancia entender que el apoyo social es importante dentro de la vida del ser humano, y que particularmente se puede decir que el apoyo emocional es el centro y que es menester su cultivo dentro de la sociedad. En el caso del adulto mayor, es relevante crear vínculos saludables con la familia y es aquí en donde prevalece este apoyo emocional el cual se basa en muestras de afecto y compañía, ya que la población objetivo entiende y relaciona como círculo inmediato a este último.
2. Se plantea necesario poder reforzar el vínculo del apoyo emocional usando el enfoque intergeneracional, involucrando a todos los miembros de la familia usando mecanismos en donde el adulto mayor se sienta valorado por ellos y encuentren un equilibrio en este tipo de apoyo. Que tanto hijos como nietos se interesen de manera genuina por ellos y que no sea visto como una obligación.
3. Desde el frente del apoyo material, se recomienda a las familias seguir contribuyendo con la satisfacción de necesidades básicas y calidad de vida desde sus diversos subniveles promoviendo una vida digna para el adulto mayor.
4. Se recomienda que el apoyo informativo brindado por la familia siga teniendo base en la escucha activa y empatía para que el adulto mayor pueda solidificar el vínculo con su familia creando lazos basados en el respeto y comunicación.
5. Dentro la misma línea se recomienda al CIAM Puente Piedra en coordinación con un equipo interdisciplinario, implementar talleres que promuevan la participación -en especial de la familia- en diversos talleres relacionados a actividades recreativas para que los adultos mayores no sientan esa melancolía y tristeza al recordar que sus familiares mayormente no se involucran en ese aspecto de su vida.
6. Asimismo, hay que considerar que dentro del CIAM las intervenciones como programas, talleres, entre otros; deben estar enfocadas en el bienestar integral del adulto mayor. Siendo así, se recomienda que el espacio municipal ofrezca un ambiente en donde se puedan abordar mejoras en la calidad de vida de los adultos mayores, promover su participación en la sociedad y fortalecer los vínculos con sus familias. Es así como a través de políticas y acciones integradas el centro pueda ofrecer un entorno digno a los adultos mayores.
7. Se tiene entendido, que hoy en día la gestión de la Municipalidad de Puente Piedra está promoviendo diversas actividades en el CIAM como talleres de lectoescritura, de hidroterapia, danza, yoga, nutrición saludable, entre otros. Así como alianzas

estratégicas con instituciones privadas y públicas para el beneficio del adulto mayor como campañas médicas, acceso a la identidad, afiliación al Sistema de Focalización de Hogares, acceso al programa social Pensión65, entre otros. En base a esto, se recomienda seguir con la misma línea de promoción de actividades para lograr el bienestar integral de los adultos mayores.

8. Por último, como trabajadores sociales es importante unir teoría y praxis en este tipo de situaciones; realizar un correcto diagnóstico para plantear adecuadas estrategias basadas en el bienestar social integral del adulto mayor con su familia. Se hace necesario plantear este punto debido a que tenemos como responsabilidad promover un cambio dentro de la sociedad y por ende un mejor futuro para las personas en situación de vulnerabilidad.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA					
CALIDAD DE VIDA Y ADULTOS MAYORES: EL APOYO FAMILIAR Y SU IMPACTO DURANTE EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN EL CIAM PUENTE PIEDRA EN EL AÑO 2021					
Problema de Investigación	Preguntas de Investigación	Objetivos	Variables	Metodología	Población y Muestra
Problema General	Pregunta General	Objetivo General	Variable Independiente	Tipo de Investigación	Población
Apoyo brindado al adulto mayor por parte de su familia y su impacto en la calidad de vida durante el contexto de la pandemia por covid19	¿Cómo fue el apoyo familiar y su impacto hacia las y los adultos mayores pertenecientes al CIAM del distrito de Puente Piedra durante el contexto de pandemia por COVID-19?	Analizar cómo fue el apoyo familiar hacia las y los adultos mayores del CIAM del distrito de Puente Piedra durante el contexto del COVID-19.	Pandemia Covid-19	Descriptivo-explicativo	40 adultos pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.
	Preguntas Específicas	Objetivos Específicos	Variable Dependiente	Método	Muestra
	¿De qué manera la familia ha brindado el apoyo emocional, instrumental e informativo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021?	Identificar de qué manera la familia ha brindado el apoyo emocional, instrumental e informativo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.	Apoyo familiar	Cuantitativo - Cualitativo	37 adultos mayores por accesibilidad a la población
	¿Qué aprendizajes se obtuvieron a través de los talleres alcanzados en el CIAM y cómo han impactado en la calidad de vida de los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021?	Explicar los aprendizajes que se obtuvieron a través de los talleres alcanzados en el CIAM y cómo han impactado en la calidad de vida de los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.	Calidad de vida		Técnicas
					Encuesta y Sistematización de Experiencias.
					Instrumentos
					Cuestionario

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTO
APOYO FAMILIAR EN EL ADULTO MAYOR DURANTE EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19	Conjunto de acciones que nacen dentro de las relaciones interpersonales entre miembros de una familia, que contribuyen a la satisfacción de las necesidades de los mismos, a fin de procurar bienestar y reducir el estrés.	Apoyo emocional: Relaciones expresivas por las que el individuo satisface necesidades emocionales y filiativas, que son características básicas como el afecto, la compañía, la escucha y el reconocimiento.	Brindar afecto	Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Recibió de sus familiares caricias, besos, abrazos o palabras cariñosas?	Cuestionario adaptado a la escala de Likert
			Brindar compañía	Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Se sintió amado por su familia?	
				Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia lo acompañó a realizar actividades recreativas o de paseo?	
			Brindar reconocimiento	Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sus familiares lo tomaron en cuenta para tomar decisiones en casa?	
		Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia lo hizo sentir valioso?			
		Apoyo instrumental: Suministro de servicios que contribuyen en la solución de problemas prácticos y mejorar su condición de vida	Escuchar asertivamente	Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Pudo contar con su familia para que lo escuche cuando tiene un problema o preocupación?	
				Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia le brindó comida y ropa cuando usted lo necesitó?	
			Brindar servicios básicos: alimentación, higiene y vestido	Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Su familia le facilitó los insumos necesarios para realizar su higiene y mantener su higiene en casa?	
				Procurar un ambiente cómodo	
		Apoyo informativo: proceso en el cual las personas buscan información, intercambio de experiencias, consejo o guía que les ayude a resolver sus problemas	Servir de consejo o guía	Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 ¿Sus familiares lo ayudaron a tomar una decisión frente a algún problema?	

Fuente: Adaptado de Guzmán, L. Grado de apoyo familiar que percibe el adulto mayor usuario de un centro materno infantil de Lima Metropolitana. 2016. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 201

Anexo 2. Carta de presentación.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú, Decana de América
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL

Ciudad Universitaria, 03 de noviembre de 2022.

Sr.

Lic. Joel Inga de la Cruz

Coordinador del CIAM Puente Piedra

Av. 15 de junio y Vía de Integración, Laderas de Chillón, I explanada.

Presente. -

De mi consideración:

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez presentarle a la Srta. HELEN KARLA TEJADA SILVA, identificada con DNI 72846042 y código de matrícula 18150368, alumna de la Escuela Profesional de Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

La Srta. TEJADA SILVA ha elegido ejecutar su proyecto de investigación: "Adultos mayores y apoyo familiar durante el contexto de la pandemia por COVID-19 en el CIAM Puente Piedra en el año 2021", como parte del curso Seminario de Tesis II del presente año, que está a cargo de la Mg. Pricila León Pretel; complementando así la formación académica brindada por nuestra casa de estudios.

Agradeciendo desde ya su atención a la presente, me despido de usted y quedo a vuestra disposición para cualquier información adicional que se requiera.

Atentamente,



Firmado digitalmente por: GARCÍA
ESCOBAR Jorge FAU 20148962280
ciff
Módulo: Soy el autor del documento
Fecha: 04/11/2022 09:34:56 -05:00

Mg. JORGE GARCÍA ESCOBAR

DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL

cc:

JGE/mgp

Anexo 3. Consentimiento informado.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL

Consentimiento Informado

Lima, 15 de noviembre de 2022

Título del estudio: "Adultos mayores y el apoyo familiar durante el contexto de la pandemia por COVID-19 en el CIAM Puente Piedra en el año 2021"

Investigadora: Helen Karla Tejada Silva, Estudiante del X ciclo de la Escuela Profesional de Trabajo Social de la UNMSM.

Estimado(a) señor(a):

Me dirijo a usted cordialmente con el fin de solicitar su valiosa colaboración en el mencionado estudio de investigación, el cual tiene como objetivo describir la manera sobre cómo la familia brindó el apoyo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19 pertenecientes al CIAM Puente Piedra en el año 2021.

Su participación es completamente voluntaria, ya que se trata de una investigación en la cual se respeta sus derechos humanos y se ciñe a los principios éticos. Asimismo, comentarle que la información recabada tiene carácter anónimo y confidencial; por lo tanto, no es necesario anotar su nombre y apellidos en el instrumento que se le aplicará.

Una vez leído este documento y aclaradas mis dudas, considero en forma voluntaria participar en el estudio.

☐ Acepto

Fecha:

Anexo 4. Instrumento: encuesta.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL

INVESTIGACIÓN SOBRE EL APOYO FAMILIAR AL ADULTO MAYOR

INSTRUMENTO: CUESTIONARIO DE LIKERT ADAPTADO

I. PRESENTACIÓN:

Buenas tardes, mi nombre es Helen Karla Tejada Silva, soy estudiante del 10mo ciclo de la Escuela Profesional de Trabajo Social en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. A la actualidad, me encuentro realizando una investigación sobre la población adulta mayor del CIAM Puente Piedra, titulado **"Adultos mayores y apoyo familiar durante el contexto de la pandemia por COVID-19 en el CIAM Puente Piedra en el año 2021"** con la finalidad de describir la manera sobre cómo la familia brindó el apoyo a los adultos mayores en el contexto de pandemia por COVID-19.

El presente estudio de carácter anónimo y confidencial, por lo cual se le solicita a usted que pueda responder con total sinceridad el presente instrumento.

II. DATOS GENERALES:

Edad:

Sexo: () femenino () masculino

Distrito de residencia:

Vive con: () familia () solo

III. CONTENIDO

Dentro del contexto de pandemia por COVID-19 (2021):

1. Yo recibí de mi familiares caricias, besos, abrazos o palabras cariñosas.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

2. Yo me sentí amado por mi familia.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

Universidad del Perú. Decana de América

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL

3. Mi familia me acompañó a realizar actividades recreativas o de paseo.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

4. Mis familiares me tomaron en cuenta para tomar decisiones en casa.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

5. Mi familia me hizo sentir valioso(a).

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

6. Pude contar con mi familia para que me escuche cuando tuve un problema o preocupación.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

7. Mi familia me brindó alimentación, vivienda y vestimenta cuando lo necesité.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

8. Mi familia me facilitó los insumos necesarios para realizar y mantener mi higiene en casa.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

9. Sentí que el lugar en dónde viví contó con los espacios adecuados para que pudiera desarrollar mi vida cómodamente.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

10. Mis familiares me ayudaron a tomar una decisión frente a algún problema.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
-------	------------	---------	--------------	---------

Anexo 5. Validación del cuestionario.

VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO

Para la validación del presente instrumento de investigación, cuestionario de Likert adaptado, se usará a Hernández Sampieri-Martínez (2010) el cual en su libro Metodología de la Investigación 6ta edición, hace referencia a la valoración de la escala de Likert en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios, ante los cuales se pide la reacción de los participantes.

Es menester hacer hincapié en que la escala de Likert es usada tanto en investigaciones cualitativas como cuantitativas; ya que según Maldonado (2007) sirven para medir actitudes o variables ante los cuales se solicita la reacción del sujeto al cual se va a aplicar el instrumento elegido. Para el presente trabajo de investigación, el fenómeno a estudiar es objetivo, ya que las variables a usar no incluyen sentimientos, percepciones, entre otros.

En este caso se usarán las siguientes afirmaciones: nunca, casi nunca, a veces, casi siempre, siempre. Para poder obtener las puntuaciones se sumarán los valores alcanzados respecto de cada frase. Para este instrumento, usaremos cinco (5) categorías con un intervalo de uno (1) a cinco (5). Asimismo, la puntuación mínima posible será de 10 y la máxima posible de 50, ya que hay 10 afirmaciones.

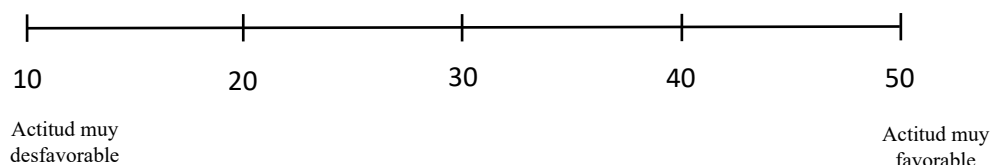
*nunca: 1

*casi nunca: 2

*a veces: 3

*casi siempre: 4

*siempre: 5



BIBLIOGRAFÍA

Alfonso Figueroa, Lianet, Soto Carballo, Dania, & Santos Fernández, Nilda Alina. (2016). Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 20(1)

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942016000100012&lng=es&tlng=es.

Alor Huerto, P. L., & Minaya Valladares, C. J. (2021). Apoyo familiar y calidad de vida del adulto mayor ante la situación de pandemia COVID 19.

Asentamiento Humano José Olaya Balandra. Distrito de Vegueta. 2021.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/77597>

Aranda B., C., & Pando M., M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista De Investigación En Psicología*, 16(1), 233–245.

Recuperado de

<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3929/3153>

Arias, C. J. (2015). La red de apoyo social. Cambios a lo largo del ciclo vital. *Revista Kairós Gerontología*, 18(N.o Especial 20, Temático: "Aspectos positivos en la vejez. Cuestiones teóricas"), pp.149-172. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP

Asentamiento Humano Volcán Dormido – Huaral durante el periodo 2020-2021.

Atoche, M. (2020). Influencia del soporte familiar en el ejercicio de la autonomía personal de los adultos mayores, Centro de Salud Aranjuez, Trujillo, 2020. [Tesis para optar el grado de Licenciatura]. Universidad Nacional de Trujillo.

Recuperado de

<https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/16689/ATOCHE%20LEYVA%20-%20TS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bilbao, J. P., & Daza, F. M. (2006). NTP 439: El apoyo social.

Barcelona/Madrid. Recuperado de

https://www.insst.es/documents/94886/326962/ntp_439.pdf/148113c8-bbba-40b3-86c7-81db7869d737

Bueno, A. M. (2013). Producción de conocimiento sobre investigación en Trabajo Social. *Trabajo Social*, 15(15), 125–141.
<https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/42581>

Bustamante Zalamea, P. M. (2020). Condiciones de habitabilidad basadas en la Teoría Ecológica de Urie Bronfenbrenner y su relación con el desarrollo cognitivo en el aprendizaje de estudiantes de las instituciones educativas.
<file:///C:/Users/Htejasil/Downloads/15729.pdf>

Cáceres Torres, C. (2021). Actores, política social y adultos mayores en el contexto de la Covid-19. *PLURIVERSIDAD*, 1(7), 27–41.
<https://doi.org/10.31381/pluriversidad.v0i7.4360>.

Calderón, K. A. H., & Silva, A. K. L. (2018). La escucha activa como elemento necesario para el diálogo. *Revista convicciones*, 5(9), 83-87. Recuperado de <https://www.fesc.edu.co/Revistas/OJS/index.php/convicciones/article/view/272>

Cepal, N. U. (2020). América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales. Recuperado de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/S2000264_es.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Ciencias Sociales, Escuela Profesional de Trabajo Social]. Repositorio institucional

Coca, A. & Gómez, J. (2015). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *Ene*, 9(1). Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>.

Collière M. Promover la vida. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España; 1993.

Consedine, N. & Magai, C. (2003). Attachment and emotion experience in later life: the view from emotions theory. *Attachment & Human Development*, 5, 165-187. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rlp/v38n3/v38n3a04.pdf>

Corugedo Rodríguez, María del Carmen, García González, Dayana, González Arias, Vania Isabel, Crespo Lechuga, Grey Alicia, González García, Geyssa, & Calderín Hernández, Mayuli. (2014). Calidad de vida en adultos mayores del hogar de

ancianos del municipio Cruces. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30(2) http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000200006&lng=es&tlng=es.

Cybertesis UNMSM.
https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/21073/Solorzano_br.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Dabas, E. (1993). Red de redes. Las prácticas de la intervención en redes sociales. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Defensoría del Pueblo. (2020). Personas adultas mayores frente al COVID 19: Los centros de atención residencial en situación de Emergencia Nacional. Lima: *Serie Informes Especiales*, (009-2020). <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2020/04/Serie-Informes-Especiales-N%C2%B0-009-2020-DP.pdf>

Díaz-Leyva, D. (2021). Efectos psicosociales de la pandemia COVID-19 en la familia.

El cuidado del adulto mayor en la atención primaria en salud em tiempo de COVID-19 / Organizado por Rosalina Aparecida Partezani Rodrigues, Jack Roberto Silva Fhon, Fabia Maria de Lima – Ribeirão Preto en Centro de Apoio Editorial da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, 2021.
http://conteudosdigitais.eerp.usp.br/ebooks/El_cuidado_del_adulto_mayor_en_la_atencion_primaria_en_salud_en_tiempos_de_covid-19.pdf

Escobar, A. (2017). Influencia del deficiente soporte familiar en el autocuidado de los adultos mayores de la estrategia sanitaria nacional de no transmisibles del hospital Pacasmayo en el año 2017. [Tesis para optar el grado de Licenciatura]. Universidad Nacional de Trujillo. Recuperado de <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/10163/ESCOBAR%20GALLARDO%20Alicia%28FILEminimizer%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Esteban Nieto, N. (2018). Tipos de investigación. Universidad Santo Domingo de Guzmán. <http://repositorio.usdg.edu.pe/handle/USDG/34>

Estrada, A., Cardona, D., Segura, Ángela M., Chavarriaga, L. M., Ordóñez, J., & Osorio, J. J. (2011). Calidad de vida de los adultos mayores de Medellín. *Biomédica*, 31(4), 492–502. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v31i4.399>.

Fernande- Ballesteros, R. Positive ageing: Objective, subjective and combined out comes. *ElectronJApplPsychol*. 2011; 7:22–30.

Fernández, J. C. M., Maza, A. M. R., & Veintimilla, G. D. R. M. (2022). Percepción del adulto mayor en relación al apoyo familiar. *Polo del Conocimiento*, 7(12), 1134-1149. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/5048>

Galarza, C. A. R. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1-6. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>

Granda-Oblitas, Alexandra, Quiroz-Gil, Gema X., & Runzer-Colmenares, Fernando M.. (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>. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172021000400305

Guaicha, D. & Herrera, M. (2021). Calidad de vida y apoyo familiar de los adultos mayores que participan en el proyecto gerontológico Hogar de Sabias Experiencias del cantón coronel Marcelino Maridueña durante el confinamiento COVID–19. Recuperado de <http://201.159.223.180/bitstream/3317/16351/1/T-UCSG-PRE-JUR-MD-TSO-70.pdf>

Guzmán L. Grado de apoyo familiar que percibe el adulto mayor usuario de un centro materno infantil de Lima Metropolitana. 2016. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 2017. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/6146/Guzman_ll.pdf?sequence=3

Guzman, V. (2021). El método cualitativo y su aporte a la investigación en las ciencias sociales. *Gestionar: Revista De Empresa Y Gobierno*, 1(4), 19-31.
<https://revistagestionar.com/index.php/rg/article/view/17>

Henao, A. M. G. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. *Revista virtual universidad católica del norte*, (35), 326-345.
<https://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/364/679>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación, 5ta edición McGRAW-HILL.
<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1210>

Huenchuan, Sandra y Zulma Sosa (2002), “Calidad de vida y redes de apoyo social de personas mayores en Chile”, documento presentado en la “Reunión de expertos en redes de apoyo social a personas mayores”, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (Santiago de Chile, 9 al 12 de diciembre). Recuperado de
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np77035070_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Leitón Espinoza Z. Adaptación a los cambios biopsicosociales del adulto mayor y su relación con independencia, participación social y apoyo familiar. (Tesis para optar el grado de Maestría). Universidad Nacional de Trujillo. Perú. 1997.

Marcelo Rios, V. A., & Marino Tamayo, J. K. (2018). Apoyo familiar percibido y calidad de vida en el adulto mayor, Centro de Salud El Pallar, Huamachuco. <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/13564>

Matassini, S. (2021). Efectos colaterales del COVID-19: el cuidado del adulto mayor en el hogar. *Anthropologica*, 39(47), 245-264.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/anthro/v39n47/0254-9212-anthro-39-47-245.pdf>

Merchán, E., & Cifuentes, R. (2014). Teorías psicosociales del envejecimiento. *Madrid, España: Universidad de Castilla La Mancha y Escuela Universitaria de Enfermería de la Comunidad de Madrid, Universidad Autónoma de Madrid, sf*. Recuperado de <http://asociacionciceron.org/wp-content/uploads/2014/03/00000117-teorias-psicosociales-del-envejecimiento.pdf>

MIMP. (2013). PLANPAM: Plan Nacional para las Personas Adultas Mayores 2013-2017. Recuperado de

<https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/archivos/planpam3.pdf>

MIMP. (Setiembre, 2012). Infoboletín Familias: un espacio para la reflexión. Personas Adultas Mayores y Familias. Boletín de la Dirección de Fortalecimiento de Familias – DIFF. Recuperado de

<https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgfc/2012-3.pdf>

Moquillaza, M. (2016). Atención al adulto mayor: trabajo social gerontológico. Conferencia en CELATS en la Actividad Diálogo de Políticas. Recuperado de <https://www.celats.org/11-noticias/42-atencion-al-adulto-mayor-trabajo-social-gerontologico>

Nacional.ipe. (2020, 26 de agosto). INEI: En el Perú hay más de cuatro millones de adultos mayores. Consultado el 10 de junio de 2022.

<https://www.radionacional.com.pe/noticias/locales/inei-en-el-peru-hay-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores#:~:text=En%20el%20Per%C3%BA%20existen%204,el%20D%C3%ADa%20del%20Adulto%20Mayor.>

Palomar Villena, M., & Suárez Soto, E. (1993). El modelo sistémico en el trabajo social familiar: consideraciones teóricas y orientaciones prácticas. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, N. 2 (octubre 1993); pp. 169-184. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5868/1/ALT_02_10.pdf

Panduro Inga, I. R., & Fernandez Panez, H. J. (2023). *Apoyo social percibido y calidad de vida en adultos mayores del programa pension 65 de Pucara-Huancayo*, 2022.

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA_c9c519507a66439cdf2e5b9f0d223f9c/Details

Pinazo-Hernandez, S. (s.f). Impacto psicosocial de la COVID-19 en las personas mayores: problemas y retos. Elsevier.es. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-pdf-S0211139X20300664>

Ponce, E. (2019). Soporte familiar y adhesión al tratamiento de adultos mayores del programa CAC en el Hospital I La Esperanza, 2019. [Tesis para optar el grado de Licenciatura]. Universidad Nacional de Trujillo. Recuperado de <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/14778/ESLEI%20PONCE%20SALAZAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Quiroga-Sanzana, C. E., Parra-Monje, G. R., Moyano-Sepúlveda, C. J., y Díaz-Bravo, M. A. (2022). Percepción de apoyo social y calidad de vida: la visión de personas mayores chilenas en el contexto de pandemia durante el 2020. *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social*, (33), 57-74. doi: 10.25100/prts.v0i33.11544. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/prsp/n33/2389-993X-prsp-33-57.pdf>

Revista San Gregorio, 1(48).
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072021000500149

Salazar-Salas, C. G. (2007). *Recreación*. San José, Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica. <file:///C:/Users/Htejasil/Downloads/Dialnet-BeneficiosDeLasActividadesRecreativasYSuRelacionCo-5758179.pdf>

Sanchez-Villena, A. & De la Fuente-Figuerola, V. 2020. COVID-19: cuarentena, aislamiento, distanciamiento social y confinamiento, ¿son lo mismo?. <https://www.analesdepediatria.org/es-pdf-S1695403320301776>

Schapira, Moisés. (2020). Impacto psicosocial de la pandemia por COVID-19 en adultos mayores con demencia y sus cuidadores. *Revista Argentina de Salud Pública*, 12(Supl. 1), 4. Epub 01 de octubre de 2020. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1853-810X2020000300004&lng=es&tlng=es.

Sluzki, C. (1996). *La red social: Frontera de la práctica sistémica*. Barcelona, España: Gedisa

Solorzano, R. (2023). Efectos del COVID-19 en los adultos mayores del

Soto Chilingano, F. A. (2022). Apoyo familiar y calidad de vida del adulto mayor que asiste al servicio de medicina de un Centro de Salud de Lima, 2022 <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6630352>

Tenorio-Mucha, J., Romero-Albino, Z., Roncal-Vidal, V., & Cuba-Fuentes, M. S. (2021). Calidad de vida de adultos mayores de la Seguridad Social peruana durante la pandemia por COVID-19. Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo, 14, 42-48. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2227-47312021000300006&script=sci_abstract

Ticlia Garcia, E. P. (2021). Apoyo familiar y calidad de vida del adulto mayor del CAM El Porvenir, provincia Trujillo. Recuperado de <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/18450/TICLIA%20GARCIA%20-%20TS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Universidad de Antioquia (2002). Diccionario Especializado de Trabajo Social. Medellín: Universidad de Antioquia.

Valdez-Huirache, M; Álvarez-Bocanegra, C. (2018). Calidad de vida y apoyo familiar en adultos mayores adscritos a una unidad de medicina familiar. Horizonte sanitario, vol. 17, núm. 2, pp. 113-121. Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, División Académica de Ciencias de la Salud. <https://www.redalyc.org/journal/4578/457868589005/movil/>

Velandia, A. (2002). Investigación en salud y calidad de vida. El arte y la Ciencia del Cuidado. Bogotá: Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de Colombia, 2002. Pgs.295-314. Recuperado de <http://analuisa-velandia-mora-publicaciones.blogspot.com/2011/09/ana-luisa-velandia-mora-investigacion.html>

Vera, M. 2007. Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3#:~:text=Conclusiones%3A%20Par%20el%20adulto%20mayor,%2C%20decisi%C3%B3n%2C%20comunicaci%C3%B3n%20e%20informaci%C3%B3n>.

Esteban-Carbonell, E. & Del Olmo-Vincén, N. (2020). La sistematización de la intervención como metodología de investigación en Trabajo Social. Importancia

práctica y teórica de la fase de recogida de datos en la intervención social según experiencia del Programa de Apoyo a las Familias en Zaragoza, España. *Prospectiva*, núm. 31, pp. 281-298, 2021. Escuela de Trabajo Social y Desarrollo Humano, Facultad de Humanidades, Universidad del Valle.

<https://www.redalyc.org/journal/5742/574266888015/html/>

MIMP. (2021). IV Informe de avances en el cumplimiento de la ley N° 30490 “Ley de la Persona Adulta Mayor”. <https://www.mimp.gob.pe/files/IV-INFORME-DE-LA-LEY-PAM.pdf>

García, H. C. (2020). ¡Convención ya! La lucha de las personas adultas mayores por el reconocimiento de sus derechos en el Perú. *Actas de Periodismo y Comunicación*, 6(2).
https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/124053/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Flores Juárez, H. N. (2023). Influencia de los factores sociofamiliares en el envejecimiento activo de los usuarios del Centro del Adulto Mayor-Víctor Larco 2021. <https://dspace.unitru.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ab435102-ffaa-4c76-86db-8f15f6570d31/content>

Instituto Nacional de Geriátría (19 de junio de 2024). Infografías Edadismo. <https://www.gob.mx/inger/articulos/infografias-edadismo?idiom=es#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20edadismo%3F,por%20raz%C3%B3n%20de%20la%20edad>.

Informe mundial sobre el edadismo. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2021. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
<https://doi.org/10.37774/9789275324455>.