

Factores de resiliencia en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio del  
centro de vida del Municipio de Barranco de Loba - Bolívar

Daniela Dayanas Hernández Serpa

Angela Lucia Viloría Ramírez

Corporación Universitaria del Caribe – CECAR

Escuela de Posgrado y Educación Continua

Facultad de Humanidades y Educación

Especialización en Procesos Familiares y Comunitarios

Sincelejo, Sucre

2022

Factores de resiliencia en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba - Bolívar

Daniela Dayanas Hernández Serpa

Angela Lucia Viloría Ramírez

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Especialista en procesos familiares y comunitarios

Directora

Leslie Yulieth Bravo Garcia

Magsiter

Corporación Universitaria del Caribe – CECAR

Escuela de Posgrado y Educación Continua

Facultad de Humanidades y Educación

Especialización en Procesos Familiares y Comunitarios

Sincelejo, Sucre

2022

**Nota de Aceptación**

**Nota: 4.3**

---

---

---

*Jule Bruno Jarcia*

Director



Evaluador 1

*Alvaro Gil Franco*

Evaluador 2

### **Dedicatoria**

El presente trabajo de investigación, representa una parte de los últimos requisitos que se necesitan para optar al título de Especialistas en Procesos Familiares y Comunitarios, el cual tanto anhelamos, por esto deseamos dedicarlo a todas aquellas personas que hacen parte de nuestra vida, pero sobre todo queremos dedicárselo a Dios y nuestra familia que han sido nuestro motor constante para alcanzar cada meta, sueños y/o anhelo propuesto, donde solo ellos nos han sostenido en los tiempo más difíciles por los cuales hemos pasado en nuestro camino de estudiantes.

### **Agradecimientos**

Agradecemos principalmente a Dios por habernos dado la existencia y permitirnos pasar por estos maravillosos e importantes momentos en nuestras vidas, así mismo exaltar con mucho cariño a nuestra familia que han sido el apoyo fundamental para lograr cada meta trazada en nuestro camino, gracias por siempre ser nuestro pilar en cada circunstancia.

Gracias a los Adultos Mayores del Centro de Vida “Matusalem” de Barranco de Loba, Bolívar por siempre mostrarse prestos al momento de la ejecución de los instrumentos planteados para la recolección verás, de la información necesaria para los resultados de esta investigación.

## Tabla de Contenido

Resumen .....	8
1. Descripción del problema.....	10
1.1 Formulación del problema .....	13
1.2 Objetivos .....	13
1.2.1 <i>Objetivo general</i> .....	13
1.2.2 <i>Objetivos específicos</i> .....	13
1.3 Justificación.....	14
1.4 Delimitación.....	17
2. Marco Referencial .....	18
2.1 Antecedentes .....	18
2.1.1 <i>Internacionales</i> .....	18
2.1.2 <i>Nacionales</i> .....	23
2.1.3 <i>Local (Caribe)</i> .....	25
2.2 Bases teóricas .....	26
2.2.1 <i>Adulto mayor</i> .....	26
2.2.3 <i>Resiliencia</i> .....	26
2.2.2.1 <i>Yo tengo</i> .....	27
2.2.2.2 <i>Yo soy, Yo estoy</i> .....	28
2.2.2.3 <i>Yo puedo</i> .....	29
2.2.3 <i>Resiliencia y psicología</i> .....	29
2.2.4 <i>Resiliencia personal</i> .....	30
2.2.5 <i>Resiliencia: psicoperspectivas de una reflexión</i> .....	31
2.3 Marco Legal .....	32
3. Marco Metodológico.....	34
3.1 Enfoque .....	34
3.2 Diseño .....	34
3.3 Tipo de estudio.....	35



---

3.4 Operacionalización de variables.....	35
3.5 Instrumentos de recolección.....	36
3.6 Procedimiento y análisis.....	37
<b>Capítulo IV</b> .....	<b>39</b>
4. Análisis de Resultados .....	39
5. Discusión.....	49
Conclusiones .....	53
Referencias bibliográficas .....	55
Anexos.....	61

## Resumen

Este trabajo de investigación tuvo como objetivo general, determinar los factores de la resiliencia en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba–Bolívar, se utilizó una metodología de enfoque cuantitativo, enmarcada en el paradigma positivista, con un diseño de investigación no experimental de campo, debido a que no se manipulo la variable a trabajar. Además, se enmarco en un corte de investigación transversal con alcance descriptivo, y los instrumentos aplicados son la Escala de Resiliencia de Saavedra y Villalta, así como el cuestionario semiestructurado de Rosa Argentina Rivas. De tal forma, que se encuentra un alto nivel de significancia en factores como las redes de apoyos los vínculos, la autonomía y la espiritualidad en el establecimiento de mejores expectativas de manejo y comportamiento de los adultos mayores en situación de confinamiento por el Covid-19, destacando como importante que, ante las medidas preventivas, el ejercicio resiliente se establece como una forma de vivencia acorde a las necesidades de estos adultos mayores.

*Palabras clave:* Adulto Mayor, Resiliencia, variable, Confinamiento, Pandemia, Covid-19, Familia, Centro Vida, Correlación.



### **Abstract**

The general objective of this research work is to determine the pillars of resilience in older adults under compulsory confinement in the living center of the Municipality of Barranco de Loba-Bolivar, a quantitative approach methodology will be used, framed in the positivist paradigm, with a non-experimental field research design, because the variable to be worked on will not be manipulated. In addition, it is framed in a cross-sectional research cut with descriptive scope, and the instruments applied are the Resilience Scale of Saavedra and Villalta, as well as the semi-structured questionnaire of Rosa Argentina Rivas. In such a way that a high level of significance is found in factors such as support networks, bonds, autonomy and spirituality in the establishment of better expectations of management and behavior of older adults in a situation of confinement by Covid-19, highlighting as important that before the preventive measures, the resilient exercise is established as a way of living according to the needs of these older adults.

*Keywords:* Older Adult, Resilience, variable, Confinement, Pandemic, Covid-19, Family, Life Center, Correlation.

## Capítulo I

### 1. Descripción del problema

Las personas por naturaleza son seres sociables, sin importar el lugar donde estos se desenvuelven, lo que conlleva a poseer interacciones con los demás individuos, siendo las mismas importantes en su diario vivir, debido a las relaciones que emergen con personas internas o externas a sus núcleos familiares, por esta razón, cuando se ven sometidos a un nivel de confinamiento imposibilitando la interacción efectiva, pueden aparecer diversas consecuencias afectando la vida emocional, social, familiar, psicológica, personal, entre otras (Organización de las Naciones Unidas, 2020).

A nivel mundial, las interacciones entre los individuos se han visto afectadas en gran medida, a causa de la pandemia presente por el nuevo coronavirus, que corresponden a una variada familia de virus que pueden generar enfermedades en animales y humanos; en los seres humanos, según Pérez, Gómez y Diéguez (2020) se conoce que causan infecciones respiratorias como el resfriado común o enfermedades como el Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome Respiratorio agudo Severo (SARS).

En este sentido, las personas se han visto obligadas a confinarse en sus casas, debido a las múltiples consecuencias que genera dicho virus, de esta manera los niños, niñas y adulto mayores han sido objeto de cuidado para las familias, siendo estos más propensos al contagio del mismo, conllevando a reinventar las actividades diarias realizadas dentro del hogar. De esta manera, el cuidado de los adultos mayores se ha convertido en un reto para sus familiares o cuidadores, por los riesgos que trae consigo este virus y los efectos negativos que llegan a la vida de estas personas, puesto que se ha hecho evidente los grandes contagios y muertes de este grupo poblacional (Organización Panamericana de la Salud, 2020).

Por otro lado, en el transcurrir de los años y/o décadas los adultos mayores han sufrido un nivel de confinamiento ya sea por enfermedades, virus o a causa de los mismos familiares.

Así mismo, Colombia no fue exento de sufrir a causa de esta pandemia, la cual fue responsable de muertes, desempleos, problemas sociales, económicos confinamientos obligatorios entre otras consecuencias, lo último afectando en gran medida las interacciones realizadas por los individuos al interior de la sociedad, obligándolos a estar reclusos en sus hogares o en un sitio específico. En tal sentido, los adultos mayores son objeto de cuidado por ser propensos al contagio del Coronavirus, generando confinamiento por parte de su núcleo familiar o cuidadores, llevándolos a sufrir diversas problemáticas al interior de su vida ya sea en la parte física, emocional psicológica y social (OPS, 2020).

De esta manera, es evidente que los mayores son una población vulnerable, debido al deterioro de la salud, con la aparición de algunas enfermedades crónicas, disminución de la respuesta inmune, afectación de su condición física y la nula productividad económicas para sus familias entre otras cosas, generando en ellos consecuencias como ansiedad, sensación de soledad, baja autoestima, tristeza y en estos tiempos de pandemia miedo al contagio, por lo anterior es importante tener en cuenta que son una población en riesgo, llevándolos esta situación a tener una percepción más negativa del estado actual, causando traumas en la personas. Por ende, es ineludible que los adultos posean herramientas o factores que les ayude a la superación de eventos negativos o traumáticos en su vida sin importar la magnitud de los mismos, a través de los pilares de la resiliencia que se convierten en el soporte o base que sustenta la estructura mental, psicológica y social del individuo, armonizándolo con su entorno (Díaz, Gonzalez y Gonzalez, 2017).

A tal fin, Uriarte (2005) refiere que la resiliencia se denota por aquellas capacidades de incidencia positiva y exitosa que presentan las personas a pesar de condiciones de vida adversas, contextos de alto riesgo, pobreza y variedad de problemas. Por tal razón, cada ser humano debe contar con factores o elementos que los ayude en la superación de eventos adversos, de esta manera, los adultos al estar en situación de confinamiento obligatorio por el Covid – 19, deben afrontar las causas generadas por el mismo mediante factores resilientes suministrados en los entornos donde este se desenvuelve.

De la misma manera, al hablar de factores que ayuden a la superación de adversidades de las personas mayores se debe tener en cuenta en gran medida el apoyo de la familia y las redes existentes en la sociedad, siendo importantes en la superación de acontecimientos debido que el adulto mayor necesita guía para enfrentar dichas problemáticas, de esta manera el núcleo familiar se considera esencial para el trabajo que debe emprender la persona para salir fortalecidos de los eventos traumáticos que trajo consigo la pandemia, la cual azota los hogares colombianos (OPS, 2020).

Por otra parte, se resalta que las formas de aislamiento y soledad en los ancianos se presentan con mayor frecuencia a medida que la sociedad se deshumaniza; se destaca que cerca del 20% de la población anciana mundial experimenta alguna forma de soledad o abandono social, los cuales aunados a un entorno de estrés y violencia originan cambios en las formas de dimensionar la familia como unidad protectora de los infantes y adultos mayores (Flores y Fuentes, 2016).

Se puede anexar, que en la actualidad el departamento de Bolívar presenta un alto índice de confinamiento, por lo cual los adultos mayores se han visto afectados por los diversos cambios que ello representa, destacando: el cambio de actividades realizadas al interior del hogar, las asistencias a consultas médicas de primer nivel o especializadas, teniendo que introducirse a la aceptación de las teleconsultas, con las que muchos de ellos no estaban familiarizados, la finalización de caminatas o paseo fuera de la vivienda, las visitas de sus familiares y/o amigos entre otras cosas, todo lo anterior generando traumas en la parte psicológica, social y personal del adulto, donde para la superación de estos el ser humano debe contar con herramientas internas o externas que los ayude a sobreponerse de las situaciones o adversidades negativas por las cuales atraviesan (Gobernación de Bolívar, 2020).

## **1.1 Formulación del problema**

Partiendo de lo anterior, para el presente estudio se presenta la siguiente pregunta problema:

¿Cuál es el nivel de resiliencia y de los factores de resiliencia presentes en los adultos mayores en situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba–Bolívar?

## **1.2 Objetivos**

### ***1.2.1 Objetivo general***

Analizar la resiliencia y los factores de resiliencia en los adultos mayores en situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba–Bolívar

### ***1.2.2 Objetivos específicos***

- Identificar la resiliencia y espiritualidad en los adultos mayores en situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba–Bolívar
- Describir los factores de resiliencia en los adultos mayores en situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba–Bolívar

### 1.3 Justificación

La resiliencia se define como la capacidad universal que permite a las personas, grupos o comunidades poder generar mecanismos de prevención, minimización y superación de los efectos negativos o dañinos que presenta la tragedia o la adversidad. La resiliencia se concibe como un catalizador para la transformación de la vida de las personas en condiciones adversas. Por tanto, este concepto se establece de forma imperativa en la vida de las personas, debido que esto no solo ayuda hacer frente sino también salir fortalecidos de las problemáticas presentes en cada contexto donde las mismas se desenvuelven. Así mismo, es un fenómeno que se desarrolla en personas de distintos sectores como el social, político, cultural y económico (Grotberg, 1995).

Además, es un tema que ha venido evolucionando a lo largo del tiempo, debido a la gran importancia que esta tiene, apreciándose, en términos académicos, como la capacidad de resolver problemas o conflictos que se presentan al transcurrir la vida de cada ser, logrando superar positivamente tales afectaciones, donde no solo se busca salir de las adversidades, sino adquirir fuerzas que ayuden a construir un futuro mejor, donde no se recuerde lo sucedido simplemente como un evento negativo, sino también como una experiencia propia, la cual cree confianza y aprendizaje, buscando siempre afrontar los obstáculos que se le presenten a lo largo de la vida del ser humano (Vásquez, 2019).

No obstante, Colombia ha sido afectada por la situación generada por el Covid – 19, como uno de los eventos en los que la sociedad mundial en este siglo ha reconvertido sus formas de vida a causa del aislamiento, el autocuidado y la presencia exponencial de los contagios por el tipo de virus, que por la forma de extenderse ha afectado a millones de personas dada su durabilidad, continuidad y consecuencias. Sin embargo, las personas mayores son un grupo especialmente vulnerable ante esta emergencia sanitaria y presentan un peor pronóstico, ya que el riesgo de enfermarse gravemente a causa del Covid-19 aumenta con la edad y enfermedades de base, por lo que los adultos mayores corren mayor riesgo; ya

que significa que podría requerir hospitalización, cuidados intensivos o un respirador, o incluso podría morir (ONU, 2020).

Colombia es el país con la cuarentena para adultos mayores más restrictiva y prolongada de América Latina según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020). Este grupo etario llevó desde el 20 de marzo con la obligación de quedarse en casa hasta el 31 de agosto de 2020. Después de tres meses, esta medida que busca salvaguardar su salud ya ha evidenciado otros males físicos y mentales, además de “un hambre emocional” (Gómez & Zapata, 2020).

En ese sentido, las medidas preventivas destacadas por los gobiernos nacionales se han orientado de una forma más restrictiva, especialmente con la población de adultos mayores, quienes poseen mayor grado de vulnerabilidad frente a las implicaciones del Covid – 19. Sin embargo, acciones como el confinamiento y el distanciamiento social, pueden inducir a efectos adversos sobre la salud de los adultos mayores en términos de inactividad física, soledad o afectación del estado emocional, deterioro cognitivo, demencia, fragilidad, entre otras (Ministerio de Salud, 2020).

Sin duda alguna, hoy día los adultos mayores son una población en condición vulnerable, puesto que aparte de sufrir transformaciones a nivel biológico por su proceso de envejecimiento, se deben someter a la marginación y exclusión social, cuya situación tiende a empeorar cuando el aislamiento no se establece exclusivamente en el ambiente comunitario sino en su seno o núcleo familiar, dado que en ocasiones son maltratados y descuidados, olvidando por completo dichos familiares, que la calidad de vida de estos abuelitos depende en gran medida de los cuidados que les brindan desde sus diferentes redes de apoyo (Vásquez, 2019).

Por ende, la presente investigación parte de la importancia de poder identificar los factores resilientes en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio, reconociendo que la capacidad resiliente que se establezca en el adulto mayor, facilitará la percepción que tenga sobre la calidad de vida que estos llevan. Por lo tanto, con este proyecto

se pretende conocer e informar sobre la situación por la que atraviesan estos padres o abuelos en la actualidad, haciendo énfasis en la importancia de que la comunidad en general tome conciencia sobre el trato que se le da al adulto mayor.

Teniendo en cuenta lo anterior, es relevante asumir al adulto mayor como una persona con habilidades, emociones, intereses y destrezas y obviar ese pensamiento que muchos tienen, lo cual los hacen sentir como seres menos válidos que los demás, es importante verlos como individuos llenos de experiencias, como esas personas con quien se puede compartir, se le debe dar espacio al disfrutar, reír, hablar, dejando a un lado, el decir o pensar que son una carga por los cuidados que requieren, se les debe respetar y garantizar una vejez digna. Además, se pretende visibilizar con esta investigación los medios, herramientas o elementos con que cuenta cada individuo para la superación de adversidades o problemas presentes en su vida cotidiana, colocándolos en práctica después de su conocimiento (Vásquez, 2019).

En ese sentido, se concibe que la capacidad de ser resiliente es el aspecto troncal de esta investigación, dado que el poder sobrellevar de forma sana y segura ese proceso de confinamiento que viven, buscando siempre disminuir a toda costa las altas probabilidades de enfermedades físicas y psicológicas en los adultos mayores, siendo las acciones de enfrentar eventos de mucha tensión, una habilidad que se debe fomentar y desarrollar en las personas mayores de este país, dado que las mismas condiciones de violencia que enfrentan, generan una serie de repercusiones y consecuencias negativas en sus estados de salud física, mental y biológica (Vásquez, 2019).

En este sentido, el presente estudio se centrará en el ámbito de la geriatría desde lo social y lo familiar, donde se busque determinar el nivel de resiliencia y los factores de esta que inciden en los adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio, vinculados al centro de vida del Municipio de Barranco de Loba-Bolívar, buscando determinar las capacidades que estos tienen al momento de afrontar las adversidades más significativas, difíciles o aparentemente sin salida que se les presenta en el transcurrir de su vida.



Finalmente, esta investigación se integra en la visión de establecerse como un estudio base de carácter local, regional y nacional que permita dar a conocer las realidades de estudio sobre la resiliencia a nivel de población de los adultos mayores, destacándose como un insumo para el estudio de casos y el diseño de estrategias de intervención.

#### **1.4 Delimitación**

La presente investigación se realizó en Barranco de Loba, Municipio Colombiano ubicado en el centro sur del Departamento de Bolívar, específicamente en el centro de vida “Matusalem” para el adulto mayor, en donde son atendidos de manera integral 111 adultos mayores pertenecientes de la zona urbana y rural del Municipio. Se ejecutó en un periodo de 12 meses, que comprende desde el 01 de septiembre del año 2020 hasta 01 de septiembre del año 2021. Operacionalizando la variable resiliencia, enfocada en el comportamiento humano y la capacidad de surgir de las adversidades sociales y familiares, bajo los supuestos y postulados de Edith Henderson Grotberg.

## Capítulo II

### 2. Marco Referencial

#### 2.1 Antecedentes

A continuación, se expondrán los antecedentes internacionales, nacionales y regionales, los cuales fueron recopilados mediante la búsqueda documental de investigaciones y artículos científicos, abarcando estos sobre las temáticas resiliencia y adulto mayor. Seguidamente, durante esta revisión se pudo establecer, que la mayoría de los estudios son direccionados a: enfermedades crónicas, terminales, y conflicto armado, así mismo priorizan los estudios en población de niñas, niños y adolescentes o mujeres víctimas de violencia, sin embargo, una relación enmarcada en el confinamiento de la población de la tercera edad y los factores resilientes, no pudo ser encontrada durante esta revisión.

Lo anterior, se basa en la importancia de desarrollar esta investigación, en estos tiempos en donde el confinamiento es una realidad por la afectación del Covid-19 y más aún en la población de adultos mayores, que es uno de los grupos vulnerables que arroja más mortalidad en la pandemia. Por esta razón, se deseó abordar y conocer cómo afrontan esta situación los adultos, cuál es su nivel de adaptación y la respuesta ante la adversidad de los mayores, enfocada en los factores resilientes que contribuyan al mantenimiento de su bienestar y la comprensión de esta nueva realidad.

##### 2.1.1 Internacionales

Se evidencia con Arrué (2018) en su tesis denominada “*Funcionamiento familiar y resiliencia en estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de violencia intrafamiliar de una institución educativa estatal emblemática de Los Olivos, 2018*”, la cual tuvo como objetivo determinar la relación entre la actividad familiar y la resiliencia entre estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de violencia intrafamiliar en una destacada institución

pública de Los Olivos en el año 2018; se desarrolló acorde a una investigación no experimental, dado que no se manipularon las variables y la información fue recolectada en un solo momento al ser transversal.

Dicho estudio, se realizó con una muestra de 300 escolares de ambos sexos de 1° a 5° de secundaria de la institución educativa antes mencionada, utilizando y aplicando la Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar; denotando que, en primer lugar, Los estudiantes que demuestran cercanía emocional y tienen poco liderazgo familiar también pueden hacer frente a la infelicidad en la vida. En segundo lugar, analizar la relación entre el aspecto cohesión familiar y la resiliencia de los estudiantes de secundaria; en cuanto al nivel del coeficiente Rho de Spearman evidencia un grado de rho: ,203\*\*,  $p < .01$  lo que indica que la relación es débil pero altamente significativa, denotando un gran valor en los aspectos emocionales que rodean a los sujetos para resarcir, establecerse o superar las dinámicas negativas.

Por otra parte, en el artículo titulado “*Resiliencia y su relación con estilos de vida de los adultos mayores autovalentes*” de Cortés et al.(2012), desarrollado con el objetivo de establecer una descripción y relación de la capacidad de resiliencia de un grupo de adultos mayores autovalentes de la comuna de Chillán Viejo (Chile), respecto a sus estilos de vida; fue desarrollado con un tipo de estudio transversal correlacional, cuya recolección de datos fue realizada por los autores del estudio del 13 al 20 de abril de 2007, con una muestra de 32 ancianos inscritos en el Centro de Medicina Familiar (CESFAM) del municipio de Chillán Viejo.

Para el criterio de funcionamiento autónomo, medido por la Evaluación Funcional del Envejecimiento (EFAM), se encontró que el 82 % de los adultos mayores autónomos encuestados mostró resiliencia alta y el 17% tiene resiliencia media, mientras que solo un sujeto presentó baja resiliencia, es decir, 0,6%.

Del mismo modo, Araujo y Faro (2016), en su estudio sobre “la resiliencia en ancianas del Valle de Paraíba, São Paulo, Brasil”, que se realizó con el fin de poder obtener

un análisis cercano de la capacidad de resiliencia de un grupo de mujeres mayores que participan en las actividades del centro social de esta ciudad, frente a diferentes variables relacionadas con sus estilos de vida y estados de salud, por medio de una investigación de tipo descriptivo con un enfoque cuantitativo, con una muestra de 117 personas de edad avanzada.

En cuanto a los resultados de este estudio con respecto a la variable de resiliencia analizada, se logra establecer que para las mujeres mayores es de gran importancia el apoyo social que pueda dotarse alrededor de ellas, dado que les demuestra respeto, acompañamiento y sensación de sentido de pertenencia por el grupo en donde se reconocen en sus habilidades, limitantes y capacidades colectivas. Por tanto, de los resultados obtenidos en la escala, la puntuación media es un índice de 133,72, es decir, una puntuación alta, que representa la resiliencia al destacar positivamente cómo viven los adultos mayores su vejez, es un recurso para promover el desarrollo.

En suma, Suriá (2017), en su estudio titulado “*Relación entre resiliencia y empoderamiento en adultos con movilidad reducida*”, cuyo objetivo destacó examinar la existencia de factores de resiliencia que posibiliten vincular diferentes perfiles de resiliencia en personas con movilidad reducida, de tal forma que se pudiera comprobar las diferencias estadísticas entre los grupos y dimensiones de empoderamiento previamente definidas. Se elaboró con la aplicación de la Escala de Resiliencia (1993) y la Escala de Empoderamiento (1989) a 9 personas con movilidad reducida, de 21 a 62 años, identificándose así 3 perfiles resilientes: perfil de baja resiliencia, predominio de autoaceptación y aceptación de la vida, y un perfil final de resiliencia general alto.

Por otra parte, es importante conocer este tipo de estudios aplicados a adultos mayores Institucionalizados, según Condori (2017), en su tesis de grado “Calidad de vida y la capacidad resiliente en adultos mayores en situación de vulnerabilidad asistentes a la Fundación Ancianos la Paz”, en el cual se propuso conocer la relación entre un nivel de calidad de vida y resiliencia, mediante un enfoque cuantitativo, del tipo correlación,

utilizando un diseño no experimental de corte transversal, ya que los datos son recolectados en un momento, por un tiempo único, sin manipular todas la variable.

De esta forma, las herramientas aplicadas son: el cuestionario de información general sobre los sujetos de la población, la escala de Fumat y la escala de resiliencia, en la que los resultados indican una correlación entre la calidad de vida y el Cambio y Resiliencia en Adultos Mayores Vulnerables, que se expresa regularmente en la Fundación “Ancianos La Paz” y afirma que: las personas mayores tienen una mejor calidad de vida, son más capaces y con un mayor grado de recuperación, corroborando resultados anteriores.

Por otro lado, según Díaz et al. (2017), en su artículo “*Resiliencia en adultos mayores: estudio de revisión*”, fue desarrollado con el objetivo de describir y documentar la presencia de resiliencia en los adultos mayores y las formas que los protegen y sus factores de riesgo a través de una revisión bibliográfica de 32 artículos científicos publicados entre 2000 y 2016, obtenidos de las bases de datos de Academic Search Premier , Pubmed, Redalyc, Scielo Data y Science Direct.

Por ello, la revisión de los artículos sugiere que los adultos mayores se encuentran supeditados a la presencia de variados factores de riesgos que se establecen desde la violencia, problemas de salud o desastres naturales que pueden configurar su vida y mostrar un escenario de superación diferente con respecto a cada situación; en cuanto a la protección de la conservación, coinciden en que la solidaridad familiar, la autoestima, la espiritualidad, la personalidad, Redes de apoyo y toma de decisiones, ya sea con vínculos familiares o informales, como la participación en organizaciones formales como grupos religiosos, que son factores protectores para la resiliencia.

En este mismo sentido, Moscoso y Castañeda (2018), en su artículo de investigación “*Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (SV-RES) para adultos mayores en Lima metropolitana*”, cuyo objetivo principal fue analizar la validez de constructo y la fiabilidad de la Escala de Resiliencia (SV-RES) de Saavedra (2008) en adultos mayores debido a las escasas investigaciones en torno a la variable, la cual funciona como factor protector para el

envejecimiento saludable, empleando un muestreo no probabilístico de tipo intencional; aplicado a un total de 300 adultos mayores inscritos en los centros de adulto mayor de un distrito de Lima, entre los cuales el 43% estuvo conformado por varones y el 57% por mujeres.

También, los autores concuerdan con otras investigaciones que detallan que en la edad adulta, especialmente en la etapa del adulto mayor, la esencia de resiliencia se destaca como un incentivo al que recurren las personas para dotarse de recursos, fortalezas y habilidades que conjugan con estrategias para dar solución a sus urgencias principales y por lo cual, debe ser una dinámica que se incentive desde los núcleos familiares cercanos, puesto que permiten al adulto mayor ser partícipe de su nueva forma de desarrollo por lo cual es fundamental contar con el goce del vínculo familiar, practica espiritual, buen humor, mantenerse proactivos, relacionarse con redes de apoyo y preocuparse más por su salud, así que más allá del alcance económico de cada persona, lo que lleva a un bienestar psicológico y emocional, son los vínculos saludables establecidos en su entorno, los cuales generarán una buena capacidad de adaptación y bienestar a pesar de la adversidad.

Del mismo modo, Cruz (2015), en su estudio sobre el papel de la resiliencia en adultos mayores institucionalizados, se propuso explorar la relación entre la resiliencia y una serie de variables relacionadas con el ajuste migratorio (estrés percibido, depresión, ansiedad y calidad de vida). Para ello se trabajó con una muestra que incluía un total de personas mayores ingresadas en residencia durante al menos 3 meses (26 mujeres, de 68 a 97 años), utilizando así un cuestionario validado real para cada una de estas variables. Se encontró que los resultados muestran una correlación entre mayor resiliencia y menores niveles de depresión ( $r = 0,62$ ) y la calidad de vida subjetiva ( $r = 0,5$ ) y objetiva ( $r = 0,5$ ) ( $r = 0,2$ ) es mejor.

Por otro lado, en otra revisión de este caso realizada por Serrano et al. (2012), titulado "The Validity of the ConnorDavidson Resilience Scale (CDRISC) in the 60- to 75 years-old population", donde se han evaluado características psicométricas de la versión española del CDRISC, en una muestra no organizada de personas mayores, comparando su estructura

factorial con la presentada en la escala original, realizando un estudio descriptivo, transversal, multicéntrico para Validar la escala, mediante muestreo aleatorio simple, se obtuvo así una asociación significativa, entre mayor percepción de estrés y la presencia de síntomas de depresión, con un bajo grado de recuperación.

### **2.1.2 Nacionales**

Con respecto al ámbito nacional, los autores Cerquera, Matajira, Romero y Peña (2019), en su artículo *“Identificar las estrategias de afrontamiento y el nivel de resiliencia de una muestra de 60 adultos mayores víctimas del conflicto armado colombiano”*, elaborado con un enfoque cuantitativo no experimental de corte transversal y en donde se utilizaron instrumentos como la escala de estrategias de afrontamiento-modificada (EEC-M) y la escala de resiliencia de Wagnild y Young adaptada por Novella (1993).

El estudio, encuentra como resultado principal que las estrategias que se utilizaron de forma más reiterada por parte de este grupo de adultos mayores refieren a: i) La religión, ii) Solución de problemas y evitación emocional y iii) La reevaluación positiva; por su parte, las de menor uso fueron: i) Las reacciones agresivas, ii) Búsqueda de apoyo social o profesional y iii) Evitación cognitiva y negación.

A su vez, para los autores Carvajal et al. (2011), quienes centraron su investigación en adultos mayores institucionalizados, en su artículo *“Fomento de la actitud resiliente en los adultos mayores en situación del abandono familiar”*, quienes buscaron diseñar, aplicar y evaluar un programa de fomento de la actitud resiliente, en los adultos mayores que se encuentran en situación de abandono familiar perteneciente al Hogar Gerontológico Santa Isabel, en el municipio de Envigado, por medio del uso de una metodología con un diseño preexperimental con pretest-postest.

Así mismo, el diseño preexperimental incluyó el diseño de escala Likert según categorías de análisis definidas desde el marco teórico de resiliencia. Los resultados de este

estudio, refieren que rasgos propios de la personalidad como la autonomía, el autoestima, la orientación social positiva, la calidez y ausencia de graves conflictos contrastan con el sistema de apoyo que se encuentra diseñado para este tipo de situaciones en adultos mayores más allá de las adversidades y su forma de interpretación personal, dadas determinadas vivencias que demuestran que a pesar de que el adulto mayor supere una situación adversa no puede asumirse como resiliente en otras o en todo momento.

En adición, en el trabajo de investigación *“Resiliencia en seis excombatientes del Centro Penitenciario y Carcelario de Villavicencio”*, realizado por los autores Fonseca et al. (2017), el cual tuvo por objetivo analizar las características resilientes de seis excombatientes del Centro Penitenciario y Carcelario de Villavicencio, trabajando con un enfoque cualitativo, con un diseño fenomenológico, el cual se enfoca en observar y analizar las experiencias personales que mencionan los participantes de la investigación, respetando las narrativas con el objetivo de una interpretación coherente.

Como resultado obtenido al interior de esta investigación, se halla que participantes poseen características resilientes que se encuentran descritas en las categorías: yo soy, yo puedo y yo tengo. De tal modo, se evidencia con mayor presencia la subcategoría yo soy refiriéndose a ser responsable de los actos, que pertenece a la fuerza interior de la categoría yo soy definida como la capacidad de admitir los hechos y consecuencias. De esta manera, se puede establecer que la dimensión emocional es importante porque favorece una adaptación positiva y disminuye la presencia de conductas disruptivas, factores de riesgo o fuentes de estrés. Así mismo la competencia social, la interacción y contacto con los demás, favorecen y posibilitan la adopción de actitudes positivas que impulsan las relaciones de solidaridad, amistad, cooperación y ayuda entre las personas.

A su vez, los autores Uribe et al. (2018), en su trabajo titulado *“Factores resilientes que permiten mejorar la calidad de vida de adultos mayores institucionalizados”*, que se desarrolló con el fin de caracterizar los factores de resiliencia en pro de mejorar la calidad de vida de un grupo de adultos mayores de la Fundación *Huellas del Ayer* en la ciudad de



Medellín. Esta investigación, de tipo descriptivo, buscó comprobar la hipótesis planteada que afirma que las personas resilientes tienden a mejorar su calidad de vida.

De esta manera, Se encontró que los adultos mayores en este estudio determinaron su vulnerabilidad en función de la disponibilidad de recursos materiales y la satisfacción de las necesidades básicas, sin embargo, se precisa que el estado del adulto mayor y la posición subjetiva juegan un papel fundamental en la percepción de su período crítico y su calidad de vida.

### **2.1.3 Local (Caribe)**

En el estudio realizado por López et al. (2016), llamado “*Resiliencia en Mujeres Mayores de Sesenta años, jefas de hogar, Víctimas del Conflicto Armado Colombiano, Pertenecientes a Organizaciones Sociales*”, fue desarrollado con el objetivo de analizar los factores de resiliencia encabezados por mujeres víctimas del conflicto armado, organizaciones sociales, habitantes de la ciudad de San Onofre (Colombia), a través de las categorías específicas de resiliencia, autocontrol, éxito social, problema- habilidades de resolución, metas y expectativas para un futuro promisorio.

La metodología fue de enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, centrada en una muestra poblacional de siete mujeres, cabezas de hogar, mayores de 60 años, víctimas del conflicto armado del municipio de San Onofre, pertenecientes a organizaciones sociales a las que se aplicó una entrevista semiestructurada.

Así mismo, los principales resultados y conclusiones indican que las mujeres son resilientes, lo que demuestra que tienen una fuerza interior que las hace sentir fuertes a nivel personal, frente a experiencias negativas, y más allá de lo sucedido, donde no solo fueron ayudarse a sí mismos, pero tenían la capacidad de ayudar a otros. Además, también muestran alta autoestima, se sienten útiles a la familia; ven la dificultad como una forma de aprendizaje,

como algo que les da un conjunto útil de lecciones para hacer frente a situaciones cotidianas difíciles.

## **2.2 Bases teóricas**

Para el presente estudio, es importante dar a conocer referentes teóricos los cuales al interior de dicho trabajo se evidenció, aportando de manera directa a la investigación realizada, siendo estos planteamientos relevantes para contribuir en la validez teórica necesaria para el mismo, demostrando la importancia de esta investigación relacionada con la variable a estudiar.

### **2.2.1 Adulto mayor**

La ONU (2020) define o considera que un adulto mayor es aquella persona en un término de edad mayor de 65 años en los países desarrollados y de 60 años en adelante en los países en vías de desarrollo; de tal forma, que se establece que los rangos de edades de los adultos mayores se especifican en: i) Edad avanzada: de 60 a 74 años; ii) Viejos o ancianos: de 75 a 89 años; iii) Longevos: de 90 a 99 años; y iiiii) Centenarios: De más de 100 años.

El adulto mayor tiene características intrínsecamente adquiridas desde el punto de vista biológico, social y psicológico (campo psicológico), incluyendo experiencias, circunstancias, entornos sociales y familiares encontrados durante su vida. Sin duda, un concepto que considero ideal, relevante y por lo tanto utilizo todos los días en mi vida y desarrollo profesional (ONU, 2020).

### **2.2.3 Resiliencia**

Inicialmente, es importante recordar la definición de Resiliencia como variable y objeto de estudio en esta investigación, según lo planteado por Grotberg (1995; citado en

Melillo y Suarez, 2001) la define como la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse, y ser fortalecidos o transformados por experiencias de adversidad. De esta manera, se hace necesario que los seres humanos posean o desarrollen esta capacidad, la cual les permita afrontar cada adversidad presente en la vida cotidiana e incluso salir fortalecidos de las mismas.

De esta misma manera, la autora hace énfasis en las fuentes de la resiliencia, donde las mismas son herramientas o mecanismos encontrados en el medio para que el ser humano haga frente de manera concisa a las problemáticas o dificultades que en su diario vivir se presentan sin importante los contextos donde este se desenvuelven, estos son: yo tengo, yo soy, yo estoy, yo puedo.

#### **2.2.2.1 Yo tengo.**

Hace referencia al apoyo que la persona cree que puede recibir. De esta manera, este aspecto se convierte en un pilar clave para la persona que está atravesando adversidades en su vida, puesto que enfatiza en el apoyo fundamental encontrado en el exterior para este, convirtiéndose así en ayuda idónea para sobrepasar las dificultades presentes (Saavedra y Villalta 2008). En este apartado se destacan los siguientes factores de resiliencia:

*Vínculos:* Hace referencia a los ensayos destacan la socialización primaria y las redes sociales enraizadas en la historia personal. Se trata de lazos de la infancia que definen la estructura de apego que guía los sistemas de creencias.

*Redes:* Destaca aquellos juicios que se refieren a la relación afectiva que la persona establece con su entorno social próximo. Especifican las condiciones sociales y familiares que generan apoyo al sujeto.

*Modelos:* Refiere a los juicios se refieren a las personas y situaciones que guían al sujeto para enfrentar sus problemas. La experiencia pasada sirve como referencia para el enfoque de resolución de problemas.

*Metas:* Hace referencia a los juicios que dan sentido de la acción para resolver una situación problema. Se refiere a la consistencia de las metas y acciones hacia una meta clara y realista a perseguir. Se trata de predecir el futuro, dejando el principio inacabado. Implica comportamientos como el trabajo sin distracciones, resiliente, metódico y planificado.

#### **2.2.2.2 Yo soy, Yo estoy.**

Está enfocado en aquellas fortalezas intrapsíquicas y condiciones internas de la persona. Este aspecto guarda estrecha relación con el poder o valentía interna que posee el ser humano para hacer frente las innumerables adversidades que a lo largo de la vida se presentaran, por ende, se vuelve extremadamente importante para el individuo desarrollarlo, ayudando con este a sobre pasar de manera exitosa la problemática presente (Saavedra y Villalta 2008). De tal forma, se establecen los siguientes factores en esta parte:

*Identidad:* Se refiere a los juicios generales extraídos de los valores culturales que definen al sujeto de manera relativamente estable. Estos juicios generales son interpretaciones específicas de hechos y acciones a lo largo de la historia personal.

*Autonomía:* Se refiere a los juicios sobre la conexión que el sujeto establece consigo mismo para determinar su particular aporte al medio sociocultural. Se refiere a sentirse competente frente a los problemas, buena imagen de sí mismo e independencia en la acción.

*Satisfacción:* Se refiere a las valoraciones que revelan el estado de satisfacción personal, sentido de realización y autoestima desde el que el sujeto aborda una situación problemática.

*Pragmatismo:* Se refiere a juicios que muestran un significado práctico sobre la interpretación de acciones realizadas. Se refiere a una orientación positiva hacia la acción.

### **2.2.2.3 Yo puedo.**

Esta fuente se enfocó en aquellas habilidades que tiene la persona para relacionarse y resolver problemas, esta última hace referencia a el poder de relación y solución de conflicto del ser humano frente a las adversidades de la vida, convirtiéndose en pieza clave y fundamental en las relaciones del individuo y su forma de solución (Saavedra y Villalta 2008). Vincula los siguientes factores:

*Afectividad:* Juicio que hace referencia a un autorreflexión positiva y una evaluación de la vida emocional de uno, promoviendo la flexibilidad en los métodos, hábitos y preferencias, y adaptándose a nuevas situaciones con humor y empatía.

*Autoeficacia:* Juicio sobre la probabilidad de éxito que la persona realiza cuando se enfrenta a una situación problemática. Implica la autoconciencia de su capacidad para establecer límites, controlar los impulsos, asumir la responsabilidad de sus acciones y manejar el estrés.

*Aprendizaje:* Los juicios que tiende a valorar la situación problema como una oportunidad para aprender. Incluye aprender de experiencias pasadas, aprender de errores, evaluar las propias acciones y corregir acciones.

*Generatividad:* Hace referencia a la capacidad de buscar ayuda de otros para resolver situaciones problemáticas. Se refiere a la capacidad de generar respuestas alternativas a los problemas, promover la cooperación o pedir ayuda.

### **2.2.3 Resiliencia y psicología**

Por otro lado, se hace conveniente destacar la importancia que tiene la resiliencia junto a la llamada psicología moderna, la cual investiga cada uno de los factores que hace resistir a las personas frente a las adversidades, volviéndolas más fuertes y satisfechas al

momento de analizar la situación vivida. También, se dice que la resiliencia no se limita a resistir frente a un trauma ni a la simple recuperación, sino implica que al momento en que el individuo al superarse ante los eventos negativos, se renueva espiritualmente y crezca fortalecido (Rivas, 2007).

De igual modo, al hablar de los elementos de la resiliencia, los cuales son: sentido del humor, saber perdonar, madurar, apoyo social, y optimismo, donde la autora anterior realiza una explicación detallada de cada uno de estos, los cuales son pieza importante para una persona con características resilientes, es por esto, que se expresa lo siguiente; la resiliencia no es algo que se aplique, sino que se refiere a la fortaleza interior para la cual el apoyo de nuestros semejantes puede ser muy valioso, pero no indispensable, puesto que las personas individualmente analizan las opciones de volverse resilientes teniendo en cuenta cada uno de los aspectos o elementos antes mencionados (Rivas, 2007).

#### ***2.2.4 Resiliencia personal***

De la misma manera, es importante hacer referencia a la resiliencia personal Acevedo (2002), señala que consiste en tener la capacidad de afrontar el sufrimiento, reconstruirse y no perder la capacidad de amar, de luchar, de resistir. No es una destreza que hay que dominar, sino una realidad que hay que descubrir, que hay que desplegar. Por lo anterior expuesto por este autor se hace necesario que los seres humanos al atravesar adversidades en sus vidas sean capaces salir transformados o fortalecidos de tales eventos negativos, teniendo en cuenta que este tipo de resiliencia se debe trabajar diariamente, la cual se ira perfeccionando al momento de realizarse, donde la persona sin importar los eventos negativos presentes en su vida, puede dejar perder esta capacidad.

### ***2.2.5 Resiliencia: psicoperspectivas de una reflexión***

A partir de Martínez (2016), las diferentes definiciones de resiliencia se destacan en el individuo con distintas características, entre ellas están: competencia, enfrentamiento efectivo, adaptabilidad, baja susceptibilidad, habilidad, resistencia a la destrucción, y habilidades cognitivas, las cuales se ligan a situaciones de estrés pero que al final les permite su superación. Así mismo, se dice que la resiliencia se desarrolla en función de procesos sociales e intra-psíquicos.

En ese sentido, Martínez (2016), siguiendo a Grotberg (1995)) destaca que los análisis de las formas de resiliencia en diferentes grupos de personas se establecen de diferentes modos a partir de los condicionantes de vidas que reflejan sus modos de actuar, acciones, personalidades, socialización, manejo de emociones, habilidades, entre otros, que se relacionaran con los diferentes factores de resiliencia que destacan para los análisis:

- **Yo tengo:** Como manera de referencia de todas las formas en que una persona en una situación adversa es rodeada sea por sentimientos, personas, lazos de confianza, establecimiento de límites, ayudas o deseos de aprendizaje. Ello, se establece en los vínculos que poseen y puedan generar, los modelos de comportamiento y superación que se muestren y las diferentes metas que pueden trazar como objetivos de vida.
- **Yo soy:** Capacidad de identificación de la persona con rasgos emocionales que perciben los otros, especialmente aprecio, amor, benevolencia, solidaridad y toda una cadena de cualidades que describen a la persona para generar un soporte positivo. En esta parte, resaltan la identidad de la persona como forma de ser reconocido, la autonomía de sus criterios, los grados de satisfacción y el pragmatismo en la realización de sus actividades.
- **Yo puedo:** Destaca formas inmediatas de interacción en donde se enlazan aspectos de generatividad de relaciones interpersonales, afectividad y autoeficacia con respecto a los otros y su entorno.

### **2.3 Marco Legal**

Tomando como punto de partida, la importancia que deberían tener las personas mayores en la sociedad y su reconocimiento por el trabajo y tiempo dedicado a los demás y a la construcción de los valores y normas que nos rigen, y en esta etapa de sus vidas la experiencia adquirida por un largo camino recorrido, y por ende su trascendencia para el seno familiar, se hace necesario el apoyo de redes ante todo familiares en el cuidado que estos requieren en este momento, debido a que son personas mayores y necesitan cuidado específicos.

De esta manera, la mayoría de los adultos mayores que presentan estos casos, muestran deterioros en su salud manifestándose en enfermedades crónicas como la hipertensión, diabetes, insuficiencia renal, enfermedades cardiovasculares y problemas de desplazamiento y movilidad, sumándose a la emergencia sanitaria que atraviesa el país, siendo ellos la población más vulnerable e indefensa frente al Covid-19. Es por estas razones que el gobierno de Colombia y Ministerio De Salud y Protección Social determinaron, sustentados en la normatividad nacional, adoptar medidas preventivas frente a la pandemia y que se sustentan en los siguientes recursos legales o normativos:



**Tabla 1**

*Normas y medidas aplicadas para la protección los adultos mayores durante la pandemia por Covid - 19*

<b>Norma</b>	<b>Aplicación</b>	<b>Vigencia</b>
<b>Resolución 385 de 2020</b>	Declaratoria de emergencia sanitaria nacional.	Año 2020 – Hasta declaratoria de sanidad nacional.
<b>Resolución 464</b>	Medida sanitaria de aislamiento para prevención y de carácter obligatorio para adultos mayores de 70 años.	Año 2020 – Hasta declaratoria de sanidad nacional.
<b>Ley 1753 de 2015</b>	El Estado, la sociedad y la familia son garantes del bienestar y cuidado de toda la población de la tercera edad en el territorio nacional. Se establece al adulto mayor como sujeto especial de protección.	Actualidad
<b>Ley 1751 de 2015</b>	El Estado es garante de la aplicación del derecho fundamental a la salud de todas las personas en el territorio colombiano.	Actualidad

*Fuente:* elaboración propia.

## Capítulo III

### 3. Marco Metodológico

#### 3.1 Enfoque

Esta investigación se desarrolló con base en el enfoque de paradigma positivista, que según Dobles, Zúñiga y García (1998; citado en Meza, 2003) plantea que la realidad está dada, y puede ser totalmente conocida por la misma persona o sujeto mediante un método específico; De tal forma, la implementación por medio de este enfoque de estudio facilitará la comprensión de la realidad que supone el objeto de estudio en analizar los factores de resiliencia presentes en los adultos mayores que a causa de la pandemia por Covid – 19 se encuentran en confinamiento.

En ese sentido, se buscó conocer e indagar sobre la realidad, vivencia o determinación presente de las vivencias de un grupo de adultos mayores que viven las condiciones de confinamiento por Covid – 19 en el centro de vida del municipio de Barranco de Loba – Bolívar, buscando describir los factores de resiliencia que pueden identificarse en ellos.

#### 3.2 Diseño

Esta investigación, se desarrolló con base a un diseño de investigación de tipo cuantitativo, que permitió realizar una amplia medición sobre los factores de la resiliencia en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio a causa de la pandemia por Covid – 19 en el centro de vida del Municipio de Barranco de Loba -Bolívar. Por lo tanto, es importante señalar, que el diseño cuantitativo según Hernández, Fernández y Baptista (2006) “usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica así mismo, el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías”.

### 3.3 Tipo de estudio

La investigación es de tipo descriptivo y se basa en la recolección de datos o información para describir inicialmente los datos, los valores o las puntuaciones obtenidas para la variable a estudiar, buscando conocer los niveles y factores de la resiliencia en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba - Bolívar en un momento específico (Hernández., Fernández y Baptista, 2006).

Además, esta investigación se apoyó en una escala de medición, para facilitar el análisis de la información y las variables involucradas en la investigación con el fin de precisar de forma directa los aspectos relevantes que describen los comportamientos resilientes y sus factores.

### 3.4 Operacionalización de variables

Determinar los factores claves de la resiliencia en adultos mayores bajo situación de confinamiento obligatorio del centro de vida del Municipio de Barranco de Loba – Bolívar.

**Tabla 2**

*Operacionalización de variables*

<b>Variable</b>	<b>Tipo de Variable</b>	<b>Nivel</b>	<b>Valor</b>	<b>Estadístico</b>
<b>Resiliencia</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Espiritualidad</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Identidad</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo	Porcentaje (%)

			2 = Medio 3 = Alto	
<b>Autonomía</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Satisfacción</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Pragmatismo</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Vínculos</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Modelos</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Metas</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Afectividad</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Autoeficacia</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)
<b>Generatividad</b>	Cuantitativa	Continua	1= Bajo 2 = Medio 3 = Alto	Porcentaje (%)

*Fuente:* elaboración propia.

### 3.5 Instrumentos de recolección

Es necesario incorporar aquellos aspectos que direccionan su atención en la observación y el examen de las diferentes fuentes documentales, que proporcionan el análisis, la interpretación y la descripción de los datos que se manejan, para ello se hace indispensable incluir un conjunto de técnicas instrumentales (Balestrini, 2006). Todas estas técnicas facilitarían la recolección y así mismo el análisis de información, lo cual es sumamente necesario al culminar y darle respuesta a esta investigación.

Las herramientas y técnicas utilizadas para esta investigación serán:

- Escala de Resiliencia (E. Saavedra, M. Villalta – 2007): Desarrollada por Eugenio Saavedra y Marco Villalta al establecer una escala de resiliencia capaz de medir las actitudes y procesos de las personas en Chile. Este instrumento, dirigido a jóvenes y adultos, permite establecer un nivel general de elasticidad, además de conocer los elementos específicos que la componen y así poder trabajar con ellos; El test consta de 60 ítems divididos en 12 factores específicos de recuperación, que es el resultado de una combinación entre el modelo de las verbalizaciones de Grotberg y el de Saavedra, el cual indica 4 enfoques de análisis: i) Respuesta resiliente; ii) Visión del problema; iii) Visión de sí mismo y iii) Condiciones de base (Ver anexos).
- Cuestionario de Rosa Argentina Rivas: Refiere un cuestionario de resiliencia que consta de 20 afirmaciones en las que se indaga sobre la posición, identificación o grado de representación para las personas o individuos a los que se les aplica y el cual se califica con valores del 1 al 10 siendo el 1 el grado más bajo. Este instrumento se plantea por medio de sus ítems, en evaluar los aspectos más intrínsecos en los procesos de resiliencia de la persona (Ver anexos).

### **3.6 Procedimiento y análisis**

El procedimiento de tratamiento de la información constó de 4 etapas:

- Etapa 1: De forma previa a la aplicación de los instrumentos se tramitó autorización con las directivas del centro de vida y familiares de los adultos mayores para acordar el tratamiento de la información tratada y el establecimiento de un consentimiento informado por parte de los adultos, sus familiares y las directivas del centro.
- Se aplicaron los instrumentos a 111 adultos mayores del centro de vida del municipio de Barranco de Loba – Bolívar: las actividades se realizaron durante 1 mes con ejercicios previos de familiarización con las personas y abarcando pequeños grupos de forma semanal cumpliendo los protocolos de bioseguridad.

- La información se tabuló e interpretó utilizando el paquete de software estadístico SPSS y se dinamizó su realización gráfica y discursiva por medio del paquete de Excel, que posibilita el análisis de los resultados en el documento.
- La información resultante fue entregada a las directivas del centro de vida como elemento estratégico para sus dinámicas de trabajo psicosocial.

## Capítulo IV

### 4. Análisis de Resultados

A partir de la aplicación del Test – Escala de Resiliencia a una muestra de 111 adultos mayores que se encuentran en centro de vida Matusalem, del municipio de Barranco de Loba – Bolívar, el conjunto de factores de resiliencia que se analizan y dada la Operacionalización de las variables, se establecen los siguientes hallazgos.

De esta forma, el comportamiento de los resultados de acuerdo a la aplicación de la escala presenta los siguientes análisis:

*Factores de resiliencia relacionados con la espiritualidad*

#### Figura 1

*Resiliencia y Espiritualidad.*



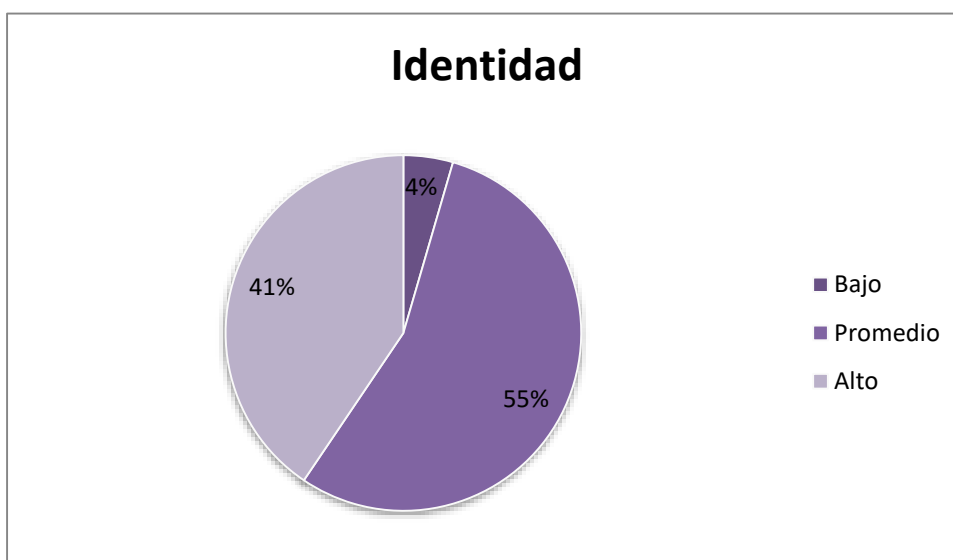
*Fuente:* elaboración propia.

A partir de la aplicación del test, la disposición consultada a los adultos mayores en cuanto a la relación que establecen con sus capacidades resilientes y la espiritualidad, destaca un 96% de las personas que se enfocan en poder construir una red de apoyo que facilite el ejercicio de resiliencia como una forma de vincularse en la creación de elementos propios que le faciliten seguridad a través del acompañamiento emocional, psíquico y psicológico que deviene al contar con un soporte vital de relaciones interpersonales que prevalecen su fortaleza espiritual, destacando el apoyo y la confianza como un factor importante en la determinación de actitudes positivas frente a las situaciones adversas presentadas en condiciones de aislamiento y confinamiento.

*Factores de resiliencia relacionados con el Yo Soy – Yo estoy*

## Figura 2

### *Identidad*



*Fuente:* elaboración propia.

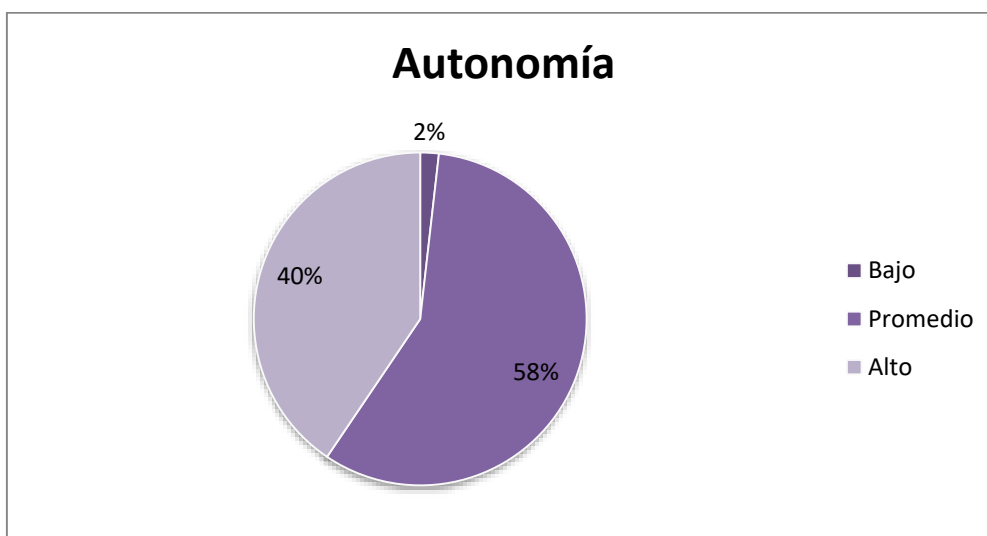
En cuanto al ejercicio que vincula a los adultos mayores a generar determinaciones introspectivas sobre sus factores identitarios tales como: personalidad, actitudes y disposiciones frente a las condiciones de su vida que resultan cambiantes, se destaca que el 96% refiere una disposición actitudinal que facilita el reconocimiento de su persona y sus



capacidades frente a las condiciones variantes que se presentan estando en el centro de vida y a las situaciones específicas que determinan un estado de vivencia que difiere de las normalidades a las que están acostumbrados, dado que la presencia del fenómeno pandémico configura la cotidianidad y aun en ello, los adultos mayores logran construirse en su personalidad.

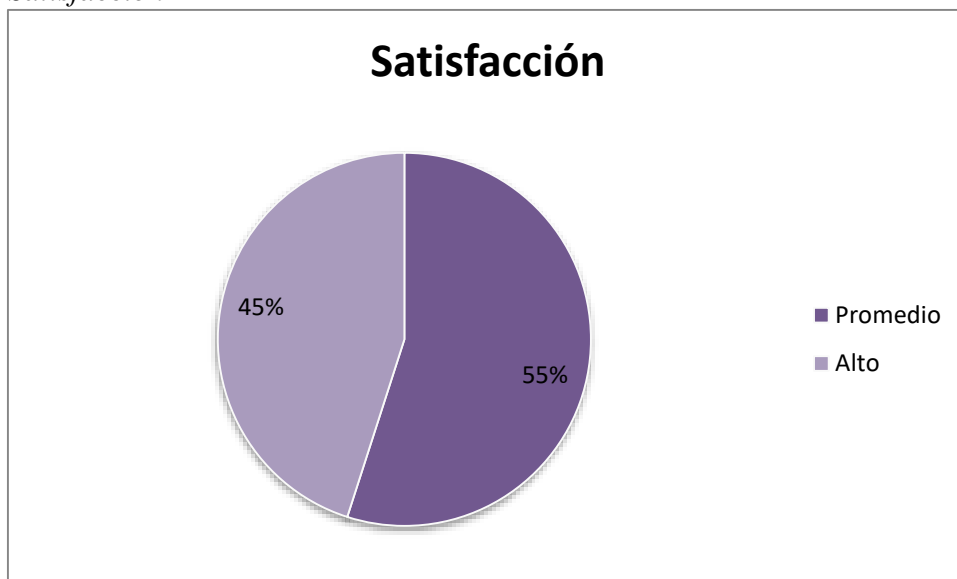
### Figura 3

*Autonomía.*



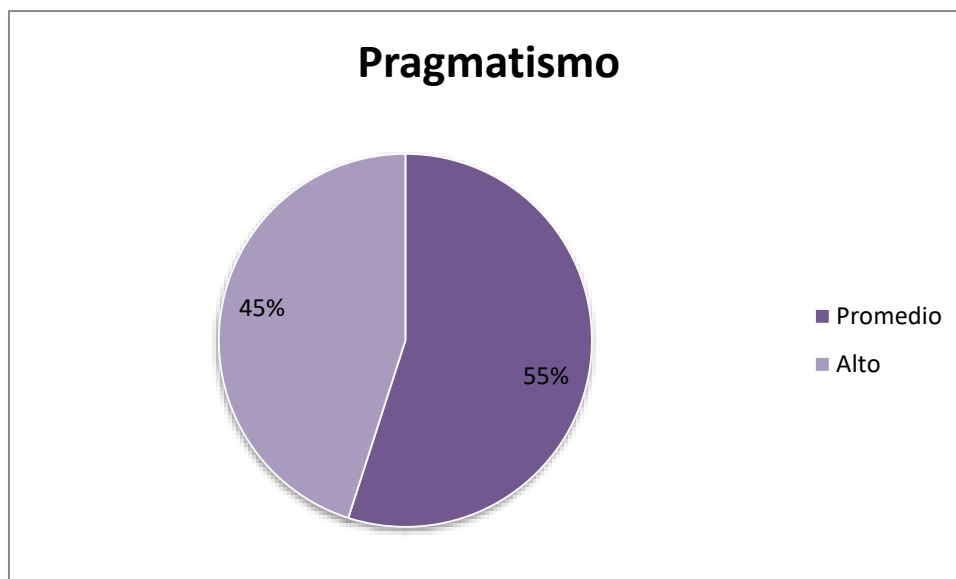
*Fuente:* elaboración propia.

Para este caso, el 98% de los adultos mayores, refiere y demuestra actitudes de apreciación autónoma sobre las condiciones que están configurando su vida, anotándose como importante que la capacidad de toma de decisiones se vincula a su nueva realidad y se aplica desde el reconocimiento de sus valores como ser humano, sus capacidades integrales y el establecimiento de respaldo familiar, social e institucional.

**Figura 4***Satisfacción*

*Fuente:* elaboración propia.

En este aspecto, en el total de adultos mayores internados, se detalla en la medida en que suponen un lugar y estado que les ofrece en lo inmediato condiciones de seguridad personal y sanitaria, que refieren como principal para resguardar su integridad, por lo que a un buen estado de ánimo frente a la situación se traducirá en una mejor forma de concreción de relaciones personales e interpersonales que favorecen la practicidad de sus mecanismos resilientes en la situación de pandemia.

**Figura 5***Pragmatismo.*

*Fuente:* elaboración propia.

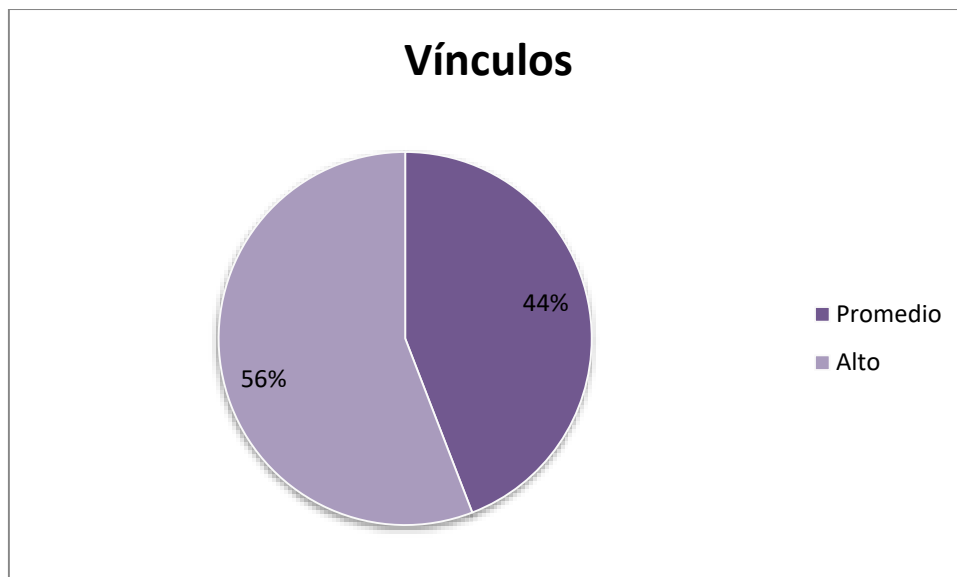
Este factor, que se relaciona directamente con el anterior, devela que las capacidades de respuestas de los adultos mayores del centro de vida están íntimamente relacionadas con un alcance positivo si: construyen una red de apoyo, logran mantener su personalidad abierta de forma positiva a la situación adversa y reconocen los factores de cambio desde las condiciones que han ganado en el resguardo de su integridad física, espiritual, personal y emocional.

Cabe resaltar, que los elementos que definen el potencial resiliente del *Yo soy, Yo estoy*, precisan un nivel de relevancia en las capacidades que direccionan a reconstruir desde el centro como institución, dado que la situación de pandemia, es una vivencia variante a las condiciones con que los adultos en un principio se integran, es decir, que frente a la condición actual ya se han establecido unos factores positivos de trabajo de generación de sinergias resilientes frente a la situación puntual de cada adulto mayor.

*Factores de resiliencia relacionados con el Yo tengo*

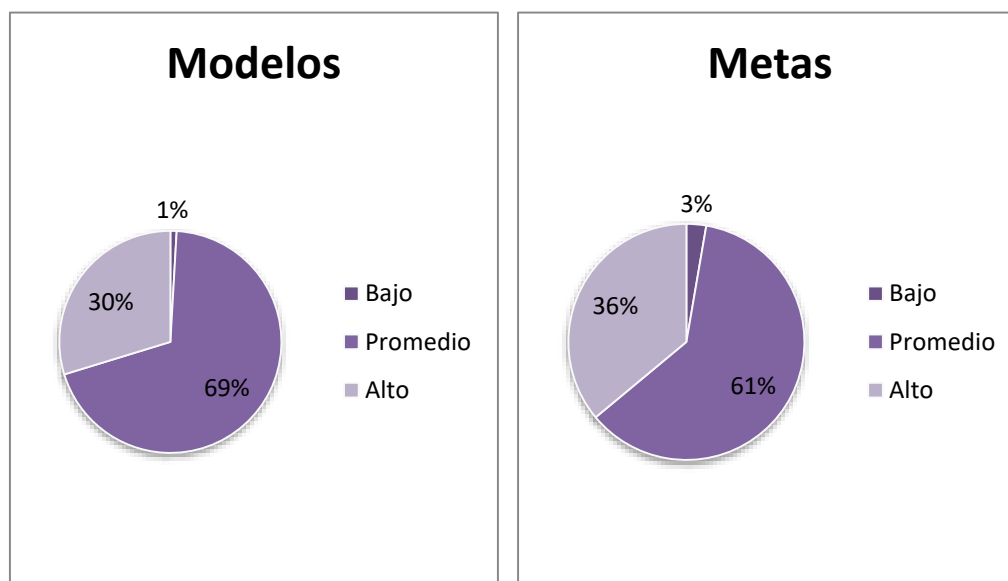
### **Figura 6**

*Vínculos.*



*Fuente:* elaboración propia.

El total de los adultos mayores vinculados al estudio, dadas las concreciones de espiritualidad, identidad, satisfacción y pragmatismo, ha generado un actuar positivo frente a los vínculos que ha creado en las nuevas condiciones de vida, en las que al asumir las condiciones de riesgo, estrés y salud, ha demostrado gran capacidad para reflejarse y apoyarse en una red de apoyo institucional, personal o familiar que en cada caso específico recompone su situación frente a una dinámica ajena como las repercusiones de la pandemia a causa del confinamiento, aislamiento y diversas medidas preventivas que especialmente están dirigidas a esta población.

**Figura 7***Modelos y metas.*

*Fuente:* elaboración propia.

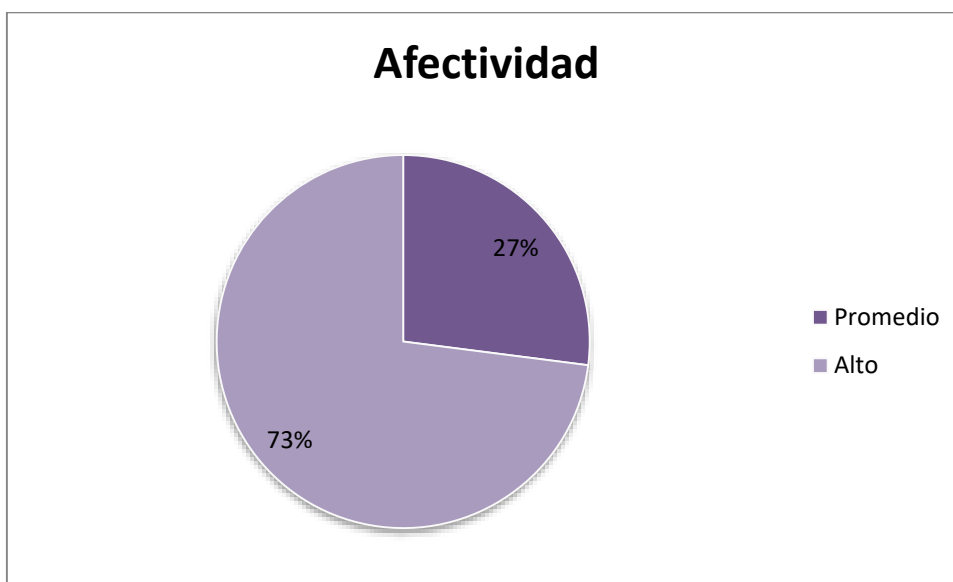
En los aspectos de Modelos y Metas, como elementos que trazan el comportamiento de los adultos mayores, frente a la construcción de una dinámica de vida propia en las condiciones que configuran sus vivencias y estadías en el centro de vida, es notorio para el factor modelos (69%) y Metas (61%) que establecen una cifra promedio para los sujetos que han podido establecer una forma de vida desde sus actitudes que en primer lugar condiciones un comportamiento para ellos y hacia los demás y en segundo lugar, que establezca una visión de opciones a mediano y largo plazo como personas y como grupo, por lo que son elementos que están iniciando a cimentarse en este tipo de población dado que para estos es fundamental la solidez del grupo o red de apoyo y la definición de un estado de seguridad que permita favorecer y comprender la dinámica de vida que se les está presentando.

### *Factores de resiliencia relacionados con el Yo puedo*

Para estos aspectos, se presentan las siguientes dinámicas, que al mismo modo que los factores de modelos y metas, dependen de otros co-integrales de generación de resiliencia.

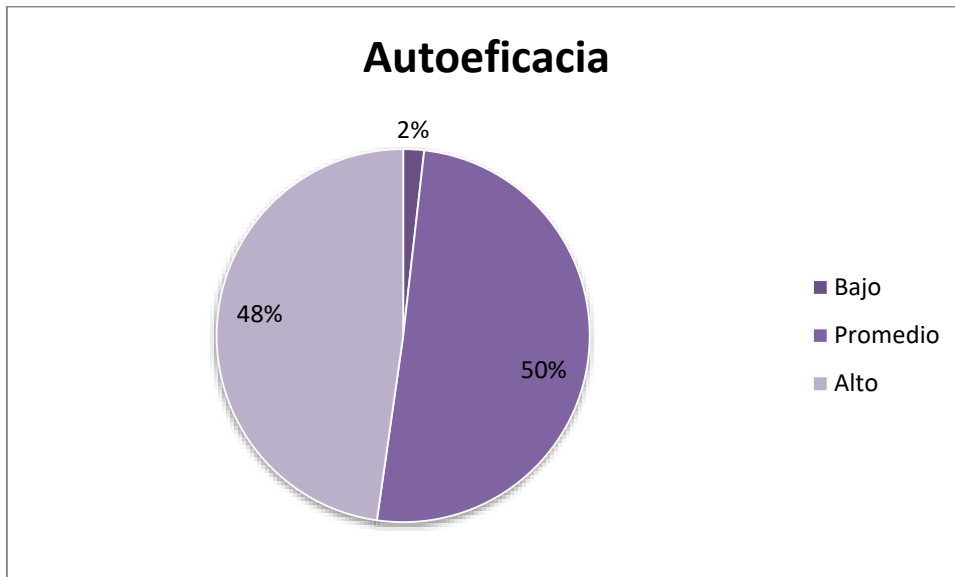
### **Figura 8**

#### *Afectividad.*



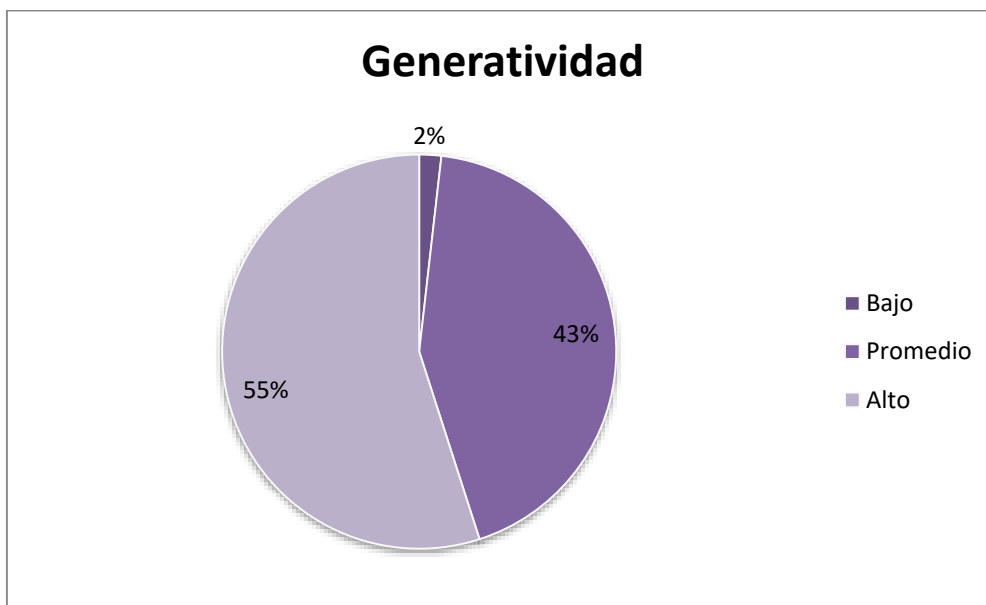
*Fuente:* elaboración propia.

Las condiciones relacionadas con elementos de generación de disposiciones personales, presentan en este tipo de población sus cimientos en elementos del Yo soy, tales como la espiritualidad y la identidad, que generándose en un constructo y dimensión de apoyo recíproco entre el adulto mayor, la institución, la familia y compañeros, se traduce en un condicionante de transmisión sensible frente a la vida, que estipula lineamientos de apego y afecto al círculo inmediato de relación en el centro de vida, que según el test se demuestra en un porcentaje alto del 73%.

**Figura 9***Autoeficacia.*

*Fuente:* elaboración propia.

En el mismo sentido que el factor anterior, el establecimiento de elementos positivos que permiten la construcción de la identidad del adulto mayor en el centro de vida frente a las situaciones adversas propias y de la pandemia, han generado elementos de valía para la autodeterminación personal, grupal y la toma de decisiones, considerando especialmente que el 98% de los adultos se reconoce en un estado de determinación y rendimiento propio positivo frente a las condiciones vivenciales que se han presentado.

**Figura 10***Generatividad.*

*Fuente:* elaboración propia.

Este aspecto, de gran valor para el adulto mayor del centro de vida Matusalem es fundamental presentando un comportamiento positivo del 98% por encima del promedio y se sostiene en los aspectos creados de autonomía y toma de decisiones que han sido forjado por medio de las interacciones grupales, las redes de apoyo y los factores asociados a la personalidad que determina un buen desempeño del adulto mayor, dado que las condiciones negativas que encierran su vida y el confinamiento, sin un acompañamiento y motivación pueden generar un alto grado de estancamiento en la persona.



## 5. Discusión

A partir de los resultados encontrados, que destacan una serie de hallazgos en una población de adultos mayores de 111 personas, la aplicación del test y la trazabilidad de comportamientos que previamente se han descrito, es fundamental asumir que las condiciones de análisis han estado supeditadas por la presencia de la situación de pandemia presentada por el Covid – 19, en la que la dinámica social de cuidado y autocuidado reflejó una serie de medidas específicas para la población de adultos mayores por presentar mayor vulnerabilidad, que aunado a las situaciones puntuales de cada adulto mayor plantea una condición de estrés o ansiedad frente a cualquier situación adicional a su estado mental, físico, psicológico y psicosocial actual (Buitrago, Cordón y Cortés, 2018); de tal forma, se presentan algunas apreciaciones a partir de las bases teóricas y antecedentes presentados.

En primer lugar, en cuanto a los factores de resiliencia relacionados con la espiritualidad, se refleja un alto valor promedio en el cual los adultos mayores del Centro de Vida Matusalem en el municipio Barranco de Loba, muestran como una opción primordial el refugio religioso como una forma de construir una red de apoyo emocional, lo cual destaca la orientación en el que el ejercicio resiliente sobresale en muchos casos por medio de las practicas espirituales que pueden referir las personas, dado que surten una forma de reconocimiento de la condición humana y se establece como un ejercicio reiterado de encuentro personal y desarrollo introspectivo que permite a la persona asumirse y poder revelar, mostrar o hacer partícipe de su interés y actitud de superación, lo cual concuerda con los planteamientos de Moscoso y Castañeda (2018) quienes refieren que la espiritualidad dotada por elementos religiosos o de creencias se convierten en un incentivo palpable para la motivación y disposición voluntaria para la superación de los problemas.

Este desarrollo espiritual, que se evidencia en los adultos mayores, en las condiciones adversas propias y las que presenta en su situación personal o familiar, representa en esta muestra de personas un factor determinante en la reconstrucción del ser para dotarse de

elementos intrínsecos que posibiliten la decisión de un actuar a favor de la recuperación y las soluciones.

En segundo lugar, relación a los factores de resiliencia relacionados con el *Yo Soy – Yo Estoy*, los hallazgos dirigen a fundamentar elementos de gran relevancia para el estado de los adultos mayores que en principio refieren a la identidad como una fortaleza psíquica que al nutrirse puede permitir la reconversión de los hechos adversos; La autonomía como un elemento de rigor personal para asumir las situaciones de vida, dado que permite la dotación de valores internos en la persona y la satisfacción como una condición de percepción sobre las situaciones y condiciones de vida que permiten la toma de decisiones para el constructo de actitudes y personalidades positivas (Saavedra y Villalta, 2008).

Para el caso del pragmatismo, que en este estudio se revela como una condición que el adulto mayor crea a partir de la interpretación fiable de sus condiciones personales y generales (dado que se haya en un grupo) y las cuales traduce en una posición positiva frente a la situación adversa, se muestra como una composición en el que por medio de las actividades institucionales, el manejo psicológico y psicosocial, en el centro de vida se ha facilitado establecer un ambiente, a pesar de lo colectivo, de transición personal que facilita la autodeterminación y la toma de decisiones. Ello, es concordante con lo hallado por Cerquera et al. (2019) en el sentido de que las posiciones actitudinales definen y configuran voluntades y disposiciones de buena respuesta en el acompañamiento que se pueda establecer a un adulto mayor en su proceso de recuperación, asimilación o superación de los hechos o situaciones adversas que se le presentan.

Lo anterior, se refleja en el sentido del valor institucional que se ha establecido en los mecanismos de acción resiliente que se establecen en el centro de vida, que permiten o posibilitan al grupo de adultos mayores de generar una reevaluación positiva de sus condiciones de vida, ejercicio introspectivo que permite la asimilación de las situaciones, la creación de un ideario e imaginario positivo que facilita la percepción y decisión del adulto mayor.

En tercer lugar, frente a las condiciones de resiliencia y el *Yo tengo*, partiendo de los resultados, en esta parte se evidencia en términos de afectividad y vínculos, un arraigado desarrollo de condicionantes de apoyos y soportes que se establecen en redes institucionales y redes familiares, permitiendo formas de integración sanas a la realidad, que para este caso, por condiciones de la pandemia, se ejecutan de forma indispensable para aumentar las posibilidades de éxito de los adultos mayores en la transición intempestiva de los cambios que han rodeado su vida (Saavedra y Villalta, 2008).

Además, estas forma, se representan en un mecanismo de cohesión social que representa la sinergia explícita que ha logrado establecer el adulto mayor con los otros, a pesar de las circunstancias negativas de su vida y los condicionantes como el aislamiento, el confinamiento y el cuidado riguroso que se presenta para con ellos en la pandemia, lo cual resulta en un elemento clave para la articulación y la disposición recíproca de los adultos mayores para con la sociedad inmediata, tal como Arrué (2018) interpreta en la facilitación de fortalezas emocionales por parte de las personas mayores como elementos que configuran sus percepciones y expectativas de forma positiva.

Por último, los factores de resiliencia relacionados con el *Yo Puedo*, a partir de los hallazgos se identifican elementos primordiales en el establecimiento de una condición resiliente, establecidos en la autoeficacia y la afectividad, que resaltan como una forma de creación de capacidades que posibilitan la generación de soluciones ante los cambios de la vida y resoluciones frente a las situaciones urgentes que requieren de la disposición, el apoyo y la continuidad del ejercicio práctico de interés personal en sobresalir frente a las situaciones problemas (Saavedra y Villalta, 2008); para este caso, se pueden ejemplificar situaciones de estrés o ansiedad a causa del confinamiento, por lo cual es indispensable la practicidad de las formas de tratamiento e intervención que institucionalmente se presenten.

En suma, partiendo del planteamiento de Araujo y Faro (2016) lo recurrente para el estudio se enfoca en el sentido de pertenencia que puede desarrollar cada adulto mayor frente a la situación problema pero que no debe omitir las condiciones cambiantes que pueden presentarse en un entorno determinado por una situación ajena a las voluntades de los adultos

y de la institución. Frente a esto, Carvajal et al. (2011) refieren que la persona no puede ser, de un momento a otro, resiliente en todo espacio y condición, dado que existen situaciones que se dan de forma diferenciada en cada grupo, persona o grupo familiar que requiere una solución, orientación o disposición de acciones de cuidado psicosocial.

Estos elementos, evidencia la generación de acciones que pueden encaminarse desde el encadenamiento de las acciones familiares, las instituciones, el adulto mayor y su grupo. Dado que el establecimiento de una condición resiliente se basa en una práctica de construcción de red que permita centrar al adulto mayor en un escenario dotado de acompañamiento familiar, institucional y emancipación espiritual personal que puedan fortalecer su dinámica de creación de capacidades y habilidades para la vida como un elemento imperante en la determinación de sus rumbos y decisiones.

## Conclusiones

El trabajo con una comunidad de adultos mayores evidencia y reitera las condiciones de un grupo de población que está sujeto a variaciones y cambios propios y de las situaciones que pueden presentarse en sus vidas, a su voluntad o no y frente a las disposiciones adversas que configuran su vida y sus percepciones de la misma. Es pertinente establecer, que las acciones institucionales se establecen en criterios y rutas que han establecido previamente según el valor psicológico y psicosocial que pretenden construir, pero que ante una situación intempestiva y un tipo de población vulnerable, las dinámicas de trabajo se tornan distintas, dada la complejidad de una situación como la pandemia originada por el Covid – 19, en donde la búsqueda de un elemento o estado resiliente depende en gran parte de la voluntad dispuesta por la persona. En ese sentido, para el estudio se presentan los siguientes comentarios finales a modo de conclusión.

En primer lugar, la espiritualidad se establece como un elemento fundamental en el ejercicio introspectivo del adulto mayor, posicionándose como una cualidad en la que recurrentemente se acude para alivianar las cargas y generar una actitud de expectativa positiva en la solución de las condiciones adversas que se presentan; esta característica, presente en los adultos mayores del Centro de vida Matusalem, parte de los aspectos religiosos que se hallan en estas personas y que vislumbran una forma tradicional de fortalecerse por medio de las creencias religiosas y la disposición positiva que genera esta práctica en estas personas.

En segundo lugar, se establece como otro pilar fundamental en el ejercicio resiliente para los adultos mayores, la articulación de un ambiente de cohesión social, que de forma integral parte por el establecimiento institucional de redes de apoyo que facilita dotar al adulto mayor de su capacidad de generar y mantener relaciones sanas en las que se pueda sostener ante las condiciones de estrés o ansiedad que genera el aislamiento o confinamiento. Además. El establecimiento de una red de apoyo que se fundamente en la familia, la

institución y el grupo de adultos mayores provee de una posibilidad de opciones en los que estos pueden encontrar un mecanismo de relación directa para articular su red de apoyo.

En tercer lugar, un elemento troncal que es resultado del acompañamiento de las redes de apoyos y el mismo adulto mayor, es la forma de dotación de capacidades, generación de voluntades positivas y disposición para construir un criterio de autodeterminación y rigor personal que ubique a estas personas en el reconocerse como centro de su vida y encaminar su toma de decisiones a visionar una condición de mejora si se asimila de buena manera las variaciones negativas que puedan presentarse; ello, permite potenciar las capacidades de los adultos mayores en un sentido más amplio, centrándose en la oportunidad de asimilarse como creadores de una mejor expectativa de vida.

En cuarto lugar, resulta fundamental que ante la situación de la pandemia por el Covid – 19, el establecimiento de fortalezas frente a la dificultad que representa el aislamiento y el confinamiento, el adulto mayor recurra a una posición de solicitud de apoyo y reciprocidad para con los otros miembros del centro de vida, siendo esto, más allá de una situación de cohesión social, un mecanismo de articulación que con las visiones personales, el trabajo institucional y el constructo social posibilita el sostenimiento de una base resiliente para este grupo poblacional.

Por último, el desarrollo de esta temática, académicamente representa el poder articular un estudio de caso de gran relevancia para el establecimiento de lineamientos estratégicos que puedan aplicarse a otro tipo de estudios y como base teórica de intervenciones que puedan darse a mediano o largo plazo. El estudio, permite aportar a la radiografía de un grupo etario que en ocasiones es observado como una cifra más pero que detalla grandes aspectos de cuidado, valoración y protección dados las condiciones de cambio y vulnerabilidad que puedan reflejarse en ellos.

### Referencias bibliográficas

- Acevedo, G. (2002). Logoterapia y resiliencia. *NOUS*, (6). Pp. 23-40.  
[https://nanopdf.com/download/logoterapia-y-resiliencia\\_pdf](https://nanopdf.com/download/logoterapia-y-resiliencia_pdf).
- Araujo, C. y Faro, A. (2016). Estudio sobre la resiliencia en ancianas del Valle de Paraíba, São Paulo, Brasil. *Enfermería global*, 15(42). pp. 63- 80. Recuperado desde:  
<http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v15n42/clinica4.pdf>
- Arrué, K. (2018). *Funcionamiento familiar y resiliencia en estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de violencia intrafamiliar de una institución educativa estatal emblemática de Los Olivos, 2018*. [Tesis de grado. Universidad Cesar Vallejo].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/31521>
- Balestrini, M. (2006). *Como se Elabora el Proyecto de Investigación*. Caracas: BL Consultores Asociados. [https://issuu.com/sonia\\_duarte/docs/como-se-elabora-el-proyecto-de-inve](https://issuu.com/sonia_duarte/docs/como-se-elabora-el-proyecto-de-inve)
- Burán, A. (2017). *La resiliencia y la relación con la calidad de vida en adultos mayores*. [Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Católica Argentina] Sede Mendoza. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/260/1/doc.pdf>
- Cárdenas, A., y López, A. (2011). Resiliencia en la vejez. *Rev. Salud Pública*, 13(3). Pp. 528-540. Recuperado desde: <https://scielosp.org/pdf/rsap/2011.v13n3/528-540/es>
- Carvajal, V., Castaño, B., Noguera, G., y Klimenko, O. (2011). Fomento de la actitud resiliente en los adultos mayores en situación del abandono familiar. *Psicoespacios*, 5(6). Pp. 27-46.  
<http://revistas.iue.edu.co/revistasiue/index.php/Psicoespacios/article/view/68>

- Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias. (2020). *Información científica-técnica. Enfermedad por coronavirus, COVID-19*.  
<https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/ITCoronavirus.pdf>
- Cerquera, A., Matajira, F., Romero, K. y Peña, A. (2019), Estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores víctimas del conflicto armado colombiano. *Revista Tesis Psicológica, 14*(2). Pp. 66-82.  
<https://revistas.libertadores.edu.co/index.php/TesisPsicologica/article/view/916/888>
- Condori, M. (2017). “*Calidad de vida y la capacidad resiliente de adultos mayores en situación de vulnerabilidad asistentes a la fundación ancianos la paz*”. [Tesis de Grado. Universidad Mayor de San Andrés].  
<https://repositorio.umsa.bo/xmlui/bitstream/handle/123456789/14872/TG-4013.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Congreso de la República de Colombia (2017). LEY N° 1850 de 19 de julio de 2017 "por medio de la cual se establecen medidas de protección al adulto mayor en Colombia, se modifican las leyes 1251 de 2008, 1315 de 2009, 599 de 2000 y 1276 de 2009, se penaliza el maltrato intrafamiliar por abandono y se dictan otras disposiciones. Bogotá, D.C.: Congreso de la República de Colombia. Recuperado desde:  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/IGUB/ley-1850-de-2017.pdf>.
- Cortés, J. y Flores, P. (2012). Resiliencia y su relación con estilos de vida de los adultos mayores autovalentes. *Ciencia y enfermería, 18*(3). Pp. 73-81.  
[https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v18n3/art\\_08.pdf](https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v18n3/art_08.pdf).



- Cruz, M. (2015). *Papel de la resiliencia en personas mayores institucionalizadas*. [Tesis de maestría. Universidad Pontificia ICAI]. Madrid. <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/2592/retrieve>
- Díaz, R., González, R., González, N., et al. (2017). Resiliencia en adultos mayores: estudio de revisión. *Revista Electronica de Psicogerontologia*, 4(2). Pp. 22- 29. Recuperado desde: <file:///C:/Users/User/Downloads/articulo3.pdf>
- Gonzales, T. y Muñoz, O. (2015). *Desarrollo de una aplicación web para el control de consultas e historias médicas de un consultorio*. [Tesis grado. Universidad Rafael Urdaneta]. Maracaibo. <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/2501-15-08319.pdf>
- Grotberg, E. (1995). The International Resilience Project: Research and Application. *Civitan International Research Center, UAB.* pp.3. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED423955.pdf>
- Flores, F. y Fuentes, G. (2016). La indigencia de adultos mayores como consecuencia del abandono en el Estado de México. *Scielo*, 22(87). Pp. 161- 181. <file:///C:/Users/User/Documents/1405-7425-pp-22-87-00161.pdf>
- Fonseca, A., Gualteros., M. y Lopez., S. (2017). *Resiliencia en seis excombatientes del Centro Penitenciario y Carcelario de Villavicencio*. [Tesis de Grado. Universidad Cooperativa de Colombia]. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/4467/1/2017\\_resiliencia\\_seis\\_excombatiientes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/4467/1/2017_resiliencia_seis_excombatiientes.pdf)
- García, M., y Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias*

- Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1). pp. 63-77.  
file:///C:/Users/User/Downloads/Dialnet-  
DesarrolloTeoricoDeLaResilienciaYSuAplicacionEnSit-4220133.pdf
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. Mexico: McGraw-Hill.  
[https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis\\_sampieri\\_unidad\\_1-1.pdf](https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis_sampieri_unidad_1-1.pdf)
- López, J., Arrieta, S., y López, Y. (2016). *Resiliencia en Mujeres Mayores de Sesenta Años, Jefas de Hogar, Víctimas del Conflicto Armado Colombiano, Pertenecientes a Organizaciones Sociales*. [Tesis de Grado. Corporación Universitaria del Caribe].  
<http://repositorio.cecar.edu.co/xmlui/handle/123456789/343>.
- Martínez, M. (2016). *Resiliencia, psicoperspectivas de una reflexión*. Venezuela: Inver-e-Group Venezuela C.A. Recuperado de:  
file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Resiliencia%20Perspectivas%20y%20Reflexiones%202016.pdf
- Melillo, A. y Suarez, E. (2001). RESILIENCIA Descubriendo las propias fortalezas. Introducción de Edith H. Grotberg: Buenos Aires, Paidó, Pp. 20 Recuperado desde:  
[http://bibliopsi.org/docs/carreras/obligatorias/CFP/trabajo/filippi/Trabajo%20Filippi%20Teoricos%20Parte%203/Melillo,%20A.%20&%20Suarez%20Ojeda,%20E.%20N.%20\(Comp.\).%20\(2001\).%20Nuevas%20tendencias%20en%20resiliencia.%20\(19-30\).pdf](http://bibliopsi.org/docs/carreras/obligatorias/CFP/trabajo/filippi/Trabajo%20Filippi%20Teoricos%20Parte%203/Melillo,%20A.%20&%20Suarez%20Ojeda,%20E.%20N.%20(Comp.).%20(2001).%20Nuevas%20tendencias%20en%20resiliencia.%20(19-30).pdf)
- Meza, L. (2003). El Paradigma Positivista y la Concepción Dialéctica del Conocimiento. *Revista Virtual, Matemática Educación e Internet*, 4 (2). Pp. 1-6. Recuperado desde:  
<http://revistas.tec.ac.cr/index.php/matematica/article/view/2296/2087>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución Número 000464, Por la cual se adopta la medida sanitaria obligatoria de aislamiento preventivo, para proteger a los adultos mayores de 70 años. Bogotá, D.C.: Ministerio de Salud y Protección Social. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-464-de-2020.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución Número 000470, Por la cual se adoptan las medidas sanitarias obligatorias de aislamiento preventivo de personas adultas mayores en centros de larga estancia y de cierre parcial de actividades de centros vida y centros día. Bogotá, D.C.: Ministerio de Salud y Protección Social. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-470-de-2020.pdf>

Moscoso, S. y Castañeda, A. (2018). Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (SVRES) para adultos mayores en Lima metropolitana. *Búsqueda*, 5(21). Pp. 165-181. Recuperado desde: <https://revistas.cecar.edu.co/index.php/Busqueda/article/view/419/424>

Pérez, M. Gómez, J. y Diéguez, R. (2020). Características clínico-epidemiológicas de la COVID-19. *Rev. Habanera de Ciencias Médicas*. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3254/2505>

Rivas, R. (2007). *Saber Crecer. Resiliencia y Espiritualidad*. Barcelona: Urano, S.A.

Saavedra, E. y Villalta, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en *personas entre 15 y 65 años*. *LIBERABIT*. Universidad Católica del Maule (Chile). Lima (Perú) pp. 32. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14.pdf>

- Salinas, P. (2010). *Metodología de la Investigación Científica*. Mérida- URA.  
[http://botica.com.ve/PDF/metodologia\\_investigacion.pdf](http://botica.com.ve/PDF/metodologia_investigacion.pdf)
- Serrano, Garrido, et al. (2012). Validez de la escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) en una población de mayores entre 60 y 75 años. *IJPR* 5(2). Pp. 49 – 57.  
Recuperado desde: <http://www.scielo.org.co/pdf/ijpr/v5n2/v5n2a06.pdf>
- Suriá, R. (2017). Relación entre resiliencia y empoderamiento en adultos con movilidad reducida. *Quaderns de Psicologia*, 19 (3). Pp. 253-264.  
<https://www.raco.cat/index.php/QuadernsPsicologia/article/view/331919/422694>
- Sousa, V., Driessnack, M., y Costa, I. (2007). Revisión de Diseños de Investigación Resaltantes para Enfermería. Parte 1: Diseños de Investigación Cuantitativa. *Rev. Latino-am enfermagem*, 15 (3). Pp.1-6.  
[http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/es\\_v15n3a22.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/es_v15n3a22.pdf)
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo *Revista de Psicodidáctica*, 10 (2). Pp. 61-79.  
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Uribe, W., Morales, K., y Salazar, A. (2018). *Factores resilientes que permiten mejorar la calidad de vida de adultos mayores institucionalizados*. [Tesis de grado. Institución Universitaria de Envigado].  
[http://bibliotecadigital.iue.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12717/360/1/iue\\_rep\\_pre\\_psi\\_uribe\\_2018\\_factores\\_resilientes.pdf](http://bibliotecadigital.iue.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12717/360/1/iue_rep_pre_psi_uribe_2018_factores_resilientes.pdf)

## Anexos

### ESCALA DE RESILIENCIA SV – RES (E. Saavedra, M. Villalta – 2007)

SEXO: MUJER \_\_\_\_\_ HOMBRE \_\_\_\_\_ EDAD: \_\_\_\_\_

Evalúe el grado en que estas afirmaciones lo(a) describen. Marque con una “X” su respuesta. Conteste todas las afirmaciones. No hay respuestas buenas ni malas.

YO SOY -YO ESTOY...	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Una persona con esperanza.					
2. Una persona con buena autoestima.					
3. Optimista respecto del futuro.					
4. Seguro de mis creencias o principios.					
5. Creciendo como persona.					
6. Rodeado de personas que en general me ayudan en situaciones difíciles.					
7. En contacto con personas que me aprecian.					
8. Seguro de mí mismo.					
9. Seguro de mis proyectos y metas.					
10. Seguro en el ambiente en que vivo.					
11. Una persona que ha aprendido a salir adelante en la vida.					
12. Un modelo positivo para otras personas.					
13. Bien integrado en mi lugar de trabajo o estudio.					
14. Satisfecho con mis relaciones de amistad.					
15. Satisfecho con mis relaciones afectivas.					
16. Una persona práctica.					
17. Una persona con metas en la vida.					
18. Activo frente a mis problemas.					

19. Revisando constantemente el sentido de mi vida.					
20. Generando soluciones a mis problemas.					

<b>YO TENGO...</b>	<b>Muy de acuerdo</b>	<b>De acuerdo</b>	<b>Ni acuerdo Ni desacuerdo</b>	<b>En desacuerdo</b>	<b>Muy en desacuerdo</b>
21.-Relaciones personales confiables.					
22.-Una familia bien estructurada.					
23.-Relaciones afectivas sólidas.					
24.-Fortaleza interior.					
25. Una vida con sentido.					
26.-Acceso a servicios Sociales-públicos					
27Personas que me apoyan.					
28. A quien recurrir en caso de problemas.					
29. Personas que estimulan mi autonomía e iniciativa.					
30. Satisfacción con lo que he logrado en la vida.					
31. Personas que me han orientado y aconsejado.					
32. Personas que me ayudan a evitar peligros o problemas.					
33. Personas en las cuales puedo confiar.					
34. Personas que han confiado sus problemas en mí.					
35. Personas que me ha acompañado.					
36. Metas a corto plazo.					
37. Mis objetivos claros.					
38. Personas con quien enfrentar los problemas.					

39. Proyectos a futuro.					
40. Problemas que puedo solucionar.					

<b>YO PUEDO...</b>	<b>Muy de acuerdo</b>	<b>De acuerdo</b>	<b>Ni acuerdo Ni desacuerdo</b>	<b>En desacuerdo</b>	<b>Muy en desacuerdo</b>
41. Hablar de mis emociones.					
42. Expresar afecto.					
43. Confiar en las personas.					
44. Superar las dificultades que se me presenten en la vida.					
45. Desarrollar vínculos afectivos.					
46. Resolver problemas de manera efectiva.					
47. Dar mi opinión.					
48. Buscar ayuda cuando la necesito.					
49. Apoyar a otros que tienen dificultades.					
50. Responsabilizarme por lo que hago.					
51. Ser creativo.					
52. Comunicarme adecuadamente.					
53. Aprender de mis aciertos y errores.					
54. Colaborar con otros para mejorar la vida en la comunidad.					
55. Tomar decisiones.					
56. Generar estrategias para solucionar mis problemas.					
57. Fijarme metas realistas.					
58. Esforzarme por lograr mis objetivos.					
59. Asumir riesgos.					
60. Proyectarme al futuro.					

**MUCHAS GRACIAS.**

**Consentimiento informado****Consentimiento Informado**

*La información o respuestas otorgadas por usted en este instrumento serán confidenciales y de uso exclusivamente académico. Por tanto, diligencie las casillas que se solicitan y coloque su firma como consentimiento de que acepta que los datos registrados sean utilizados con fines académicos.*

Firma: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

**CUESTIONARIO DE RESILIENCIA****¿Hasta qué punto eres resiliente?**

Da a cada una de estas afirmaciones una puntuación del 1 al 10 y anótalo sobre la línea de la derecha.

1 punto significa que no te identificas en nada con la propuesta. 10 puntos, que te identificas en todo con ella. Entre el 1 y el 10 podrías ubicar tu grado de identificación, que va de menos a más.

1. Cuando me enfrento a una situación crítica procuro mantenerme sereno y me concentro en lo que yo podría hacer para resolver la situación. \_\_\_\_\_
2. Considero que tengo una buena autoestima y confianza en mí mismo. \_\_\_\_\_
3. Procuro siempre aprender de mis experiencias y también de la experiencia de otras personas. \_\_\_\_\_
4. Soy perseverante ante los obstáculos. \_\_\_\_\_
5. Considero que soy capaz de tomar mis propias decisiones. \_\_\_\_\_
6. Logro adaptarme a los cambios y no me estanco ante los conflictos. \_\_\_\_\_
7. Soy capaz de reconstruirme emocionalmente después de alguna pérdida. \_\_\_\_\_
8. Confío en mi intuición y puedo vislumbrar soluciones creativas a los problemas. \_\_\_\_\_
9. Tengo la capacidad de escuchar y sentir empatía por los demás. \_\_\_\_\_
10. Puedo convertir la adversidad en una oportunidad, reconociendo que siempre puede aportarme beneficios inesperados. \_\_\_\_\_





11. Me considero optimismo, reconozco que toda dificultad no será permanente, confió en poder sobreponerme y hacer que las cosas salgan bien. \_\_\_\_\_
12. Puedo adaptarme a la personalidad de las diversas personas con quienes me relaciono.
13. Considero que tengo una buena capacidad para razonar y aplicar la lógica en la solución de mis problemas. \_\_\_\_\_
14. No tengo dificultad para expresar mis sentimientos ante otras personas y puedo canalizar mi enojo adecuadamente sin reprimirlo. \_\_\_\_\_
15. Me gusta divertirme y encontrar razones para reír y apreciar el lado humorístico de las situaciones y de mí mismo. \_\_\_\_\_
16. Soy capaz de tolerar la incertidumbre y tener paciencia ante situaciones que requieren tiempo para definirse. \_\_\_\_\_
17. Soy una persona curiosa; me gusta saber cómo y por qué funcionan las cosas, experimentar y hacer preguntas. \_\_\_\_\_
18. Soy capaz de pedir ayuda cuando la necesito y de sobreponerme a las desilusiones con la esperanza de que algo mejor vendrá después. \_\_\_\_\_
19. Soy tolerante ante mis propias contradicciones y procuro ser flexible conmigo mismo y con los demás. \_\_\_\_\_
20. Considero que soy mejor persona y que he logrado crecer en fortaleza interna gracias a las adversidades que me ha tocado vivir. \_\_\_\_\_

**PUNTUACIÓN TOTAL** \_\_\_\_\_

**Tabla 2**  
*Presupuesto*

Rubro	Sub-rubro	Efectivo			Contrapartida		
		Cantidad	Valor unitario	Valor Total	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total
<b>Materiales e Insumos</b>	Fotocopias	750	\$300	\$150.000			
	Lápices	1 (Caja)	\$10.000	\$10.000			
	Block tamaño carta	1	\$3.500	\$3.500			
	Marcadores	4	\$1.500	\$6.000			
	Borradores	4	\$500	\$2.000			
<b>Equipos/Activo fijo</b>	Computador				1	\$1.550.000	\$1.550.000
	grapadora				1	\$5.000	\$5.000
	Celulares				2	\$700.000	\$1.400.000
<b>Transporte para equipo que aplica instrumento</b>	Pasajes	4	\$150.000	\$600.000			
<b>Totales</b>					\$771.500		\$ 3.726.500

*Fuente:* elaboración propia.

**Tabla 3**

*Cronograma de Actividades*

2021												
	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8	Mes 9	Mes 10	Mes 11	Mes 12
<b>Actividades</b>												
<b>Formulación del proyecto</b>												
<b>Entrega del proyecto de investigación a docente</b>												
<b>Ajustes al Trabajo de investigación</b>												
<b>Inscripción en biblioteca</b>												
<b>Acercamiento al Centro de vida</b>												
<b>Presentación del trabajo de investigación a los Adultos Mayores y entrega del consentimiento informado.</b>												
<b>Aplicación del instrumento</b>												
<b>Tabulación y análisis de la información recopilada</b>												
<b>Ajustes y evaluación al Trabajo de investigación</b>												
<b>Presentación del informe final y socialización de resultados</b>												

*Fuente: elaboración propia.*