

## FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL DISTRITO DE TAPO TARMA 2022

### *Family functioning and lifestyles of older adults in the Tapo Tarma District 2022*

Marda Luz Guerrero Gonzales<sup>1a</sup>; Yuly Raquel Campos Aliaga<sup>1,a</sup> Nelly Marleni Hinojosa Robles<sup>1,2,,a,b,c</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Ciencias de la Salud. Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. Tarma, Perú.

<sup>2</sup>Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud. Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. Tarma, Perú.

<sup>a</sup>Licenciado en Enfermería, <sup>b</sup>Maestro en Enfermería, <sup>c</sup>Doctora en Ciencias de la Salud

### RESUMEN

El presente estudio tiene como **Objetivo:** Determinar la relación entre funcionamiento familiar y estilos de vida de los adultos mayores del distrito de Tapo Tarma. **Material y métodos:** El estudio de investigación fue de enfoque cuantitativo, el tipo de investigación fue básica, los métodos aplicados en el estudio fueron científico, inductivo, analítico y sintético y el diseño fue correlacional. Para la recolección de datos se utilizó como técnica; la encuesta; el instrumento fue el cuestionario. La población estuvo constituida por 60 adultos mayores del distrito de Tapo mayores de 60 años y la muestra estuvo constituido por 53 adultos mayores usando el muestreo probabilístico al azar simple. **Resultados:** El funcionamiento familiar de los adultos mayores del distrito de Tapo es regular en 67,9% de los entrevistados y tienen un estilo de vida inaceptable de 3,8%, e inadecuado es 1,9%. El funcionamiento familiar en la dimensión cohesión de los adultos mayores del distrito de Tapo es regular según el 73,6% de los entrevistados y tienen un estilo de vida poco adecuado 66%. El funcionamiento familiar en la dimensión adaptabilidad de los adultos mayores del distrito de Tapo es regular según el 66% de los entrevistados y tienen un estilo de vida poco adecuado 56,6% e inadecuado 1,9%. **Conclusiones:** Existe relación significativa entre el funcionamiento familiar y estilos de vida de los adultos mayores del distrito de Tapo – Tarma.

**Palabras clave:** Funcionamiento familiar; estilos de vida, adulto mayor.

### SUMMARY

The **objective** of this study is: To determine the relationship between family functioning and lifestyles of older adults in the Tapo Tarma district. **Material and methods:** The research study had a quantitative approach, the type of research was basic, the methods applied in the study were scientific, inductive, analytical and synthetic and the design was correlational. The technique used to collect data was the survey; The instrument was the questionnaire. The population was made up of 60 older adults from the Tapo district over 60 years of age and the sample was made up of 53 older adults using simple random probabilistic sampling. **Results:** The family functioning of the elderly in the Tapo district is regular in 67.9% of those interviewed and they have an unacceptable lifestyle in 3.8%, and an inadequate one in 1.9%. Family functioning in the cohesion dimension of the elderly in the Tapo district is regular according to 73.6% of those interviewed and 66% have an inadequate lifestyle. Family functioning in the adaptability dimension of older adults in the Tapo district is regular according to 66% of those interviewed and 56.6% have an inadequate and 1.9% inadequate lifestyle. **Conclusions:** there is a significant relationship between family functioning and the lifestyles of older adults in the Tapo – Tarma district.

**Keywords:** Family functioning; lifestyles, older adult.

## INTRODUCCIÓN.

En las últimas décadas, el envejecimiento de la población ha sido un fenómeno de gran relevancia en todo el mundo. El aumento de la esperanza de vida y el descenso de las tasas de mortalidad han contribuido a que la proporción de adultos mayores en la población sea cada vez mayor. Este proceso demográfico plantea diversos desafíos y oportunidades para la sociedad en su conjunto, en particular en lo que respecta al bienestar y la calidad de vida de esta población. La calidad de vida en la vejez es un tema de investigación importante en psicología, sociología y salud, y la funcionalidad familiar es un factor clave en este aspecto. Por otro lado, la funcionalidad familiar se refiere a la capacidad de una familia para satisfacer las necesidades físicas, emocionales y sociales de sus miembros, así como para adaptarse y enfrentar los desafíos y cambios que surgen a lo largo del ciclo vital. Numerosos estudios han demostrado que una mayor funcionalidad familiar se asocia con mejores resultados en la calidad de vida de los adultos mayores. Una familia funcional brinda apoyo emocional, participación social, ciudadana y ayuda en actividades diarias, promoviendo bienestar y autonomía de sus miembros adultos mayores. Además, una familia funcional puede actuar como un factor protector ante situaciones de vulnerabilidad, como enfermedades crónicas o discapacidades (1).

Dada la importancia de comprender la relación entre funcionalidad familiar y calidad de vida en adultos mayores, esta investigación tiene como objetivo explorar y analizar dicha relación, ya que se buscó obtener una comprensión más profunda de cómo la funcionalidad familiar puede influir en los estilos de vida de adultos mayores.

Según un estudio de Narváez y Solano, sobre calidad de vida en adultos mayores de una comunidad de provincia del Azuay, indica que el abandono familiar ha dañado la calidad de vida del adulto mayor, sobre todo en el aspecto emocional (31%) y físico (31%), de igual manera, indicaron que aquellos que les facilitan ayuda son vecinos (76%), limitándose el apoyo familiar, es decir, existe funcionamiento familiar poco adecuado, ya que los familiares directos no cumplen con

suplir las carencias y necesidades básicas que todo adulto mayor necesita (2).

Asimismo, Padrón, Peña y Salazar, en su estudio sobre la funcionalidad familiar relacionado al cuidado del adulto mayor, obtuvieron; que las familias dedican limitado tiempo en cuidar al adulto mayor dentro del hogar, dejándolo de lado y prestando mayor dedicación a las actividades laborales, por lo que la calidad de vida del longevo presenta dificultades. Las características del cuidado al adulto mayor son la ausencia de atención y de satisfacción de necesidades de alimentación, abrigo y ocio pudiendo dificultar y afectar la salud mental provocando síntomas de ansiedad, depresión, y baja calidad de vida (3)

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), a nivel mundial, la etapa de la vejez tendrá una población de 900 millones a 2 000 millones de personas, entre los años 2015 al 2050, lo cual indica un crecimiento del 10% a la actualidad, esto debido a que el envejecimiento de la población mundial es acelerado en el presente que en años anteriores, siendo indicativo de generar programas que mitiguen las dolencias físicas y emocionales que tendrán estas personas y así no afecten de gran manera su calidad de vida (4).

Amaya, evidencia que el 85,4% tiene una buena función familiar obteniendo el mismo porcentaje para modo de vida saludable. Asimismo, el resultado menciona que la funcionalidad familiar influye de manera directa sobre el modo de vida de la persona mayor, y esto se refleja en los problemas emocionales y físicos que presentan de manera recurrente (5).

De igual manera, Echebautis et al., encontraron en su estudio asociación significativa entre estilos de vida saludable y el sexo ( $p=0,009$ ); con los servicios básicos ( $p=0,004$ ) y con el nivel de instrucción ( $p=0,049$ ). La conclusión indica que se presentan variables bio-socio-culturales que se asocian directamente con el modo de vida saludable en los adultos mayores (6)

Noceda, demostró que el 80% de adultos mayores evidencian tener una calidad de vida de nivel medio, asimismo, según la dimensión salud física, psicológica, relaciones sociales y ambiente se presenta de manera moderada y

47,3% evidencian tener una disfunción familiar severa. Tomando la asociación de las variables se obtuvo un p valor de 0,964, con lo cual se rechaza la hipótesis de investigación. La conclusión es que no existe relación entre modo de vida y vínculo familiar de las personas adultas mayores (7).

Por su parte, Huamán et al. indican que el vínculo familiar presenta porcentajes elevados y se caracteriza por convivir en familias en niveles moderados de cohesión y de tipo confuso, en base al modo de vida casi la totalidad de las personas mayores presentó su modo de vida saludable dentro de sus 3 dimensiones (biológica, social y psicológica). La conclusión indica que no existe asociación significativa entre funcionalidad familiar y estilos de vida del adulto mayor (8).

Por otro lado, Romero, demostró que el desenlace adquirido representa que el 80% de evaluados indican tener una calidad de vida moderada, de igual manera, presentan un nivel moderado en base a la magnitud de vitalidad física, mental, interacciones colectivas y del valor susceptible del grado de vida, y el 47,3% indica tener desfragmentación familiar en un nivel severo (9).

Por su parte, Espinoza, demostró que el funcionamiento familiar emergente en los usuarios del Centro del Adulto Mayor ESSALUD es de tipo caóticamente conectado (10).

Al referirse a los estilos de vida Kerguelen et al., consideran que los adultos mayores, practican ejercicios de 1 a 4 veces por semana, por cuanto el 56% sufre de hipertensión arterial y el 33% de diabetes. Demuestran poco interés de educarse en salud, por sus costumbres y creencias muy enraizadas propias de sus ancestros (11).

Escobar demostró que el 60% de los adultos mayores tiene un estilo de vida no saludable; adoptan comportamientos inadecuados, siendo en su mayoría de sexo femenino, con ingreso económico menos de 500 soles (12).

Asimismo, Melchor et al., reportaron que el 48,6% de los adultos mayores tiene adherencia a la dieta mediterránea, el 35,9% eran moderadamente activos, el 54,9% indicaron tener independencia para las

actividades básicas de la vida diaria ABVD, el 75,4% mostraron bajo riesgo de sarcopenia. Los adultos mayores con baja adhesión a la dieta mediterránea eran sedentarios y los más dependientes tenían más riesgo de sarcopenia. Consideran que un estilo de vida inadecuado y la limitación funcional reducen significativamente la autopercepción de la salud (13).

Por último, Sandoval, evidenció que el 13,5% de adultos mayores presentan estilo de vida saludable mientras que el 86,5% no saludable; dentro de la valoración nutricional se halló que el 75,7% de personas eran delgadas, 18,9% de masa corporal normal y 5,4% presentaba sobrepeso. Concluyendo que existe relación significativamente positiva ( $p=0,643$ ), refiriéndose en que casi la totalidad de adultos mayores presentan un estilo de vida no saludable y que existe asociación directa con la valoración nutricional (14).

## **MATERIAL Y MÉTODOS.**

El estudio de investigación fue de enfoque cuantitativo, el tipo de investigación fue básica, los métodos aplicados en el estudio fueron científico, inductivo, analítico y sintético y el diseño fue correlacional. Para la recolección de datos se utilizó como técnica; la encuesta; el instrumento fue el cuestionario.

La población estuvo constituida por 60 adultos mayores del distrito de Tapo mayores de 60 años y la muestra estuvo constituido por 53 adultos mayores usando el muestreo probabilístico al azar simple, aplicando criterios de inclusión y exclusión. Además, la aprobación del comité de ética de la investigación. Se utilizó 2 cuestionarios con el fin de recaudar información de las personas de la tercera edad. Los cuales fueron:

Cuestionario N°1: Cuestionario sobre la escala de evaluación de funcionamiento familiar de Olson, Russell y Sprenkle modificado (15).

Cuestionario N°2: Cuestionario sobre escala de evaluación del estilo de vida del adulto mayor de S. N. Walker, K. Sechrist, Nola Pender modificado.

A través de esta técnica se aplicó ambos instrumentos a cada adulto mayor, a través de

preguntas elaboradas con los indicadores de cada dimensión, ya que esta técnica maneja un conjunto de procedimientos estandarizados para el recojo y análisis de una serie de datos del que se pretende explorar, describir y predecir una serie de características.

En esta investigación se utilizaron instrumentos que ya han sido validados y son confiables, en cuanto a la Escala de Evaluación del Estilo de Vida (S. N. Walker, K. Sechrist, Nola Pender, Modificado por Huamán Vázquez Edith y Pauyac Rutti Ruth).

Los coeficientes alfa de Cronbach y los instrumentos de medición fueron calculados con el SPSS v 25, El nivel de confiabilidad fue 0,958 para la Escala de Evaluación de Funcionalidad Familiar y 0,921 para la Escala de Evaluación de Estilo de Vida, con confiabilidad muy alta.

## RESULTADOS.

Se trabajó conjuntamente con 53 adultos mayores del Distrito de Tapo – Tarma, adultos Mayores de 60 años que consintieron voluntariamente cooperar en el estudio, adultos mayores de ambos sexos, adultos mayores lucidos, con disponibilidad de tiempo y firma del acta a autorización.

En la tabla 1, los resultados obtenidos reportan que el funcionamiento familiar de los adultos mayores del distrito de Tapo es inaceptable en el 3,8% de evaluados y presentan un estilo de vida poco adecuado. Asimismo, el funcionamiento familiar es regular para el 60,4% y mantienen un estilo de vida poco adecuado. Por último, el funcionamiento familiar es aceptable en el 17% de evaluados y presentan un estilo de vida poco adecuado. Dichos resultados indican que el funcionamiento regular de la familia genera un estilo de vida poco adecuado, ya que se presentarán relaciones familiares poco comunicativas o con un apoyo limitado, lo cual se refleja en las dificultades en la vida del adulto mayor.

En la tabla 2 los resultados obtenidos reportan que los estilos de vida en la dimensión biológica de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuado en el 81.1% de los entrevistados, los cuales presentan un funcionamiento familiar regular. Por otro lado, el 7,5% de aquellos que presentan estilo de vida en la dimensión biológica adecuado, tienen un funcionamiento familiar regular. En ese sentido, los resultados indican que la unidad familiar en los evaluados es regular por lo que afecta directamente el estilo de vida del adulto mayor provocando problemas físicos y de salud mental como la depresión o ansiedad.

En la tabla 3 los resultados obtenidos reportan que el modo de vida en la dimensión social de los adultos seniles del distrito de Tapo es poco adecuado en el 71,7% de los entrevistados de los cuáles presentan un funcionamiento familiar regular. Asimismo, se evidencia que el 17% de evaluados presentan un nivel poco adecuado de adaptabilidad en cuanto al estilo de vida en la dimensión social y estos tienen un funcionamiento familiar aceptable. En ese sentido, los resultados indican que existen leves dificultades en la población adulta mayor para adaptarse a nuevos entornos o cambios que salen a relucir dentro de la familia, lo cual genera un estilo de vida poco adecuado.

En la tabla 4 los resultados obtenidos reportan que el estilo de vida en la dimensión psicológica de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuado en el 66% de los entrevistados de los cuáles presentan un funcionamiento familiar regular. Asimismo, se evidencia que el 30,2% de evaluados presentan un nivel adecuado de adaptabilidad en cuanto al estilo de vida en la dimensión psicológica y tienen un funcionamiento familiar aceptable. En ese sentido, los resultados indican que existen dificultades en la población adulta mayor para adaptarse a nuevos entornos o cambios que se presentan dentro de la familia, lo cual genera un estilo de vida poco adecuado.

**Tabla 1. Funcionamiento familiar según estilos de vida de los adultos mayores del distrito de Tapo Tarma 2022**

FUNCIONAMIENTO FAMILIAR	ESTILOS DE VIDA						Total	
	Inadecuado		Poco adecuado		Adecuado		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Inaceptable	1	1,9	2	3,8	0	0	3	5,7
Regular	3	5,7	32	60,4	1	1,9	36	67,9
Aceptable	1	1,9	9	17,0	4	7,5	14	26,4
<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>9,4</b>	<b>43</b>	<b>81,1</b>	<b>5</b>	<b>9,4</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Instrumento de recojo de datos

**Tabla 2. Funcionamiento familiar y estilos de vida en la dimensión biológica de los adultos mayores del distrito de Tapo Tarma 2022**

ESTILO DE VIDA (Biológico)	FUNCIONAMIENTO FAMILIAR						Total	
	Inaceptable		Regular		Aceptable		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Inadecuado	1	1,9	2	3,8	1	1,9	4	7,5
Poco adecuado	2	3,8	30	56,6	11	20,8	43	81,1
Adecuado	0	0,0	4	7,5	2	3,8	6	11,3
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>5,7</b>	<b>36</b>	<b>67,9</b>	<b>14</b>	<b>26,4</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Instrumento de recojo de datos

**Tabla 3. Funcionamiento familiar y estilos de vida en la dimensión social de los adultos mayores del distrito de Tapo Tarma 2022**

ESTILO DE VIDA (Social)	FUNCIONAMIENTO FAMILIAR						Total	
	Inaceptable		Regular		Aceptable		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Inadecuado	1	1,9	6	11,3	2	3,8	9	17,0
Poco adecuado	2	3,8	27	50,9	9	17,0	38	71,7
Adecuado	0	0,0	3	5,7	3	5,7	6	11,3
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>5,7</b>	<b>36</b>	<b>67,9</b>	<b>14</b>	<b>26,4</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Instrumento de recojo de datos

**Tabla 4. Funcionamiento familiar y estilos de vida en la dimensión psicológica de los adultos mayores del distrito de Tapo Tarma 2022**

ESTILO DE VIDA (Psicológico)	FUNCIONAMIENTO FAMILIAR						Total	
	Inaceptable		Regular		Aceptable		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Inadecuado	0	0,0	2	3,8	0	0,0	2	3,8
Poco adecuado	2	3,8	27	50,9	6	11,3	35	66,0
Adecuado	1	0,0	7	13,2	8	15,1	16	30,2
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>5,7</b>	<b>36</b>	<b>67,9</b>	<b>14</b>	<b>26,4</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Instrumento de recojo de datos

## DISCUSIÓN.

El funcionamiento familiar de los adultos mayores del distrito de Tapo es regular en el 67,9% de los entrevistados y tienen un estilo de vida inaceptable de 3,8%, e inadecuado es 1,9% al respecto se encontró un estudio efectuado por Huamán E. (8). Sobre: "Funcionalidad Familiar y Estilos de Vida del Adulto Mayor, Centro de Salud De Chilca, Huancayo" en los resultados se refleja que en cuanto al desempeño familiar un considerable porcentaje de los investigados se singularizan por convivir en familias con nivel de funcionalidad de condición media con cohesión de tipo excluido y adaptabilidad de modelo caótico, referente a los modos de vida un significativo número de adultos seniles procuran optar modos de vida beneficiosos en sus tres dimensiones biológica, social y psicológica, por lo que se concluye que no existe relación estadísticamente significativa, entre funcionalidad familiar y modos de vida del adulto senil del centro de salud de Chilca. Estos resultados se relacionan a lo encontrado en el estudio de la ciudad de Tapo por lo que se establece que existe cierto grado de similitud en las dos investigaciones. Melchor et al., también reporta que los adultos mayores tienen un estilo de vida inadecuado, y que es necesario intervenir para corregir (13).

Así mismo debemos de considerar lo mencionado por Olson en cuanto a las funciones sociales de una familia: el primero es el Apoyo mutuo que es el compromiso que sostiene la familia de ofrecer apoyo emocional, físico, social y económico que se tonifican, al efectuar actividades en conjunto, donde cada miembro percibe el sentimiento de inclusión, dentro de un ambiente de delegación de roles. Así mismo fija a la Autonomía independencia en la que se permite a cada miembro de la familia tener funciones específicas, donde cada individuo tiene definida su propia identidad o personalidad, que se amplía más allá de los límites familiares, facilitando el crecimiento personal (15).

Así mismo en el cumplimiento de Reglas que rigen a cada miembro de la familia suelen ser implícitas o explícitas. Los límites que

establecen los miembros suelen ser sólidos, pero a la vez lo suficientemente cambiantes para realizar reformas de acuerdo a los contextos. Estas reglas contienen modelos de interacción. Otra de sus funciones es la de Adaptabilidad a los cambios de ambiente que está referida a la capacidad de la familia de adaptarse a contextos internos externos que genere transformaciones, para de esta forma conservar la estabilidad funcional de la familia. Así como también la comunicación familiar que es básica para que sus funciones se efectúen en su totalidad. Esta comunicación se puede proporcionar a través de mensajes verbales, no verbales y sobrentendidos, por ende, cuando las vías de comunicación se ven obstruidos, el funcionamiento familiar se ve paralizado (15).

El papel que juega la familia en una sociedad es preciso para el mejor funcionamiento y mayor equilibrio de una institución social lo cual, es una estructura permanente de conductas y relaciones que los individuos efectúan sujetándose a las reglas establecidas y reconocidas dentro de la sociedad, con el objeto de satisfacer necesidades sociales esenciales, que normalmente no dependen de normas establecidas en el país donde radican. Por ello una de las más antiguas instituciones de la sociedad es la familia (10).

Otro resultado fue que el estilo de vida en la dimensión biológica de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuada según el 81,1% de los entrevistados y tienen un funcionamiento familiar poco regular. Según Olson la biología del ser humano incluye ser un vínculo afectivo que existe entre los integrantes de la familia, donde se evalúa el grado de alejamiento y unión de los miembros de la familia. En ella es importante el vínculo emocional que es la unión afectiva que disfrutan los integrantes de la familia, a través de lazos de solidaridad, y los límites referidos a aquellos parámetros que detallan a las familias a nivel social, su elasticidad le ayuda a la interrelación social sin perjudicar el control y la unión familiar. Así mismo permiten establecer coaliciones que efectúa algún miembro de la familia con los otros integrantes, buscando la ayuda de parte de ellos, a un

tiempo y espacio en armonía brindándose afecto y a la vez respetando la privacidad de cada miembro, a la aprobación de las amistades de sus miembros para tomar decisiones, después de haber analizado las situaciones o circunstancias que se presenta para realizar planes en conjunto compartiendo los beneficios y entretenimientos (15).

Otro resultado es que los estilos de vida en la dimensión social de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuado en el 71,7 % de los entrevistados y tienen un funcionamiento familiar regular inadecuado el 50,9%. La adaptación social es la capacidad del sistema familiar para transformar su organización de autoridad, las relaciones de tareas y normas para contrarrestar el estrés situacional propia del perfeccionamiento.

El funcionamiento familiar en la dimensión indicadores personales de los adultos mayores del distrito de Tapo es aceptable cuando tienen entre 60 a 70 años; 35,8%, de sexo masculino; 30,2%, instrucción primaria; 28,3%, estado civil casado; 22,6%, ocupación ama de casa 26,4% y vive solo 30,2%. Es importante mencionar que el adulto mayor dentro de su medio familiar adopta distintas funciones, por ejemplo: la función de educador y cuidador en las familias con presencia de infantes, difundiendo valores y costumbres familiares, la función de soporte económico y ama de casa. Según que el adulto mayor envejezca, sus funciones van cambiando de acuerdo a sus decadencias fisiopatológicas. Romero Y. (9) indica que el nivel de dependencia física, mental o ambas son determinantes para el funcionamiento familiar, puesto que los miembros de la familia deben de optar nuevas responsabilidades y roles, frente a la atención de la persona de la tercera edad (9). Existen familias que se adecúan apropiadamente a estas nuevas responsabilidades y roles, a pesar de las situaciones, sus vínculos emocionales se forman, restablecen y fortalecen. Por otro lado, existen familias que se atascan en sí mismas y conllevan a la familia a la disfunción, lo cual causa conflictos familiares, introduciendo un ambiente dañino para el progreso y mejora de la persona de la tercera edad (14).

Asimismo, se encontró que existe relación entre el funcionamiento familiar y la dimensión psicológica de los adultos mayores del distrito de Tapo, hallándose que ambos se encontraban en niveles regular y poco adecuados respectivamente, es decir, el nivel de funcionamiento en la familia determina cómo se siente el adulto mayor y los estilos de vida que va a permanecer.

Por lo tanto, la investigación indica que el ambiente de relación con el adulto mayor es compleja, debido a la necesidad de un ambiente familiar adecuado, en el que se proporcione la comunicación asertiva, tomando en cuenta las decisiones y acuerdos de cada uno de los miembros, de igual manera en el adulto mayor también debe existir tolerancia hacia tareas y derechos para la solución de conflictos, siempre y cuando las tareas que se fijan a cada miembro sean claras y aceptados por éstos, además de garantizar la libertad de los miembros de la familia y de esa manera pretender que la función que cumplen este grupo etario en la familia, no sea constantemente de forma pasiva o dependiente sino también se sientan útiles dentro de su entorno familiar, uno de las tareas que normalmente se asigna al adulto mayor es el de "abuelo" es una forma de hacerle sentir útil y un medio para redescubrir nuevas capacidades.

Otro resultado fue que el estilo de vida en la dimensión indicadores personales de los adultos mayores del distrito de Tapo es aceptable cuando tienen entre 60 a 70 años; 28,3%, de sexo masculino; 34%, instrucción primaria; 26,4%, estado civil soltero; 20,8%, ocupación ama de casa 20,8% y vive solo 34%.

Los estilos de vida se caracterizan por modelos de comportamiento identificable que podrían afectar la salud de un individuo basándose en sus preferencias e inclinaciones básicas, donde interactúan componentes, económicos, culturales, sociales, educativos genéticos, psicológicos, y ambientales (14).

La Organización Mundial de la Salud (4), define el estilo de vida como un "conjunto de

patrones de comportamiento identificable y relativamente estable en el individuo o en una sociedad determinada. Dicho estilo de vida resulta de las interacciones entre las características individuales, la interacción social y las condiciones de vida socioeconómica y ambiental en que viven los individuos. Algunos estilos de vida incluyen patrones de comportamiento específicos que miden el bienestar del individuo actuando como factores de protección o de riesgo”.

Según la Organización Panamericana de la salud (16), el estilo de vida es “el modo de vida individual, es la forma de vivir de las personas. Se relaciona estrechamente con la esfera conductual y motivacional del individuo, y, por lo tanto, determina la forma personal en que el hombre se realiza como ser social en condiciones específicas y particulares”. Maya S., define al estilo de vida como un conjunto de modelos de conductas o rutinas que guardan relación estrechamente con la salud en un sentido amplio, es decir con todo aquello que provee bienestar y desarrollo de la persona humana(17).Aguilar G., conceptualiza el estilo de vida como “un patrón que cumple con dos funciones: caracterizar al ser humano (patrón más o menos consistente de comportamiento que caracteriza al hombre en su forma de ser y expresarse) y dirigir su conducta (comportamientos que mejoran o crean riesgos para la salud)”( 18).“Según Ventura y Zevallos, señala que, el adulto mayor tiene comportamientos aprendidos durante el transcurso del ciclo vital; estas conductas forman parte del estilo de vida y son influenciadas por las características personales y los factores socio económico y cultural y determina la salud y enfermedad de la persona adulta, incrementando su vulnerabilidad”(19).

Según Echabautis A, et al., los factores bio-socioculturales están relacionados con los estilos de vida saludable en adultos, los cuales deben ser considerados por el personal de salud en sus intervenciones (6). Estos resultados encontrados se relacionan al citado en nuestra investigación en el distrito de Tapo-Tarma.

## **LIMITACIONES.**

El estudio no presentó limitaciones, al contar con el acceso a los adultos mayores y la aceptación del comité de ética institucional.

## **CONCLUSIONES.**

El funcionamiento familiar de los adultos mayores del distrito de Tapo es regular en el 67,9% de los entrevistados y tienen un estilo de vida poco adecuado 81,1%. Lo que significa que existe relación significativa entre el funcionamiento familiar con los estilos de vida de los adultos mayores del distrito de Tapo - Tarma. Lo que nos indican que se presentarán relaciones familiares poco comunicativas o con un apoyo limitado, lo cual se refleja en las dificultades que afronta en su vida el adulto mayor.

El estilo de vida en la dimensión biológica de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuado según el 81,1%, y de ellos el 56,6% presenta funcionamiento familiar regular. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación significativa entre el funcionamiento familiar y la dimensión biológica de los adultos mayores del distrito de Tapo, Tarma.

El estilo de vida en la dimensión social de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuado según el 71,1%, y de ellos el 50,9% presenta funcionamiento familiar regular. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación significativa entre el funcionamiento familiar y la dimensión social de los adultos mayores del distrito de Tapo, Tarma.

Por último, el estilo de vida en la dimensión psicológica de los adultos mayores del distrito de Tapo es poco adecuado según el 66%, y de ellos, el 50,9% presenta funcionamiento familiar regular. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación significativa entre el funcionamiento familiar y la dimensión social de los adultos mayores del distrito de Tapo, Tarma. Los resultados

indican que, la salud mental en el adulto mayor influye de gran manera en los hábitos y estilos de vida saludables, es decir, mientras más preocupado, estresado, ansioso o depresivo se encuentre el anciano, mayor será la alteración psicológica que influirá en su salud física.

#### **CORRESPONDENCIA.**

Marda Luz Guerrero Gonzales

Correo Electrónico:

mguerrerogo@undac.edu.pe

#### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

1. **Rubio D, Rivera L, Borgues L, Gonzáles F.** Calidad de vida en el adulto mayor. Rev. Varona. 2015;(61). (Internet). <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360643422019.pdf>
2. **Narváez R, Solano D.** Calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad el Rodeo Cantón Oña provincia del Azuay. Tesis de Licenciatura. Loja: Universidad Nacional de Loja.(Internet) . <https://dspace.unl.edu.ec/items/acd608c0-7386-4c8d-9e63-31869e963481/full>
3. **Padrón F, Peña S, Salazar K.** Funcionalidad familiar asociado al cuidado del adulto mayor con hipertensión arterial crónica. Revista Latinoamericana de Hipertensión. 2017; 12(3). (Internet). <https://www.redalyc.org/pdf/1702/170252187001.pdf>
4. **Organización Mundial de la Salud.** Envejecimiento y salud. (Internet); 2021. Acceso 15 de marzo de 2022. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health>.
5. **Amaya N.** Funcionalidad familiar y su influencia en la capacidad de resiliencia del adulto mayor jubilado, que asiste al Centro de Atención al Adulto Mayor del IESS Cuenca, 2020-2021. Tesis de Licenciatura. Cuenca: Universidad de Cuenca. (Internet). <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/4593484?show=full>
6. **Echabautis A, Gómez Y, Zorrilla A.** Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019. Tesis de Licenciatura. Lima: Universidad María Auxiliadora. (Internet). <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/9462944>
7. **Noceda S.** Calidad de vida y funcionamiento familiar del adulto mayor. Centro de Salud México, San Martín de Porres - 2018. Tesis de Maestría. Lima: Universidad César Vallejo.(Internet). [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_cb88e02d563221f5512f8610bacfbe18](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_cb88e02d563221f5512f8610bacfbe18)
8. **Huamán E, Pauyac R.** Funcionalidad familiar y estilos de vida del adulto mayor, Centro de Salud de Chilca, Huancayo– 2018. Tesis de Licenciatura. Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú.
9. **Romero Y.** Calidad de vida y funcionamiento familiar del adulto mayor. Centro de Salud Carmen Alto, Comas – 2018. Tesis de Licenciatura. Lima: Universidad César Vallejo. (Internet). [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_b67829319a7cf3ef32ea0f0c9f88b5ca](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_b67829319a7cf3ef32ea0f0c9f88b5ca)
10. **Espinoza H.** Funcionamiento familiar prevalente en usuarios del centro del adulto mayor Essalud, Huaraz 2018. Tesis de Licenciatura. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. (Internet). <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/5007>

11. **Kerguelen J.** Promoción de hábitos y estilos de vida saludable en los adultos mayores de la comunidad de Villa Esther Zona rural del Municipio de Puerto Escondido Córdova-2024. Revista Latinoamericana de Calidad <https://alumnieditora.com/index.php/ojs/article/view/85>
12. **Escobar K.** Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de una Asociación de Huanchaco. Tesis de Licenciatura. ULADECH-Catolica-2023. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/39215>
13. **Simón A.** Percepción de la salud entre los adultos mayores según estilo de vida y capacidad funcional-2023. 22(4) <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/559401>. DOI: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.559401>
14. **Sandoval E.** Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor en Fanupe Barrio Nuevo Morrope 2017. Tesis de Licenciatura. Universidad Señor de Sipán.(Internet). <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/5918>
15. **Olson D.** Circumplex Model of Marital & Family Systems. Journal of Family Therapy. Primera ed. Minnesota: Empirical Approaches to Family Assessment; 1999.(Internet). <https://wfrn.org/wp-content/uploads/2018/09/olson8865.pdf>
16. **Organización Panamericana de la Salud.** Fallecimientos provocados por COVID en pacientes de UCI. Washington.
17. **Maya S.** Los estilos de vida saludable: componente de la calidad de vida Lima: Paidós; 2007.
18. **Aguilar G.** Estilo de vida del adulto mayor que asiste al hospital Materno Infantil Villa Maria del Triunfo. Tesis de Licenciatura. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.2013.(Internet). [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS\\_66033160dc15dfc58dfcb68cfad42509/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS_66033160dc15dfc58dfcb68cfad42509/Details)
19. **Ventura A, Zevallos A.** Estilos de vida: alimentación, actividad física, descanso y sueño de los adultos mayores atendidos en establecimientos del primer nivel, Lambayeque, 2017.Rev. Acc Cietna: para el cuidado de la salud, Chiclayo, Perú (Internet) 2019; 6 (1): 60-67. Disponible en: <https://revistas.usat.edu.pe/index.php/cietna/article/view/218>

*Recibido: 19/02/2025  
Aprobado para publicación: 29/05/2025*