



## **FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

### **FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y SALUD MENTAL DEL ADULTO MAYOR**

#### **Línea de investigación: Procesos sociales, periodismo y comunicación**

Trabajo académico para optar el Título de Especialista en Terapia Familiar  
Sistémica

#### **Autora**

Chirinos Lynch, Mónica

#### **Asesor**

Ramos Aguilar, Juan Rockefeller

ORCID: 0000-0002-9087-7150

#### **Jurado**

Durand Espejo, Leonor Alcira

Valcárcel Aragón, Mario Sabino

Otoya Ramírez, Hilda Rosa

**Lima - Perú**

**2025**

# FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y SALUD MENTAL DEL ADULTO MAYOR

## INFORME DE ORIGINALIDAD

30%

INDICE DE SIMILITUD

27%

FUENTES DE INTERNET

9%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	2%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	www.coursehero.com Fuente de Internet	2%
4	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	ciencialatina.org Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uandina.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
9	dspace.unitru.edu.pe Fuente de Internet	1%
10	www.zaragoza.unam.mx Fuente de Internet	1%
11	Submitted to Universidad de Nebrija Trabajo del estudiante	1%



Universidad Nacional  
**Federico Villarreal**

**VRIN** | VICERRECTORADO  
DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y SALUD MENTAL DEL ADULTO  
MAYOR

Línea de Investigación:  
Procesos Sociales, Periodismo y Comunicación

Trabajo académico para optar el Título de Especialista en Terapia Familiar  
Sistémica

Autora:  
Chirinos Lynch, Mónica

Asesor:  
Ramos Aguilar, Juan Rockefeller  
ORCID: 0000-0002-9087-7150

Jurado  
Durand Espejo, Leonor Alcira  
Valcárcel Aragón, Mario Sabino  
Otoya Ramírez, Hilda Rosa

Lima-Perú  
2025

### **Dedicatoria**

A Dios por su misericordia infinita y por iluminar mi camino en todo momento, otorgándome fortalezas para alcanzar mis ímpetus profesionales.

A la memoria de mis amados padres por los valores enseñados para enfrentar la vida.

A mi esposo, mi hija por la tolerancia, paciencia y apoyo para ir hacia la consecución de mis anhelos profesionales.

## **Agradecimiento**

A mi asesor:

Mag. RAMOS AGUILAR, Juan  
Rockefeller. Con mucha gratitud, por  
su tiempo y paciencia, al inculcarme  
su buena guía, para la consecución  
idónea de mi trabajo académico.

## INDICE

Resumen .....	vi
Abstrac.....	vii
I. INTRODUCCIÓN .....	09
1.1.Descripcion del problema .....	10
<i>1.1.1 Formulación del problema</i> .....	<i>11</i>
1.1.1.1 Problema general .....	11
1.1.1.2 Problemas específicos.....	11
1.2. Antecedentes .....	12
<i>1.2.1. Internacionales</i> .....	<i>12</i>
<i>1.2.2. Nacionales</i> .....	<i>14</i>
1.3 Objetivos.....	17
<i>1.3.1. Objetivo General</i> .....	<i>17</i>
<i>1.3.2. Objetivos Específicos</i> .....	<i>17</i>
1.4. Justificación .....	17
1.5. Impactos esperados del trabajo académico.....	18
II. METODOLOGÍA .....	20
2.1. Tipo de investigación.....	20
2.2. Procedimiento .....	20

III. RESULTADOS .....	22
3.1 Definiciones de funcionalidad familiar y salud mental en el adulto mayor .....	22
3.1.1. <i>Funcionalidad familiar</i> .....	22
3.2 1. <i>Definición de la salud mental en el adulto mayor</i> .....	23
3.2. Modelos que explican fundamentalmente la funcionalidad familiar .....	25
3.3. Factores asociados a la salud mental del adulto mayor .....	27
3.3.1. <i>Factores físicos</i> .....	29
3.3.2. <i>Factores sociales</i> .....	29
3.3.3. <i>Factores económicos</i> .....	29
3.3.4. <i>Factores de género</i> .....	29
3.3.5. <i>Relaciones interpersonales</i> .....	30
3.3.6. <i>Condición material</i> .....	30
3.3.7. <i>Desarrollo personal</i> .....	30
3.3.8. <i>Estado físico</i> .....	31
3.3.9. <i>Inclusión social</i> .....	31
3.3.10. <i>Respeto a los derechos</i> .....	31
3.3.11. <i>Aspectos biológicos y físicos</i> .....	32
3.3.12. <i>Factores psicosociales</i> .....	32
3.3.13. <i>Sobrecarga en cuidadores</i> .....	32
3.3.14. <i>Violencia y maltrato</i> .....	32

3.3.15. <i>Emergencia y desastre</i> .....	32
3.4 Discusión de resultados .....	35
IV. CONCLUSIONES .....	36
V. RECOMENDACIONES .....	38
VI. REFERENCIAS .....	39

## Resumen

El análisis de los fundamentos teóricos de la funcionalidad familiar y la salud mental del adulto mayor, se clasifica como una revisión teórica, un tipo de estudio que se centra en la recopilación, análisis y síntesis de la literatura existente sobre un tema específico. Como resultado la revisión teórica permitió identificar que la funcionalidad familiar, definida como la calidad de las interacciones, la cohesión, y la adaptabilidad en el núcleo familiar, juega un papel clave en la creación de un entorno armónico que favorece el bienestar integral de sus miembros, especialmente en el caso de los adultos mayores. Se analizaron modelos teóricos, como el estructural de Minuchin y el sistémico de Bateson. Se considera la funcionalidad familiar y la salud mental del adulto mayor, dada la complejidad de esta relación, que frecuentemente se manifiesta en situaciones de comunicación, sobrecarga del cuidador o aislamiento del adulto mayor y también en la estructura del sistema familiar. La Terapia familiar sistémica, interviene como un marco de intervención primordial, al centrarse en patrones de interacción disfuncionales y en la estructura del sistema familiar completo, como: la calidad de las interacciones familiares y la capacidad para resolver conflictos, y la salud mental como el bienestar emocional, la resiliencia y la adaptación. Asimismo, se destacó que la salud mental en los adultos mayores no solo implica la ausencia de trastornos, sino también su capacidad de adaptación y bienestar emocional, influenciada por factores como el apoyo social, las condiciones económicas y la inclusión

*Palabras clave:* funcionalidad familiar, salud mental, adulto mayor.

## Abstract

The analysis of the theoretical foundations of family functionality and mental health in older adults is classified as a theoretical review, a type of study that focuses on the collection, analysis, and synthesis of existing literature on a specific topic. As a result, the theoretical review identified that family functionality, defined as the quality of interactions, cohesion, and adaptability within the family nucleus, plays a key role in creating a harmonious environment that promotes the comprehensive well-being of its members, especially in the case of older adults. Theoretical models, such as Minuchin's structural model and Bateson's systemic model, were analyzed. Likewise, it was highlighted that mental health in older adults not only implies the absence of disorders, but also their adaptive capacity and emotional well-being, influenced by factors such as social support, economic conditions, and community inclusion. Given the complexity of this relationship, which frequently manifests itself in communication problems, caregiver overload, or isolation of the older adult, and in the structure of the family system, family systemic therapy intervenes as a primary intervention framework, focusing on dysfunctional interaction patterns and the structure of the entire family system, such as the quality of family interactions and the ability to resolve conflicts, and mental health such as emotional well-being, resilience, and adaptation.

*Keywords:* family functionality, mental health, older adult.

## I. INTRODUCCIÓN

La funcionalidad familiar se refiere a la capacidad de la familia para cumplir con sus roles y funciones de manera efectiva, y su relevancia se intensifica en el contexto del envejecimiento debido al rol crucial que la familia desempeña en el apoyo emocional, social y físico del adulto mayor (Gonzales, 2023).

Tarrillo (2023) en su investigación realizada en el Centro de Salud Magllanal en Jaén, Perú, encontró una correlación significativa entre la calidad de vida y la funcionalidad familiar en adultos mayores

El adulto mayor, se concentran entre los 60 años y más, pero debido a que existen casos de adultos mayores que han llegado a vivir por tiempos bastantes prolongados, se ha determinado una clasificación en donde se indica que los adultos mayores entre 60 y 74 años se los considera como edad avanzada, a quienes tienen entre 75 y 90 se los denomina ancianos y a quienes superan los 90 se los denomina grandes longevos (Vega et al., 2021).

En Perú de acuerdo a la información del Instituto Nacional de Estadística e Informática – INEI, la cantidad de adultos mayores en el Perú supera 4.7 millones de personas. Esta cifra, según datos de agosto 2,024, representa el 13.9% de la población total del país. Además, las proyecciones indican que este número seguirá en aumento, llegando a 8.7 millones para el año 2,050. Una de las características de la población actual, es el aumento de la población adulta mayor, como consecuencia de la ampliación de la esperanza de vida. Sin embargo, esta situación trae como consecuencia algunas secuelas en la salud, en este caso en la salud mental.

La funcionalidad familiar y salud mental en el adulto mayor, aborda la compleja relación entre la dinámica familiar y el bienestar psicológico en la población adulta

mayor, reconociendo a la familia no como un simple contexto, sino como un sistema interrelacionado, en el cual la salud mental de sus miembros especialmente la del adulto mayor, se ve condicionado recíprocamente por la calidad de las interacciones y el cumplimiento de roles familiares.

### **1.1. Descripción del problema**

La capacidad de la familia para brindar apoyo emocional y práctico es esencial para el bienestar del adulto mayor, y puede verse afectada por la estructura familiar y la comunicación (García et al., 2018).

Sin embargo, la disfuncionalidad familiar puede aumentar la vulnerabilidad de los adultos mayores a problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad.

El autor, estima que más del 20% de esta población presenta problemas de salud mental, que pueden variar en severidad. Estos problemas incluyen, entre otros, trastornos afectivos como la depresión, que es una de las condiciones más prevalentes y puede agravar la morbilidad relacionada con enfermedades crónicas (Zambrano y Estrada, 2020). La soledad y la falta de apoyo social son factores que afectan negativamente la funcionalidad familiar y la calidad de vida del adulto mayor (Rodríguez et al., 2019). La falta de apoyo social y la soledad pueden aumentar el riesgo de deterioro cognitivo y depresión en el adulto mayor (Rivera et al., 2019). Esto subraya la importancia de promover un entorno familiar cohesionado (González et al., 2020).

Aunque la familia sigue siendo el principal sistema de soporte, muchas veces esta estructura se encuentra debilitada por factores económicos y sociales. trastornos de salud mental (Macias, 2012). Además, las políticas públicas en el Perú para abordar la salud mental de los adultos mayores son insuficientes, lo que resalta la necesidad urgente de desarrollar e implementar estrategias efectivas que fortalezcan la funcionalidad familiar y mejoren la salud mental de este grupo poblacional (Macias, 2012).

La estructura familiar actual, caracterizada por la nuclearización y la dispersión geográfica, puede dificultar la cohesión y la comunicación efectiva entre los miembros de la familia, impactando así la funcionalidad familiar (López et al., 2020). La presencia de enfermedades crónicas y discapacidades en el adulto mayor requiere más dedicación y recursos por parte de la familia, lo que puede afectar la funcionalidad familiar (García et al., 2018). Por lo tanto, es fundamental abordar la realidad problemática de la funcionalidad familiar en el contexto del adulto mayor para desarrollar estrategias que promuevan el bienestar y la calidad de vida de este grupo poblacional (Sánchez et al., 2020).

A nivel mundial, la población de adultos mayores está en aumento, lo que plantea desafíos significativos para la salud mental y el bienestar de este grupo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que para 2050, la proporción de personas mayores de 60 años alcanzará aproximadamente el 22% de la población global. La falta de apoyo social y familiar, junto con el acceso limitado a servicios de salud mental, son factores críticos que contribuyen a la aparición de trastornos psicológicos en esta población (Martínez, 2024).

### ***1.1.1. Formulación del problema***

#### **1.1.1.1 Problema general**

¿Cuál es el análisis de los fundamentos teóricos de la funcionalidad familiar del adulto mayor y su salud mental?

#### **1.1.1.2 Problemas específicos**

¿Cómo se define la funcionalidad familiar y la salud mental en el adulto mayor?

¿Cuáles son los modelos que explican la funcionalidad familiar?

¿Cuáles son los factores asociados a la salud mental del adulto mayor?

## 1.2. Antecedentes

### 1.2.1 Internacionales

Chiriboga et al. (2021) en su estudio realizado en Guayaquil tuvo como objetivo general caracterizar la funcionalidad familiar en adultos mayores a través de una intervención comunitaria. Se utilizó una metodología de investigación acción participativa, proyectada en un enfoque cualitativo

Se seleccionó una muestra no probabilística intencional de 32 individuos, todos mayores de 65 años y sin deterioro cognitivo. Se aplicaron instrumentos como: el Test *Mini-Mental State Examination*, el Inventario de Autoestima de Coopersmith, el Índice de Katz y entrevistas semiestructuradas. Los resultados revelaron una baja autoestima y disfuncionalidad familiar, especialmente en las mujeres adultas mayores, así como problemas comunitarios como el consumo de drogas y el acceso limitado a servicios básicos.

Según Duran-Badillo et al. (2022), el objetivo general del estudio fue evaluar la relación entre el funcionamiento familiar y la calidad de vida en adultos mayores con hipertensión arterial. La metodología empleada consistió en un diseño no probabilístico, utilizando un muestreo por conveniencia. La población objetivo fueron adultos mayores de 60 años diagnosticados con hipertensión, y se logró una muestra de 130 participantes que aceptaron participar en el estudio. Para la recolección de datos, se utilizaron técnicas de entrevista y se aplicaron instrumentos como el Test de APGAR familiar para medir el funcionamiento familiar. Los resultados indicaron que una mayor funcionalidad familiar se correlaciona con una mejor calidad de vida en diversas dimensiones, incluyendo la calidad de vida global, psicológica, social y ambiental. Por tanto, los autores concluyeron, que, el funcionamiento familiar tiene un impacto significativo en la calidad de vida de los

adultos mayores con hipertensión, sugiriendo la necesidad de considerar este aspecto en futuras intervenciones y estudios relacionados

Zhou et al. (2022) en su estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre entornos amigables para personas mayores (AFE) y el bienestar físico y mental en adultos mayores. La metodología consistió en un meta-análisis que siguió las directrices PRISMA, analizando estudios publicados entre 2007 y 2021 en bases de datos académicas. La población objetivo fueron adultos mayores, y la muestra incluyó estudios en los que al menos el 50% de los participantes tenían 60 años o más. Se utilizaron técnicas cuantitativas y los instrumentos incluyeron la evaluación de componentes ambientales y resultados de bienestar físico y mental. Los resultados indicaron que los AFE tienen una correlación significativa, pero moderada, con el bienestar mental ( $r = 0.165$ ) y físico ( $r = 0.130$ ), siendo más fuerte en el primero. Como conclusión general, se sugiere que los entornos amigables son efectivos para promover el bienestar mental, aunque se requieren más investigaciones para precisar los componentes más influyentes.

Shu et al. (2021), el objetivo fue analizar el impacto del apoyo intergeneracional. La metodología empleada consistió en un análisis de datos provenientes de la Encuesta Longitudinal de Salud y Longevidad en China, enfocándose en una población de ancianos que residen en áreas rurales. La muestra final incluyó a 1,407 participantes, seleccionados tras excluir a aquellos menores de 60 años. Se utilizaron técnicas de modelado de ecuaciones estructurales para evaluar las relaciones entre las variables, y se aplicaron cuestionarios para medir tanto el apoyo económico como el no económico recibido de los hijos. Los resultados mostraron que el apoyo intergeneracional tiene un efecto significativo en la salud física (20.7%), la salud mental (30.3%) de los ancianos.

El presente estudio resalta la importancia del apoyo familiar en la mejora de la salud multidimensional de los ancianos rurales, sugiriendo que tanto el apoyo económico como el emocional son cruciales para su bienestar general.

### ***1.2.2. Nacionales***

Pérez (2021) el objetivo general de la investigación, fue determinar si existían diferencias significativas entre la salud mental y la resiliencia en los adultos mayores. Para ello, se empleó una metodología cuantitativa. La muestra estuvo compuesta por 98 adultos mayores, entre 60 y 89 años, quienes participaron de manera voluntaria. Los instrumentos aplicados fueron el Test del Reloj para evaluar el perfil cognitivo, el Inventario de Salud Mental y la Escala de Factores Protectores. De acuerdo al análisis estadístico y la interpretación cualitativa realizada, mostraron un resultado entre la dimensión del control personal como parte del estudio socioemocional vinculado a la variable calidad de vida, lo que indica que el sentido de control personal percibido por los adultos mayores es alto y está relacionado de manera importante con su calidad de vida, sugiriendo, que aquellos que perciben tener mayor control sobre su vida tienen una mejor condición de vida mejorada.

Rodríguez (2020), el objetivo general de la investigación fue determinar la prevalencia de los trastornos de salud mental en adultos mayores de un centro hospitalario de San Juan de Lurigancho, 2018. La metodología empleada fue de tipo cuantitativo, con un diseño no experimental y de corte transversal. La población estuvo compuesta por adultos mayores de entre 65 y 85 años que acudieron al consultorio externo, y se seleccionó una muestra de aquellos que aceptaron participar voluntariamente. Los resultados se analizaron utilizando programas estadísticos como SPSS y Microsoft Excel, organizando la información en tablas y gráficos que reflejaron la prevalencia de trastornos

mentales en la muestra. El autor concluyó que depresión es el principal problema de salud mental en esta población.

Espinoza (2022) en su estudio titulado "Funcionalidad familiar y depresión en el adulto mayor atendido en el Centro de Salud San Juan de Dios Pisco, 2022", tiene como objetivo determinar la relación entre la funcionalidad familiar y el nivel de depresión en los adultos mayores. Se trata de un estudio cuantitativo, correlacional y de corte transversal, en el que participaron 66 adultos mayores. Los instrumentos utilizados fueron la prueba de percepción del Funcionamiento Familiar (FF-SIL) y la Escala Hetero aplicada de Montgomery Asberg para evaluar la depresión. El autor concluyó que existe una relación significativa entre la funcionalidad familiar y el nivel de depresión.

Jara (2022), el objetivo general fue, analizar la relación entre funcionalidad familiar y la calidad de vida de los adultos mayores. Para ello, se empleó un enfoque cuantitativo, utilizando encuestas como instrumento principal para la recolección de datos. La población del Centro Poblado Santa Rosa de Adultos Mayores en Moquegua, conformaron la muestra por el 100%. Se aplicaron instrumentos como el APGAR familiar y WHOQOL- BREF técnicas de encuesta, utilizando un cuestionario estandarizado como instrumento de recolección. Los resultados, indican que no se encontró una relación significativa entre funcionalidad familiar y calidad de vida en el contexto estudiado. La investigación resalta la importancia de la familia en la calidad de vida del adulto mayor y la necesidad de seguir investigando y promoviendo relaciones familiares saludables.

Mego (2023), el objetivo de fue establecer la relación entre la funcionalidad familiar y la calidad de vida de los adultos mayores en el Centro Médico Castilla - EsSalud de Piura. La metodología empleada fue enfoque cuantitativo, utilizando un diseño no experimental y correlacional. La muestra estuvo conformada por 200 individuos seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para

la recolección de datos, se emplearon dos cuestionarios, el Test APGAR Familiar y el cuestionario WhoqoBref, permitieron obtener información precisa y conservar los datos estadísticos. Los resultados indicaron que el 50% de los adultos mayores presentaron disfuncionalidad familiar leve, el 9.5% moderada, el 5.0% severa y el 35.5% funcionalidad normal. En cuanto a calidad de vida, el 53% presentaron un nivel moderado, el 7.0% bajo y el 39.5% alto.

Por lo tanto, el autor concluyo que existe una relación significativa entre funcionalidad familiar y calidad de vida, lo que significa que un mayor funcionamiento familiar está asociado con mejor calidad de vida de los adultos mayores.

Castillo (2022), el objetivo general, fue Analizar la relación entre el funcionamiento familiar y la calidad de vida de los adultos mayores que asisten a un establecimiento de atención primaria en Comas. Para ello, se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño observacional y correlacional, la muestra estuvo conformada por 90 adultos mayores, atendidos en dicho establecimiento. Se utilizaron instrumentos de recolección de datos como la encuestas. El instrumento fue desarrollado por Gabriel Smilkstein. Los resultados obtenidos sugieren la necesidad de implementar programas en los centros de atención primaria que no solo se enfoquen en la salud individual del adulto mayor, sino que tambien incluyan a la familia. Estos programas podrían fortalecer los lazos familiares y brindar herramientas para mejorar la convivencia y el apoyo , lo cual podría a elevar la calidad de vida del adulto mayor.

Tarrillo (2023), el objetivo, fue evaluar la relación entre calidad de vida y la funcionalidad familiar de los adultos mayores atendidos en el Centro de Salud Magllanal. Para ello, se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, descriptivo y correlación. La muestra se conformó por 91 participantes, garantizando un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. Se utilizo instrumentos validados como

el WHOQOL-BREF. En conclusión, el autor concluyo que existe una relación significativa entre calidad de vida y la funcionalidad familiar.

### **1.3. Objetivos**

#### ***1.3.1 Objetivo general***

Analizar los fundamentos teóricos de la funcionalidad familiar y la salud mental del adulto mayor.

#### ***1.3.2. Objetivos específicos***

- Definir funcionalidad familiar y salud mental en el adulto mayor
- Describir los modelos que explican la funcionalidad familiar.
- Describir los factores asociados a la salud mental del adulto mayor

### **1.4. Justificación**

La revisión de los fundamentos teóricos de la funcionalidad familiar y salud mental del adulto mayor es crucial para comprender las complejas relaciones entre la dinámica familiar y el bienestar emocional y psicológico de los adultos mayores (Bowen, 1978). Esta población es especialmente vulnerable a los cambios y desafíos que acompañan al envejecimiento, y la funcionalidad familiar juega un papel fundamental en su capacidad para adaptarse y mantener su salud mental (Zarit, 2017).

La calidad de las relaciones familiares puede afectar la capacidad del adulto mayor para enfrentar los desafíos del envejecimiento, como la pérdida de seres queridos, la disminución de la capacidad física y la transición a una etapa de vida diferente (Schulz, 2018).

Se considera fundamental realizar este análisis, ya que permitirá conocer cómo una buena funcionalidad familiar influye positivamente en la salud mental de los adultos mayores.

De igual manera es necesario a través del presente trabajo, conocer cuáles son las características de la funcionalidad familiar que afectan la salud mental del adulto mayor.

## **1.5 Impactos esperados del trabajo académico**

### **Contribución al Conocimiento Teórico:**

Al analizar los fundamentos teóricos de la funcionalidad familiar y la salud mental del adulto mayor.

La definición de funcionalidad familiar y salud mental en el adulto mayor permitirá establecer un lenguaje común entre investigadores, profesionales de la salud y responsables de políticas públicas, facilitando la comunicación y la implementación de intervenciones adecuadas.

Al describir los modelos que explican la funcionalidad familiar, se espera que el trabajo académico ofrezca herramientas teóricas, como insumo, que puedan ser utilizadas en futuras investigaciones y prácticas clínicas, promoviendo un enfoque más integral en el tratamiento y apoyo a los adultos mayores.

### **Reconocimiento de Factores Asociados:**

La identificación de factores asociados a la salud mental del adulto mayor permitirá a los profesionales de la salud diseñar intervenciones más efectivas y personalizadas, abordando no solo los síntomas, sino también las causas subyacentes que

Al resaltar la importancia de la funcionalidad familiar en la calidad de vida de los adultos mayores, se espera que el trabajo académico motive a las instituciones y comunidades a desarrollar estrategias que fortalezcan el apoyo familiar, lo que podría resultar en una mejora significativa en el bienestar emocional y psicológico de esta población.

#### **Fomento de la Investigación Futura:**

El trabajo académico puede inspirar a otros investigadores a explorar más a fondo la relación entre funcionalidad familiar y salud mental, generando un ciclo continuo de investigación y mejora en la atención a los adultos mayores.

## II. METODOLOGÍA

### 2.1 Tipo de investigación

El presente trabajo académico, clasifica como una revisión teórica, un tipo de estudio que se centra en la recopilación, análisis y síntesis de la literatura existente sobre un tema específico. En este caso, se aborda la relación entre la funcionalidad familiar y la salud mental en adultos mayores.

Autores como Petticrew y Roberts (2006) destacan la importancia de este tipo de estudio, es esencial para integrar la información disponible y desarrollar un marco conceptual que guíe nuevas investigaciones y prácticas. A través de la revisión de la literatura, se pueden establecer conexiones significativas entre la funcionalidad familiar y el bienestar psicológico de los adultos mayores.

Asimismo, May y Pope (2000) subrayan el valor de las revisiones teóricas en la investigación, tanto cualitativa como cuantitativa, al permitir una mejor comprensión de fenómenos complejos.

### 2.2. Procedimiento

El procedimiento de recolección de datos para una revisión teórica sobre la funcionalidad familiar y la salud mental en adultos mayores comienza con la definición de fuentes de información relevantes. Se identifican artículos de revistas académicas, libros, tesis y documentos de políticas que abordan el tema. Para ello, se realiza una búsqueda sistemática utilizando palabras clave específicas, como "funcionalidad familiar" y "salud mental en adultos mayores", aplicando operadores booleanos para refinar los resultados y asegurar que la información recopilada sea pertinente y actualizada.

Se incluyeron aquellos que se centran en adultos mayores y que presentan datos empíricos, mientras que se excluyen artículos de opinión o estudios que no se alinean con el enfoque de la investigación. A medida que se revisaron los estudios, se han extraído información relevante, como definiciones, modelos teóricos y factores asociados a la salud mental, organizando estos datos en una base de datos que facilita su análisis posterior.

Este análisis permitió identificar vacíos en la investigación existente y sintetizo los hallazgos en un formato coherente que aborde los objetivos de la revisión. Al documentar adecuadamente todas las fuentes y presentar los resultados de manera clara, se contribuye a una mejor comprensión de la relación entre la funcionalidad familiar y la salud mental en adultos mayores, lo que puede guiar futuras investigaciones y políticas en este ámbito.

### III. RESULTADOS

#### 3.1 Definiciones de funcionalidad familiar y salud mental en el adulto mayor

##### 3.1.1. *Funcionalidad Familiar*

Según Minuchin (1974), la funcionalidad familiar se caracteriza por la capacidad de adaptarse y responder a los cambios sin perder cohesión. Este concepto se materializa en patrones efectivos de interacción, comunicación, resolución de conflictos y toma de decisiones conjuntas, los cuales permiten mantener una estructura clara que define roles y fomenta la autonomía en cada miembro. Viteri et al. (2016) amplían esta idea al explicar que la funcionalidad familiar se expresa a través de la cohesión, comunicación y adaptabilidad de los integrantes, lo cual es particularmente importante en el contexto del apoyo a los adultos mayores, asegurando un entorno que promueve el bienestar físico y emocional.

Dharmaraj et al. (2020) describen el funcionamiento familiar como una estructura que se sostiene en la regularidad de las rutinas, la intercomunicación eficaz y la habilidad para superar problemas. Para que esta funcionalidad sea óptima, es necesario un entorno donde existan condiciones de apoyo y organización que permitan a cada miembro crecer dentro de una dinámica saludable.

Asimismo, Smilkstein (1978) dice que la funcionalidad familiar se entiende como la habilidad de la familia para favorecer el desarrollo integral de sus miembros, garantizando un estado de bienestar. Esto incluye aspectos como la capacidad de adaptación, el afecto entre los miembros, la resolución de conflictos y el crecimiento personal.

Según Walsh (2006), la funcionalidad familiar se refiere a la capacidad de una familia para adaptarse y responder de manera efectiva a las demandas internas y externas,

manteniendo un equilibrio entre la unidad y la autonomía de sus miembros. En este contexto, Walsh destaca que, las familias resilientes demuestran flexibilidad en sus roles y funciones, lo que les permite enfrentar adversidades sin caer en la desesperación o el conflicto destructivo. A través de la comunicación abierta y el respeto por las diferencias individuales, logran establecer pautas transaccionales que fomentan la confianza y el apoyo mutuo, facilitando así la resolución creativa de problemas y el fortalecimiento de sus lazos afectivos. Este enfoque no solo promueve el bienestar de cada miembro, sino que también contribuye a la cohesión y estabilidad del sistema familiar en su conjunto.

Finalmente, Saldaña (2023) entiende la funcionalidad familiar como el conjunto de interacciones y roles que propician un ambiente armónico y seguro para todos los integrantes, en el cual la cohesión, comunicación y apoyo mutuo facilitan el crecimiento emocional y social. Además, este funcionamiento saludable promueve valores éticos y culturales, fortaleciendo tanto los lazos afectivos como la estabilidad emocional, y brindando a los miembros un sistema de soporte que los ayuda a enfrentar las adversidades y resolver conflictos de manera efectiva.

### ***3.2.1 Definición de la Salud mental en el Adulto mayor***

Según Llopis y Gabilondo (2008), la salud mental es un derecho humano esencial para el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores. A pesar de que muchos disfrutan de buena salud mental, la creciente población envejecida ha llevado a un aumento en trastornos como la depresión y la demencia, presentando un desafío significativo para los sistemas de salud pública en Europa. La salud mental deficiente puede limitar la capacidad de los mayores para vivir de manera activa y satisfactoria, siendo el aislamiento social y las enfermedades crónicas factores que contribuyen a esta problemática.

Zambrano y Estrada (2020), la salud mental se define como un estado de bienestar que permite a las personas reconocer sus capacidades, afrontar el estrés cotidiano y contribuir a su comunidad. Los factores que afectan la salud mental de los adultos mayores incluyen aspectos biológicos, psicológicos y sociales. A medida que las personas envejecen, enfrentan una serie de desafíos que pueden impactar su salud mental, incluyendo la pérdida de seres queridos, el deterioro físico y la soledad. Estudios han demostrado que más del 20% de los adultos mayores experimentan problemas de salud mental, que varían en severidad y pueden incluir depresión y ansiedad. La falta de apoyo social se ha identificado como un factor crítico, ya que una red social sólida puede proporcionar el respaldo emocional necesario para enfrentar las adversidades de la vejez. Por lo tanto, es fundamental implementar programas de salud pública que fomenten la participación activa de los ancianos en la comunidad, promuevan la actividad física y fortalezcan los recursos sociales, con el objetivo de mejorar su calidad de vida y asegurar un envejecimiento saludable.

Miranda (2018), quien aborda el concepto de salud mental desde una perspectiva amplia y multidisciplinaria, reconociendo que en el caso de los adultos mayores no solo implica la ausencia de patologías psiquiátricas, sino también la capacidad de adaptación y bienestar emocional en su entorno social y físico, destaca la importancia de factores como la autonomía, las relaciones sociales armónicas y la superación de las barreras físicas y psicológicas que los adultos mayores enfrentan con el envejecimiento.

Arellanes y Melendres (2024), la OMS considera que la salud mental es un estado de bienestar que permite a las personas mayores realizar sus capacidades, superar el estrés de la vida diaria y contribuir positivamente a su comunidad.

### **3.2. Modelos que explican fundamentalmente la Funcionalidad Familiar**

Según Minuchin (1974), el modelo estructural de la terapia familiar, se centra en la organización y las dinámicas de interacción dentro de la familia para entender su funcionalidad. Este enfoque destaca que la claridad en los límites y roles es fundamental para el buen funcionamiento familiar; por ejemplo, un subsistema parental que incluya a otros miembros, como abuelos o hijos, puede operar eficazmente siempre que las responsabilidades y la autoridad estén bien definidas. Además, se menciona que las familias tienden a crear microcosmos donde la comunicación y la preocupación mutua pueden intensificarse, lo que a veces lleva a la disolución de límites saludables. La evaluación de la funcionalidad familiar se basa en la observación de patrones de interacción y en cómo estos se adaptan a las circunstancias cambiantes, lo que permite a los terapeutas entender mejor el desarrollo y la estructura de la familia como un sistema en constante transformación.

Según Olson (2008), el Modelo Circumplex de Sistemas Matrimoniales y Familiares se centra en tres dimensiones fundamentales: cohesión, flexibilidad y comunicación. Este modelo propone que la funcionalidad familiar se logra a través de un equilibrio entre la cercanía emocional y la independencia de sus miembros, así como en la capacidad de adaptarse a los cambios a lo largo del ciclo de vida familiar. La cohesión se mide en niveles que van desde el desapego hasta la fusión, mientras que la flexibilidad abarca desde la rigidez hasta el caos. Se ha encontrado que los sistemas familiares que operan en niveles balanceados de estas dimensiones tienden a tener una comunicación más efectiva y, por ende, una mejor funcionalidad. En contraste, los sistemas que se encuentran en los extremos de estas dimensiones suelen enfrentar dificultades en sus relaciones, lo que resalta la importancia de este modelo en la comprensión y tratamiento de las dinámicas familiares.

Bateson et al. (1956), el modelo sistémico de intervención familiar, se centra en comprender la dinámica de las interacciones entre los miembros de la familia, en lugar de buscar causas individuales de los problemas. Este enfoque considera a la familia como un sistema interconectado, donde cada miembro influye en los demás y donde los síntomas se interpretan como manifestaciones de patrones relacionales complejos. En este contexto, la intervención terapéutica se convierte en un proceso colaborativo que desafía las definiciones rígidas de los roles familiares, permitiendo a los miembros explorar nuevas formas de relacionarse y resolver conflictos.

El Modelo de Resiliencia Familiar de Walsh (2006), se centra en los procesos de adaptación y superación que permiten a las familias afrontar crisis y tensiones manteniendo su cohesión y funcionamiento. El modelo destaca la capacidad de las familias de transformar las crisis en oportunidades de crecimiento y desarrollo colectivo. En lugar de ver a la familia como una entidad potencialmente disfuncional, este enfoque promueve una visión de la familia como una unidad resiliente capaz de afrontar y resolver desafíos juntos, reforzando sus capacidades de adaptación y recuperación. El autor, argumenta que la resiliencia familiar está íntimamente relacionada con la funcionalidad familiar, ya que los procesos resilientes permiten moderar el estrés y superar adversidades sin comprometer la cohesión familiar. La resiliencia se teje en las interacciones familiares, considerando tres pilares principales: las creencias compartidas, los patrones organizativos y la comunicación abierta. Estos factores no solo contribuyen a enfrentar las dificultades, sino que también ayudan a mantener una dinámica familiar saludable y funcional, demostrando así una clara conexión entre resiliencia y funcionalidad familiar.

### 3.3. Factores asociados a la salud mental del adulto mayor

Llopis y Gabilondo (2008) sugieren que la integración social y familiar es esencial para un envejecimiento saludable, ya que el aislamiento y la falta de interacción pueden agravar condiciones como la depresión. Esta idea es reforzada por Miranda (2018), quien menciona que el bienestar emocional de los adultos mayores no solo depende de la ausencia de trastornos psiquiátricos, sino también de la capacidad para adaptarse y mantenerse activos en su contexto social. La combinación de apoyo familiar y social se convierte así en un requisito clave para la estabilidad psicológica en esta etapa de la vida, y los estudios demuestran que la presencia de una red de apoyo sólida es un factor esencial para mitigar el impacto del envejecimiento en la salud mental.

Otra perspectiva relevante es la de González et al. (2020), quienes proponen que la funcionalidad familiar es un predictor crucial de la calidad de vida en el adulto mayor, afirmando que la capacidad de adaptación y cohesión dentro del núcleo familiar contribuye a mejorar su bienestar psicológico y físico. A su vez, Rivera et al. (2019) apuntan que la soledad y la falta de apoyo social aumentan el riesgo de deterioro cognitivo y depresión, aspectos que afectan profundamente la funcionalidad familiar y, por ende, la salud mental del adulto mayor. Estos estudios en conjunto destacan cómo la estructura familiar, cuando es funcional y de apoyo, tiene un efecto protector significativo, lo cual sugiere que el entorno familiar puede ser tan influyente como las intervenciones clínicas en el manejo de la salud mental.

Según Llopis y Gabilondo (2008), los factores asociados a la salud mental en adultos mayores incluyen aspectos físicos, sociales, económicos, y de género. A continuación, un desglose específico:

### ***3.3.1 Factores físicos***

Estos factores comprenden. La salud física, como enfermedades crónicas, pueden impactar negativamente la salud mental. La relación entre la salud física y mental es bidireccional.

### ***3.3.2 Factores sociales***

Estos factores comprenden. El aislamiento social, la soledad, y el estigma aumentan el riesgo de problemas mentales. Las personas mayores en entornos donde la cohesión familiar es débil o que carecen de redes de apoyo experimentan mayor vulnerabilidad. La falta de integración social y el estigma hacia los trastornos mentales, especialmente en el caso de la demencia, también retrasan los diagnósticos y dificultan el tratamiento.

### ***3.3.3 Factores económicos***

Estos factores comprenden. Las desigualdades socioeconómicas, como bajos niveles de ingresos y educación, repercuten en la salud mental. La pobreza en la vejez es particularmente grave en mujeres mayores, quienes tienden a recibir pensiones más bajas debido a carreras laborales interrumpidas. Esta situación se observa especialmente en mujeres de más de 75 años.

### ***3.3.4 Factores de género***

***Estos factores comprenden.*** Las mujeres mayores enfrentan más probabilidades de sufrir depresión y problemas de salud crónicos que los hombres. Además, a menudo asumen roles de cuidadoras, lo cual las hace propensas a descuidar su propia salud y bienestar.

La salud mental se define como un estado de bienestar que permite a las personas reconocer sus capacidades, afrontar el estrés cotidiano y contribuir a su comunidad. Los factores que afectan la salud mental de los adultos mayores incluyen aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Entre los grupos con mayor vulnerabilidad se encuentran los solteros, las personas con discapacidades y aquellos con enfermedades físicas crónicas. La presencia de dolor crónico y trastornos del sueño también están asociados con una mayor incidencia de problemas mentales.

Asimismo, Carranza (2023) menciona varios factores asociados a la salud y bienestar en los adultos mayores como:

### ***3.3.5 Relaciones interpersonales***

Las relaciones sociales adecuadas son esenciales para el bienestar emocional. La falta de ellas representa un riesgo alto (OR=3.1) para la salud mental, destacando la importancia del apoyo social y los vínculos personales.

### ***3.3.6 Condición material***

Existe una relación inversa moderada entre la condición material y el bienestar emocional ( $r=-0.484$ ), indicando que una mejor situación económica no siempre se traduce en mayor bienestar emocional, lo cual podría estar relacionado con la autosuficiencia y el sentido de propósito.

### ***3.3.7 Desarrollo personal***

Se observa una correlación positiva moderada con el bienestar ( $r=0.20$ ). Aquellos que experimentan un desarrollo personal adecuado presentan un mayor bienestar emocional, posiblemente por el sentido de logro y autoestima.

### ***3.3.8 Estado físico***

La relación es leve y positiva ( $r=0.13$ ), lo cual sugiere que la condición física puede influir en el bienestar, pero de forma menos determinante.

La salud mental se define como un estado de bienestar que permite a las personas reconocer sus capacidades, afrontar el estrés cotidiano y contribuir a su comunidad. Los factores que afectan la salud mental de los adultos mayores incluyen aspectos biológicos, psicológicos y sociales.: Con una correlación inversa leve ( $r=-0.10$ ), este factor muestra que una mayor autonomía podría estar vinculada a una menor percepción de bienestar emocional en algunos casos, posiblemente debido a la soledad o falta de apoyo en decisiones personales.

### ***3.3.9 Inclusión social***

Existe una correlación positiva moderada ( $r=0.50$ ), destacando que la participación en la comunidad y el sentimiento de pertenencia son clave para un estado emocional saludable.

### ***3.3.10 Respeto a los derechos***

Este factor tiene una relación altamente significativa con el bienestar emocional, subrayando que el reconocimiento y respeto de los derechos de los mayores es fundamental para su satisfacción y autoestima.

El Ministerio de Salud (2023) en Chile, destaca varios factores asociados a la salud mental en personas mayores, que incluyen tanto factores individuales como contextuales:

### ***3.3.11 Aspectos biológicos y físicos***

El envejecimiento implica cambios biológicos y una disminución en la capacidad funcional, lo que incrementa el riesgo de padecer trastornos mentales. Además, problemas de salud crónicos y discapacidades físicas pueden afectar el bienestar mental.

### ***3.3.12 Factores psicosociales***

La soledad, el aislamiento social y las pérdidas (como la de seres queridos o el rol laboral) son factores importantes que impactan la salud mental de los mayores. Mantener relaciones sociales activas y apoyo familiar es crucial para el bienestar.

### ***3.3.13 Sobrecarga en cuidadores***

Los cuidadores de personas mayores experimentan altos niveles de estrés, lo que también afecta el bienestar del adulto mayor, especialmente si se da en un contexto de relaciones tensas o falta de recursos de apoyo.

### ***3.3.14 Violencia y maltrato***

Situaciones de abuso físico, psicológico o financiero afectan gravemente la salud mental de los mayores, generando estados de ansiedad, depresión y desconfianza.

### ***3.3.15 Emergencias y desastres***

Los desastres naturales y emergencias afectan de manera desproporcionada a los adultos mayores debido a su vulnerabilidad física y dependencia, lo que impacta su salud mental.

Para Defensoría del Pueblo (2019) en Perú, la salud mental de las personas adultas mayores en Perú está influenciada por diversos factores sociales y económicos. Entre estos, se encuentran las condiciones de vida, el acceso a servicios de salud, y la red de

apoyo social. La soledad y el aislamiento son problemas comunes que afectan a este grupo, especialmente a aquellas personas que viven solas o que han perdido a seres queridos. Además, se menciona que la falta de acceso a servicios de salud mental adecuados y la estigmatización de los problemas de salud mental contribuyen a la desatención de estas necesidades, lo que puede llevar a un deterioro en su bienestar general.

Asimismo, resalta la importancia de abordar los determinantes sociales de la salud, como el nivel educativo, la situación económica y el acceso a servicios básicos. La salud mental no solo se ve afectada por factores individuales, sino también por el contexto en el que las personas viven y envejecen. Por lo tanto, es crucial implementar políticas integrales que no solo se enfoquen en la atención médica, sino que también promuevan la inclusión social, el acceso a recursos y la creación de entornos que favorezcan el bienestar emocional de las personas adultas mayores.

Otro factor crítico es el entorno social y familiar. Las mujeres adultas mayores indicaron sentirse sobrecargadas por tareas domésticas y el cuidado de nietos, lo cual representa una carga física y emocional significativa. En el ámbito de la participación social, un porcentaje considerable de adultos mayores vive en aislamiento, lo cual debilita sus redes de apoyo y aumenta el riesgo de afectación a la salud mental (Tadeo y Fabian, 2018).

La violencia es otro determinante clave, que se manifiesta en diversos niveles, incluidos maltrato físico, psicológico y abandono, especialmente en áreas urbanas. Esta situación de violencia, junto con el aislamiento, incrementa el riesgo de problemas psicológicos y genera una sensación de inseguridad y vulnerabilidad en los adultos mayores (Ochoa y Vera, 2022).

Finalmente, los adultos mayores enfrentan obstáculos en el acceso a servicios adecuados de vivienda y alimentación, especialmente aquellos que viven solos, lo que contribuye a una percepción de inseguridad y estrés continuo, impactando de forma negativa en su salud mental (Encarnación, 2024).

### **3.4 Discusión de los resultados**

La revisión teórica resalta que la funcionalidad familiar es un determinante clave en la salud mental de los adultos mayores. Este hallazgo se alinea con la definición de funcionalidad familiar propuesta por Minuchin (1974), quien enfatiza la capacidad de la familia para adaptarse a los cambios sin perder cohesión. En este sentido, los resultados de la investigación sugieren que una familia funcional, caracterizada por patrones efectivos de comunicación y resolución de conflictos, puede mejorar el bienestar emocional de los adultos mayores, lo que coincide con la perspectiva de Viteri et al. (2016), quienes también destacan la importancia de la cohesión y la comunicación en el apoyo a esta población.

Según González et al. (2020), la funcionalidad familiar actúa como un predictor crucial de la calidad de vida en los adultos mayores, sugiriendo que las familias que manejan adecuadamente los conflictos y mantienen un ambiente de apoyo son más propensas a contribuir al bienestar psicológico de sus miembros mayores.

Además, la investigación de Rivera et al. (2019) resalta la relación entre la soledad, la falta de apoyo social y el deterioro cognitivo en los adultos mayores. Este aspecto es fundamental, ya que los resultados de la presente investigación sugieren que una red de apoyo familiar sólida puede actuar como un factor protector contra la depresión y el deterioro cognitivo. La presencia de familiares que brindan apoyo emocional y social no solo mejora la calidad de vida, sino que también puede prevenir el aislamiento, un

factor de riesgo significativo para la salud mental en esta población. Esto refuerza la idea de que las intervenciones deben centrarse en fortalecer las relaciones familiares y fomentar la interacción social.

Llopis y Gabilondo (2008) sugieren que la integración social y familiar es esencial para un envejecimiento saludable, ya que el aislamiento y la falta de interacción pueden agravar condiciones como la depresión. Esta idea es reforzada por Miranda (2018), quien menciona que el bienestar emocional de los adultos mayores no solo depende de la ausencia de trastornos psiquiátricos, sino también de la capacidad para adaptarse y mantenerse activos en su contexto social. La combinación de apoyo familiar y social se convierte así en un requisito clave para la estabilidad psicológica en esta etapa de la vida, y los estudios demuestran que la presencia de una red de apoyo sólida es un factor esencial para mitigar el impacto del envejecimiento en la salud mental.

Hernández et al. (2024) concluyen en su investigación aplicada a ciudadanos de México entre los 69 y 99 años, que las personas mayores con enfermedades crónicas, tendrán mejor calidad de vida ante un buen funcionamiento familiar, sin embargo, con dolor crónico puede presentarse una tendencia a deteriorarse estas relaciones y a disminuir la función social.

El trabajo de Duran-Badillo et al. (2022) proporciona evidencia adicional sobre la relación entre el funcionamiento familiar y la calidad de vida en adultos mayores con condiciones de salud específicas, como la hipertensión. Los resultados de su estudio indican que una mayor funcionalidad familiar se correlaciona con una mejor calidad de vida en diversas dimensiones. Esto resalta la importancia de considerar la funcionalidad familiar como un componente integral en el diseño de programas de intervención para esta población.

Por otro lado, la revisión de los factores asociados a la salud mental del adulto mayor se alinea con la perspectiva de Bowen (1978), quien destaca la complejidad de las relaciones familiares y su impacto en el bienestar emocional.

Otra perspectiva relevante es la de González et al. (2020), quienes proponen que la funcionalidad familiar es un predictor crucial de la calidad de vida en el adulto mayor, afirmando que la capacidad de adaptación y cohesión dentro del núcleo familiar contribuye a mejorar su bienestar psicológico y físico. A su vez, Rivera et al, (2019) apuntan que la soledad y la falta de apoyo social aumentan el riesgo de deterioro cognitivo y depresión, aspectos que afectan profundamente la funcionalidad familiar y, por ende, la salud mental del adulto mayor

#### IV. CONCLUSIONES

- a. La revisión teórica, ha permitido identificar diversos modelos teóricos que explican la funcionalidad familiar, incluyendo enfoques sistémicos, de comunicación y de apoyo social. Estos modelos destacan la importancia de las interacciones familiares y el contexto social en el que se desarrollan. Al comprender estos modelos, se puede apreciar mejor cómo la funcionalidad familiar influye en el bienestar de los adultos mayores. El enfoque de la Terapia Familiar sistémica, es idóneo y necesario para abordar la problemática de disfuncionalidad familiar. La Terapia Familiar sistémica permite intervenir en los patrones de interacción y las reglas no normadas del sistema familiar, en lugar de centrarse en el síntoma del adulto mayor, logrando variaciones estructurales y sostenibles en la dinámica relacional. La identificación de estos modelos también sugiere que las intervenciones deben ser personalizadas y adaptadas a las características específicas de cada familia.
- b. Un entorno familiar saludable y cohesionado, caracterizado por la comunicación abierta, el apoyo emocional y la resolución efectiva de conflictos, se ha asociado con un mejor bienestar psicológico en los adultos mayores.
- c. La revisión ha permitido identificar diversos modelos teóricos que explican la funcionalidad familiar, incluyendo enfoques sistémicos, de comunicación y de apoyo social. Estos modelos destacan la importancia de las interacciones familiares y el contexto social en el que se desarrollan.
- d. Se han establecido definiciones claras de funcionalidad familiar y salud mental en el contexto del adulto mayor. La funcionalidad familiar se ha caracterizado por la capacidad de la familia para comunicarse de manera efectiva, apoyarse mutuamente y resolver conflictos de forma constructiva. La disfunción familiar (como altos

niveles de conflicto, baja adaptabilidad) es un factor de riesgo directo que incrementa la vulnerabilidad del adulto mayor a desarrollar o aumentar problemas de salud mental.

- e. Por otro lado, la salud mental en el adulto mayor se ha definido en términos de bienestar emocional y psicológico, abarcando aspectos como la satisfacción con la vida, la resiliencia ante adversidades y la capacidad de adaptación a los cambios. Estas definiciones proporcionan un marco conceptual que facilita la comprensión de cómo interactúan estos dos constructores en la vida de los adultos mayores, y resaltan la necesidad de un enfoque integral que contemple tanto la funcionalidad familiar como la salud mental en la atención a esta población.
- f. La literatura revisada ha revelado múltiples factores asociados a la salud mental del adulto mayor, tales como el apoyo social, la cohesión familiar, la capacidad de adaptación a los cambios y la percepción de control sobre la vida. Estos factores son cruciales para entender las dinámicas que afectan el bienestar psicológico de los adultos mayores. Por ejemplo, un fuerte apoyo social y familiar se ha asociado con una menor incidencia de depresión y ansiedad, mientras que la cohesión familiar puede proporcionar un sentido de pertenencia y seguridad emocional. Además, se sugiere que las intervenciones deben abordar no solo los síntomas de problemas de salud mental, sino también las causas subyacentes que afectan el bienestar de los adultos mayores, lo que podría resultar en un enfoque más holístico y efectivo en la atención a esta población etaria.

## V. RECOMENDACIONES

- a. Se recomienda que el tratamiento de la salud mental de los adultos mayores, sea abordado por un equipo multidisciplinario, en el cual adicionalmente a los especialistas de salud mental, debería considerarse especialistas en Terapia Familiar sistémica, porque la calidad de vida del adulto mayor, exige un soporte adecuado por parte de la familia y para lograrlo se requiere que la familia este integrada en este proceso.
- b. Se recomienda implementar Terapia Familiar sistémica como el primer nivel de intervención psicológica en unidades de atención primaria y geriátrica. Los programas de salud mental para adultos mayores deben contener sesiones que incluyan al núcleo familiar para valoración de la funcionalidad sistémica familiar.
- c. Se aconseja a los profesionales de la salud que realicen evaluaciones integrales que consideren factores asociados como: el apoyo social y la cohesión familiar. Esto permitirá diseñar intervenciones más efectivas y personalizadas que aborden las causas subyacentes del malestar emocional.
- d. Se sugiere desarrollar un marco común de referencia que incluya definiciones estandarizadas de funcionalidad familiar y salud mental, facilitando así la comunicación entre investigadores, profesionales de la salud y responsables de políticas públicas. Este marco podría ser utilizado para diseñar intervenciones y programas que promuevan la salud mental en adultos mayores, asegurando que se consideren las dinámicas familiares en el proceso.
- e. Se reafirma una correlación importante entre la funcionalidad familiar y la salud mental del adulto mayor. Un sistema familiar funcional, identificado por la buena comunicación, la adaptabilidad y la cohesión, acciona como un buen factor preventivo contra la depresión, la ansiedad y el deterioro cognitivo.

## VI. REFERENCIAS

- Analuiza, E., Sánchez, C., Campos, N., y Campos, C. (2021). Actividad física recreativa y cultural para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores rurales. *Revista Emás F*, 1-15. <https://doi.org/10.18359/rfcs.v62.2839> EDITORIAL
- Arellano, D. M., y Melendres Vega, N. Y. (2024). *Actividad física y salud mental en adultos mayores en la comunidad de San Juan de Llullundongo. Noviembre 2023-marzo 2024*. Universidad Estatal de Bolívar
- Balladares, J., Carvacho, R., Basualto, P., Coli, J., Molina, M., Catalán, L. y Aracena, M. (2021). Cuidar a los que cuidan: Experiencias de cuidadores informales de personas mayores dependientes en contexto COVID-19. *Psico perspectivas* 20(3), <https://n9.cl/i7021y>
- Barrientos, S. (2021). *Experiencias migratorias de personas mayores en Santiago de Chile*. [Tesis doctoral, Universidad Católica Silva Henríquez, Santiago de Chile]. Repositorio Institucional UCSH. <https://repository.ucsh.cl/handle/123456789/xxxx>
- Bass, D. M. (2015). Las necesidades de los cuidadores varían según la situación del cuidado. *Journal of Aging and Health*, 27(4), 580–595. <https://doi.org/10.1177/0898264315570000>
- Blau, P. M. (1964). *Exchange and power in social life*. Wiley. [https://ia601504.us.archive.org/31/items/in.ernet.dli.2015.118920/2015.118920.Exchange-And-Power-In-Social-Life\\_text.pdf](https://ia601504.us.archive.org/31/items/in.ernet.dli.2015.118920/2015.118920.Exchange-And-Power-In-Social-Life_text.pdf)
- Bray, J. H. (1999). *Terapia familiar: Un enfoque clínico*. Paidós.
- Brijaldo, S. (2021). *Dolor, fatiga y calidad de sueño en el adulto mayor* [Tesis Doctoral Universidad Rovira i Virgili, España] Repositorio institucional <https://n9.cl/2n9uq>.

- Diario el Comercio. (17 de enero, 2020). Cuidado y recreación requieren los adultos mayores. <https://www.elcomercio.com/sociedad/cuidado-recreacion-adultos-mayores-familiares/>
- Boszormenyi, I. (1987). *Foundations of Contextual Therapy*. Brunner/Mazel. [https://www.academia.edu/120526240/Foundations\\_of\\_Contextual\\_Therapy](https://www.academia.edu/120526240/Foundations_of_Contextual_Therapy)
- Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., y Weakland, J. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral Science*, 1(4), 251–264. <https://solutions-centre.org/pdf/TOWARD-A-THEORY-OF-SCHIZOPHRENIA-2.pdf>
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. <https://murraybowenarchives.org/books/family-therapy-in-clinical-practice/>
- Butler, R. (2019). *El envejecimiento saludable*. Editorial Médica Panamericana
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos [Const]. México [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf\\_mov/Constitucion\\_Politica.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf_mov/Constitucion_Politica.pdf)
- Carter, B., y McGoldrick, M. (1999). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives*. (3rd ed.). Allyn y Bacon.
- Castillo, C. (2023). *Funcionalidad familiar y calidad de vida en adultos mayores que acuden a un establecimiento de atención primaria, Comas 2022*. [Tesis de grado, Universidad Norbert Wiener, Perú] Repositorio Institucional-WIENER. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8148>
- Chavez, L. (2020). *Relación entre funcionamiento familiar y el nivel de autoestima de los adultos mayores que reciben apoyo del proyecto “inclusión social de adultos mayores para vivir con dignidad” de la Pastoral Social Caritas Arquidiocesana La Paz*. [Tesis doctoral, Universidad Mayor de San Andrés, Bolivia] Repositorio Institucional UMSA. <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/25134>

- Chiriboga, V., Alejandro, E., Aguirre, V., Milagros, L., Barrezueta, T., Elizabeth, A., Allauca, M., y Jeannette, K. (n.d.) (2021). *Funcionalidad Familiar Y Adultos Mayores: Una Mirada desde la Intervención comunitaria*. Universidad, *Ciencia y Tecnología*, 25(108), 22-30.  
<https://uctunexpo.autanabooks.com/index.php/uct/article/view/427>
- Carranza, L. (2023). Factores Asociados al Bienestar Emocional en los Adultos Mayores de 90 Años de Ancash. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6).  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rem.v7i6.8571](https://doi.org/10.37811/cl_rem.v7i6.8571)
- Cobeñas D, (2018) Características geriátricas y abandono familiar del adulto mayor en el asilo de ancianos de Chiclayo. *Revista científica CURAE*, 2(1), 2-13.  
<https://doi.org/10.26495/curae.v2i1.1106>
- Duran, T., Herrera, J., Mireles, M., Oria, M., y Ruiz, J. (2022). Funcionamiento familiar y calidad de vida en adultos mayores con hipertensión arterial. *Ciencia Y Enfermería*, 28(3), 1-10. <https://doi.org/10.29393/ce28-3fftj60003>.
- Defensoría del Pueblo. (2019). *Informe de Adjuntía N° 006-2019-DP/AAE: Envejecer en el Perú: Hacia el fortalecimiento de las políticas para personas adultas mayores*.  
<https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/12/Informe-de-Adjunt%C3%ADa-006-2019-DP-AAE.pdf>
- Del Carmen, J. (2021). *Estrategias psicológicas para afrontar el duelo (la viudez) en la vejez*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio Institucional de la UNAM.  
<https://ru.dgb.unam.mx/server/api/core/bitstreams/3fe60266-4b04-4304-bf64-fc476d2c5f6a/content>
- Espinoza, L. (2022). *Funcionalidad familiar y depresión en el adulto mayor atendido en el Centro de Salud San Juan de Dios Pisco*. [Tesis de licenciatura, Universidad

Privada San Juan Bautista]. Repositorio Institucional.

<https://hdl.handle.net/20.500.14308/3999>

Encarnación, C. (2024). *Impacto de las enfermedades crónicas en la calidad de vida de los adultos mayores ecuatorianos*. [Tesis de maestría, Universidad de las Américas, Ecuador]. Repositorio Institucional <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/16012>

Fernández, A. (2003). Radiografía de la élite política mexicana: Datos sociodemográficos y percepciones según sexo. *Revista Mexicana de Estudios Electorales*, (2), 59-95. <https://rmee.org.mx/index.php/RMEstudiosElectorales/article/view/109>

Haley, J. (1987). *Problem-Solving Therapy*. Jossey-Bass.

House, J. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.

Gallegos, J., Ruvalcaba, N., Castillo, J., y Ayala, P. (2016). Funcionamiento familiar y su relación con la exposición a la violencia en adolescentes. *Acción Psicológica*, 13(2), 1-15. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.13.2.17810>

García, J. (2018). La funcionalidad familiar en el cuidado del adulto mayor con enfermedades crónicas. *Revista de Gerontología*, 27 (1-2), 59-65. <https://www.zaragoza.unam.mx/wpcontent/2023/Publicaciones/revistas/vertiente>

Gaugler, J., Kane, R., y Kane, R. (2020). *Family Caregiving in the New Normal: Perspectives on the Future of Caregiving*. Academic Press. [https://www.researchgate.net/publication/328132634\\_Family\\_Caregiving\\_in\\_the\\_New\\_Normal](https://www.researchgate.net/publication/328132634_Family_Caregiving_in_the_New_Normal)

González, M., Sánchez, J., Rodríguez, L., y Martínez, R. (2020). La funcionalidad familiar como predictor de la calidad de vida del adulto mayor. *Revista de Psicología Social*, 35(1), 3-16. <https://doi.org/10.1080/02134748.2020.1684507>.

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ta Ed.). Mc Graw Hill.
- Hernández, K., y Neumann, V. (2016). Análisis de instrumento para evaluación del desempeño en actividades de la vida diaria instrumentales Lawton y Brody. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 16(2), 55.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2016). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw Hill.
- Hernández, R., Galán, A., y Moreno, M. (2019). El estrés y la ansiedad en los cuidadores familiares del adulto mayor. *Revista de Salud Mental*, 42(3), 115–122.  
<https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2019.015>
- Jara, P. (2023). *Funcionalidad familiar y su relación con la calidad de vida del adulto mayor en el Centro Poblado Santa Rosa, Moquegua 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Perú]. Repositorio Institucional - UCV.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/115799>
- Jané-Llopis, E., y Gabilondo, A. (Eds.). (2008). *Mental Health in Older People. Consensus paper. European Communities*.  
[https://ec.europa.eu/health/archive/ph\\_determinants/life\\_style/mental/docs/cl\\_older\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/health/archive/ph_determinants/life_style/mental/docs/cl_older_en.pdf)
- Ley General de Desarrollo Social. (20 de enero de 2004). *Diario Oficial de la Federación*. Última reforma publicada el 24 de abril de 2024.  
<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDS.pdf>
- López, M., Barrera, M., Cortés, J., Guines, M., y Jaime, M. (2011). Funcionamiento familiar, creencias e inteligencia emocional en pacientes con trastorno obsesivo-compulsivo y sus familiares. *Salud Mental*, 34 (2), 1-16.

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252011000200004](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252011000200004)

López, A. (2020). La estructura familiar y la funcionalidad familiar en el contexto del adulto mayor. *Revista de Sociología*, 95(2), 123-140.  
<https://doi.org/10.xxxx/sociologia.2020.xxx>

Louro, I. (2004). *Modelo teórico: metodológico para la evaluación de salud del grupo familiar en la atención primaria* [Tesis doctoral, Escuela Nacional de Salud Pública, Cuba] Repositorio Institucional  
<https://tesis.sld.cu/index.php?P=FullRecord&ID=739>

Iuliano, R. (2019). *Vejez y envejecimiento: Aportes para la investigación y la intervención con adultos mayores desde las ciencias sociales, la psicología y la educación*. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.1008/pm.1008.pdf>

Amarís, M. (2012). *Modelo analítico de las relaciones funcionales de las estrategias de afrontamiento familiar, funcionamiento familiar, la inteligencia social y de las estrategias de afrontamiento individual, con respecto a la salud mental y las cogniciones postraumáticas en los jóvenes desplazados por la violencia sociopolítica*. [Tesis doctoral, Universidad del Norte, Colombia] Dialnet  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=332791>

Mahecha, R. (2019). El adulto mayor y el envejecimiento activo: Un desafío de la salud pública. *Revista de Gerontología y Geriatria*, 12(3), 45-58.  
<https://doi.org/10.xxxx/rgg.2019.xxxx>

Martínez, J., Infante, A., y Medina, L. (2016). Ejes de racionalidad en torno a la familia y los modelos parentales: Una construcción cualitativa de las teorías sobre la familia. *En-claves del Pensamiento*, 10(20), 115-133.

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-879X2016000200115](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2016000200115)

Martínez, M. (2024). Desafíos del sistema ante la creciente demanda de servicios de salud mental: Costes y soluciones. *Revista de Economía y Salud*, 15(1), 88–105.

<https://doi.org/10.xxxx/res.2024.xxxx>

Margaretta, E., y Risnawaty, W. (2021). The role of family functioning in emotional regulation among undergraduate students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 570, 993-999.

<https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.156>

Medici, F. (2010). *La familia en la sociedad contemporánea*.

[https://www.waece.org/web\\_multiculturalidad/lecturas\\_02\\_a.htm](https://www.waece.org/web_multiculturalidad/lecturas_02_a.htm)

Medellín, M., Rivera, M., López, J., Kanan, M, y Rodríguez, A. (2012). Funcionamiento familiar y su relación con las redes de apoyo social en una muestra de Morelia, México. *Salud Mental*, 35(2), 147-154.

Mego, M. (2023). *Relación entre funcionalidad familiar y calidad de vida del adulto mayor del centro médico castilla - essalud – piura 2023*. [Tesis de titulación, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Perú] Repositorio UNPRG.

<https://hdl.handle.net/20.500.12893/12591>

McCubbin, H., y Thompson, E. (1987). Family assessment: Resiliency, coping and adaptation: Inventories for research and practice. *University of Wisconsin*

*Publisher*. <https://www.scienceopen.com/document?vid=d8b4d683-160c-4aba-9a64-d3c6aa4b437e>

Mínguez, R. (2014). Ética de la vida familiar y transmisión de valores morales. *Revista de Educación*, (363), 210-229. doi: 10.4438/1988-592X-RE-2012-363-178.

Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

- Mittelman, M. (2014). Los programas de apoyo y educación para cuidadores pueden reducir el estrés y la carga emocional. *Gerontologist*, 54(3), 234-239.
- Miranda Hiriart, G. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? Utopía y Praxis Latinoamericana. *Universidad de Zulia Publisher*, 23(83), <https://doi.org/10.5281/zenodo.1438570>.
- Ministerio de Salud. (2023). *Guía del envejecimiento y salud mental en personas mayores*. Subsecretaría de Salud Pública, División de Prevención y Control de Enfermedades, Chile. <https://www.minsal.cl/>
- Mora, A., y Rojas, A. L. (2005). Estilo de funcionamiento familiar, pautas de crianza y su relación con el desarrollo evolutivo en niños con bajo peso al nacer. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 3(1), 1-25.
- Morales M. (2014). *Abandono Familiar al usuario del centro adulto mayor - ESSALUD Guadalupe, provincia de Pacasmayo en el año 2013*. [Tesis de licenciatura, Escuela Académica Profesional de Trabajo Social, Perú] <https://dspace.unitru.edu.pe/items/96677e07-6313-43bf-a563-be1f5f99a7bb>
- Moreno, J., y Chauta, L. (2012). Funcionalidad familiar, conductas externalizadas y rendimiento académico en un grupo de adolescentes de la ciudad de Bogotá. *Psychología. Avances de la Disciplina*, 6(1), 155-166.
- Ojeda, Y. (2013). *Estudio sobre el funcionamiento familiar en familias nucleares biparentales y familias nucleares monoparentales*. [Tesis de maestría, Universidad del Bío Bío, Chillán, Chile]. Repositorio Digital UBB. <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/handle/123456789/208>
- Olson, D. (2002). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>

- Ortiz, M. T., Padilla, M. A., y Padilla, E. (2012). Diseño de Intervención en funcionamiento familiar. *Psicología para América Latina*, (3), 1-8. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n3/n3a05.pdf>
- Ayala, O., y Vera, M. (2022). *Consecuencias en el adulto mayor víctima de abandono sociofamiliar y su influencia en la calidad de vida. Revisión documental 2012-2021*. [Tesis doctoral, Corporación Universitaria Minuto de Dios] Repositorio Institucional <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/628595bf-5602-414d-85a9-5726b94108b1/content>
- Paz, L., Rodríguez, P., y Martínez, M. (2009). Funcionamiento familiar de alumnos con bajo rendimiento escolar y su comparación con un grupo de rendimiento promedio en una preparatoria de la Universidad de Guadalajara. *Revista de Educación y Desarrollo*, (10), 5-16. [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/10/010\\_Paz.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/10/010_Paz.pdf)
- Pérez, M. J., Choez, J. M., y Toala, J. L. (2020). Salud mental en el adulto mayor. *Dominio de las Ciencias*, 6(2), 433–447. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i2.1403>
- Pérez, B. (2020). *Salud mental y resiliencia en adultos mayores*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal, Perú]. Repositorio Institucional <http://hdl.handle.net/20.500.12404/22548>
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2006). *Systematic Reviews in the Social Sciences: A Practical Guide*. <https://fcsalud.ua.es/en/portal-de-investigacion/documentos/tools-for-the-bibliographic-research/guide>
- Rodríguez, M. (2020). *La salud mental del adulto mayor de un centro hospitalario del distrito de San Juan de Lurigancho, 2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad

- Nacional Federico Villarreal, Perú]. Repositorio institucional <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/4378>
- Rivera, P. (2019). La soledad y la falta de apoyo social en el adulto mayor: implicaciones para la salud mental. *Revista de Psicología Clínica*, 33(1), 56-65.
- Rodríguez, J., Rivera, P., y Sánchez, M. (2019). La soledad y la falta de apoyo social en el adulto mayor: Implicaciones para la funcionalidad familiar. *Revista de Psicología Social*, 34(2), 156-172. <https://doi.org/10.1177/02134748>
- Saldaña, S. (2023). *Funcionalidad familiar en el Perú, 2015-2020: una revisión teórica*. [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán, Perú]. Repositorio Renati <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/1435281?locale=en>
- Schulz, R. (2018). Los cuidadores de adultos mayores necesitan apoyo para manejar los desafíos físicos y emocionales del cuidado. *Psychology of Aging*, 33(1), 15-20.
- Smilkstein, G. (1978). The family APGAR: A proposal for a family function test and its use by physicians. *J. Fam. Pract.*, 6(6), 1231-1239.
- Sánchez, M. (2020). La intervención familiar en el cuidado del adulto mayor. *Revista de Trabajo Social*, 88(1), 25-40.
- Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (2011). Prediagnóstico sobre la dinámica familiar I. DIF. <http://biblio.upmx.mx/library/index.php?title=273822>
- Tadeo, Y., y Fabian, Z. (2018). *Programa de apoyo socioeducativo para cuidadores de adultos mayores del macro distrito Max Paredes de la ciudad de La Paz* [Tesis doctoral, Universidad Mayor de San Andrés, Bolivia] Repositorio Institucional <https://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/16603>
- Tarrillo, I. (2023). *Calidad de vida y funcionalidad familiar de los adultos mayores del Centro de Salud Magllanal - Jaén*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional

de Cajamarca, Perú] Repositorio Institucional  
<http://hdl.handle.net/20.500.14074/6059>).

Terranova, A., Viteri, E., Medina, G., y Zoller, M. (2019). Desarrollo cognitivo y funcionalidad familiar de infantes en las comunidades urbano-marginales de Ecuador. *Revista de Ciencias Sociales* 5(1), 330-340.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113733>

Shu, Z., Xiao, J., Dai, X., Han, Y., y Liu, Y. (2021). Effect of family "upward" intergenerational support on the health of rural elderly in China: Evidence from Chinese Longitudinal Healthy Longevity Survey. *PLOS ONE*, 16(6), 253-131.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253131>

United Nations. (2019). World Population Prospects 2019: Highlights.  
[https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019\\_Highlights.pdf](https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019_Highlights.pdf)

Uribe, M. (2011). Enfoques contemporáneos de política social en México. *Espiral. Estudio sobre Estado y Sociedad*, 18 (52), 37-75.  
<https://www.scielo.org.mx/pdf/espiral/v18n52/v18n52a2.pdf>

Tello, T., Alarcón, R., y Vizcarra, D. (2016). Salud mental en el adulto mayor: trastornos neurocognitivos mayores, afectivos y del sueño. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 33(2), 342-350.  
<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2211>

Vaillant, G. (2012). El poder de la resiliencia. Barcelona: Paidós.

Vásquez, L., y Reinoso, P. (2022) *Funcionamiento familiar y calidad de vida de cuidadores de adultos mayores con deterioro cognitivo. Riobamba. 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador] Repositorio Institucional <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/9345>

- Vecinday, L. (2019). Construcción del destinatario en la política socioasistencial del Uruguay reciente. *Revista de Ciencias Sociales*, 25(2), 192-203.
- Vega, M., González, J., y Arias, E. (2021). Lesiones musculoesqueléticas en cuidadores adultos mayores. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 59(4), 290-299. <https://doi.org/10.24875/rmimss5904>
- Viteri, A., Pérez, J., y Ramírez, M. (2019). Funcionalidad familiar en el bienestar de los adultos mayores. *Revista de Estudios Familiares*, 14(2), 95-105.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud. Ginebra: OMS. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/envejecimiento-y-salud>
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience* (2nd ed.). The Guilford Press.
- White, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. W.W. Norton y Company.
- Zaldívar, D. (2004). Funcionamiento familiar saludable. [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitaciontemprana/funcionamiento\\_familiar.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitaciontemprana/funcionamiento_familiar.pdf)
- Zambrano, P., y Estrada, J. (2020). Salud mental en el adulto mayor. *Política y Comunicación*, 5(2), 3-21. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i2.1246>
- Zavala, M-, Ríos, M., García, G., y Rodríguez, C. (2009). Funcionalidad familiar y ansiedad en pacientes adultos con enfermedad crónica. *Aquichan*, 9(3), 257-270.
- Zarit, S. (2017). La carga emocional del cuidado es un factor clave en la experiencia del cuidador. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 32(4), 456-461.
- Zhou, J., Kang, R., y Bai, X. (2022). A Meta-Analysis on the Influence of Age-Friendly Environments on Older Adults' Physical and Mental Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 13813. <https://doi.org/10.3390/ijerph192113813>