

# El cuidador como red de apoyo en el envejecimiento activo del adulto mayor en Latacunga- Ecuador

## The caregiver as a support network in the active aging of the elderly in Latacunga- Ecuador

Andrea Gabriela Luna Echeverría\*

<https://orcid.org/0009-0007-7650-8010>

María Piedad Quilumba Tumbaco

<https://orcid.org/0009-0002-2927-434X>

Carrera de Trabajo Social, Facultad de Ciencias Sociales, Artes y Educación, Universidad Técnica de Cotopaxi, Latacunga, Ecuador

\*andrea.luna9196@utc.edu.ec

**Recibido:** 30 de octubre de 2023    **Aceptado:** 1 de mayo de 2024    **Publicado:** 15 de julio de 2024

### Resumen

El envejecimiento es un proceso progresivo que plantea serios desafíos y provoca una disminución en las funciones físicas y cognitivas, aumentando la vulnerabilidad tanto de los adultos mayores como de sus cuidadores. Esta investigación tuvo como objetivo identificar el impacto de los cuidadores, considerados una red de apoyo esencial, en el envejecimiento activo de los adultos mayores en Latacunga. Se adoptó un enfoque cuantitativo, complementado con investigación de campo, descriptiva y bibliográfica-documental. Participaron 276 cuidadores de adultos mayores de tres parroquias rurales de Latacunga: Mulaló, Pastocalle y Guaytacama, utilizando una encuesta como instrumento de recolección de datos. Los hallazgos revelaron que un envejecimiento activo es posible, principalmente, con el apoyo familiar, lo que permite a los adultos mayores disfrutar de una buena calidad de vida. Además, se encontró que el Estado, a través del Ministerio de Inclusión Económica y Social, proporciona un apoyo económico y social integral para los adultos mayores. Se observó que estos adultos tienen un bajo nivel de dependencia total para realizar actividades básicas de la vida diaria. Generalmente, los cuidadores son hijos o hijas del adulto mayor, quienes asumen esta responsabilidad de manera voluntaria, encargándose principalmente de la asistencia en consultas médicas, alimentación y aseo personal. Aunque las relaciones familiares no se han visto afectadas significativamente por el cuidado de los adultos mayores, se identificaron ciertos niveles de estrés, agotamiento y enojo entre los cuidadores.

**Palabras clave:** Adulto mayor, apoyo, cuidador, Estado, familia, Latacunga.

## Abstract

Aging is a progressive process that poses serious challenges and causes a decrease in physical and cognitive functions, increasing vulnerability for both the elderly and their caregivers. This research aimed to identify the impact of caregivers, considered an essential support network, on the active aging of the elderly in Latacunga. A quantitative approach was adopted, complemented by field research, descriptive and documentary-bibliographic. A total of 276 caregivers of elderly individuals from three rural parishes of Latacunga: Mulaló, Pastocalle, and Guaytacama, participated using a survey as a data collection tool. Findings revealed that active aging is achievable mainly with family support, allowing the elderly to enjoy a good quality of life. Additionally, it was found that the State, through the Ministry of Economic and Social Inclusion, provides comprehensive economic and social support for the elderly. It was observed that these elderly individuals have a low level of total dependence for performing basic daily activities. Generally, caregivers are sons or daughters of the elderly, who voluntarily take on this responsibility, primarily managing medical appointments, feeding, and personal hygiene. Although family relationships have not been significantly affected by the care of the elderly, certain levels of stress, exhaustion, and anger were identified among caregivers.

**Keywords:** Older adult, support, caregiver, State, family, Latacunga.

## Introducción

El envejecimiento de la población se ha convertido en un fenómeno demográfico de gran importancia a nivel mundial, impulsado por las crecientes demandas sociales y económicas (Flores, y otros, 2017). Este fenómeno se atribuye principalmente a dos factores: el aumento en la esperanza de vida y la disminución de los índices de natalidad y fecundidad (Cambero & Díaz, 2019). La mejora en la esperanza de vida se relaciona con un adecuado nivel de calidad de vida, donde los adultos mayores tienen acceso a buena alimentación, higiene y educación. Por otro lado, el segundo factor señala que la edad promedio de las mujeres al tener su primer hijo es de 32,1 años, con un número promedio de hijos de 1,3 (Rudnicka, y otros, 2020).

Es así que, el proceso de envejecimiento bajo el contexto biológico es la combinación tanto del daño molecular y celular que genera una disminución de las funciones físicas y cognitivas, presentando un alto índice de vulnerabilidad para la adquisición de enfermedades, seguidas de la muerte (Pinilla, Ortiz, & Suárez, 2021). Fernández et al., (2018) afirmaron este proceso se caracteriza por la disminución de las funciones del ser humano, incluyendo el alejamiento de las relaciones sociales y la sociedad.

A nivel mundial, se estima que entre el año 2015 y 2050 la población de adultos mayores alcanzará un índice del 22%, lo que conlleva alrededor de 2000 millones de personas mayores a 60 años de edad (OMS, 2023). En Ecuador se estima que existen alrededor de 1 millón de personas mayores a 65 años, representando una incidencia del 6,5% (MIES, 2021). Mientras que, en la provincia de Cotopaxi existen 409.205 habitantes aproximadamente, de los cuales el 7,17% representa la población adulta mayor, los mismos que son considerados como grupos de atención prioritaria (MIES, 2020).

Este segmento de la población se encuentra inmerso en múltiples dilemas, siendo la exclusión y la presencia de enfermedades los de mayor importancia (Salech, y otros, 2020). La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que más de un 30% de personas adultas mayores presentan alguna enfermedad neurodegenerativa, el 20% un trastorno de la mente y el 6,6% cierto tipo de discapacidad (OMS, 2023). Por otra parte, Hechavarría et al., (2018) detallan que la personalidad de estas personas se adecua a la introversión, donde tienden a disminuir su estado de ánimo, seguridad y satisfacción. Presentando depresión y ansiedad,

que generalmente promueven el desarrollo de ideas de suicidio.

A nivel del Ecuador, se observan situaciones similares, donde el proceso de envejecimiento depende de las condiciones tanto sociales como educativas y económicas. Siendo las de mayor afectación aquellas que no cuentan con ingresos dignos, quienes generalmente sufren de maltrato y abandono familiar (González, 2018). Con respecto a problemas de salud se evidencia que sufren principalmente de: Neumonía Organismo no Especificado, Colelitiasis, Diabetes Mellitus no Insulinodependiente, Hipertensión Esencial Primaria, y la Insuficiencia Cardíaca (Solís & Villegas, 2021; Quispe, Ayaviri, Djabayan, & Arellano, 2021).

Los adultos mayores en condiciones de abandono resulta ser un problema grave y preocupante en las sociedades, el cual, puede darse por diversas razones tales como: falta de apoyo familiar, la negligencia, el deterioro de la salud, la pobreza, la falta de acceso a servicios adecuados de atención médica y el aislamiento social (Quispe, Ayaviri, Djabayan, & Arellano, 2021). Al ser abandonados se enfrentan a algunos desafíos como: físicos, emocionales y sociales; pudiendo experimentar problemas de salud no tratados, malnutrición, falta de higiene personal, soledad, depresión; también pueden estar expuestos a abusos físicos, emocionales o financieros por parte de quienes los abandonan o se aprovechan de su vulnerabilidad. Por lo que es responsabilidad de la sociedad y del gobierno garantizar la protección y bienestar social de los adultos mayores en condiciones de abandono (León & León, 2018). En Cotopaxi, se evidencia que existe altos índices de abandono al adulto mayor, donde incluso se observa maltrato, falta de comunicación, ansiedad, depresión (Villaroel, Cárdenas, & Miranda, 2017).

A raíz de esta problemática, surge la necesidad de crear políticas y programas que contribuyan en la disminución de estos factores dentro del territorio ecuatoriano. Para ello existe la Constitución del Ecuador (2008), que considera a las personas adultas mayores como "un grupo de atención prioritaria, considerando principalmente ámbitos de inclusión social y económica, y protección contra la violencia" (p.17). De igual manera, se ha creado la Ley Orgánica

de las Personas Adultas Mayores (2019) misma que garantiza el cumplimiento de los derechos de estas personas basada en la atención prioritaria, igualdad, inclusión, no discriminación, entre otros.

Todo ello se relaciona con promover un envejecimiento activo, mismo que se define como una vejez llena de éxito la cual presenta una baja incidencia de enfermedades y discapacidades, además de incluir un compromiso con la vida, evitando depresión e incrementando las actividades dentro de la sociedad, es decir, se logra un mayor índice de satisfacción y calidad de vida (Cambero & Díaz, 2019). Este tipo de envejecimiento incorpora los siguientes aspectos: económicos, físicos, conductuales, personales, sociales, relacionados con los sistemas sanitarios y sociales (Pinilla, Ortiz, & Suárez, 2021).

El pilar fundamental del envejecimiento activo se centra en la familia, que desempeña un papel crucial como cuidador del adulto mayor gracias a los lazos afectivos existentes. Estos vínculos pueden proporcionar un apoyo emocional invaluable, mitigando así la sensación de soledad y aislamiento en la persona de edad avanzada. Además, la conexión social se fortalece al permanecer en el hogar con generaciones más jóvenes, permitiendo que los adultos mayores se sientan útiles al compartir consejos y experiencias (Cardona, Segura, Segura, Muñoz, & Agudelo, 2019; Fernández, Nazar, & Alcover, 2018). Al formar parte del núcleo familiar, este conocimiento íntimo posibilita la prestación de un cuidado personalizado, contribuyendo a extender el tiempo que el adulto mayor permanece dentro del entorno familiar y evitando así una posible institucionalización (Valdez & Álvarez, 2018).

Latacunga, situada en el centro de Ecuador, es reconocida como un núcleo de administración, economía, finanzas y comercio. Esta ciudad, caracterizada por su clima frío y ubicación estratégica, alberga diversas industrias, incluyendo las florícolas, metalúrgicas, lecheras y ganaderas, siendo estas últimas las más significativas para la población local (Acosta, Torres, & Padilla, 2022). En este contexto y ante la necesidad de implementar programas que fomenten el envejecimiento activo en Cotopaxi y en todo Ecuador, surgió la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el rol del cuidador como red de apoyo en el envejecimiento

#### ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN APLICADA

El cuidador como red de apoyo en el envejecimiento activo del adulto mayor en Latacunga- Ecuador V8(N°2), pp. 179-190, octubre - julio 2024

activo del adulto mayor en tres parroquias rurales de Latacunga, Ecuador?

El objetivo de este estudio fue identificar el impacto del cuidador como red de apoyo en el envejecimiento activo de los adultos mayores en tres parroquias rurales de Latacunga: Mulaló, Pastocalle y Guaytacama. Esta investigación forma parte del proyecto de vinculación "Ruedas Comunitarias", coordinado por la carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Cotopaxi.

### **Adulto Mayor**

El adulto mayor, también denominado persona de la tercera edad es aquel ser humano que cuenta con una edad mayor a los 65 años, que desarrollan una serie de cambios a nivel físico, emocional e incluso social. Bajo la perspectiva del ciclo vital, la tercera edad es un proceso tanto de adaptación como de socialización, cuyas necesidades requieren de estrategias ya sea de intervención o de tratamiento. El envejecimiento hace alusión a un proceso de modificación tanto morfológico como psicológico, funcional y social. El cual se caracteriza principalmente por la disminución de las funciones a nivel fisiológico y cognitivo, además de la exclusión de la sociedad (Fernández, Nazar, & Alcover, 2018).

Por esta razón es fundamental prestar atención a las necesidades y preocupaciones de este grupo etario mediante la implementación de políticas y programas por parte del Estado que fomenten el bienestar y aseguren una participación activa en la sociedad. Determinar eficazmente cómo garantizar la protección social durante esta etapa de la vida se convierte en una tarea de vital importancia. En este contexto, el respaldo social desempeña un papel crucial al ofrecer un sustento económico, material y emocional a las personas mayores, teniendo un impacto significativo en su calidad de vida en esta etapa (Cardona, Segura, Segura, Muñoz, & Agudelo, 2019).

Es fundamental conocer que el adulto/a mayor no solo se enfrenta a cambios biológicos sino también a cambios psicosociales sobre los cuales se ve en la necesidad de cambiar su estilo de vida y adaptarse al nuevo entorno según sus posibilidades; por ello es necesario el apoyo social de especialistas y personal adecuado para guiar a los cuidadores/as sobre cómo manejar de manera eficaz estos cambios para

que no afecten de manera profunda a la vida del adulto/a mayor (Rudnicka, y otros, 2020).

### **Envejecimiento activo**

El envejecimiento activo hace referencia al proceso a través del cual se optimizan las oportunidades que promuevan el bienestar tanto físico como social y mental alrededor de toda la vida, basado principalmente en incrementar la esperanza y calidad de vida en la etapa de la vejez. La palabra "activo" se caracteriza por la participación de la persona que permita la mejora o el mantenimiento de cada una de las competencias individuales, donde todo ser humano en la etapa de la vejez sea el protagonista (Cambero & Díaz, 2019).

Este enfoque emergió en la década de los noventas, y se define como el proceso a través del cual se optimizan cada una de las oportunidades relacionadas con la salud, inclusión y seguridad que permitan la mejora del nivel de calidad de vida de cada una de las personas a medida que envejecen (Flores, y otros, 2017). El envejecimiento abarca una serie de causas e indicadores. Dentro de los indicadores incorpora aspectos intelectuales, físicos, sociales, laborales, de afectividad y satisfacción, mientras que, dentro de los indicadores se encuentra: síntomas de depresión, capacidad laboral y la percepción del envejecimiento por medio del Estado (Fernández, Nazar, & Alcover, 2018).

### **Redes de apoyo social**

Las redes de apoyo social se conceptualizan como una práctica arraigada a nivel cultural que incorpora una serie de relaciones interpersonales, que promueven la integración de un ser humano dentro de su entorno social, sino que también contribuyen significativamente al aumento de su bienestar físico y, sobre todo, emocional. Es crucial destacar que estas redes de apoyo desempeñan un papel fundamental al prevenir el deterioro de la salud mental y la ocurrencia de conflictos personales (Fusté, Pérez, & Paz, 2018).

Generalmente, las redes sociales se conforman por varias organizaciones que se unen con el propósito de abordar problemas específicos, buscando siempre mejorar las condiciones de

vida y el bienestar emocional del ser humano, que siempre mejoran las condiciones de vida y estado emocional de un ser humano. Estas redes se dividen en dos categorías: formales e informales. Las redes formales hacen referencia a instituciones que llevan a cabo diversas acciones destinadas a elevar la calidad de vida en la sociedad. En contraste las redes informales se centran en el respaldo proporcionado por la familia, amistades y personas voluntarias, fomentando así la solidaridad y empatía en la comunidad- Estas redes operan mediante acciones que ofrecen apoyo tangible, orientación, recursos e interacciones para abordar aspectos emocionales, como señalan (Millán, Gómez, Hombrados, & García, 2019).

Las redes de apoyo social desempeñan un papel fundamental en la vida de las personas, ya que permiten mejorar su bienestar psicológico, emocional y físico, al contar con un sistema de apoyo sólido, las personas tienen mayores recursos para hacer frente a los desafíos, reducir el estrés, enfrentar problemas y superar situaciones difíciles (Arias, Sabatini, Scolni, & Tauler, 2023). A nivel del Ecuador prevalecen las redes de apoyo informales, las cuales se integran por familia, amistades, vecinos e incluso comunidades que promueven el cuidado y bienestar del adulto mayor. Sin embargo, existen también redes de apoyos formales dentro de las cuales se encuentran: Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), Ministerio de Salud Pública (MSP), Patronatos municipales, GADs parroquiales, entre otras.

## Metodología

La metodología que orientó la presente investigación parte de un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, de campo y bibliográfico documental. Se efectuó en 3 parroquias rurales del cantón Latacunga Provincia de Cotopaxi, siendo: Mulaló, Pastocalle y Guaytacama durante

La familia es fundamental para efectuar una red de apoyo social para incrementar el bienestar del adulto mayor, debido a que generan una contribución alta a nivel emocional físico y económico. El término "familia" se refiere a un grupo de individuos unidos por lazos de parentesco, ya sea por consanguinidad o relaciones políticas, que suelen compartir el mismo hogar (Valdez & Álvarez, 2018). Asimismo, dentro de este entorno, se identifica comúnmente a un miembro de la familia asumiendo el rol de cuidador del adulto mayor.

El apoyo del cuidador a diario del adulto mayor tiene efectos positivos tanto en su salud física como mental. Por este motivo, resulta crucial recibir capacitación específica en el cuidado de las personas mayores, con el fin de maximizar el impacto positivo de esta labor. Además, el cuidador desempeña un papel fundamental al ofrecer apoyo basado en conocimientos empíricos, incluso en situaciones que involucran discapacidad o enfermedad, donde la adquisición de habilidades y conocimientos resulta esencial (Pinilla, Ortiz, & Suárez, 2021; Salech, y otros, 2020).

A nivel de la provincia de Cotopaxi, el MIES cuenta con el programa "envejeciendo juntos", cuyo objetivo principal es mejorar la calidad de vida del adulto mayor por medio de tres actividades específicas: protección, cuidado y atención especializada en: centros gerontológicos residenciales, de atención diurna, espacios activos de socialización y encuentro y el servicio de atención domiciliaria (MIES, 2023).

el período marzo-julio 2023. Dichas parroquias se encuentran conformadas por una población de cuidadores de adultos mayores de 2323. Para la determinación de la muestra se empleó la fórmula de poblaciones finitas, que estableció 276 adultos mayores distribuidos de la siguiente manera:

**Tabla 1**  
*Distribución de la muestra en 3 parroquias rurales de Latacunga*

Parroquia	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Mulaló	115	41,67%
Pastocalle	100	36,23%
Guaytacama	61	22,10%
Total	276	100,00%

Se aplicó un muestreo aleatorio simple, donde los 276 cuidadores del adulto mayor fueron elegidos completamente al azar, los cuales aceptaron su participación voluntaria dentro del estudio. Se utilizó la técnica de la encuesta, mientras que el instrumento fue el cuestionario. Para ello se elaboró un cuestionario con 54 preguntas enfocadas en determinar la condición y calidad de vida del adulto mayor aplicadas a los cuidadores principales del adulto mayor.

Una vez elaborado el instrumento se procedió a implementar una plataforma en línea (Google forms) para la obtención de las respuestas. Los datos obtenidos fueron analizados por medio del programa Excel donde fueron tabulados y representados por medio de gráficos de barra, analizando factores socioeconómicos, físicos y emocionales. Toda participación fue totalmente voluntaria.

## Resultados

Los adultos mayores sufren de varios problemas a nivel físico y emocional, por lo que requieren de un gran apoyo principalmente de su familia. Por lo cual,

dentro de la presente investigación se caracterizó inicialmente al adulto mayor y a los cuidadores, resultados que se presentan a continuación:

**Tabla 2**  
*Características Sociodemográficas del Adulto Mayor*

	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	169	61,23%
	Masculino	107	38,77%
Edad	65-75	97	35,14%
	76-85	114	41,30%
	86-90	48	17,39%
	91-100	17	6,16%
	1-3	92	33,33%
Número de hijos	4-8	144	52,17%
	Más de 8	33	11,96%
	Ninguno	7	2,54%
Condición funcional	Dependencia moderada	144	52,17%
	Dependencia total	28	10,14%
	Independiente	104	37,68%
Presencia de jubilación	Si	37	13,41%
	No	239	86,59%
Cuidador	Hijos	85	30,80%
	Hermanos	84	30,43%
	Cónyuge	48	17,39%
	Familia extensa	23	8,33%
	Vecinos o amigos	13	4,71%
	Ninguno	54	19,57%
	Otro	8	2,90%

Dentro de las parroquias rurales del cantón Latacunga se observa que el género femenino predomina en los adultos mayores, con una incidencia del 61,23%, mientras que la edad oscila entre 76 y 85 años (41,30%). Estas personas mayoritariamente cuentan con una dependencia moderada (52,17%), mientras que el 10,14% si cuenta con una dependencia total.

Presentan un promedio entre 4 y 8 hijos (32,17%), no cuentan con una jubilación (86,59%) y generalmente reciben un apoyo para el cuidado de sus hijos (30,80%) y hermanos (30,43%). La mayor parte de adultos mayores requieren de cuidados y compañía, con el fin de disminuir los casos de abandono, depresión, ansiedad, entre otros.

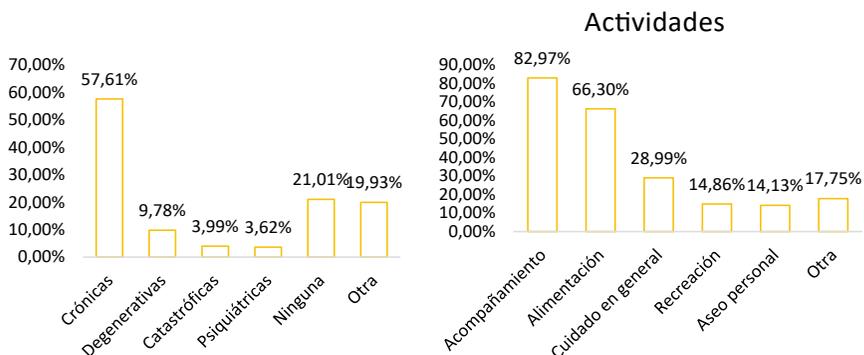
**Tabla 3**  
Características Sociodemográficas del cuidador del Adulto Mayor

	Categoría	Frecuencia	Porcentaje	
Género	Femenino	213	77,17%	
	Masculino	61	22,10%	
	Otro	2	0,72%	
Edad	20-30	57	20,60%	
	31-40	97	35,00%	
	41-50	85	30,70%	
	51-60	31	11,20%	
	Otro	7	2,50%	
	Estado civil	Casado	131	47,10%
		Divorciado	13	4,70%
Soltero		84	30,20%	
Otro		48	17,40%	
Parentesco con el adulto mayor		Hijo	196	71,01%
	Nuera	13	15,94%	
	Sobrinos	7	2,54%	
	Vecinos	7	2,54%	
	Hermanos	6	2,17%	
	Yernos	2	0,72%	
	Primos	1	0,36%	
	Otro	44	15,94%	

Los cuidadores del adulto mayor en las parroquias rurales del cantón Latacunga cuentan con una edad que oscila entre 31-40 años (35%), predominando el género femenino (77,17%). Son personas casadas (47,10%) y otras solteras (30,20%), siendo los

hijos (71,01%) quienes cuidan del adulto mayor. Estas personas cuidan del adulto mayor en varias actividades de apoyo y enfermedades, las cuales se detallan en la siguiente figura:

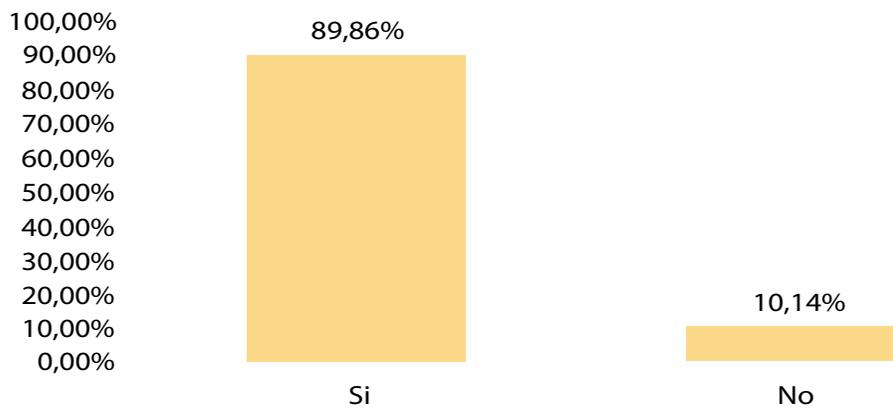
**Figura 1**  
Enfermedad del adulto mayor y actividades del cuidador



Se detalla que el adulto mayor presenta mayoritariamente una enfermedad crónica no transmisible (57,61%), tales como diabetes, hipertensión, artritis, entre otras, mientras que, el 21,09% no presenta ninguna enfermedad. El cuidador por su parte contribuye en el adulto mayor principalmente con actividades de acompañamiento

(82,97%), alimentación (66,30%) y cuidado en general (28,99%). Dichas actividades implican la visita a los médicos, procesos de rehabilitación, administración de medicamentos, entre otros. El rol del cuidador es fundamental para la mejora de la calidad de vida, por ende, cumplen actividades de aseo, alimentación, compañía y recreación.

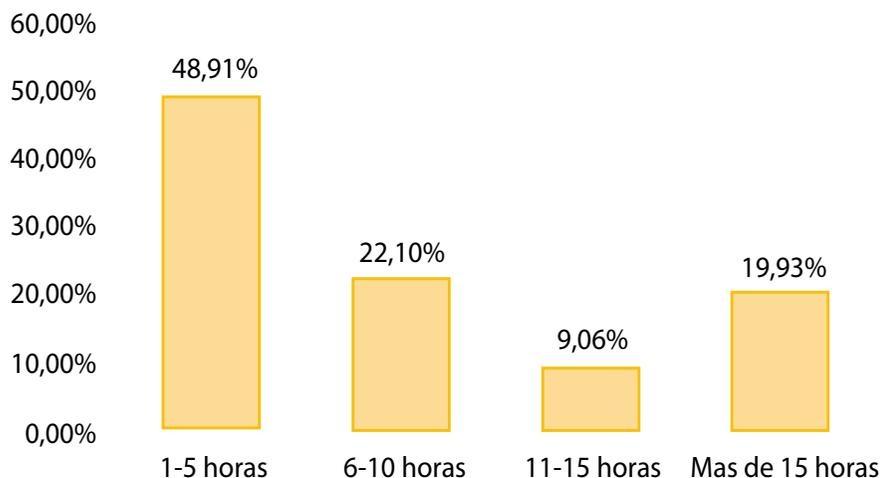
**Figura 2**  
*Adecuada alimentación del adulto mayor*



La alimentación es primordial para el envejecimiento activo del adulto mayor, por ende, dentro de la zona rural de Latacunga se evidenció que el 89,86% de adultos mayores presentan una buena alimentación, mientras que, el 10,14% menciona que no. Es fundamental una adecuada alimentación

del adulto mayor, con el fin de que su organismo cuente con todos los nutrientes para su adecuado funcionamiento. Por ende, es fundamental que el cuidador pueda brindar una adecuada alimentación a dichas personas.

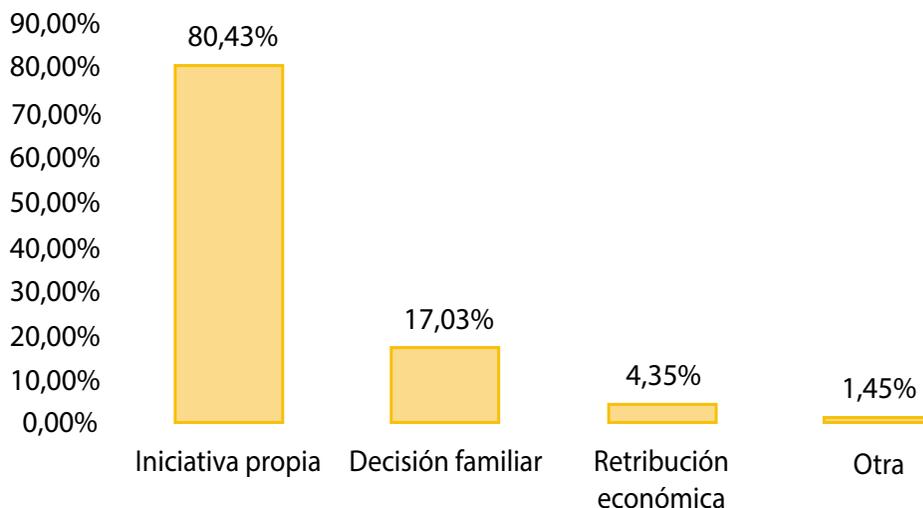
**Figura 3**  
*Tiempo dedicado al cuidado del adulto mayor*



En la figura 3 se evidencia el tiempo al día que dedican las personas al cuidado del adulto mayor, donde se observa que de 1 a 5 horas es de mayor porcentaje con el 48.91%, de 6 a 10 horas tiene el

22.10%, más de 15 horas con el 19.93% y por último de 11 a 15 horas con el 9.06%. Las razones que llevan al cuidado del adulto mayor se enumeran a continuación:

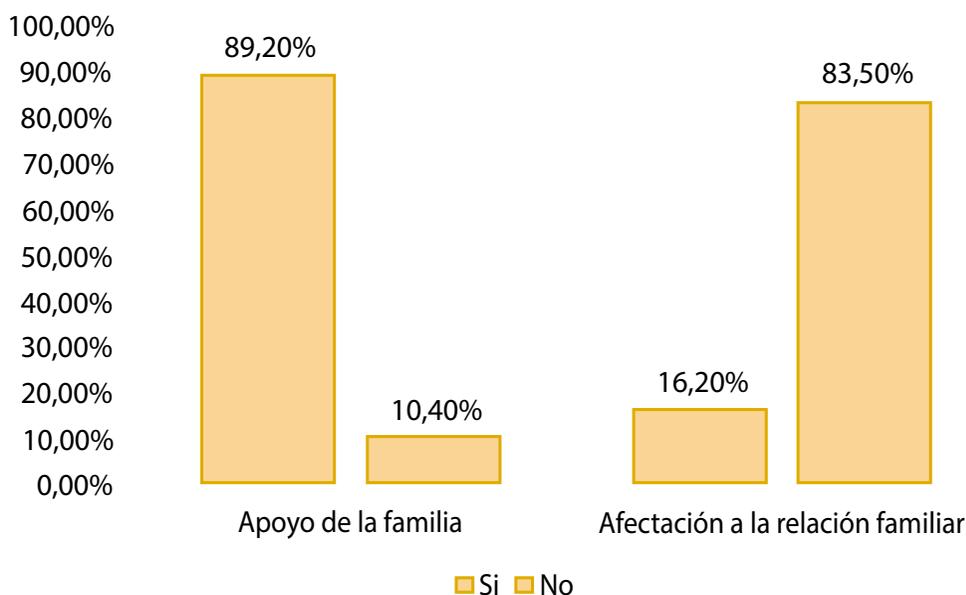
**Figura 4**  
Razones que motivan el cuidado del adulto mayor



La primera razón por la que cuidan al adulto mayor es por iniciativa propia con el 80.43%, por decisión familiar el 17.03%, por retribución económica el 4.35% y otros el 1.45%. Asumiendo que la posición del cuidador es por iniciativa propia y

responsabilidad. A pesar de esto, el estudio refleja que las personas encargadas del cuidado del adulto mayor tienden a desarrollar cansancio, agotamiento, enojo, desesperanza, estrés, sobrecarga de tareas, entre otras.

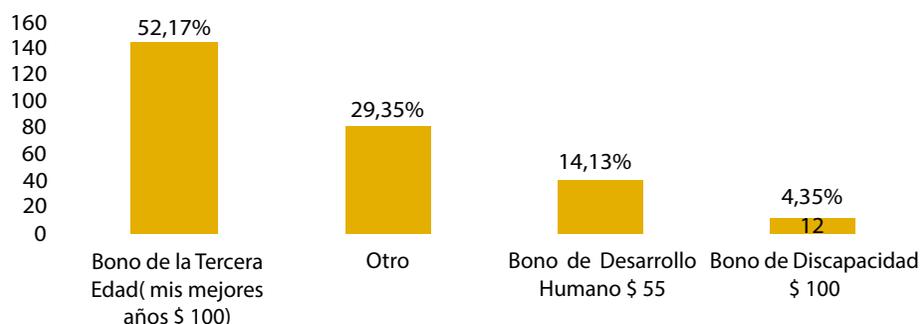
**Figura 5**  
Razones que motivan el cuidado del adulto mayor



El cuidado de un adulto mayor requiere del apoyo de toda la familia, donde muchas de las veces las relaciones familiares resultan afectadas. Dentro de la presente investigación se identificó que el 89,20% de la familia del cuidador estar de acuerdo con dicha ayuda al adulto mayor, por ende, las relaciones

familiares no se han visto afectadas (83,50%), solamente el 16,20% sí siente alguna afectación. Es muy importante que las relaciones personales del cuidador no se vean afectadas, por ende, es muy importante que instituciones estatales brinden apoyo al adulto mayor y a sus cuidadores.

**Figura 6**  
Beneficio económico que recibe el adulto mayor por parte del Estado



El adulto mayor del sector rural de Latacunga no cuenta con el beneficio de jubilación, sin embargo, el Estado genera una ayuda, tal como se evidencia en la figura 6. El 52,17% de adultos/as mayores reciben el bono de la tercera edad denominado mis mejores años de \$100,00 dólares americanos mensuales,

mientras que, el 29,35% (81) reciben otro tipo de beneficio que no se menciona en el listado; seguido del 14,13% con el bono de desarrollo humano de \$50,00 dólares americanos mensuales y finalmente el 4,35% recibe el bono de discapacidad de \$ 100,00 dólares americanos mensuales.

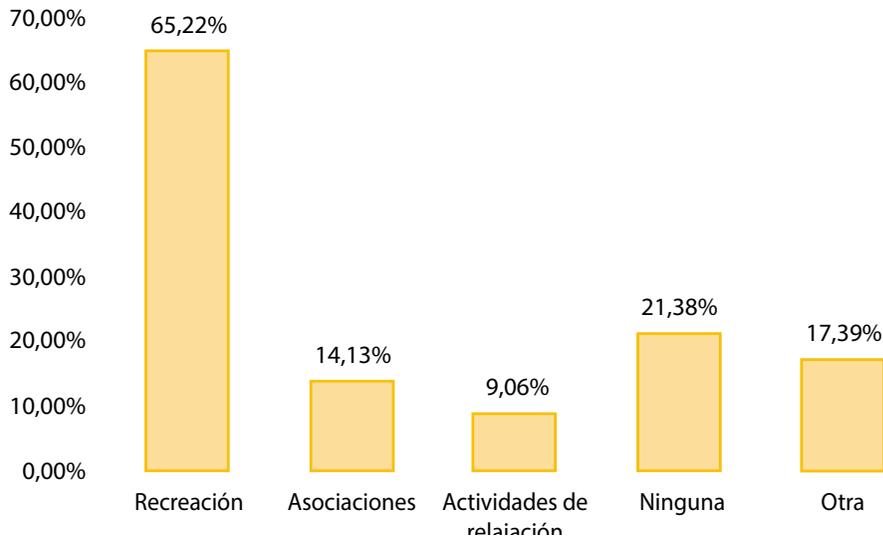
**Tabla 4**  
Redes de Apoyo del Adulto mayor

Redes de apoyo	Frecuencia	Porcentaje
Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES)	163	59,06%
Centro de salud (MSP)	151	54,71%
Patronato provincial GAD	85	30,80%
Hospitales públicos	44	15,94%
Patronato municipal	33	11,96%
Instituciones privadas (ONG, empresas, etc.)	25	9,06%
Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS)	18	6,52%
Parroquiales grupos religiosos	16	5,80%
Comité barrial Policía Nacional	3	1,09%
Ninguno	10	3,62%
Otros	3	1,09%

De igual manera, en la tabla 4 se observa las redes de apoyo formales que contribuyen al envejecimiento activo del adulto mayor. Se observa que el MIES cuenta

con el mayor apoyo con el 59.06%, el MSP con un apoyo del 54.71%, el patronato municipal un 11.96%, ONG un 9.06%, IESS el 6.52%, entre los más conocidos.

**Figura 7**  
Actividades realizadas por el adulto mayor



Entre las actividades que realiza el adulto mayor están las salidas de paseo, reuniones sociales, entre otros con el 65.22%, ninguna actividad con el 21.38%, asociaciones (jubilados, religiosos, música) el 14.13%,

el deporte con el 9.06%. Es importante, que el cuidador del adulto mayor promueva la participación del adulto mayor principalmente en actividades recreativas y de relajación con el fin de mejorar su ánimo y vitalidad.

## ■ Discusión y Conclusiones

La etapa del envejecimiento es un fenómeno natural que radica en el ciclo vital de un ser humano, sin embargo, se detallan problemas en las funciones físicas y emocionales que requiere de cuidados especiales, principalmente afectivos para que estas personas no sientan soledad (León & León, 2018; Valdez & Álvarez, 2018). Dentro de la presente investigación se determinó que en el área rural la población del adulto mayor es mayoritariamente femenino, con una edad entre 75 y 85 años, presentando una independencia moderada, es decir, requiere de un apoyo para desarrollar ciertas actividades.

Estos resultados contrastan con los obtenidos por Acosta et al., (2022), quienes en su investigación trabajaron con adultos mayores entre 75 y 90 años, principalmente en mujeres, con un porcentaje moderado de independencia. Esto debido a que la esperanza de vida incrementó para el género

femenino a 70 años, mientras que, para los hombres es de 55 años (Solis & Villegas, 2021).

Los adultos mayores de igual manera presentan enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, hipertensión, artritis, entre otros). Estas enfermedades afectan al adulto mayor y en la actualidad se consideran la principal causa de muerte en el Ecuador, siendo la diabetes mellitus la de mayor afectación (Macías, Ortega, & Azúa, 2023). Los resultados se asemejan a los obtenidos por Acosta et al., (2022), quienes determinaron las siguientes enfermedades en el adulto mayor: Artritis, hipertensión arterial, artrosis.

El envejecimiento activo se relaciona de manera directa con la satisfacción que tienen los adultos de la tercera edad sobre su vida, incluyendo sus metas, expectativas y sueños. Para ello se consideran ciertos factores conductuales, psicológicos, ambientales

y económicos, siendo fundamental que el adulto mayor pueda realizar actividades cotidianas (Acosta, Torres, & Padilla, 2022).

Se evidenció que el adulto mayor de la zona rural cuenta con algunos factores descritos, donde se comprobó que participan de actividades de recreación, paseos, reuniones sociales, natación, bailo terapia, entre otras (más del 65%), siendo solo el 21,38% que no participa, sin embargo, cuentan con la capacidad de dedicarse a actividades agrícolas y ganaderas. Dichas actividades provienen principalmente del MIES (59,06%) y de los Centros de Salud (54,71%).

Además, se encontró que alrededor del 85% de adultos mayores reciben de una adecuada alimentación. La alimentación es parte importante en el adulto mayor porque beneficia y fomenta el envejecimiento activo desde una alimentación saludable (Cardona, Segura, Segura, Muñoz, & Agudelo, 2019). Sin embargo, uno de los principales problemas que enfrenta esta población es el económico, dado que muchos no cuentan con el beneficio de la jubilación y, por ende, requieren del apoyo estatal y familiar.

Desde el Estado, el principal aporte es el bono de la tercera edad, denominado "Mis Mejores Años", que proporciona una ayuda de 100 dólares mensuales. Según el informe del Ministerio de Economía y Finanzas (2022), el presupuesto estatal asigna 214.79 millones de dólares a las ayudas sociales, a través de centros de acogida y servicios de acompañamiento que se ofrecen a adultos mayores, personas con discapacidad y otros grupos vulnerables. Estos resultados son consistentes con los encontrados por Molina et al., (2024), quienes determinaron que el 93.9% de los adultos mayores no tiene una actividad laboral remunerada y tienden a involucrarse en actividades como la ganadería y la agricultura.

De igual manera, el rol que cumple la familia como cuidador del adulto mayor es muy importante para un adecuado envejecimiento. Dentro de la presente investigación, se determinó que estas personas reciben el cuidado principalmente por sus hijos, quienes presentan un estado civil casado, con una edad entre 31-40 años, predominando el género femenino. Estos resultados contrastan con la investigación de Zepeda, et al., (2019), quien afirma que las mujeres tienden a desarrollar actividades del

hogar y cuidado de la familia, presentando mayores niveles de paciencia y afecto. La ayuda surge de manera innata, recordando que fueron cuidados de niños por sus padres, es decir, es una retribución de amor. Se evidenció un gran apoyo familiar, sin la existencia de conflictos de las relaciones de la familia.

El cuidador cumple un papel fundamental en el apoyo al adulto mayor con el fin de que tenga un envejecimiento activo, es decir que puede realizar sus actividades diarias con algunas limitaciones, pero con el apoyo del cuidador estas no llegan a afectar a la salud ni a la calidad de vida. Este apoyo va a depender mucho del grado de dependencia que tiene el adulto mayor (Rudnicka, y otros, 2020). En la presente investigación, se identificó que el cuidador cumple la función de acompañante a visitas médicas o actividades del adulto mayor, además de proporcionarle la alimentación. El cuidado diario oscila en un tiempo de 1-5 horas.

En conclusión, los resultados de esta investigación reflejan un envejecimiento activo de los adultos mayores en Latacunga, con la familia desempeñando un papel crucial en el mantenimiento de su calidad de vida. Además, el Estado, a través del Ministerio de Inclusión Económica y Social, fomenta un apoyo económico y actividades de relajación, los cuales han sido bien recibidos por la mayoría de los adultos mayores. Se observó que los adultos mayores tienen una buena alimentación y un bajo nivel de dependencia para realizar actividades básicas.

Los cuidadores suelen ser hijos o hijas de los adultos mayores, quienes asumen esta responsabilidad voluntariamente y se encargan principalmente de las visitas médicas, la nutrición y el aseo personal. Aunque las relaciones familiares no se han visto afectadas significativamente por el cuidado de los mayores, se han detectado ciertos niveles de estrés, agotamiento y enojo entre los cuidadores.

Esta investigación realizó un significativo aporte metodológico. El diseño empleado resultó idóneo para estudiar el papel del cuidador como red de apoyo en el envejecimiento activo del adulto mayor, demostrando su potencial aplicabilidad en futuros estudios, tanto a nivel nacional como internacional. Además, aportó nuevas perspectivas sobre la temática abordada. De cara al futuro, se sugiere realizar

investigaciones similares en otras provincias de Ecuador, como Tungurahua y Chimborazo, debido a sus características sociodemográficas comparables.

## Referencias

- Acosta, R., Torres, D., & Padilla, V. (2022). Factores asociados a la calidad de vida del adulto mayor con diagnóstico de depresión, Latacunga - Ecuador, 2021. *GICOS*, 7(1), 70-80. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8340450>
- Arias, C., Sabatini, B., Scolni, M., & Tauler, T. (2023). Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(3). doi:<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7901>
- Camero, S., & Díaz, D. (2019). Aprendizaje a lo largo de la vida como estrategia de envejecimiento activo. Caso de estudio de la Universidad de Mayores de Extremadura. *Revista de Sociología de la Educación (RASE)*, 12(1), 104-123. <https://ojs.uv.es/index.php/RASE/article/view/13227>
- Cardona, D., Segura, A., Segura, A., Muñoz, D., & Agudelo, M. (2019). La felicidad como predictor de funcionalidad familiar del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. *Hacia la Promoción de la Salud*, 24(1). <https://www.redalyc.org/journal/3091/309159610009/html/>
- Constitución de la República del Ecuador. (2008). *Constitución de la República del Ecuador*. Recuperado el Junio de 2023, de [https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4\\_ecu\\_const.pdf](https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf)
- Fernández, F., Nazar, G., & Alcover, C. (2018). Modelo de envejecimiento activo: causas, indicadores y predictores en adultos mayores en Chile. *Acción Psicológica*, 15(2). [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-908X2018000200010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2018000200010)
- Flores, M., Decena, K., Vega, M., Cervantes, G., Meza, I., & Valle, M. (2017). Transición del adulto mayor productivo al envejecimiento activo. *Salud Jalisco*, 4(1), 48-67. O <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenl.cgi?IDARTICULO=76957>
- Fusté, M., Pérez, M., & Paz, L. (2018). Caracterización de las redes de apoyo social del adulto mayor en la Casa de Abuelos del municipio de Camajuaní, Cuba. *Revista Novedades en Población*, 14(27). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1817-40782018000100012](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782018000100012)
- González, V. (2018). Educación del adulto mayor para enfrentar limitaciones derivadas del envejecimiento. *Transformación*, 14(1). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-29552018000100007](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-29552018000100007)
- Hechavarría, M., Ramírez, M., García, H., & García, A. (2018). El envejecimiento. Repercusión social e individual. *Revista Información Científica*, 97(6). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-99332018000601173](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332018000601173)
- León, G., & León, E. (2018). Factores asociados al deterioro cognitivo en adultos mayores de la parroquia El Salto – Babahoyo (Ecuador). *Cumbres*, 4(1), 75-87. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6550770>
- Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores. (2019). *Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores*. [https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento\\_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf](https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf)
- Macías, M., Ortega, G., & Azúa, M. (2023). Enfermedades crónicas no transmisibles y la calidad de vida en el Ecuador. *Revista Multidisciplinaria Arbitrada de Investigación Científica*, 7(1). <https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/229>
- MIES. (2021). *Dirección Población Adulta Mayor*. <https://www.inclusion.gob.ec/direccion-poblacion-adulta-mayor/#:~:text=A%20escala%20global%2C%20cada%20segundo,%25%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20total.>
- MIES. (2020). *Informe mensual de Gestión del servicio de Atención y cuidado para personas adultas mayores y del estado situacional de su población objetivo*. <https://info.inclusion.gob.ec/index.php/informes-pamus-rext/2020-inf-pam-usrint?download=1592:informe-adulto-mayor-may>

- MIES. (2023). *MIES presenta programa "Envejeciendo juntos" en Cotopaxi*. <https://www.inclusion.gob.ec/mies-presenta-programa-envejeciendo-juntos-en-cotopaxi/>
- Ministerio de Economía y Finanzas. (2022). *Informe Económico*. <https://www.finanzas.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/10/3-Subsidios-1.pdf>
- Millán, M., Gómez, L., Hombrados, M., & García, A. (2019). Las redes de apoyo social online y offline en los inmigrantes de Málaga (España). *Migraciones*, 47(1), 119-149. <https://revistas.comillas.edu/index.php/revistamigraciones/article/view/9629>
- Molina, D., & Camino, S. (2024). Factores Socioeconómicos del Adulto Mayor en la ruralidad del Cantón Latacunga, Cotopaxi. *Revista Social Fronteriza*, 4(1). <https://www.revistasocialfronteriza.com/ojs/index.php/rev/article/view/132>
- Organización Mundial de la Salud. (20 de octubre de 2023). *La salud mental y los adultos mayores*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>
- Pinilla, M., Ortiz, M., & Suárez, J. (2021). Adulto mayor: envejecimiento, discapacidad, cuidado y centros día. Revisión de tema. *Revista Salud Uninorte*, 37(2). [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-55522021000200488](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522021000200488)
- Quispe, G., Ayaviri, D., Djabayan, P., & Arellano, O. (2021). El costo de la salud en adultos mayores: Un estudio descriptivo y retrospectivo en Ecuador. *Información tecnológica*, 32(1). doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642021000500075>
- Rudnicka, E., Napierala, P., Podfigurna, A., Meczekalski, B., Smolarczyk, R., & Grymowicz, M. (2020). El enfoque de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre el envejecimiento saludable. *Maturitas*, 1(139), 6-11. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512220302826>
- Salech, F., Thumala, D., Arnold, M., Arenas, A., Pizzi, M., Hogson, N., . . . Riveros, P. (2020). Una visión transdisciplinaria del envejecimiento. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(1), 13-20. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-una-vision-transdisciplinaria-del-envejecimiento-S071686401930118X>
- Solis, E., & Villegas, N. (2021). Bienestar psicológico y percepción de calidad de vida en adultos mayores indígenas del Ecuador. *Polo del Conocimiento*, 6(5), 1104-1117. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8016949>
- Valdez, M., & Álvarez, C. (2018). Calidad de vida y apoyo familiar en adultos mayores adscritos a una unidad de medicina familiar. *Horizonte sanitario*, 17(2). doi:<https://doi.org/10.19136/hs.a17n2.1988>
- Villaroel, F., Cárdenas, V., & Miranda, J. (2017). Valoración funcional del adulto mayor relacionado con el abandono familiar. *Enfermería Investiga*, 2(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6194270>
- Zepeda, P., & Muñoz, C. (2019). Sobrecarga en cuidadores principales de adultos mayores con dependencia severa en atención primaria de salud. *Gerokomos*, 30(1). [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2019000100002](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2019000100002)