



DOI: [10.23857/dc.v9i3.3514](https://doi.org/10.23857/dc.v9i3.3514)

Ciencias de la Salud  
Artículo de Investigación

***Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el año 2023***

***Psychological well-being in older adults from 60 to 90 years of age in a public center in the city of Quito in the year 2023***

***Bem-estar psicológico em idosos de 60 a 90 anos em um centro público da cidade de Quito no ano de 2023***

Damaris Enid García-Espinoza <sup>I</sup>

[dgarciae2@est.ups.edu.ec](mailto:dgarciae2@est.ups.edu.ec)

<https://orcid.org/0009-0004-4875-1521>

Andrea Dhamar Chanchay-Gualoto <sup>II</sup>

[achanchayg@est.ups.edu.ec](mailto:achanchayg@est.ups.edu.ec)

<https://orcid.org/0009-0002-3445-7415>

Cristhian Fabricio Morales-Fonseca <sup>III</sup>

[cmoralesf@ups.edu.ec](mailto:cmoralesf@ups.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0002-9675-5517>

**Correspondencia:** [dgarciae2@est.ups.edu.ec](mailto:dgarciae2@est.ups.edu.ec)

\***Recibido:** 27 de junio de 2023 \***Aceptado:** 10 de julio de 2023 \* **Publicado:** 17 de agosto de 2023

- I. Licenciada en Psicología Universidad Politécnica Salesiana; Quito, Ecuador.
- II. Licenciada en Psicología Universidad Politécnica Salesiana; Quito, Ecuador.
- III. Docente de la Universidad Politécnica Salesiana, Doctorando en Psicología, MSc Psicología Forense, Psicólogo Clínico; Quito, Ecuador.

## Resumen

En el presente trabajo se da a conocer la investigación sobre el “Bienestar psicológico en adultos mayores en las edades de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el año 2023”. El objetivo de la investigación es lograr identificar los niveles de bienestar psicológico que presentan los adultos mayores aplicando el test de bienestar psicológico de Carol Ryff, el cual consta de 6 dimensiones, que demuestran si la persona posee un bienestar psicológico alto, medio o bajo, del mismo modo se utilizó el método cuantitativo, descriptivo transversal; permitiendo profundizar las estadísticas de los adultos mayores y conocer qué porcentaje presenta un bienestar psicológico alto o bajo. Se logró evidenciar que los adultos mayores poseen un bienestar de medio a alto; en las principales dimensiones se determinó que los adultos mayores experimentan un sentimiento de aceptación positiva frente a sus conocimientos, igual han logrado realizar actividades físicas y mentales, que han ayudado a su entorno y medianamente satisfacer sus necesidades con tranquilidad, aunque no se ha logrado del todo alcanzar una ayuda tan satisfactoria obteniendo como un resultado la evidenciado una falta de propósito en su etapa de vejez. La finalidad de dicha investigación ha permitido conocer diferentes aspectos que disminuyen o aumentan el desarrollo psicológico y físico de todos los adultos mayores, entendiendo que, se logra un bienestar mayor con interacción de grupos a que estando solos y sin distractores que puedan ayudarlos.

**Palabras clave:** bienestar psicológico; adultos mayores; salud mental.

## Abstract

In the present work, the research on "Psychological well-being in older adults between the ages of 60 and 90 years of age in a public center in the city of Quito in the year 2023" is disclosed. The objective of the research is to identify the levels of psychological well-being that older adults present by applying the Carol Ryff psychological well-being test, which consists of 6 dimensions, which demonstrate whether the person has a high, medium or low psychological well-being. In the same way, the quantitative, descriptive cross-sectional method was used; allowing to deepen the statistics of the elderly and know what percentage presents a high or low psychological well-being. It was possible to show that older adults have a medium to high well-being; In the main dimensions, it was determined that older adults experience a feeling of positive acceptance towards their knowledge, they have also managed to carry out physical and mental activities, which have helped their environment and moderately satisfy their needs with peace of mind, although it has not been achieved

completely. all achieve such satisfactory help, obtaining as a result the evidence of a lack of purpose in their old age stage. The purpose of this research has allowed to know different aspects that decrease or increase the psychological and physical development of all older adults, understanding that a greater well-being is achieved with group interaction than being alone and without distractors that can help them.

**Keywords:** psychological well-being; older adults; mental health.

## Resumo

No presente trabalho, é divulgada a pesquisa "Bem-estar psicológico em idosos entre 60 e 90 anos em um centro público da cidade de Quito no ano de 2023". O objetivo da pesquisa é identificar os níveis de bem-estar psicológico que os idosos apresentam por meio da aplicação do teste de bem-estar psicológico de Carol Ryff, que é composto por 6 dimensões, que demonstram se a pessoa possui um bem-estar psicológico alto, médio ou baixo. -ser Da mesma forma, foi utilizado o método quantitativo, descritivo transversal; permitindo aprofundar as estatísticas dos idosos e saber qual a porcentagem que apresenta um alto ou baixo bem-estar psicológico. Foi possível evidenciar que os idosos apresentam bem-estar médio a alto; Nas principais dimensões, determinou-se que os idosos experimentam um sentimento de aceitação positiva em relação aos seus conhecimentos, também conseguiram realizar atividades físicas e mentais, que ajudaram seu ambiente e satisfizeram moderadamente suas necessidades com tranquilidade, embora não foi alcançado completamente, todos alcançam essa ajuda satisfatória, obtendo como resultado a evidência da falta de propósito na sua fase de velhice. O objetivo desta investigação permitiu conhecer diferentes aspectos que diminuem ou aumentam o desenvolvimento psicológico e físico de todos os idosos, entendendo que se consegue um maior bem-estar com a interação em grupo do que estando sozinho e sem distratores que os possam ajudar.

**Palavras-chave:** bem-estar psicológico; adultos mais velhos; saúde mental.

## Introducción

La presente investigación se desarrolló con el objetivo principal de describir el bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años en un centro público en la ciudad de Quito en el año 2023. De la misma manera, se propuso desarrollar objetivos específicos, en los cuales se contempla el análisis de variables mediadoras como es el caso del bienestar psicológico en la adultez mayor.

Se completó la revisión bibliográfica correspondiente, considerando los aspectos más relevantes de la variable de investigación principal. A su vez, se realizó una descripción de las causas y consecuencias, modelos explicativos, nivel de prevalencia y definición de variables asociadas.

En segundo lugar, se procedió a detallar los aspectos correspondientes a la metodología, específicamente los objetivos de la investigación, tipo y diseño de investigación empleados se enuncian y describen los instrumentos de recolección de información, y finalmente los aspectos éticos.

En tercer lugar, se encuentran los resultados obtenidos, en los cuales se da cumplimiento a los objetivos. Se presentan los gráficos de cada uno de los instrumentos empleados. Finalmente, se desarrolla la discusión donde los resultados son contrastados con los obtenidos en otras investigaciones.

En última instancia se presentan las conclusiones y recomendaciones necesarias para la realización de futuras investigaciones, tomando como base las dificultades experimentadas en la presente.

## **Bienestar Psicológico**

Según Ryff y Keyes (1995), la fuente psicológica se concreta como un esfuerzo de perfeccionamiento de los seres humanos y cumplan su potencial, lo que se relaciona con el propósito de vida que contribuye a tener sentido. Esto implica la aceptación de los desafíos y los esfuerzos para superarlos y por lo tanto lograr los objetivos propuestos. (Teresa Mayordomo, 2016), se refiere a un estado de equilibrio y armonía emocional que permite a las personas sentirse bien consigo mismas y con su entorno, dando como característica la existencia de emociones positivas como la alegría, el optimismo, la satisfacción, la apreciación, la tranquilidad y la paz interior. Además, el bienestar psicológico se relaciona con los desafíos de la vida, la recuperación de la adversidad, la capacidad de establecer una relación interpersonal sana y satisfactoria y la capacidad de superar el sentido del propósito y el significado en la vida.

Se divide en diversos tipos de aspectos en el bienestar psicológico humano, como el autodominio, la sensación de identidad, la capacidad de manejar el estrés, la satisfacción de vida, la capacidad de sentir emociones negativas y positivas, este estado de bienestar psicológico es importante para el desarrollo personal, salud mental y bienestar de la persona en general o común. Esto significa que, el bienestar no es simplemente el hecho que el dolor o las emociones desagradables

no están expuestas hasta cierto punto constante, sino que implica un proceso dinámico de cambio personal que ayuda a "navegar" satisfactoriamente a través de diferentes situaciones, incluso, si ocasionalmente aportan experiencia como dolor, tristeza, estrés, etc., (Hervás, 2009); consiste en un equilibrio entre las condiciones mentales y fisiológicas, las explicaciones sobre quiénes somos, lo que hacemos en el presente, de dónde venimos y lo que debería venir en nuestras vidas. Dado que estas explicaciones son transmitidas por el idioma y la cultura, la presencia de personas que nos rodean influirá en el bienestar. La OMS define la salud mental como un estado de salud bueno, en el que cada persona desarrolla su potencial, es ahí donde se puede encontrar tensión de vida y puede funcionar de una manera productiva y fructífera, e introducir algo a su comunidad. (Salud, 2022). De igual forma, define el apoyo de la salud mental y psicosocial, como un tipo de apoyo local o externo, cuyo propósito es proponer un bienestar psicológico y/o prevenir o tratar los trastornos de salud mental.

Según Ryff, p59 1986, (citado por Farias 2021) explica que, cada una de las dimensiones anteriormente mencionadas, dan a entender de cómo se forma el bienestar psicológico, en cuanto a los términos de evaluación.

- **En la auto aceptación:** explica que las principales herramientas para que la persona pueda crecer y tener un bienestar consigo misma, es que las personas puedan aceptarse tal y como son de igual manera esto ayuda a que las personas tengan mejor relación con las personas de su alrededor.
- **Relaciones con los demás:** esto da a entender que la persona debe compartir y tener una genuina relación donde las dos partes se sientan satisfechas y disfruten de la compañía la una con la otra.
- **Autonomía:** va en dependencia con tener buena relación con personas de su alrededor, permitiendo a la persona que se muestre a las demás personas con libertad sin tener la necesidad de fingir o tener que aparentar alguien que no es, de esta forma logra alcanzar la seguridad de desenvolverse naturalmente.
- **Dominio del entorno:** la persona concibe seguridad en su entorno, de la misma manera como se sabemos el entorno seguirá desarrollándose y esto le ayudará a que la persona vaya teniendo una visión clara del mundo y capacidad de mostrarse tal y como es sobre el entorno que lo rodea.

- **Propósito de vida:** lleva a entender que cuando cada persona haya alcanzado o haya logrado aceptarse tal y como es, podrá ver un propósito de vida en sí mismo, de esta forma conseguirá un crecimiento.

- **Crecimiento personal:** busca un equilibrio entre las satisfacciones y las necesidades, en este instante se puede ordenar las necesidades y estabilizar con las adecuadas, así como con los requerimientos del entorno; consiguiendo que tanto el entorno y la persona tengan un bienestar.

Estas dimensiones permiten conocer el estado de complacencia de las personas y posiblemente también a indagar cuales son las cosas que influyen en los cambios de bienestar en las personas y/o adultos mayores.

Existen distintos teóricos que trataron el problema del bienestar psicológico. Algunos de los más conocidos son:

Carol Ryff: desarrolló la teoría del bienestar psicológico y propuso seis dimensiones clave que contribuyen a la autonomía psicológica, relaciones positivas con las demás personas, dominio personal, propósito de la vida, crecimiento personal y auto aceptación. (Sale, 2016)

Abraham Maslow: propuso una jerarquía de necesidades humanas, en la que las necesidades fisiológicas, de seguridad, amor y pertenencia, apreciación y autoproducción deben satisfacerse para de esa manera lograr un bienestar psicológico y físico. (Frager, 2020). Carl Rogers: Desarrolló la teoría humanista centrada en la persona, que se centra en el crecimiento personal y la autoconfianza. Según Rogers, se alcanza la fuente psicológica cuando una persona experimenta la congruencia entre su verdadero yo y su ser ideal. (I, 1967).

Martin Seligman: Reconocido por la teoría de la psicología positiva, esta se centra en el examen de emociones positivas, las fortalezas personales y las virtudes humanas. Seligman argumenta que las fuentes psicológicas se pueden lograr a través de la felicidad, el compromiso, las relaciones positivas, el significado y el rendimiento. (Francoise Contreras, 2006).

El bienestar psicológico describe el estado subjetivo de estar feliz, satisfecho y sentirse en paz consigo mismo y con el mundo. Según Sergio de Dios Gonzales (2017) existen varios componentes que pueden influir en el bienestar psicológico, y son los siguiente:

- Una relación interpersonal satisfactoria: tener una relación cercana y satisfactoria con amigos, familiares y parejas puede ser un factor importante en los pozos psicológicos. La conexión social y la sensación de apoyo pueden mejorar su estado de ánimo y reducir el estrés. (Gonzales, 2017).

- **Autocuidado:** el cuidado personal incluye hábitos saludables como ejercicio regular, sueño suficiente, comidas saludables y nuestras actividades favoritas. El cuidado personal también puede incluir meditación, relajación y otra tecnología de manejo del estrés. (Gonzales, 2017).
- **Aceptar la adversidad:** la vida es impredecible, y puede haber un momento de dolor y sufrimiento. Sin embargo, aceptar la adversidad y aprender emociones negativas puede mejorar el bienestar psicológico. (Gonzales, 2017).
- **El sentido y el significado del propósito:** puede conducir a un propósito mayor y el significado de la vida puede ser un factor importante en los pozos psicológicos. Esto puede incluir voluntarios, trabajos importantes o actividades con un propósito personal. (Gonzales, 2017).
- **Apoyo profesional:** en algunos casos, es posible que deba buscar el apoyo de expertos en salud mental. El tratamiento y otros tratamientos son efectivos para abordar problemas de salud mental como la ansiedad, la depresión y el estrés. (Gonzales, 2017).
- **Bienestar espiritual:** Da a entender como el mecanismo de trascendencia de la vida, donde esta parte está relacionada con el significado proporcionado por la existencia personal. La espiritualidad se desarrolla cuando puedes ver los hechos a largo plazo. (Gonzales, 2017).

Estos son unos de los principales factores que intervienen en el bienestar psicológico de la mayoría de las personas, prácticamente todo lo contrario a lo que influye para tener un bienestar psicológico.

## Adulter Mayor

Según Orosa Fraiz (2003), afirma que la llamada tercera edad, también conocida con los términos de vejez, adulter mayor o tardía, ha sido abordada en la literatura de manera aislada o como fase de involución y no como una auténtica etapa del desarrollo humano. Se ubica alrededor de los 60 años, asociada al evento de la jubilación laboral. Incluso hoy comienza a hablarse de una cuarta edad para referirse a las personas que pasan de los 80. (Alba, Alba, & Pérez, 2013).

Los adultos mayores son personas de derecho, socialmente dinámicos, con deberes y compromisos hacia sí mismos, sus familias y la sociedad, hacia su entorno contiguo y hacia las generaciones futuras. Los seres humanos envejecen de diferentes maneras según sus experiencias, los acontecimientos clave y las transformaciones a lo largo de sus vidas, es decir, los procesos de desarrollo y decadencia. Un adulto más grande es principalmente uno que tiene 60 años de edad o mucho más.

La teoría del desarrollo de Erikson (1950) plantea la etapa de la adultez tardía o vejez como la última etapa del ciclo de la vida, empieza desde los 65 años en adelante, contemplando factores individuales y culturales; esta teoría menciona que la crisis esencial es integridad frente a desesperación, donde las principales virtudes son la prudencia y la sabiduría. (Alvarado & Ángela, 2014). Erik Erikson manifiesta que las personas que logran alcanzar la tercera edad necesitan aceptar y evaluar sus vidas, admitiendo que se les aproxima la muerte.

Por otra parte, Robert Butler (1968), acuñó el término “edaísmo” para referirse a los estereotipos y la discriminación sistemática contra las personas mayores. La vejez para este autor implica 3 puntos básicos, que son, condiciones perjudiciales hacia la ancianidad y el proceso de envejecimiento; experiencias discriminatorias; y políticas colectivas que vinculan estereotipos sobre los longevos. A manera que, el edaísmo está presente en la sociedad, sobre todo cuando se evidencia un concepto negativo del envejecimiento. (Farias, Biografía de Robert Butler (1924-2010), 2022).

Laura Cartensen propone la teoría de la selectividad socioemocional, que contribuye al estudio del desarrollo y el envejecimiento humano. Plantea la necesidad de ejecutar investigaciones que adopten métodos sensibles a aspectos conexos con el tiempo, con métodos empleados para conocer el funcionamiento del cerebro, por ejemplo, neuroimágenes, EEG y tiempos de reacción. Además, los avances investigativos sobre el particular favorecerán una mejor comprensión del desarrollo emocional en la adultez y la vejez, y a la vez permitirán intervenciones que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas, particularmente en la vejez. (Ruiz, 2010).

Según el Ministerio de Salud y Protección Social (2021), una persona mayor es una persona de 60 años de edad o más. El envejecimiento es un proceso continuo, multifacético e irreversible de múltiples transformaciones a lo largo del curso final; este proceso no sólo comprende los inevitables efectos biológicos y fisiológicos ocasionados por los daños moleculares y celulares, sino la adaptación paulatina a nuevos roles y posiciones sociales.

## Método

Para el progreso del trabajo se realizará un análisis cuantitativo, utilizando los datos derivados en el test a personas adultas mayores en las edades de 60 a 90 años en la ciudad de Quito en el año 2023. La investigación se basará en estudios cuantitativos que son los únicos estudios que pueden presentar conclusiones extrapolables a grupos más grandes de investigadores. Su importancia es pues sobre todo porque permite la generalización; este paradigma utiliza preferentemente información

cuantificable para describir o tratar de explicar los fenómenos que se estudia, pero no permite profundizar en aquellos aspectos de la mente humana que se encuentran escondidos en el subconsciente colectivo (Ortega, 2017).

La metodología cuantitativa consiste en un conjunto de procedimientos y técnicas que buscan acercarse a la comprensión de las verdades sociales a través de la extensión, alcance, significado y representación social del propio sujeto de los hechos analizados de igual forma se logra basar en un paradigma explicativo (Monje, 2011). Uno de los principales elementos que se utiliza es la estadística lo cual ayuda para estudiar datos, centrándose en puntos cuantificables sensibles y observables para explicar fenómenos sociales. La investigación descriptiva hace referencia al diseño de la investigación, la construcción de la pregunta y la exploración de los datos que se llevarán a cabo en la pregunta. Se conoce como método de investigación observacional porque no se afecta ninguna de las variables que forman parte del análisis; se puede utilizar de muchas maneras y por varias razones, sin embargo, antes de embarcarse en cualquier tipo de encuesta, es muy importante conceptualizar su propósito y diseño incluso si continúa con los pasos, no hay forma de saber si se lograrán los resultados esperados (Muguirra, 2018). En esta investigación los instrumentos que fueron utilizados son los siguientes:

- **La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff** constituye 39 ítems que utilizan una estructura de respuesta tipo Likert, con una puntuación entre 1, que indica que la persona está completamente en desacuerdo y 6 que está de acuerdo, obteniendo así una calificación de 234 puntos máximos. Al obtenerse puntuaciones mayores de 176 representa un bienestar psicológico elevado; una puntuación entre 141 y 175 es bienestar psicológico alto; entre 117 y 140 puntos, representa un bienestar psicológico moderado; y un puntaje inferior a 116, equivale a bienestar psicológico bajo.

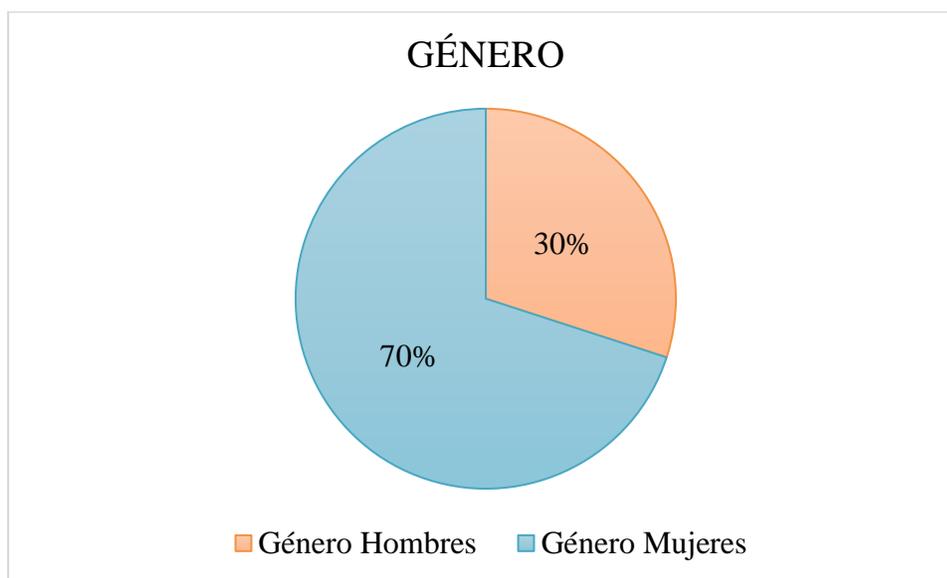
Además de la puntuación global, es posible análisis en cada dimensión para considerar el dominio del afecto positivo en afecto negativo, porque el bien psicológico es una construcción multidimensional esto incluye varios elementos de orden emocional y cognitivo (Ryff, 1995).

El factor de autoaceptación consta de seis ítems, al igual que los factores control situacional, relaciones positivas y propósito de vida. El factor de crecimiento de la personalidad consta de 7 ítems y la autonomía consta de 8 ítems. Los cuadros a continuación resumen el procedimiento para interpretar los puntajes (Ryff, 1995).

## Resultados

En el gráfico 1 mediante el estudio realizado y la ejecución del reactivo De un total de 100 adultos mayores que asisten a centros del adulto mayor que participaron en la investigación, se encontró que existe mayor cantidad de mujeres, representando el 70% de la población que equivale a 70 personas, mientras que el 30% restante equivale a hombres, siendo un número de 30 usuarios.

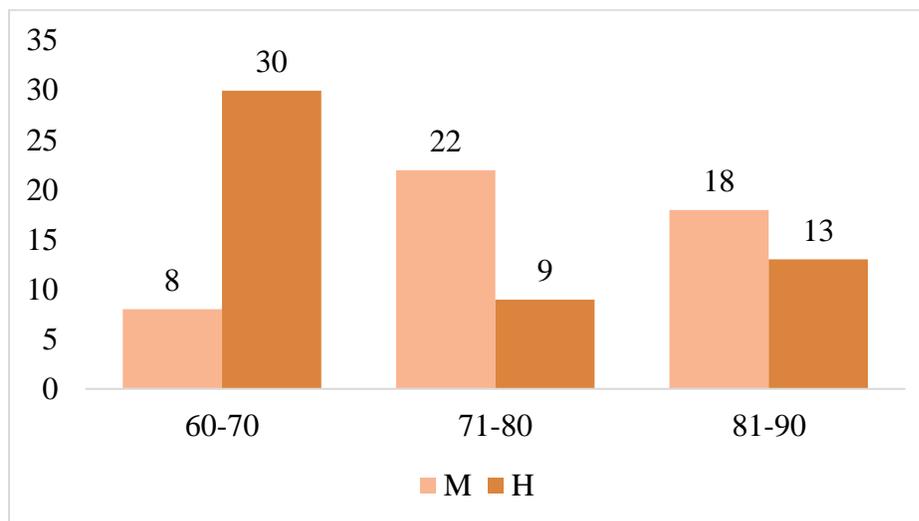
*Gráfico 1. Género de los participantes*



En el gráfico 2 se puede observar que con relación a la edad de las personas que asistieron a la toma de test, se aprecia que en las edades de 60 a 70 años hay más hombres que mujeres (existen 30 hombres y 8 mujeres); por otro lado, el rango de la edad sube en las personas de 71 a 80 años, la cual indica que existen más mujeres que hombres (hay 22 mujeres y 9 hombres); por último, en las edades de 81 a 90 años la mayoría de los adultos mayores son mujeres en los rangos alto de edades (existen 18 mujeres y 13 hombres). Por lo tanto, el rango de edad mayoritario en la investigación está comprendida entre los dos primeros rangos de edad.

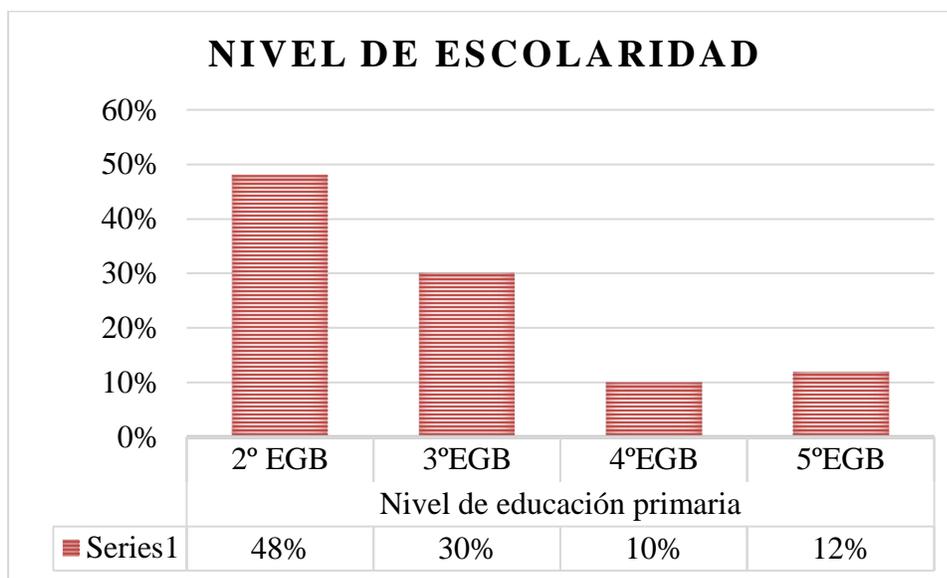
Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el año 2023

*Gráfico 2. Edad de los participantes*



En el gráfico 3 en relación al nivel de escolaridad, se pudo analizar que, entre hombres y mujeres, la gran mayoría de adultos mayores ha tenido un nivel de educación bajo, lo cual las estadísticas informan que, el nivel de educación que la mayoría ha logrado alcanzar ha sido hasta 2do de Educación General Básica, con un porcentaje de 48% del total, equivale a 48 usuarios de la población de 100 adultos mayores.

*Gráfico 3. Nivel de escolaridad*

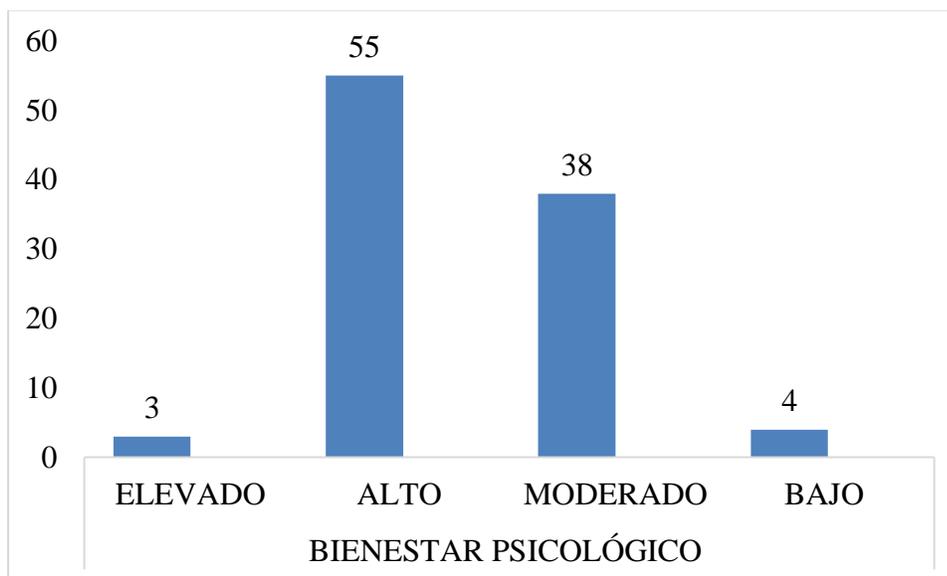


Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el  
año 2023

En el gráfico 4 En relación al Bienestar Psicológico Global de un total de 100 participantes se puede evidenciar que un 55% de la población tiene un bienestar psicológico alto, equivalente a 55 adultos mayores, lo cual da a entender que los adultos mayores en todas las distintas edades han logrado mantener su bienestar psicológico a pesar de tener diferentes dificultades como el no tener a sus parejas junto a ellos, los problemas económicos que con el tiempo han ido adquiriendo, la falta de interés en su familia, entre otras cosas, una de las cosas que se hablaba en esos momentos era que el ir a distraer su mente era de gran ayuda en cada uno, ya que eso fortalecía su manera de desapegar su mente y olvidar que tiene varios conflictos dentro de su hogar.

Por otro lado las estadísticas en el año 2010, muestran de igual forma que los adultos mayores a los que se les hizo ese mismo test presentan un bienestar psicológico alto, pero aquí se cambia el rol ya que ellos tienen el apoyo de su familia donde cada integrante de su familia está pendiente de todo lo que necesitan, pero del mismo modo se sienten felices de poder distraerse con otras actividades que logran hacer en el centro en el que se encuentran recibiendo actividades, no sienten el estar encerrados y mucho menos solos porque tienen diferentes personas que los rodean y tienen en que pasar entretenidos diariamente. (Paredes, 2010).

*Gráfico 4. Bienestar psicológico global*



## Discusión

En primer lugar, se concluye que de los 100 adultos mayores que asisten al centro del adulto mayor, se encontró que existe una mayor cantidad de mujeres que equivale a un 70%, equivalente a 70 personas; mientras que hay un 30% de hombres, equivalente a 30 participantes. Con relación a la edad, se aprecia que en las edades de 60 a 70 años hay más hombres que mujeres (existen 30% de hombres y el 8% de mujeres); por otro lado, el rango de la edad sube en las personas de 71 a 80 años, la cual indica que existen más mujeres que hombres (hay 22% de mujeres y 9% de hombres); por último, en las edades de 81 a 90 años la mayoría de los adultos mayores son mujeres en los rangos alto de edades (existen un 18% de mujeres y un 13% de hombres). Mientras que, en el nivel de educación, la gran mayoría de adultos mayores ha tenido un nivel de educación bajo, lo cual las estadísticas informan que, el nivel de educación que la mayoría ha logrado alcanzar ha sido hasta 2do de Educación General Básica, equivale al 48% de usuarios de la localidad de 100 adultos mayores.

En cuanto a las dimensiones psicologías, en la autoaceptación se pudo determinar que, los adultos mayores tienen un rango medio el cual el 21% es en hombres y el 44% es en mujeres, esto quiere decir que, el adulto mayor percibe emociones de descontento con lo que ha sucedido en su vida, posee una aceptación positiva frente a lo que es actualmente y es consciente de sus conocimientos. En la dimensión del dominio del entorno sobresale en rango medio, el cual da a conocer que el 21% son hombres mientras que el 51% son mujeres, esto da a que el adulto mayor logra realizar algunos movimientos físicos o habilidades mentales en dependencia a los valores y menester, aunque tiene escasa sabiduría de las circunstancias del hábitat, abandonando filtrarse en las circunstancias del marco. Se observa que el rango predominante en el dominio de relaciones positivas es medio con un 20% en hombres y un 45% en mujeres, lo cual representa que el adulto mayor tiene buena capacidad de ponerse en el lugar de los demás y entiende el dar y recibir de las relaciones humanas, aunque mantener vínculos significativos de amistad les resulta un poco frustrante. En la dimensión de crecimiento personal el rango con mayor porcentaje es medio dando a conocer que un 22% son hombres y el 43% son mujeres, lo que da un equivalente a expresar una conmoción de suspensión personal o incoherente de lo que está siendo superado al pasar del tiempo, se encuentra abierto a nuevas experiencias y tiene un buen conocimiento de sí mismo. La dimensión de autonomía domina el rango medio dando como indicio a que el 21% representa a los hombres y el 56% es en mujeres, esto hace referencia a que el adulto mayor es capaz de resistir las presiones sociales, de esta forma tratar su comportamiento de una ubicación de control interno, tome decisiones para juicios

externos y forme su manera de pensar y acción de acuerdo con los requisitos sociales. En propósito de vida sobresale el rango medio indicando que el 18% representa a hombres y el 37% es a mujeres, lo que quiere decir que, el adulto mayor tiene varios objetivos, así como la dirección de enfrentar su historia, no vio al pasado como algo obtenga metas y difíciles de tener un panorama o creencia de que le da a su vida un razonamiento.

En cuanto al bienestar psicológico general se ha separado primeramente por género, en donde existe 38% mujeres y 17% hombres con un bienestar psicológico alto, representa una aceptación positiva frente a su persona, sus conocimientos y se acepta de manera general, tanto en sus fortalezas como sus debilidades, capaz de resistir presiones sociales, dificultades de mantener relaciones de amistad cercanas, y con frecuencia experimentan frustración en las relaciones interpersonales. (Paredes, 2010). Mientras que el bienestar psicológico global, de un total de 100 participantes, un 55% de la población, equivalente a 55 personas presentan un bienestar psicológico alto. Los resultados encontrados se relacionan con los hallazgos dados en el año 2010 por adultos mayores en los mismos rangos de edad, se ha realizado de igual forma este test, en el cual se dio a conocer que los adultos mayores tanto hombres como mujeres tienen un bienestar psicológico alto ya que refieren estar contentos y conformes con la vida que al pasar el tiempo han logrado llevar, también dan a conocer que a pesar de los problemas económicos que han tenido siempre se han mantenido en familia y cada uno de los hijos han logrado ayudarles y estar con ellos en todo lo que han necesitado (Paredes, 2010).

## Referencias

- Acera, M. (7 de Abril de 2020). Características de la tercera edad: ¿cómo son nuestros mayores? Obtenido de DEUSTO-Salud: <https://www.deustosalud.com/blog/tercera-edad/caracteristicas-tercera-edad>
- Alandete, J. G. (19 de Octubre de 2012). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. Obtenido de Scielo: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-879X2014000200013#:~:text=En%20definitiva%2C%20el%20bienestar%20psicol%C3%B3gico,y%20promotores%20del%20desarrollo%20personal.&text=%5B...%5D,planifica%20y%20trabaja%20para%20conseguirlo](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2014000200013#:~:text=En%20definitiva%2C%20el%20bienestar%20psicol%C3%B3gico,y%20promotores%20del%20desarrollo%20personal.&text=%5B...%5D,planifica%20y%20trabaja%20para%20conseguirlo).

Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el  
año 2023

---

- Alba, D., Alba, S., & Pérez, M. (diciembre de 2013). La tercera edad como etapa del desarrollo humano. Obtenido de EFDeportes.com, Revista Digital: <https://www.efdeportes.com/efd187/la-tercera-edad-como-desarrollo-humano.htm>
- Alvarado, A., & Ángela, S. (2 de Junio de 2014). Análisis del concepto de envejecimiento. Obtenido de SciELO: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2014000200002#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%20desarrollo%20de,y%20la%20sabidur%C3%ADa%20\(28\).](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2014000200002#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%20desarrollo%20de,y%20la%20sabidur%C3%ADa%20(28).)
- Angulo, E. (s.f.). 3.1.1. Metodología cuantitativa. Obtenido de [https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/metodologia\\_cuantitativa.html#:~:text=La%20metodolog%C3%ADa%20cuantitativa%20de%20acuerdo,o%20fen%C3%B3meno%20objeto%20de%20estudio.](https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/metodologia_cuantitativa.html#:~:text=La%20metodolog%C3%ADa%20cuantitativa%20de%20acuerdo,o%20fen%C3%B3meno%20objeto%20de%20estudio.)
- Brustad, R., García, A., & Romero, A. (julio-diciembre de 2007). BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU USO EN LA PSICOLOGÍA DEL EJERCICIO, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. REVISTA DE IBEROAMERICANA DE PSICOLOGÍA DEL EJERCICIO Y EL DEPORTE, págs. 31-52.
- Carmona, S. (s.f.). Factores que influyen en la condición de salud de los adultos mayores en situación de pobreza en Nuevo León, México. Obtenido de <https://ccp.ucr.ac.cr/psm/13-2-2/13-2-2.html>
- Carmona, S., & Ribeiro, M. (6 de Marzo de 2010). Actividades sociales y bienestar personal en el envejecimiento. Obtenido de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252010000300006](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252010000300006)
- Castro, J., Reynel, C., & Pineda, C. (julio de 2018). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos . Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-89612018000100004](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612018000100004)
- Coll, G. d. (2011). RELACIONES SOCIALES Y ENVEJECIMIENTO SALUDABLE. Barcelona: Addenda.
- Díaz, Y. A. (2018). Bienestar psicológico en adultos mayores institucionalizados y semi-institucionalizados de la ciudad de Bucaramanga. Obtenido de [https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6225/digital\\_37759.pdf?isAllowed=y&sequence=1](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6225/digital_37759.pdf?isAllowed=y&sequence=1)

Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el  
año 2023

---

- Farias, I. (29 de Septiembre de 2021). Las 6 dimensiones del Modelo de bienestar de Carol Ryff. Obtenido de PsicoActiva: <https://www.psicoactiva.com/blog/corrientes-psicologicas/modelo-de-bienestar-de-carol-ryff/>
- Farias, I. (24 de Octubre de 2022). Biografía de Robert Butler (1924-2010). Obtenido de <https://www.psicoactiva.com/biografias/robert-butler/>
- Frager, J. F. (2020). teorías de la personalidad. Mexico: Alfaomega Grupo Editor.
- Francoise Contreras, G. E. (9 de Mayo de 2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. Obtenido de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-99982006000200011#ast1b](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011#ast1b)
- García, A. (18 de Febrero de 2011). Necesidades de las personas mayores. Obtenido de <https://www.consumer.es/solidaridad/necesidades-de-las-personas-mayores.html>
- Gonzales, S. d. (18 de Diciembre de 2017). Que factores inciden en el binestar . Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/que-factores-inciden-en-el-bienestar/>
- I, C. R. (1967). Psicoterapia y Relaciones Humanas. Teoría y Practica. Barcelona: Ediciones Alfaguara.
- Martorell, G., Feldman, R., & Papalia, D. (2012). Desarrollo Humano. México, D.F: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Mayordomo, T., Meléndez, J., Sales, A., & Satorres, E. (28 de febrero de 2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v14n2/v14n2a08.pdf>
- Mayordomo, T., Meléndez, J., Satorres, E., & Sales, A. (28 de Febrero de 2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v14n2/v14n2a08.pdf>
- Millán, J. (01 de noviembre de 2018). LA FINALIDAD DE LA METODOLOGÍA CUANTITATIVA. Obtenido de Fundamentos de la Investigación Social: <https://isdfundacion.org/2018/11/01/finalidad-metodologia-cuantitativa/>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (s.f.). Dirección Población Adulta Mayor. Obtenido de <https://www.inclusion.gob.ec/direccion-poblacion-adulta-mayor/#:~:text=Objetivo%20de%20los%20centros%20gerontol%C3%B3gicos%20de%20atenci%C3%B3n%20diurna.,envejecimiento%20positivo%20y%20ciudadan%C3%ADa%20activa.>

- Monje, C. (2011). METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA Y CUALITATIVA. Obtenido de <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Muguirra, A. (2018). ¿Qué es la investigación descriptiva? Obtenido de QuestionPro: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-descriptiva/#:~:text=Entonces%2C%20la%20investigaci%C3%B3n%20descriptiva%20se,parte%20del%20estudio%20est%C3%A1%20influenciada.>
- Organización Mundial de la Salud. (12 de Diciembre de 2017). La salud mental y los adultos mayores. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores#:~:text=La%20poblaci%C3%B3n%20mundial%20est%C3%A1%20envejeciendo,otro%20periodo%20de%20la%20vida.>
- Ortega, C. (2017). Investigación cuantitativa. Qué es y cómo realizarla. Obtenido de QuestionPro: <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>
- Paredes, S. (2010). En el año 2010 se ha realizado de igual forma este test en el cual se dio a conocer que los adultos mayores tanto hombres como mujeres tienen un bienestar psicológico alto ya que refieren estar contentos y conformes con la vida que al pasar el tiempo han . Quito.
- Pérez, J. A. (3 de Julio de 2022). BIENESTAR PSICOSOCIAL DEL ADULTO MAYOR DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE PATUTAN PROVINCIA DE COTOPAXI. Obtenido de <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v7i3.1686.2022>
- Ruiz, E. (15 de Junio de 2010). Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas. Obtenido de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/download/14521/34435>
- Sale, A. (28 de Febrero de 2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v14n2/v14n2a08.pdf>
- Salud, O. M. (3 de Junio de 2022). En un nuevo informe de políticas de la OMS se ponen de relieve las medidas que deben adoptar los países. Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20salud,aportar%20algo%20a%20su%20comunidad%C2%BB.>

Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el  
año 2023

---

Teresa Mayordomo, A. S. (28 de Febrero de 2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v14n2/v14n2a08.pdf>

Velasco, J. (2022). BIENESTAR PSICOSOCIAL DEL ADULTO MAYOR DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LACOMUNIDAD DE PATUTAN. Portal Institucional de Revistas Digitales UTA, 72-80.

©2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).