

**RIESGO DE ANSIEDAD EN LOS ADULTOS MAYORES QUE ASISTEN A UN
COMEDOR DE LA COMUNA IV DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR – 2023-II**

**SAIRA LAGUNA RUIDIAZ
LUZ ELENA NAVARRO ATENCIA
AUTORAS**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
VALLEDUPAR-CESAR**

2023

**RIESGO DE ANSIEDAD EN LOS ADULTOS MAYORES QUE ASISTEN A UN
COMEDOR DE LA COMUNA IV DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR – 2023-II**

SAIRA LAGUNA RUIDIAZ

LUZ ELENA NAVARRO ATENCIA

AUTORAS

MONICA LILIANA GUEVARA JAIME

ASESORA

UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ENFERMERÍA

VALLEDUPAR-CESAR

2023

Tabla de contenido

	Pág.
Agradecimientos	9
Título.....	10
Resumen.....	11
Introducción	12
Planteamiento del problema.....	14
Descripción del problema	14
Formulación del problema	17
Justificación	18
Objetivos	20
Objetivo general.....	20
Objetivos específicos	20
Línea de investigación	21
Marco Referencial.....	22
Marco de Antecedentes.....	22
Marco Teórico.....	26
Teoría del autocuidado de Dorotea Orem.....	26
Marco conceptual.....	28
Adulto mayor	28

La ansiedad	28
Factores que contribuyen a la ansiedad	31
Marco Legal	32
Capítulo III: Marco Metodológico.....	36
Enfoque de la investigación	36
Tipo de investigación.....	36
Procedimiento	36
Población.....	37
Muestra	37
Unidad de análisis.....	37
Plan y Técnicas para la recolección de la información.....	38
Instrumento para la recolección de la información.....	38
Aspectos Éticos de la Investigación.....	40
Capítulo IV.....	43
Presentación de resultados y análisis	43
Resultados	43
Discusión.....	50
Conclusiones	54
Recomendaciones y Limitaciones.....	56
Referencias Bibliográficas	58

Anexos	62
Anexo 1	62
Anexo 2	65
Anexo 3	70
Anexo 4	72
Cronograma de Actividades	72
Anexo 5	74
Anexo 6	75
Anexo 7	76
Anexo 8	77
Anexo 9	78
Anexo 10	79
Anexo 11	80
Informe de aplicación de prueba piloto	80
Anexo 12	97
Título proyecto de investigación:.....	97
Problema:	97
Población.....	97
Objetivos:.....	98
Propósito del PESI	98

Metodología	100
Anexo 13.....	107
Anexo 14.....	108

Lista de Figuras

FIGURA 1	43
FIGURA 2	44
FIGURA 3	44
FIGURA 4	45
FIGURA 5	45
FIGURA 6	47
FIGURA 7	47
FIGURA 8	49

Resumen

La presente investigación se realizó con el objetivo de determinar el riesgo de ansiedad en los adultos mayores asistentes a un comedor de la comuna IV del municipio de Valledupar 2023 II. La población de estudio estuvo constituida por un total de 50 adultos mayores, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión establecidos, el enfoque adoptado para este fue cuantitativo descriptivo con un corte transversal. Se implementó como instrumento la escala de Hamilton, la cual nos proporcionó como resultado que el 64% de los que participaron presentaron síntomas asociados a la ansiedad, clasificados de moderados a severos, indicando la existencia de un nivel significativo de riesgo de ansiedad en dicha población, siendo la ansiedad psíquica la que predominó. Se destaca el compromiso social con los adultos mayores en estos comedores, sin embargo se sugiere que se trabaje en la mejora de las proyecciones, propuestas y estrategias que favorezcan la salud mental en ellos.

Palabras claves: Adulto mayor, ansiedad psíquica y somática, síntomas

Introducción

La ansiedad es un estado emocional perturbador capaz de producir pensamientos y sentimientos negativos derivados de una gran variedad de vivencias estresantes, ya sea por los individuos o de su ambiente, viéndose manifestados en forma de amenazas, emociones y sentimientos. Esta sensación va acompañada de estímulos físicos y emocionales que provocan un comportamiento anormal en respuesta a una determinada situación (Crespo, 2018).

De acuerdo con Cosio (2021), la ansiedad consiste en emociones de angustia, alteración física y manifestaciones del cuerpo relacionadas con algunas ideas e imaginarios de riesgo y otros comportamientos defensivos. Tiene consecuencias negativas como cambios emocionales y físicos productos de situaciones complejas como económicas, familiares, dentro de estas consecuencias se resalta enfermedades degenerativas, ya sean mentales o psicofisiológicas, entre ellas el padecimiento en las cervicales, los trastornos cardiovasculares (infarto o infarto de miocardio), las úlceras pépticas, el asma y bronquitis, entre otras enfermedades que se convierten en enfermedades por unos procesos mal atendido (Barán, 2018).

Actualmente la ansiedad en los ancianos se ha tornado una problemática de interés público, por lo que existe una gran preocupación por parte de los organismos de salud en abordar este tema, actuando en conjunto con equipos multidisciplinarios cuyo propósito es mantener la salud. Es por ello que la finalidad de este proyecto investigativo fue determinar el riesgo de ansiedad en los adultos mayores que asisten a un comedor de la comuna IV del municipio de Valledupar – 2023-II. Para lo cual la metodología empleada fue cuantitativa, descriptiva y transversal con una población de 50 participantes, a los cuales se aplicó la escala de ansiedad de Hamilton con el propósito de conocer el grado de ansiedad y los estados de ánimos de estas personas.

Además, el alcance del estudio dio a conocer a la institución comprometida el grado de vulnerabilidad en los constructos ya mencionados anteriormente en las personas mayores y con base en esta información permitió la creación de estrategias que contribuyan hacerle frente a este problema buscando brindar una atención a los afectados mediante atención psicológica, buscando un bienestar en la población fortaleciendo sus factores protectores.

Para su aplicabilidad este documento se encuentra organizado por secciones, en la primera parte se abordó la problemática encontrando una contextualización y descripción del problema, justificación, línea de este estudio y objetivos; en un segundo capítulo se encuentra el marco referencial compuesto por el estado del arte y demás marcos referenciales que hacen aporte teórico y conceptual en la investigación, luego, en la tercer sección está ubicada la metodología y, finalmente, en un cuarto capítulo se encuentran los resultados del estudio, las conclusiones y recomendaciones.

Conclusiones

Se determinó que el 64% de la población evaluada muestra riesgo de ansiedad, debido a las condiciones socioeconómicas de estos adultos mayores. A pesar de que la mayoría de ellos refirieron haber tenido hijos, actualmente se encuentran abandonados y sin apoyo económico por parte de su familia. Además, se observa la falta de herramientas personales para enfrentar las diversas dificultades de la vida diaria, lo cual es aún más preocupante.

En cuanto a los síntomas de ansiedad en los adultos mayores, se describen los hallazgos más relevantes sobre la sintomatología presente en la población estudiada. Estos hallazgos podrían ser considerados por los expertos para implementar intervenciones dirigidas a promover un envejecimiento saludable. En base a los resultados del estudio y otros hallazgos, se pueden obtener las siguientes conclusiones:

- Se evidencia que el 64% de los participantes presentan síntomas de ansiedad de moderados a severos, como alteraciones en el sueño, la memoria y la atención, así como pérdida de interés y satisfacción en la vida. Si estos síntomas no se abordan de manera oportuna, pueden afectar la calidad de vida de los adultos mayores.

- Se expone que el 38% de los participantes presentan ansiedad moderada, el 36% presenta ansiedad leve y el 26% tiene ansiedad severa.

- Se encontró que los adultos mayores del Centro de Vida de la comuna IV del municipio de Valledupar tienen un porcentaje más alto de ansiedad psíquica (80%) que de ansiedad somática (72%), aunque la diferencia no es muy significativa.

- Se evidencia que el 86% de los adultos mayores que pertenecen al Centro de Vida de la comuna IV del municipio de Valledupar tienen hijos, pero el 76% de las ayudas no provienen de ellos. Es importante destacar el valor que tienen las sesiones educativas en salud mental, que minimicen el riesgo de padecer ansiedad en esta etapa del ciclo vital, teniendo en cuenta que una de las herramientas más fundamentales en la prevención es el conocimiento. Es indispensable que los hogares geriátricos, como el comedor de adulto mayor de la comuna IV del municipio de Valledupar, promuevan recursos psicológicos y adaptativos que fortalezcan en las personas mayores un desarrollo dinámico y favorable del proceso de envejecimiento, tal como se pudo observar en la institución donde se aplicó el instrumento. Esto contribuye a reducir la ansiedad, que es una respuesta negativa frente a su estado mental y físico, y que afecta las funciones cognitivas y la capacidad funcional, permitiendo así un envejecimiento acorde con el ciclo evolutivo normal.

Recomendaciones y Limitaciones

Se sugiere que los organismos de salud mejoren las proyecciones o propuestas relacionadas con el proceso de envejecimiento de la población, ya que hasta ahora no han logrado cumplir satisfactoriamente con estas. Es evidente que existe una creciente demanda de servicios sanitarios y de cuidado para una población de adultos mayores con necesidades específicas. Asimismo, se recomienda a las autoridades municipales fortalecer los programas de prevención y promoción de la salud mental en general, y abordar de manera oportuna y adecuada situaciones de riesgo, según lo establecido por la Ley 1850 de 2017 en Colombia. Esta ley garantiza medidas de protección para los adultos mayores, asegurando que los centros e instituciones brinden la atención necesaria a aquellos que se encuentren en situación de abandono, violencia, desempleo, entre otros.

Se resalta la importancia de la familia en el envejecimiento de cualquier persona, por lo tanto, se recomienda a los familiares participar en las experiencias del adulto mayor, lo cual previene el sentimiento de abandono y estimula sus habilidades mentales y motrices, favoreciendo así la reserva cognitiva. Es decir, mantener la participación en las actividades y el acompañamiento familiar.

Es necesario realizar un estudio comparativo con la misma variable entre adultos mayores que se encuentren en condición de abandono familiar y un grupo que cuente con apoyo familiar.

Se debe replicar este proyecto de investigación utilizando herramientas estandarizadas en los hogares geriátricos de Valledupar y con los criterios adecuados para el cálculo de la variable examinada en este estudio, empleando instrumentos confiables y válidos que permitan evaluar una amplia variedad de síntomas.

Es importante continuar con esta línea de investigación, explorando conceptos relacionados con la personalidad, la tristeza, la presión, las habilidades sociales, las distorsiones cognitivas, los mecanismos de afrontamiento y los mecanismos de defensa, lo cual enriquecería el estudio propuesto.

Se recomienda solicitar el apoyo de un equipo interprofesional, compuesto por medicina general, psicología, geriatría, nutrición, fisioterapia y terapia ocupacional, con el fin de abordar esta problemática de manera integral, mediante la estandarización y unificación de fuerzas que buscan la prevención, disminución y erradicación de la ansiedad en el adulto mayor.

Es necesario contar con un lugar adecuado para el desarrollo de talleres educativos, en donde las barreras físicas como el ruido sean mínimas, y realizar actividades que ocupen el tiempo de los adultos mayores y fortalezcan las relaciones interpersonales, habilidades cognitivas y motrices en estas instituciones o establecimientos.

Por último, desde la Teoría del Autocuidado de Dorotea Orem puede ser relevante para comprender y abordar la ansiedad en adultos mayores, al reconocer la importancia del autocuidado en la promoción de la salud y el bienestar en esta población. Los principios de la teoría pueden guiar a los profesionales de la salud, como los enfermeros, en la identificación de las necesidades de autocuidado en las personas con síntomas de ansiedad y en el desarrollo de estrategias para mejorar su capacidad de cuidar de sí mismos en estas circunstancias.

Referencias Bibliográficas

Aquise, B. (2020). Nivel de ansiedad en tiempos de pandemia de los habitantes de la junta vecinal pueblo Libre- Tacna 2020. (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma de Ica.

Buitrago, L., Cordón, L y Cortés, R. (2018). Niveles de ansiedad y estrés en adultos mayores en condición de abandono familiar. Integración Académica en Psicología Volumen 6. Número 17.

Barán, A. (2018). Ansiedad y estrés. Tesis de pregrado. Universidad Rafael Landívar.

Buitrago, L., Cordón, L y Cortés, R. (2018). Niveles de ansiedad y estrés en adultos mayores en condición de abandono familiar. Integración Académica en Psicología Volumen 6. Número 17.

Cardona, D., Segura A., Garzón, M., Segura, A y Cano, S. (2021). Estado de salud del adulto mayor de Antioquia, Colombia. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro. 19(1):71-86.

El Pílon. (2023). Análisis y propuestas sobre la situación de salud mental en el César. El Pílon | Noticias de Valledupar, El Vallenato y el Caribe Colombiano.

Huerta, E., & Huerta, P. E. (s/f). Trastorno de ansiedad en los adultos mayores. AARP.

DANE. (2021). XV Congreso Internacional de Envejecimiento y Vejez: “Década del Envejecimiento Saludable 2020 - 2030”. Colombia.

Crespo, E. (2018). La ansiedad en los estudiantes de tercer año de BGU del instituto tecnológico “Doctor Enrique Noboa Arizaga” de la ciudad de la Troncal Provincia del cañar en el lectivo. 2016 – 2017. (Tesis de pregrado). Universidad del Azuay.

Cosio Tapia, A. (2021). Ansiedad durante la pandemia en ancianos de una población desfavorecida de San Juan de Lurigancho. *Revista Científica Ágora*, 8(1), 10–16.

De Avila-Arroyo, M. L., López-Mendez, E. E., Tenahua-Quitl, I., Gallegos-Acevedo, M. G., & Torres-Reyes, A. (2019). Manifestaciones psíquicas y somáticas de ansiedad en adolescentes de secundaria. *SANUS*, (7), 8–23.

Duran-Badillo, Tirso, Benítez Rodríguez, Víctor Alfonso, Martínez Aguilar, Ma de la Luz, Gutiérrez Sánchez, Gustavo, Herrera Herrera, Jorge Luis, & Salazar Barajas, Martha Elba. (2021). Depresión, ansiedad, función cognitiva y dependencia funcional en adultos mayores hospitalizados. *Enfermería Global*, 20(61), 267-284.

El Espectador. (2020). La ansiedad en personas de la tercera edad aumentó en un 50% durante la cuarentena.

Escudero, C y Cortez, L. (2018). Técnicas y métodos cualitativos para la investigación científica. Ediciones UTMACH. Primera edición. Machala, Ecuador.

Espinosa Ferro, Yairelys, Díaz Castro, Yolanda, & Hernández Hernández, Elicex. (2020). Una mirada especial a la ansiedad y depresión en el adulto mayor institucionalizado. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(4).

Grajeda, G y Azurin, V. (2020). Factores Asociados a Ansiedad en Adultos Mayores. (Tesis de pregrado). Universidad Científica del Sur.

Espirituana, G. M., Bibliográfica, R., Ydalsys, C., Hernández, N., José, C., Pacheco, A. C., Miriam, L., & Larreynaga, R. (s/f). La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem The self-care deficit nursing theory: Dorothea Elizabeth Orem. Sld.cu.

Martínez García, L. F., Vargas Luna, A. R., & Guarnizo Ante, F. J. (2021). Factores psicosociales que influyen en el desarrollo de la ansiedad en adultos mayores institucionalizados en el geriátrico Ismael Perdomo del Espinal-Tolima. Revista Investigación, Desarrollo, Educación, Servicio Y Trabajo, 1(2).

Martínez, L., Vargas, A y Guarnizo, F. (2021). Psychosocial factors that influence the development of anxiety in institutionalized older adults in the geriatric home Ismael Perdomo del Espinal-Tolima. Revista investigación, desarrollo educación, servicio, trabajo (ID EST) Vol 1 – No 2.

Mayo Clinic (2021). Trastorno de ansiedad.

Luzuriaga, F. (2018). Asociación entre el consumo de alcohol con síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de primer nivel de la Puce 2018. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad católica de Ecuador.

OMS. (2020). La salud mental y los adultos mayores.

Pérez, D. (2019). La ansiedad, vista con un enfoque centrado en las personas. (Tesis de pregrado). Universidad Veracruzana.

Otzen, T. & Manterola C. Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232, 2018.

Samaniego, R y Cahuaza, I. (2021). Ansiedad, depresión y calidad de vida en adultos mayor. Centro integral adulto mayor. Universidad Nacional de San Martín.

Tenesaca, K. (2021). Depresión y ansiedad en el adulto mayor del centro geriátrico Daniel Álvarez Sánchez de la ciudad de Loja. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Loja. Loja, Ecuador.

Merlyn Monteza (2021). Trastornos de ansiedad y el estrés en los adultos mayores durante la pandemia covid19, Pimentel.

Niño Araque, C. A., & Hoyo García, J. S. (2022). La ansiedad en los adultos mayores vista desde un enfoque psicosocial.). La ansiedad en los adultos mayores vista desde un enfoque psicosocial. [Trabajo de Grado Pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio Hulago Universidad de Pamplona.

Judit Buhezo (2020). Factores de riesgo y nivel de ansiedad en el adulto mayor que acude al centro de salud la Tinguña, ICA. <https://hdl.handle.net/20.500.14308/2771>

Anexos

Anexo 1

Operacionalización de Variables

Objetivo General: Determinar el riesgo de ansiedad en los adultos mayores que asisten a un centro vida de la comuna IV del municipio de Valledupar – 2022-I.

Objetivos Específicos	Variable	Definición de la variable	Naturaleza	Nivel de medición	Indicador	Diseño operacional
Identificar las características sociodemográficas de los adultos mayores.	Características sociodemográficas	Son el conjunto de características biológicas, socioeconomiculturales que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando aquellas que puedan ser medibles	Cuantitativa	Nominal	Edad Genero Tiene hijos Con quien vive Situación económica	¿Cuál es su edad? ¿Cuál es su género? ¿Tiene hijos? ¿Con quién vive actualmente? ¿De dónde provienen su ingresos?