

**PERCEPCIÓN DE SALUD FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA EN
ADULTOS MAYORES EN UNA COMUNIDAD RURAL DE
ECUADOR.**

**PERCEPTION OF PHYSICAL HEALTH AND QUALITY OF LIFE IN
OLDER ADULTS IN A RURAL COMMUNITY IN ECUADOR.**

**PERCEPÇÃO DE SAÚDE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM
IDOSOS EM UMA COMUNIDADE RURAL DO EQUADOR.**

Betty Narcisa Mazacón Roca.

Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.

bmazacon@utb.edu.ec.

<https://orcid.org/0000-0002-7944-4565>

José Adalberto Moran Calderón.

Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.

jmoran@utb.edu.ec.

<https://orcid.org/0000-0002-0044-132X>

Jenny Joshelyn Saltos Mazacón.

Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.

jsaltosma@utb.edu.ec.

<https://orcid.org/0009-0000-7085-6953>

Fecha de Recepción: 22 de enero 2025

Fecha de Aceptación: 4 de junio 2025

DOI: <https://doi.org/10.48204/j.enfoque.v37n33.a7578>

RESUMEN

El estudio abordó la percepción de salud física y calidad de vida de adultos mayores en la comunidad rural de Zapotal Nuevo, cantón Ventanas. A partir de un censo de 316 adultos mayores, participaron 297 tras excluir a 19 por diversas razones. La metodología utilizada fue un estudio cuantitativo de corte transversal, aplicando encuestas domiciliarias para recabar datos sociodemográficos y evaluar la percepción de salud física y calidad de vida.

Los resultados revelaron que la mayoría de los participantes convivían con familia, no laboraban y percibían ingresos menores al sueldo mínimo, reflejando una situación de vulnerabilidad económica. Además, el 51,2% había recibido atención del modelo de atención integral del Adulto Mayor del Ministerio de Salud Pública. Las limitaciones físicas fueron prevalentes: 67,7% para levantar bolsas de compras, 66,0% para subir escaleras, 69,7% para agacharse o arrodillarse, y 59,9% para caminar medio kilómetro. Asimismo, el 47,8% tenía dificultades para bañarse o vestirse. En términos de calidad de vida, el 65,0% la percibía como regular y el 81,5% sentía que había empeorado respecto al año anterior. Estas condiciones se alinean con investigaciones previas que asocian la percepción de una calidad de vida regular o en deterioro con limitaciones físicas y falta de apoyo social. La alta prevalencia de dificultades físicas y la percepción negativa de la calidad de vida subrayan la necesidad de intervenciones de salud más efectivas y adaptadas a las particularidades socioeconómicas de esta población. El estudio resalta la urgencia de políticas públicas integrales que promuevan un envejecimiento saludable en comunidades rurales vulnerables, abordando tanto las necesidades físicas como los factores socioeconómicos y de apoyo social.

Palabras Clave: Percepción de salud; Calidad de vida; Adultos mayores; Limitaciones físicas.

ABSTRACT

The study explored the perception of physical health and quality of life among older adults in the rural community of Zapotal Nuevo, Ventanas canton. Out of a census of 316 older adults, 297 participated in the study after excluding 19 for various reasons. A cross-sectional quantitative methodology was used, applying household surveys to collect sociodemographic data and assess the perception of physical health and quality of life. The findings revealed that most participants lived with family, did not work, and earned less than the minimum wage, reflecting a situation of economic vulnerability. In addition, 51.2% had received care from the Ministry of Public Health's comprehensive care model for older adults.

Physical limitations were prevalent: 67.7% had difficulties lifting shopping bags, 66.0% climbing stairs, 69.7% bending or kneeling, and 59.9% walking half a kilometer.

Furthermore, 47.8% reported difficulty bathing or dressing. In terms of quality of life, 65.0% perceived it as fair, and 81.5% felt that it had worsened compared to the previous year. These conditions are aligned with previous research associating the perception of a fair or deteriorating quality of life with physical limitations and lack of social support. The high prevalence of physical difficulties and negative perception of quality of life underscores the need for more effective health interventions tailored to the socioeconomic particularities of this population. The study highlights the urgency of comprehensive public policies that promote healthy aging in vulnerable rural communities by addressing both physical needs and socioeconomic and social support factors.

Keywords: Health perception, quality of life, older adults, physical limitations.

RESUMO

O estudo abordou a percepção de saúde física e qualidade de vida de idosos na comunidade rural de Zapotal Nuevo, cantão Ventanas. A partir de um censo de 316 idosos, participaram 297 após a exclusão de 19 por diversas razões. A metodologia utilizada foi um estudo quantitativo de corte transversal, aplicando questionários domiciliares para coletar dados sociodemográficos e avaliar a percepção de saúde física e qualidade de vida. Os resultados revelaram que a maioria dos participantes vivia com a família, não trabalhava e recebia renda inferior ao salário mínimo, refletindo uma situação de vulnerabilidade econômica. Além disso, 51,2% havia recebido atendimento do modelo de atenção integral ao Idoso do Ministério da Saúde Pública. As limitações físicas foram prevalentes: 67,7% para levantar sacolas de compras, 66,0% para subir escadas, 69,7% para se agachar ou se ajoelhar, e 59,9% para caminhar meio quilômetro. Além disso, 47,8% tinham dificuldades para tomar banho ou se vestir. Em termos de qualidade de vida, 65,0% a percebiam como regular e 81,5% sentiam que havia piorado em relação ao ano anterior. Essas condições estão alinhadas com pesquisas anteriores que associam a percepção de uma qualidade de vida regular ou em deterioração com limitações físicas e falta de apoio social. A alta prevalência de dificuldades físicas e a percepção negativa da qualidade de vida destacam a necessidade de intervenções de saúde mais eficazes e adaptadas às particularidades socioeconômicas dessa população. O estudo ressalta a urgência de políticas públicas integrais que promovam um envelhecimento saudável em comunidades rurais vulneráveis, abordando tanto as necessidades físicas quanto os fatores socioeconômicos e de apoio social.

Palavras-chave: Percepção de saúde; Qualidade de vida; Idosos; Limitações físicas.

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento poblacional es un fenómeno demográfico creciente a nivel mundial, que debería desarrollarse con normalidad y regularidad en las poblaciones, pero al mismo tiempo con implicaciones significativas en los sistemas de salud y en la calidad de vida de las personas mayores, necesario manifestar que la salud física y la percepción de bienestar en esta etapa de la vida son aspectos cruciales que influyen directamente en la funcionalidad y autonomía de los adultos mayores, repercutiendo en su calidad de vida (Silva Castro, 2021). Desde esta premisa se expresa que el estudio de estas variables se vuelve esencial para el

diseño de políticas públicas y programas de intervención que promuevan un envejecimiento saludable durante los últimos años de vida.

La percepción de salud física entre los adultos mayores es un indicador subjetivo que abarca la valoración individual sobre su estado de salud, capacidad funcional y la presencia de enfermedades crónicas, (Angeles, 2021). La calidad de vida, por su parte, es un concepto multidimensional que incluye aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales, y que se ve influenciada por la percepción de salud física frente al desempeño de las actividades cotidianas, (Avecillas, 2021).

El envejecimiento poblacional ha experimentado un crecimiento acelerado y significativo a nivel mundial, impulsado por factores positivos como la inversión en la prevención de enfermedades infecciosas a las cuales los adultos mayores son particularmente vulnerables debido a su edad avanzada (Quiroga-Sanzana, 2022). Además, elementos como el cuidado del entorno y la higiene personal contribuyen a prevenir el deterioro de la salud, la planificación familiar global ha reducido el tamaño de las familias y la población infantil, mientras que la nutrición y la protección social mejoran la calidad de vida de los adultos mayores (Avecillas, 2021).

Los adultos mayores realizan actividades esenciales para satisfacer sus necesidades básicas, como comer, bañarse y vestirse, lo que les permite mantener un estado vital mínimo para su desenvolvimiento diario y pueden participar en actividades recreativas según su movilidad, capacidad económica y motivación familiar, lo que mejora sus estilos de vida (Arevalo, 2020). La elección y realización de estas actividades influye significativamente en su calidad de vida, ya que factores internos y externos, como los procesos fisiológicos del envejecimiento y el entorno, pueden limitar su participación en actividades básicas y comunitarias (Alfaro Vargas, 2021).

El envejecimiento es un proceso natural que comienza al nacer y se manifiesta en los últimos años de vida con variaciones individuales y orgánicas que impactan la calidad de vida (Piña Morán, 2022). Según el censo de 2010 del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), Ecuador tenía una población de 14,2 millones, con una distribución de 50,1% hombres y 49,9% mujeres, y un 66% de la población viviendo en áreas urbanas, la reducción de la tasa

de natalidad, la migración y la disminución de la mortalidad han cambiado las tendencias de crecimiento poblacional, con un aumento en la proporción de adultos mayores (Valdivia, 2020).

Desde 2010, Ecuador implementa el Modelo de Atención Integral en Salud del Adulto Mayor (MAIS), cuyo objetivo es preservar y recuperar la salud física y mental, promoviendo la autonomía y mejorando la calidad de vida de los adultos mayores. Sin embargo, algunos componentes de este modelo parecen estar relegados, lo que podría afectar negativamente la calidad de atención y aumentar la morbilidad y mortalidad en este grupo vulnerable, la falta de compromiso administrativo, la inaplicabilidad de políticas públicas y factores sociales, económicos y ambientales son barreras para una atención efectiva. (Solórzano Muñoz, 2020).

Investigar la calidad de vida de los adultos mayores en Zapotal Nuevo es crucial para tomar medidas correctivas que mejoren los estilos de vida de esta población, este estudio es pionero en su enfoque y busca proporcionar datos relevantes para la mejora de políticas y prácticas en la atención de los adultos mayores en el cantón Ventanas, además tiene como objetivo analizar percepción de salud física y calidad de vida en adultos mayores comunidad zapotal nuevo.

METODOLOGÍA

Estudio descriptivo, cuantitativo de corte transversal, ejecutado en la parroquia rural más antigua del cantón Ventanas de la Provincia de Los Ríos de Ecuador, aplicado en adultos mayores residentes de la comunidad que se estima de acuerdo al último censo de población y vivienda de Ecuador es de aproximadamente 316 habitantes con el objetivo de analizar la percepción de salud física y la calidad de vida de los adultos mayores.

Inicialmente, se capacitó a los 20 equipos de recolección de datos, conformados por un estudiante de enfermería y una promotora de salud. Cada equipo realizó visitas domiciliarias, apoyados por un mapeo y listados de adultos mayores atendidos. Durante las visitas domiciliarias, se aplicó una encuesta para recolectar información sobre edad, sexo, procedencia, antecedentes importantes y si el participante había recibido la intervención del modelo de atención integral de salud.

Durante un periodo de seis meses en el año 2023 se realizó visitas domiciliarias a los adultos mayores, en este tiempo se aplicó una encuesta estructurada que permitió obtener información personal relevante para el estudio. Para evaluar la percepción del estado de salud física, se utilizó un cuestionario basado en actividades cotidianas, que incluyó dimensiones como movilidad, esfuerzo físico y autonomía funcional, con escalas tipo Likert de 5 puntos, dicho cuestionario fue construcción propia de los autores y fue validado por tres expertos en el área con posgrado y doctorado coherente con el área de conocimiento. Para la calidad de vida, se empleó un instrumento validado expresado como una adaptación local de evaluación subjetiva de calidad de vida WHOQOL-BREF, el mismo que indaga sobre aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales, comparando su situación actual con la percibida un año atrás. Ambos cuestionarios contaron con definiciones conceptuales y operativas claras, así como puntuaciones establecidas, lo cual otorgó mayor validez y confiabilidad a los resultados. Posteriormente, los datos fueron analizados e interpretados mediante tablas y gráficos estadísticos, lo que facilitó el desarrollo de conclusiones pertinentes.

El análisis de datos se realizó utilizando tablas y gráficos para facilitar la interpretación de los resultados. Los datos fueron preparados y tabulados en Excel para Windows 2013, y se empleó el programa estadístico SPSS versión 22.0 para el análisis. Se definieron y codificaron las variables, se elaboraron listas de cuadros y gráficos, y se identificaron las pruebas estadísticas adecuadas para cada variable o grupo de variables.

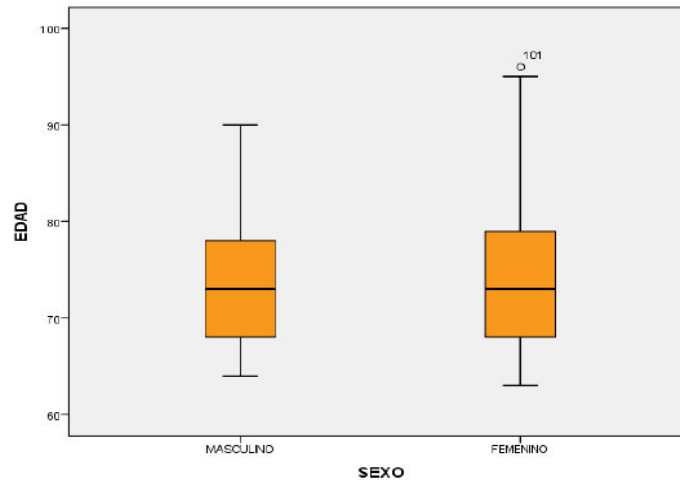
Este estudio cumplió con los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki para investigaciones en seres humanos. Los participantes otorgaron su consentimiento informado y el estudio fue aprobado por un comité de ética de la institución de Educación Superior donde se originó la aplicación de este trabajo investigativo.

RESULTADOS

De un total de 316 adultos mayores registrados como residentes en la comunidad, se excluyó a 19 personas debido a que 9 habían fallecido o cambiado de domicilio, 6 no poseían la cédula de ciudadanía, 2 se negaron a participar del estudio y en 1 de ellos sus familiares fueron renuentes a que fuera entrevistado. Con ello, participaron del estudio 297 Adultos Mayores.

La edad promedio de los Adultos Mayores fue de $74,0 \pm 6,9$ años (Mediana 63 años), el 50,5% eran varones y el 49,5% mujeres. La edad promedio de los varones fue de $73,8 \pm 6,4$ años; mientras que, la edad promedio de las mujeres fue de $74,2 \pm 7,5$ años. No existió diferencia significativa para la edad en el sexo masculino y el femenino (Prueba t de Student, $p=0,599$). Esto se muestra en la figura 1.

Figura 1: Diagrama de cajas de la edad de los Adultos Mayores distribuida según el sexo.



Nota: Elaboración de los autores - validada por expertos

En el tabla #1 podemos observar, que la mayor frecuencia de los Adultos Mayores tenía percepción regular de su calidad de vida (65,0%) y comparativamente con un año atrás percibían sentirse igual, peor o mucho peor (81,5%); asimismo, la mayoría presentaba mucha limitación para realizar actividades intensas (39,4%) y poca limitación para realizar actividades moderadas (40,4%).

Tabla 1: Percepción de la calidad de vida de los adultos mayores.

VARIABLE	FRECUENCIA	%
Percepción de la calidad de vida		
Muy buena	6	2,0
Buena	33	11,1
Regular	193	65,0
Mala	65	21,9

Comparación del estado de salud en dos momentos

Mucho mejor ahora que hace 1 año	12	4,0
Algo mejor ahora que hace 1 año	43	14,5
Más o menos igual ahora que hace un año	104	35,0
Algo peor ahora que hace un año	98	33,0
Mucho peor ahora que hace 1 año	40	13,5

Limitación para realizar actividades intensas

Mucha limitación	117	39,4
Poca limitación	83	27,9
Ninguna limitación	97	32,7

Limitación para realizar actividades moderadas

Mucha limitación	93	31,3
Poca limitación	120	40,4
Ninguna imitación	84	28,3

Nota: Adaptación de evaluación subjetiva de calidad de vida WHOQOL-BREF

En la tabla #2 con base en los Adultos Mayores entrevistados se observó que el 67,7% presentaba alguna limitación para levantar o llevar bolsas de compras, el 66,0% alguna limitación para subir un piso por las escaleras, el 69,7% alguna limitación para agacharse, arrodillarse o ponerse de cuclillas, el 59,9% alguna limitación para caminar medio kilómetro; mientras que el 47,8% presentaba alguna limitación para bañarse o vestirse.

Tabla 2: Percepción del estado de salud física de los adultos mayores

VARIABLE	FRECUENCIA	%
Levantar o llevar bolsas de compra		
No me limita para nada	96	32,3
Me limita poco	105	35,4
Me limita mucho	96	32,3
Subir un piso por las escaleras		
No me limita para nada	101	34,0
Me limita poco	98	33,0
Me limita mucho	98	33,0
Agacharse, arrodillarse o ponerse de		

cuclillas

No me limita para nada	90	30,3
Me limita poco	89	30,0
Me limita mucho	118	39,7

Caminar medio kilómetro

No me limita para nada	119	40,1
Me limita poco	85	28,6
Me limita mucho	93	31,3

Bañarse o vestirse

No me limita para nada	155	52,2
Me limita poco	19	6,4
Me limita mucho	123	41,4

Nota: Elaboración de los autores - validada por expertos

DISCUSIÓN

En cuanto a las características sociodemográficas, se observó que la mayoría de los participantes eran convivientes, vivían con cónyuge, hijos y nietos, y más de la mitad no laboraban. Estas condiciones socioeconómicas, en las que el 98% percibía un ingreso menor al sueldo mínimo, reflejan una situación de vulnerabilidad económica que podría estar influyendo en su percepción de salud y calidad de vida. El estado del arte sugiere que la pobreza y la falta de empleo bien remunerado son factores determinantes que afectan negativamente la salud física y el bienestar general de los adultos mayores (Jiménez Reyes, 2023).

El hecho de que más de la mitad de los adultos mayores haya sido atendido mediante el Modelo de Atención Integral del Adulto Mayor implementado por el Ministerio de Salud Pública (MSP) representa un avance en la cobertura de las políticas públicas orientadas al envejecimiento saludable (Lira, 2020). No obstante, los resultados obtenidos evidencian una preocupante prevalencia de limitaciones físicas funcionales: 67,7% de los encuestados reportan dificultades para levantar bolsas de compras, 66,0% para subir escaleras, 69,7% para agacharse o arrodillarse, y 59,9% para caminar medio kilómetro.

Estos hallazgos sugieren que, si bien existe una intervención institucional, su efectividad en términos de funcionalidad física percibida es aún limitada. La alta proporción de adultos mayores con restricciones en actividades básicas y cotidianas pone en evidencia la necesidad de fortalecer el componente preventivo y rehabilitador del modelo de atención, promoviendo programas comunitarios más integrales y sostenidos.

En comparación con contextos urbanos donde existe mayor infraestructura de salud y servicios geriátricos especializados, se ha observado una menor prevalencia de dichas limitaciones, lo que denota una brecha territorial en la calidad del envejecimiento (Analuiza, 2020). En este sentido, los resultados obtenidos en la comunidad de Zapotal Nuevo reflejan condiciones de vulnerabilidad funcional que ameritan una priorización en las estrategias de salud pública enfocadas en la promoción de la autonomía y el fortalecimiento de redes de cuidado.

La mayoría de los adultos mayores evaluó su calidad de vida como regular (65,0%) y una proporción considerable manifestó que su situación había empeorado en comparación con el año anterior (81,5%). Este hallazgo revela una percepción generalizada de deterioro subjetivo, lo cual resulta preocupante si se considera que dicha percepción influye directamente en la salud mental, el estado funcional y la motivación para participar en actividades sociales.

Este patrón es coherente con estudios realizados en México, donde se ha identificado que la percepción de una calidad de vida regular o en declive se asocia estrechamente con la presencia de limitaciones físicas y la ausencia de redes de apoyo social adecuadas (Ortiz, 2022). En este estudio, la percepción de limitaciones significativas para realizar actividades físicas intensas (39,4%) y moderadas (40,4%) refuerza la hipótesis de que el deterioro funcional impacta directamente en la autovaloración del bienestar.

La concordancia con investigaciones previas (Fernández, 2022) destaca la importancia de promover intervenciones que incentiven la actividad física adaptada en esta población. En consecuencia, los resultados sugieren que la calidad de vida en los adultos mayores de la comunidad analizada no solo se ve condicionada por aspectos físicos, sino también por factores psicosociales que deben ser abordados desde un enfoque integral en salud pública.

La necesidad de fortalecer programas que incluyan ejercicio terapéutico, apoyo emocional y participación social es evidente.

En los últimos años, el aumento de la población adulta mayor ha sido notable a nivel mundial, impulsado principalmente por la mejora en las condiciones y la expectativa de vida, este crecimiento demográfico plantea la necesidad de realizar estudios que no se limiten únicamente a la morbilidad, factores de riesgo y prevalencia de enfermedades crónicas en los adultos mayores, sino que también se enfoquen en la calidad del envejecimiento y el bienestar psicológico, es esencial centrarse en disminuir la vulnerabilidad de esta población y comprender el impacto que los eventos del proceso de envejecimiento tienen en su calidad de vida y en el contexto de su comunidad.

El ejercicio físico y las actividades recreativas y culturales son fundamentales en esta etapa de la vida, además, participar activamente en programas que promuevan estas actividades no solo mejora la salud física, sino que también contribuye al bienestar psicológico y social de los adultos mayores, promoviendo un envejecimiento saludable y activo.

Los resultados de este estudio en la comunidad revelan que los adultos mayores presentan una calidad de vida media a baja, con dimensiones como vitalidad, función social y salud mental obteniendo puntajes por debajo del 50%. Estos resultados son inferiores a los reportados en estudios realizados en otras partes de América, como en Chile (Quiroga-Sanzana, 2022), México (Ortiz, 2022) y Colombia (Landazábal, 2024).

Desde la perspectiva de la calidad de vida, una significativa proporción de los adultos mayores de Zapotal Nuevo percibe su situación como regular, y casi la mitad considera que ha empeorado en el último año. En términos funcionales, aproximadamente dos tercios de los participantes reportaron no tener o tener poca limitación para realizar actividades como llevar bolsas de compra, subir escaleras, agacharse, arrodillarse o caminar medio kilómetro. Por otro lado, una tercera parte manifestó muchas limitaciones para actividades moderadas e intensas, mientras que cuatro de cada diez expresaron tener mucha dificultad para ejecutar actividades básicas de la vida diaria como bañarse o vestirse.

Si bien estos resultados ofrecen una aproximación relevante al estado de salud percibido y la calidad de vida de esta población rural, el estudio presenta algunas limitaciones

metodológicas. En primer lugar, el diseño transversal impide establecer relaciones causales entre las variables evaluadas. Además, la utilización de instrumentos autoaplicados puede estar influenciada por sesgos de autorreporte, especialmente en poblaciones con bajo nivel educativo o deterioro cognitivo leve no detectado. La muestra se centró únicamente en una comunidad específica, lo cual limita la generalización de los hallazgos a otras zonas rurales del país. En fin, aunque se incorporaron dimensiones funcionales y subjetivas, no se contemplaron factores emocionales o ambientales que también inciden en la calidad de vida del adulto mayor.

CONCLUSIONES

El presente estudio cumplió con su objetivo de analizar la percepción de salud física y la calidad de vida en adultos mayores de la comunidad de Zapotal Nuevo, evidenciando que una proporción significativa presenta limitaciones funcionales moderadas a severas, especialmente en actividades físicas básicas y cotidianas.

En paralelo, la mayoría de los participantes calificó su calidad de vida como regular, y más del 80% percibió un deterioro en comparación con el año anterior, lo que refleja un descenso en el bienestar general, es así que esta percepción se encuentra fuertemente influenciada por factores socioeconómicos como bajos ingresos, desempleo y dependencia familiar, así como por la limitada participación en actividades sociales, recreativas y culturales.

La alta prevalencia de estas condiciones pone de relieve la necesidad de fortalecer las intervenciones comunitarias desde un enfoque integral de salud que contemple no solo la atención médica, sino también el bienestar psicológico, la funcionalidad física y el entorno social. En este sentido, los hallazgos del estudio pueden contribuir a la planificación de estrategias locales y nacionales que promuevan un envejecimiento activo, equitativo y saludable, con énfasis en zonas rurales vulnerables.

AGRADECIMIENTOS:

Agradecemos profundamente a todas las personas y entidades que hicieron posible la realización de este estudio, a los adultos mayores de la comunidad, quienes generosamente compartieron su tiempo y experiencias con nosotros. Agradecemos también a los estudiantes de enfermería y promotoras de salud, cuyo trabajo diligente en la recolección de datos fue fundamental para este estudio. Extiendo nuestro reconocimiento a las autoridades de salud locales por su colaboración y apoyo logístico. Finalmente, agradecemos a las instituciones académicas y a nuestros colegas investigadores por su valiosa orientación y contribuciones a lo largo de este proyecto. Su apoyo ha sido invaluable para el éxito de este estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfaro Vargas, N. &. (2021). Personas mayores en Costa Rica: un acercamiento a las percepciones sobre su calidad de vida. *Revista ABRA*. Obtenido de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-29972021000200099
- Analuiza, E. T. (2020). Actividad Física, recreativa y cultural, alternativa para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores rurales. *EmásF: revista digital de educación física*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7186182>
- Angeles, M. A. (2021). Percepción de la calidad de vida del adulto mayor en México. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7952369>
- Arevalo, D. X. (2020). Predictores de satisfacción con la calidad de vida en adultos mayores de Ecuador. *Revista Espacios*. Obtenido de <https://www.revistaespacios.com/a20v41n12/20411210.html>
- Avecillas, D. A. (2021). Calidad de vida en adultos mayores profesionales de Ecuador. *Revista Venezolana de Gerencia*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8890395>
- Fernández, D. O. (2022). Actividad física y su impacto en la calidad de vida en adultos mayores ecuatorianos. *Correo Científico Médico*. Obtenido de chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/89327480/ARTICULO_REVISTA_MEDICA_HOLGUIN-libre.pdf?1659803487=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DARTICULO_REVISTA_MEDICA_HOLGUIN.pdf&Expires=17187269

- Jiménez Reyes, B. M. (2023). Bienestar, prosperidad y pobreza: percepciones sociales de familias del barrio Parroquia de la ciudad de Santa Clara. *Revista Novedades en Población*. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1817-40782023000100220&script=sci_arttext&lng=pt
- Landazábal, O. S. (2024). Percepciones sobre la institucionalización de la persona adulta mayor en Barranquilla, Colombia. *Revista de investigación e innovación en ciencias de la salud*.
- Lira, L. A. (2020). Impacto de las políticas sociales en la calidad de vida del adulto mayor. *Revista Gestión I+ D*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7468015>
- Ortiz, A. P. (2022). Calidad de vida y actividades de la vida diaria en adultos mayores mexicanos. *Psicología y salud*. Obtenido de <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2723>
- Piña Morán, M. O. (2022). Envejecimiento, calidad de vida y salud. Desafíos para los roles sociales de las personas mayores. *Rumbos TS*. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-77212022000200007&script=sci_arttext
- Quiroga-Sanzana, C. E.-M.-S.-B. (2022). Percepción de apoyo social y calidad de vida: la visión de personas mayores chilenas en el contexto de pandemia durante el 2020. *Prospectiva*. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-12132022000100057&script=sci_arttext

Solórzano Muñoz, A. M. (2020). Disminución de las funciones cognitivas y la calidad de vida del adulto mayor en la Unidad de Atención Domiciliaria Vida Sonriente, Parroquia Zapotal. *Repositorio Institucional UTB*.

Valdivia, P. F. (2020). Envejecimiento y atención a la dependencia en ECUADOR. *Publicaciones Banco Iberoamericano de Desarrollo*. Obtenido de <https://publications.iadb.org/es/envejecimiento-y-atencion-la-dependencia-enecuador>.