



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

TEMA:

Laborterapia en la salud mental del adulto mayor

Autores:

Abarca Guzmán Damaris Irene

Loor Mendoza Angie Cesibel

Unidad académica:

Facultad de Ciencias de la salud

Carrera Terapia Ocupacional

Lugar y fecha de emisión

Manta,

Certificado del tutor

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, CERTIFICO:

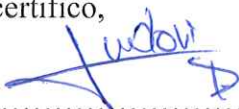
Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría la/el estudiante Abarca Guzmán Damaris Irene y Loor Mendoza Angie Cesibel, legalmente matriculado en la carrera de Terapia Ocupacional, período académico 2024-2025 (2), cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto es **“Laborterapia en la salud mental del adulto mayor”**.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, diciembre de 2024.

Lo certifico,



.....
Lic. Diego José Cuichan Nuñez

Área: Salud.

Declaración de autoría

El trabajo de revisión sistemática titulado “**Laborterapia en la salud mental del adulto mayor**”.

Yo, Abarca Guzmán Damaris Irene, con C.I. 1311468613 y Loor Mendoza Angie Cesibel, con C.I. 1311468613 declaro que es original y constituye una elaboración personal con criterios que son de total responsabilidad mía, así como en la interpretación de este; recalco que, aquellos trabajos de otros autores que brindaron aporte al desarrollo de esta investigación han sido debidamente referenciados en el texto. Con esta declaratoria, transferimos nuestra propiedad intelectual a la Universidad Laica “Eloy Alfaro de Manabí” y autorizo a la publicación de este trabajo de investigación en el archivo institucional de acuerdo con las reglas del Art. Artículo 144 de la Ley Biológica de educación superior.

Damaris A.

Abarca Guzmán Damaris Irene

C.I. 1311468613

Angie Loor.

Loor Mendoza Angie Cesibel

C.I. 1311468613

Dedicatoria

Me dedico esta tesis a mí, porque a pesar de todas las circunstancias y adversidades siempre me refugie en mis estudios, mis estudios fue mi fortaleza para seguir en este camino estudiantil hacia una vista profesional.

Con el corazón lleno de gratitud y orgullo por haber alcanzado esta meta, dedico este trabajo a quienes han sido mi mayor fortaleza en este camino: A Dios, por ser mi guía, mi refugio en los momentos de duda y la luz que iluminó mi sendero en cada desafío. A mi familia, que con su amor incondicional y sacrificios han estado siempre a mi lado. A mis padres, por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia, y por ser el ejemplo que inspira mis pasos. A mi novio, por su paciencia, comprensión y apoyo inquebrantable. Tus palabras de aliento y tu fe en mí me ayudaron a superar los momentos más difíciles y a celebrar cada pequeño triunfo. Y a mí tutor, cuya dedicación y sabiduría fueron esenciales para el desarrollo de esta investigación. Gracias por confiar en nuestras capacidades y guiarnos con entusiasmo y profesionalismo. A todos ustedes presentes, que han sido nuestro soporte y motivación, les dedicamos este logro con todo nuestro amor y admiración.

Angie Cesibel Loor Mendoza y Damaris Irene Abarca Guzmán

Agradecimiento

Agradezco en primer lugar a Dios por permitirme un despertar cada día, días que fueron toda una aventura de buenos y malos momentos, a lo largo de la vida nos sumamos de experiencia inolvidables cada persona es un libro en blanco predispuesto a escribir una historia con diferentes escenarios y por tener un gran final que es incierto.

A mi pequeña familia de mamá, papá, hermana y mi pequeño hermanito, ellos son un núcleo fundamental en mi vida, sin ellos no hubiera sido fácil, hubiera tendido un poco de complicaciones a pesar de que no ha sido fácil tener un hogar de estabilidad, se ha tenido sus altas y bajas en ocasiones muy bajas que se ha tocado fondo donde tocó salir de aquel vacío, resurgir de las cenizas siendo más fuerte como el ave mitológica Fénix.

Y finalmente mis amistades más allegadas aquellos amigos que son como mis hermanitos de otra sangre que me enseñaron que no cualquier persona está en las peores situaciones de la vida aquellos que te ayudan a ser una mejor persona y todas las personas en general que siempre me daban consejos de aliento, siempre perseverar en el camino de un mejor futuro.

Angie Cesibel Loor Mendoza

Agradecimiento

Agradezco en primer lugar a Dios, por darme la vida, la sabiduría y la perseverancia necesarias para culminar esta etapa tan importante.

A mi tutor, por su compromiso y disposición para orientarme a lo largo de esta investigación. A mi familia, por ser mi mayor soporte emocional y por brindarme todo lo necesario para cumplir este sueño.

A mi novio, quien con su paciencia, amor y apoyo inquebrantable estuvo siempre a mi lado en los momentos de mayor exigencia.

Y finalmente, agradezco a mis compañeros y amigos, cuya compañía y colaboración hicieron de este recorrido una experiencia enriquecedora e inolvidable

Damaris Irene Abarca Guzmán

Resumen

Este estudio explora la importancia de la laborterapia para la salud mental de los adultos mayores, un tema relevante en el contexto de una población que envejece, y la necesidad de estrategias efectivas para promover el bienestar general. El estudio tuvo como objetivo determinar cómo la laborterapia mejora la salud mental, la interacción social y la autoestima en este grupo.

Metodología: Utilizando un enfoque de revisión sistemática, se seleccionaron y analizaron estudios científicos y bibliográficos que abordan el impacto de la laborterapia en los adultos mayores.

Resultados: Los resultados indican que la laborterapia es una herramienta eficaz para reducir los síntomas de aislamiento social, ansiedad y depresión, al tiempo que mejora la autoestima y cultiva un sentido de realización personal. Las técnicas más efectivas incluyen actividades grupales como talleres de arte, jardinería y manualidades que no solo estimulan las habilidades cognitivas y emocionales, sino que también promueven interacciones sociales significativas entre los participantes.

Conclusión: Destacan que la terapia ocupacional es una intervención clave para mejorar la salud mental y emocional de los adultos mayores, promover el envejecimiento activo y mejorar la calidad de vida. Este estudio destaca la necesidad de integrar la terapia ocupacional en los programas geriátricos y las políticas públicas dirigidas a esta población

Contenido

Certificado del tutor	II
Declaración de autoría	III
Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Agradecimiento	VI
Resumen.....	VII
Capítulo I	1
Introducción	1
Justificación	2
Objetivo General	4
Objetivos Específicos.....	4
Capítulo II	5
Salud Mental	5
Factores que Influyen en la Salud Mental.....	5
Adulto mayor	6
Aspectos Psicológicos del Envejecimiento.....	7
Terapia ocupacional en el adulto mayor	8
Beneficios Físicos y Cognitivos de la Terapia Ocupacional	9

Estrategias y Técnicas en Terapia Ocupacional para Adultos Mayores	9
Terapia ocupacional en la salud mental	10
Intervenciones en Terapia Ocupacional para la Salud Mental.....	10
Laborterapia	10
Impacto de la Laborterapia en la Calidad de Vida.....	11
Capítulo III.....	12
Definición de método sistemático.....	12
Criterios de inclusión de estudios	12
Criterios de exclusión de estudio	13
Técnicas e instrumentos para la recolección de datos/información.....	14
Tabla 1. Flujograma de artículos para la revisión sistemática	14
Evaluar la validez de los artículos seleccionados en el tema.....	15
Análisis de los artículos seleccionados	15
Tabla 2. Tabla de distribución según tipos de documentos	15
Tabla 3. Distribución según el año de publicación.....	16
Tabla 4. Distribución según buscadores de artículos de revistas científicas	16
Tabla 5. Análisis de contenidos de los artículos seleccionados.....	17
Referencias Bibliográficas	33

Capítulo I

Introducción

Los adultos mayores enfrentan una serie de desafíos relacionados con la jubilación, la pérdida de seres queridos puede afectar a la salud mental, esto puede provocar ansiedad, enfermedades crónicas y cambios en su independencia, uno de los problemas más agravantes es la soledad que se puede experimentar por falta de interacción social. Varios especialistas han reforzado estos cambios en edades avanzadas afirmando que “al llegar a esta etapa de su vida su funcionamiento disminuye y pasan de ser independientes a depender de las personas.” (Torres et al., 2011)

Se prevé para el 2030 en base al índice de natalidad y a los avances de la medicina la proporción de adultos mayores a jóvenes se vea desbalanceada adjudicando a los adultos mayores una condición emergente en vista que no haya suficiente mano de obra para hacerse cargo de la población adulta, se espera “con un pronóstico que un 70% de la población del planeta superará los 700 millones de mayores en los países en vías de desarrollo” (Calero et al., 2016).

En el año 2013 en Europa se realizó una encuesta de salud en la cual participaron catorce países europeos en donde se encontró que “la soledad afecta a un rango de entre el 14,1% y el 16,3% de los síntomas de las personas mayores, siendo especialmente relevante en el caso de las mujeres” (Gallardo et al., 2023).

En el Ecuador es de vital importancia dedicar un estudio que permita identificar los puntos de acción sobre la población estudiada, las autoridades por su parte se han percatado de

esta problemática en base a que la cifra de adultos mayores “alcanza las 1,341.665 personas, las cuales se encuentran situadas principalmente en la Sierra y Costa, es por lo que en estas regiones en específico las autoridades gubernamentales han creado varios programas, que buscan proporcionarles una mejoría en los ámbitos de salud” (Maza Estrada, 2020, p. 3).

Justificación

Por esto la relevancia de la laborterapia, radica en la capacidad para abordar diversos desafíos en salud mental que enfrentan los adultos mayores. Esto puede proporcionar un apoyo emocional mitigando la soledad y estrés emocional brindando actividades recreativas y sociales adaptadas a las necesidades de los usuarios.

Los problemas mentales en muchas ocasiones se ven agravados por la falta de socialización del adulto mayor con su medio social. Esto deja en evidencia el potencial alcance de la laborterapia en desarrollo de programas asistidos de manera individual o grupal “ya que cuando un adulto mayor pasa más tiempo con sus pares se siente mejor, ríe más y sus defensas se fortalecen aumentando su autoestima.” (Duck, 2021, pág. 6).

La laborterapia permite un enfoque innovador apoyándose de la terapia ocupacional en diversos aspectos de la salud mental en la población, por esto el objetivo es poder incluir y explorar los mecanismos que influyen en su efectividad e identificar posibles áreas de mejora o desarrollo en su implementación, esto permite personalizar y mejorar continuamente un programa para cada tipo de paciente en medida de sus necesidades desarrollándose así “un papel fundamental en la prevención, rehabilitación y tratamiento del deterioro cognitivo, ya que

permite a la persona desarrollarse en las tareas cotidianas, sentirse útiles y desempeñar un rol en la sociedad.” (Zuñiga, 2023, pág. 42).

Existen diversos factores que influyen en el resultado de las terapias de los pacientes, entre estas, la frecuencia y la duración de las sesiones dentro de la laborterapia y factores externos como el estado de ánimo, ansiedad, calidad de vida, depresión, bajo autoestima, interacción social y la percepción bienestar emocional y psicológico del adulto mayor. Finalmente “se recomienda estimular de manera holística el área cognitiva, física, emocional y motivacional a través de sesiones terapéuticas continuas, que tengan una duración mínima de 8 a 10 sesiones, con el objetivo de promover la estimulación de la reserva cognitiva.” (Zuñiga, 2023)

En base a la información contenida en diversas fuentes se concluye la necesidad de investigar la laborterapia y su influencia en la salud mental de los adultos mayores, detallando problemáticas, procedimientos adecuados para tratarlos y sus efectos para mejorar el estilo de vida de la población estudiada, considerando esto se plantean los objetivos presentados a continuación.

Objetivo General

Determinar la importancia de la laborterapia en la salud mental de los adultos mayores.

Objetivos Específicos

1. Analizar mediante revisión bibliográfica el impacto de la laborterapia en la salud mental.
2. Demostrar la importancia de la laborterapia en los adultos mayores.
3. Diferenciar técnicas más efectivas de laborterapia para la interacción social y la autoestima en los adultos mayores.

La investigación es una revisión bibliográfica, apoyada para identificar, evaluar y sintetizar el conjunto de pruebas existentes que han sido producidas por otros investigadores, lo que se busca es hacer un análisis de diferentes autores que han estudiado este tema y han realizado aportes importantes.

Capítulo II

Salud Mental

La OMS define la salud mental como un “estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022).

“La resiliencia, o la capacidad de recuperarse de las adversidades, también es un aspecto fundamental de la salud mental” (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022).

“Las condiciones de vida, el nivel de ingresos y el acceso a recursos como la educación y la atención médica pueden afectar la salud mental de una persona”. (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022).

Por último, “esto incluye la implementación de programas de educación y sensibilización, el fortalecimiento de los sistemas de atención de salud mental y la creación de entornos de apoyo en comunidades y lugares de trabajo” (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022).

Factores que Influyen en la Salud Mental

Según (Ruiz Álvarez et al., 2022) “los factores biológicos incluyen la genética y la neuroquímica, mientras que los factores psicológicos abarcan la personalidad y las experiencias de vida”.

Estudios han demostrado que “ciertos genes están asociados con un mayor riesgo de padecer trastornos como la depresión y la esquizofrenia” (Casavilca-Zambrano et al., 2019).

Además, “los desequilibrios en neurotransmisores como la serotonina y la dopamina están implicados en la etiología de diversas condiciones psiquiátricas” (Asociación Americana de Psiquiatría (APA), 2013).

Por ejemplo, “individuos con personalidades neuróticas tienen una mayor predisposición a experimentar trastornos de ansiedad y depresión” (Pujol, 2024) . Además, “experiencias traumáticas durante la infancia, como el abuso o la negligencia, están fuertemente vinculadas al desarrollo de trastornos mentales en la adultez” (Rubi, 2021).

“El apoyo social, tanto percibido como real, tiene un efecto protector contra el estrés y puede mitigar los efectos negativos de los eventos adversos” (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010). Así mismo, “factores socioeconómicos como el desempleo, la pobreza y la desigualdad social están estrechamente relacionados con una mayor incidencia de problemas de salud mental” (Agudelo Hernández et al., 2023).

“Comprender estas interacciones es crucial para desarrollar intervenciones efectivas y personalizadas que aborden las necesidades específicas de cada individuo” (Pujol, 2024).

“La investigación continua y el desarrollo de intervenciones basadas en evidencia son esenciales para avanzar en este campo y mejorar la salud mental a nivel global” (Pujol, 2024).

Adulto mayor

El término "adulto mayor" “se refiere a las personas que han alcanzado una edad avanzada, generalmente a partir de los 60 o 65 años, dependiendo del contexto socioeconómico y cultural” (Renzi et al., 2020). Según (Renzi et al., 2020), “es la capacidad funcional la que

determina la esperanza y calidad de vida, y los recursos o apoyos que necesita cada persona mayor”.

“Esto se debe a una combinación de factores genéticos, ambientales y de estilo de vida” (Cantú Martínez, 2022). Esta variabilidad hace que el abordaje del envejecimiento requiera una comprensión holística y personalizada.

“Las políticas y programas deben adaptarse para asegurar que los adultos mayores puedan vivir con dignidad y participar activamente en la comunidad.” La (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2015) “enfatisa la necesidad de una sociedad inclusiva que valore y respete a los adultos mayores”.

Finalmente, es esencial considerar la perspectiva de los propios adultos mayores en la planificación de políticas y programas. La inclusión de sus voces asegura que “las iniciativas respondan a sus necesidades y deseos reales, promoviendo un envejecimiento activo y satisfactorio” (Esmeraldas Vélez et al., 2019)

Aspectos Psicológicos del Envejecimiento

El envejecimiento también implica cambios significativos en la esfera psicológica. “La plasticidad cerebral y la actividad de diversas funciones cerebrales, aumentan la posibilidad de generar alteraciones cognitivas o a su vez permite continuar con su funcionamiento cognitivo normal” (Preciado et al., 2022). Sin embargo, “está estrechamente relacionada con la capacidad funcional y el conjunto de condiciones que le permiten mantener su participación en su propio autocuidado y en la vida familiar y social” (Zambrano-Calozuma y Estrada-Cherre, 2020)

En gran parte de los adultos mayores presentan problemas en la dinámica familiar, “el 86% de los casos, pues existe incompreensión al anciano, menos disponibilidad para atenderlo por la incorporación de la mujer al trabajo, migraciones, reducción de la natalidad” (Fernández Brañas, 2001). Es necesario, además, “contar con políticas, estrategias y servicios especializados en salud mental para este grupo etario, de modo tal que su calidad de vida y la de sus familiares pueda ser preservada” (Tello-Rodríguez, 2016).

“La importancia de apoyar a los adultos mayores, está marcado por las oportunidades de vida y las desigualdades que las personas han debido enfrentar durante sus trayectorias vitales” (Piña Morán, 2019).

Terapia ocupacional en el adulto mayor

La terapia ocupacional “busca favorecer los procesos de rehabilitación con la finalidad de ir incrementando estados de salud óptimos a través del uso y participación en las actividades diarias significativas” (Quinga Gómez, 2022).

Según (Carrillo-Sierra et al., 2020), “las intervenciones a población adulta mayor, en función del bienestar psicológico, calidad de vida, envejecimiento activo, y otros en favor de mitigar factores psicosociales de riesgo para la adultez mayor.”

En resumen, “es fundamental, medir el real impacto de dichas acciones desde las perspectivas psicológica y social, en especial las que se desarrollan a partir de las políticas sociales para la atención al adulto mayor” (Carrillo-Sierra et al., 2020).

Beneficios Físicos y Cognitivos de la Terapia Ocupacional

Según un estudio de (Aparicio García-Molina et al., 2010), “dichas prácticas físicas favorecerían un mejor estado de salud y calidad de vida, consiguiendo así mantener y/o favorecer la independencia funcional.”

López (2018) “destaca que la estimulación cognitiva regular a través de la terapia ocupacional puede mantener y mejorar las funciones cognitivas, lo que resulta en una mejor calidad de vida y una mayor autonomía para los adultos mayores”.

Según (Pizarro, 2020), “la elección de la intervención de prevención de caídas puede depender de los valores y preferencias del paciente y del cuidador.”

En conclusión, “la promoción de todas estas estrategias, tanto de las más clásicas como de las más novedosas, en centros de salud, hospitales, residencias y centros de día” (Pizarro, 2020).

Estrategias y Técnicas en Terapia Ocupacional para Adultos Mayores

Según (Quinga Gómez, 2022), “esta disciplina restablece y reeduca cualquier afectación que ocasionen al individuo una disfunción ocupacional que le impida llevar a cabo sus ocupaciones con autonomía”.

(Carrillo-Sierra et al., 2020) señala que “el proceso que permite vivenciar al máximo las oportunidades presentes, con el fin, de tener bienestar físico, mental y social durante esta etapa de la vida, teniendo como objetivo principal, prolongar la existencia, mejorando su calidad, favoreciendo la productividad y autonomía”.

Según Martínez y Sánchez (2018), “estas modificaciones pueden prevenir caídas y accidentes, permitiendo a los adultos mayores vivir de manera más independiente y segura”.

Finalmente, (Pizarro, 2020) menciona que “en función de los diferentes profesionales sanitarios la prevención, en este caso de caídas, la promoción de todas estas estrategias, tanto de las más clásicas como de las más novedosas, en centros de salud, hospitales, residencias y centros de día”.

Terapia ocupacional en la salud mental

Dentro de la salud mental, “la importancia del desempeño en ocupaciones requiere de la integración de múltiples capacidades psicológicas, cognitivas, sensorio-motoras, físicas y emocionales junto con la decisión personal de hacerlo” (Reboredo et al., 2015).

Intervenciones en Terapia Ocupacional para la Salud Mental

Estas actividades permiten “incrementar la función independiente, mejorar el desarrollo y prevenir la discapacidad” (Ricarte Eguidazu, 2015).

Por ejemplo, “los estudiantes tienen múltiples oportunidades para involucrarse en ocupaciones y actividades significativas (escribir, jugar en el patio con sus compañeros, salir de excursión, etc.)” (Reboredo et al., 2015).

Laborterapia

Según (Calleja Ruiz, 2019), “la laborterapia una de las terapias que aumenta la autoconfianza y la autoestima, favoreciendo la actividad funcional y cognitiva.”

El (Centro de rehabilitación de UNC, 2019), señala que “el terapeuta ocupacional también se ocupará de las funciones de la parte superior del cuerpo, funciones cognitivas (capacidad de pensar) y el procesamiento visual.”

Impacto de la Laborterapia en la Calidad de Vida

Un estudio realizado por (Cembellín Ayora, 2015), encontró que “las ocupaciones son centrales en la identidad y capacidades de una persona e influyen en la forma en la que uno emplea el tiempo y toma decisiones.”

También puede aliviar el estrés y mejorar el estado de ánimo. Según un estudio de (Chalacán Tobar, 2019), “las actividades guiadas por el Terapeuta Ocupacional mejoraron su estado de ánimo, incrementó su sensación de utilidad y redujeron los niveles de estrés propios de la institucionalización y el mantenimiento de la autonomía.”

Esto se centra en una práctica de intervención necesaria para tratar y mejorar la calidad de vida del adulto mayor influyendo en diferentes áreas que mejoran los aspectos “biológicos, sociales y psicológicos del individuo, es universal y adaptable a las características individuales, y son acciones terapéuticas completas que los terapeutas ocupacionales emplean habitualmente dentro de su campo de actividad profesional de terapias” (Oña Suntasig, 2022, p. 2).

Gracias a “la organización de las rutinas institucionales sumado a la interiorización de las reglas y los valores vigentes de la sociedad, hacen de este un recurso preferencial.” (Edelvis, 2015, p. 2).

El área de acción de la laborterapia incluye entre otras cosas, influir positivamente en el estado de ánimo y en la actividad física de sus pacientes lo que “ayuda a mejorar la atención,

coordinación visual motora y orientación espacial, es un método efectivo que sirve para que los pacientes aumenten la confianza en sí mismos y puedan llevar a cabo ciertas actividades que con los años pierden.” (Fajardo Montoya, 2023, p. 2).

En conclusión, la laborterapia es fundamental para mejorar la calidad de vida de los pacientes, ya que no solo potencia su bienestar físico y emocional, sino que también refuerza su identidad y capacidad de toma de decisiones. Los beneficios son amplios, incluyendo mejoras en la atención, la coordinación y la confianza en uno mismo, demostrando ser un recurso preferencial en el campo de la terapia ocupacional.

Capítulo III

Definición de método sistemático

Se realizó una exhaustiva investigación utilizando técnicas avanzadas de revisión sistemática y un proceso crítico de lectura rigurosa. Este enfoque permitió recopilar datos tanto teóricos como experimentales, provenientes de fuentes altamente confiables. La revisión se enfocó específicamente en la terapia ocupacional y su impacto en la salud mental de las personas mayores, integrando literatura conceptual con estudios experimentales recientes. Al combinar estos elementos, se logró ofrecer una visión completa y detallada del tema, resaltando la importancia y eficacia de la terapia ocupacional para mejorar el bienestar psicológico en este grupo demográfico.

Criterios de inclusión de estudios

Los métodos de selección para la literatura utilizan motores de búsqueda de investigación, como Google Académico, y bases de datos de revistas electrónicas de alto impacto

como Redalyc, Scielo, Dialnet. También se han elegido como fuente material tanto de primera como de segunda mano como artículos de revistas científicas, informes de profesionales de la medicina, estudios investigativos y publicaciones de contenido académico, estudios de casos y programas de actividades de investigaciones ya terminadas en el tiempo. Algunos de estos temas fuera de la labor son temas de salud de la salud mental, terapia ocupacional y temas del impacto de la salud mental en adultos.

Para estos temas seleccionamos bibliografías especializadas en artículos científicos en inglés y español, desde 2010 al 2024 inclusive, para cubrir exhaustiva y actualizada las fuentes, artículos y bibliografías en torno a estos temas. Esto permitió procesar las múltiples perspectivas y la información relevante necesaria para una comprensión completa del impacto de la laborterapia en la salud mental de los adultos.

Criterios de exclusión de estudio

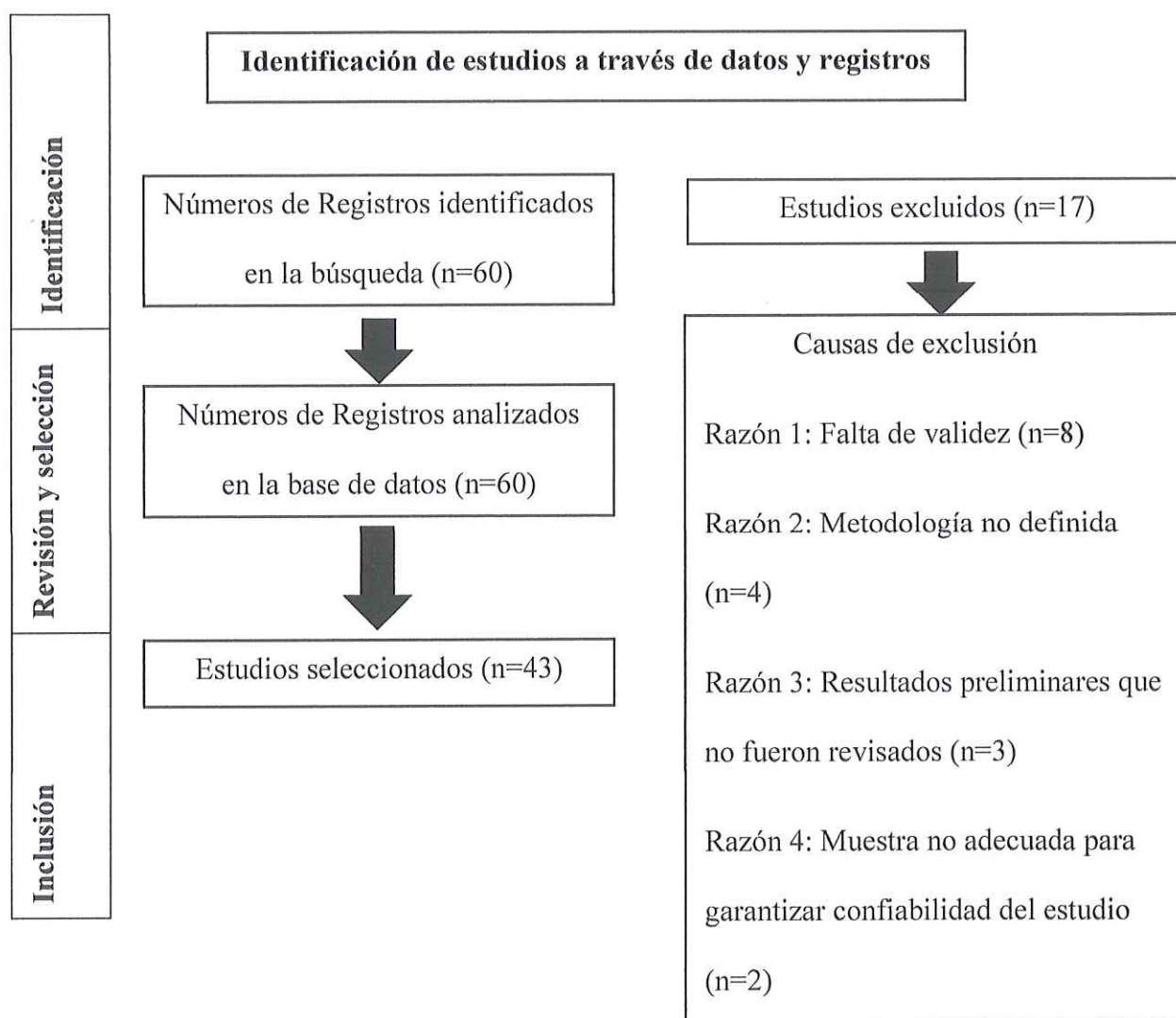
Para esta investigación se excluyeron las siguientes fuentes de información:

- Estudios no publicados que no tuvieron una justificación explícita, o que no fueron debidamente publicados por la falta de validez y reproducción de los datos obtenidos.
- Datos de estudios cuya metodología no estuvo claramente definida o documentada para mantener la calidad y la confiabilidad de los resultados del estudio.
- Datos de estudios que presentaron resultados preliminares que no fueron sometidos a un proceso de revisión para asegurar la integridad científica de la investigación.

- Datos que no contaron con una muestra adecuada o representativa para garantizar la confiabilidad del estudio.

Técnicas e instrumentos para la recolección de datos/información

Tabla 1. Flujograma de artículos para la revisión sistemática



Elaborado por: Damaris Irene Abarca Guzmán y Angie Cesibel Loor Mendoza

Nota: Flujo grama de recolección de las referencias bibliográficas a través de buscadores de característica científica y base de datos con período lectivo entre el 2010 y el 2024 en idioma español e inglés.

Se reconocieron (60) registros de artículos de revistas científicas de los cuales se descartaron (17) por no contar con metodologías aprobadas, resultados con falta de validez, resultados no revisados y muestra no garantizada para la aprobación del artículo, por lo que se quedaron como registro (43) artículos en total.

Se detalla la distribución de la selección de artículos científicos seleccionados en la investigación, de los cuales el mayor aporte es acerca de Salud Mental y Terapia Ocupacional.

Evaluar la validez de los artículos seleccionados en el tema

Luego de una investigación minuciosa, se procedió a una lectura detallada de los artículos relevantes. En esta etapa, se evaluaron los títulos y resúmenes de los estudios en función de los objetivos de la investigación. Se descartaron las fuentes que no cumplieran con los estándares de confiabilidad, aplicando rigurosamente los criterios de inclusión y exclusión previamente definidos. Este proceso selectivo culminó en la identificación de 43 artículos que fueron considerados adecuados para ser incluidos en el análisis final.

Análisis de los artículos seleccionados

Tabla 2. Tabla de distribución según tipos de documentos

Alternativas	Frecuencias	Frecuencia relativa	Frecuencia potencial
Artículos	23	0.5349	53.49
Tesis	7	0.1628	16.28

Libros	5	0.1163	11.63
Informes	4	0.0930	09.30
Sitios Web	4	0.0930	09.30
Total	43	1	100%

Elaborado por: Damaris Irene Abarca Guzmán y Angie Cesibel Loor Mendoza

Nota: Se utilizaron 43 documentos, de los cuales el 53.49% de su totalidad fueron artículos de revistas científicas.

Tabla 3. Distribución según el año de publicación

Alternativas	Frecuencia	Frecuencia relativa	Frecuencia potencial
2010 – 2020	29	0.6745	67.45
2021 – 2024	14	0.3256	32.56
Total	43	1	100%

Elaborado por: Damaris Irene Abarca Guzmán y Angie Cesibel Loor Mendoza

Nota: Se utilizaron 43 documentos de los cuales se mantuvo una prevalencia del 67.45% en los periodos del 2010 al 2020.

Tabla 4. Distribución según buscadores de artículos de revistas científicas

Alternativas	Frecuencia	Frecuencia relativa	Frecuencia potencial
Amelica	1	0.0233	2.33
Redalyc	5	0.1163	11.63
Google Académico	18	0.4186	41.86
Dialnet	6	0.1395	13.95

Scielo	8	0.1860	18.60
Dspace	5	0.1163	11.63
Total	43	1	100%

Elaborado por: Damaris Irene Abarca Guzmán y Angie Cesibel Loor Mendoza

Nota: Se utilizaron 43 documentos de los cuales se mantuvo una prevalencia 41.86% en la distribución de búsqueda de artículos de revistas científicas mediante el buscador Google Académico.

Tabla 5. Análisis de contenidos de los artículos seleccionados

AUTORES	CONCLUSIÓN
(Ruiz Álvarez et al., 2022)	Considera que, la evolución de la definición de salud por parte de la OMS y la integración de diversos marcos conceptuales han destacado la importancia de los determinantes sociales en la salud mental de las poblaciones. (Ruiz Álvarez et al., 2022)
(Pujol, 2024)	Refiere que, la predisposición a la depresión puede deberse a una combinación de factores genéticos, bioquímicos, eventos vitales y sociales, y el consumo de sustancias. El modelo de diátesis-estrés postula que la vulnerabilidad biológica y psicológica, junto con factores estresantes, contribuyen al desarrollo de la depresión. (Pujol, 2024)
(Cantú Martínez, 2022)	Comenta que, este enfoque integral destaca la necesidad de políticas públicas que promuevan la dignidad y los derechos humanos de los ancianos, fomentando una mejor calidad de vida y una inclusión más efectiva en la sociedad. (Cantú Martínez, 2022)
(Esmeraldas Vélez et al., 2019)	Menciona que, el envejecimiento debe entenderse como un proceso dinámico e inevitable que involucra cambios biológicos, psicológicos y sociales, con variaciones significativas entre diferentes regiones del

	mundo debido a contextos socioeconómicos diversos. (Esmeraldas Vélez et al., 2019)
(Piña Morán, 2019)	Comenta que, la gerontología social explora el envejecimiento y la vejez desde un enfoque interdisciplinario, abarcando diversas perspectivas sociológicas sobre los roles sociales. (Piña Morán, 2019)
(Carrillo-Sierra et al., 2020)	Cuestiona que, a pesar de los avances en atención y calidad de vida para los adultos mayores, persisten desafíos económicos, de salud y laborales. (Carrillo-Sierra et al., 2020)
(Pizarro, 2020)	El envejecimiento se considera un proceso de adaptación influenciado por factores biológicos, de estilo de vida y ambientales. (Pizarro, 2020)
(Ricarte Eguidazu, 2015)	Concluye que, los resultados obtenidos en este trabajo dejan patente la necesidad de una investigación más profunda y numerosa que permita a los profesionales de terapia ocupacional en salud mental aplicar tratamientos eficaces y avalados por la evidencia científica. (Ricarte Eguidazu, 2015)
(Calleja Ruiz, 2019)	Describe que, la laborterapia fomenta la capacidad funcional y mantiene a las personas activas, permitiéndoles desarrollarse de forma exitosa tanto en actividades individuales como en grupos organizados. (Calleja Ruiz, 2019)
(Fajardo Montoya, 2023)	Describe que, es esencial seguir expandiendo estos programas para asegurar un envejecimiento saludable y activo, optimizando así el bienestar de nuestra población cada vez más longeva. (Fajardo Montoya, 2023)

Elaborado por: Damaris Irene Abarca Guzmán y Angie Cesibel Loor Mendoza

ÁNALISIS DE LOS RESULTADOS

Descripción de los resultados

Objetivo 1: Analizar mediante revisión bibliográfica el impacto de la laborterapia en la salud mental.

La laborterapia tiene un impacto significativo en la salud mental de los adultos mayores, contribuyendo a su bienestar y calidad de vida. La laborterapia, entendida como una modalidad terapéutica que promueve la participación activa en actividades significativas, tiene el potencial de tener un impacto positivo en la salud mental de los adultos mayores. Según (Carrillo-Sierra et al., 2020), las intervenciones en esta área no solo apuntan a mejorar la salud mental sino también abordar los factores de riesgo psicosocial. Esto es particularmente importante según (Ruiz Álvarez et al., 2022) señalo que los factores biológicos, psicológicos y sociales son interdependientes y desempeñan un papel crucial en la salud mental de un individuo.

Los factores socioeconómicos y el apoyo social también desempeñan un papel crucial en la salud mental de los adultos mayores. La terapia puede servir como un medio para mitigar los efectos negativos de factores como el desempleo y la pobreza, proporcionando un sentido de propósito y pertenencia (Agudelo Hernández et al., 2023). Según lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud, la implementación de programas de terapia laboral puede ayudar a crear entornos de apoyo en las comunidades y lugares de trabajo que fortalezcan las conexiones sociales y comunitarias (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022).

Objetivo 2: Demostrar la importancia de la laborterapia en los adultos mayores.

Dentro del marco conceptual más amplio de salud mental establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), se enfatiza la importancia de la terapia ocupacional para la salud mental de los adultos mayores. La (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022) enfatiza que factores como las condiciones de vida, los niveles de ingresos y el acceso a recursos como la educación y la atención médica son determinantes de la salud mental. Por tanto, la laborterapia se posiciona como una intervención que puede mejorar significativamente la calidad de vida de este grupo al crear un entorno de apoyo que promueva su inclusión social y bienestar emocional.

La laborterapia se considera una intervención clave para promover la salud mental en los adultos mayores. Sus beneficios incluyen una mayor autoestima y confianza, una mejor calidad de vida y una reducción de los síntomas de estrés y ansiedad. Un estudio realizado por (Aparicio García-Molina et al., 2010) afirmaron que las prácticas de terapia ocupacional promueven una mejor salud y una calidad de vida óptima, contribuyendo a la independencia funcional en los adultos mayores.

Según (Chalacán Tobar, 2019), las actividades guiadas por terapeutas ocupacionales impactan positivamente en los sentimientos de utilidad y la reducción del estrés relacionado con la contención, promoviendo así la autonomía del paciente. Este enfoque es fundamental porque los adultos mayores a menudo enfrentan una pérdida de identidad y autonomía, lo que puede afectar su salud mental.

Objetivo 3: Diferenciar técnicas más efectivas de laborterapia para la interacción social y la autoestima en los adultos mayores.

La laborterapia, utiliza actividades significativas para mejorar la salud y el bienestar. Según la (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022) enfatiza la importancia de la salud mental como un estado general de bienestar en el que las personas pueden manejar el estrés, contribuir a sus comunidades y, en última instancia, mantener la autonomía. Este marco proporciona una base para explorar cómo las técnicas de terapia laboral pueden impactar positivamente las interacciones sociales y la autoestima en los adultos mayores.

Un aspecto clave del impacto de la laborterapia es su capacidad para desarrollar resiliencia, definida como la capacidad de recuperarse de la adversidad. La resiliencia no solo es fundamental para hacer frente a los desafíos del envejecimiento, sino que también puede mejorarse mediante intervenciones que promuevan entornos propicios y el compromiso social (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022). Según (Ruiz Álvarez et al., 2022), el apoyo social es un factor protector contra el estrés, y la laborterapia, a través de su naturaleza interactiva, puede facilitar el establecimiento de una red de apoyo entre los participantes.

Los aspectos psicológicos del envejecimiento, como la plasticidad cerebral y memoria, también son fundamentales para la implementación de técnicas de laborterapia. Se ha demostrado que la estimulación cognitiva a través de actividades desafía las capacidades mentales de los adultos mayores mejorando la calidad de vida y la autonomía (López, 2018). Este tipo de intervención no solo mejora la memoria y las habilidades cognitivas, sino que

también aumenta la autoestima a medida que los adultos mayores se sienten más capaces y útiles a través de la participación activa en actividades significativas (Pizarro, 2020).

Un estudio de (Chalacán Tobar, 2019) demostró que las actividades guiadas por terapeutas ocupacionales mejoraron el estado de ánimo de los participantes, aumenta su sentido de utilidad y reduce así los niveles de estrés asociados con la institucionalización. Este hallazgo es fundamental porque los sentimientos de utilidad y contribución son fundamentales para la autoestima de los adultos mayores.

La laborterapia es una herramienta versátil y adaptativa que fortalece la interacción social, el autoestima y calidad de vida en adultos mayores, resaltando la importancia de programas personalizados en terapia ocupacional para su bienestar integral

Objetivo General: Determinar la importancia de la laborterapia en la salud mental de los adultos mayores.

Los resultados actuales se centran en la importancia de la terapia ocupacional en la salud mental de los adultos mayores, consistente con la definición de salud mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que la describe como un estado de bienestar general que un individuo es capaz de afrontar las comunidades contribuyen (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022). En este contexto, la terapia ocupacional se convierte en una intervención clave en la promoción de la salud mental y emocional en este grupo de edad.

La capacidad de recuperarse de la adversidad se puede potenciar a través de actividades profesionales que fomenten la autoeficacia y la autoestima (Calleja Ruiz, 2019). Los resultados muestran que la terapia de trabajo tiene un impacto positivo en la calidad de vida de los adultos

mayores. Según (Cembellín Ayora, 2015), las carreras son centrales para las identidades de las personas e influyen en cómo toman decisiones y utilizan su tiempo. La intervención de terapia laboral no solo mejora el estado de ánimo, sino que también aumenta los sentimientos de utilidad y reduce el estrés asociado a la institucionalización (Chalacán Tobar, 2019). Esto demuestra que la terapia de trabajo es una práctica necesaria para mejorar el bienestar general de los adultos mayores.

Desde una perspectiva física y cognitiva, la terapia laboral ofrece beneficios más allá de la recuperación. Las investigaciones muestran que estas intervenciones pueden mejorar la atención, la coordinación y la orientación espacial, y promover la independencia funcional (Aparicio García-Molina et al., 2010) (Fajardo Montoya, 2023). Esto es especialmente importante dado que muchos adultos mayores experimentan una disminución de la función en estas áreas con el tiempo.

Discusión de los resultados

Un análisis de diversos estudios encontró que la laborterapia no sólo contribuye al bienestar emocional de los adultos mayores, sino que también juega un papel vital en su desarrollo social, físico y cognitivo. En este sentido, los hallazgos se discutirán en torno a los tres objetivos presentados en el artículo: el impacto de la terapia de trabajo en la salud mental, la importancia de esta intervención en la vida de las personas mayores y las técnicas más efectivas para promover la interacción social y la autoestima.

Diversos estudios han demostrado que la laborterapia, como forma de tratamiento, tiene un impacto significativo en la salud mental de los adultos mayores. Este enfoque se basa en

actividades significativas que promueven el bienestar físico, emocional y social de este grupo de edad. La Organización Mundial de la Salud (OMS), (2022) define la salud mental como un estado de bienestar que permite a las personas enfrentar los desafíos de la vida y contribuir a sus comunidades, y enfatiza la importancia de la salud mental en el proceso de envejecimiento.

Las investigaciones muestran que la laborterapia puede aumentar la autoestima y la confianza de los adultos mayores al involucrarlos en actividades que les permitan expresarse y sentirse útiles. (Calleja Ruiz, 2019) destacó que la laborterapia no solo mejora el funcionamiento diario en los adultos mayores, sino que también sirve como factor protector contra los síntomas de depresión y ansiedad que son comunes en este grupo de edad. Incorporar actividades que requieran habilidades físicas y cognitivas puede mejorar el estado de ánimo y reducir los sentimientos de soledad.

Otro aspecto relacionado es el desarrollo de la resiliencia, entendida como la capacidad de recuperarse de situaciones adversas. La participación activa en actividades laborales y recreativas ayuda a los adultos mayores a mantener la independencia y autonomía que necesitan para su calidad de vida. La laborterapia puede promover un sentido de pertenencia y utilidad, lo cual es crucial para contrarrestar los sentimientos de aislamiento y pérdida de valor personal.

Existe evidencia de que la laborterapia no sólo es un medio de recuperación física, sino que también juega un papel importante en el bienestar emocional de los adultos mayores. Esto es particularmente importante en el contexto actual, donde las condiciones de vida y la salud mental de las personas mayores son cada vez más preocupantes. En resumen, la laborterapia se posiciona como un enfoque integral que contribuye al bienestar integral de los adultos mayores,

ayudándolos a afrontar las adversidades y mejorar su calidad de vida en un proceso continuo de adaptación y desarrollo personal.

La laborterapia se posiciona como una intervención importante para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y realiza un aporte significativo a su salud física y mental. Según (Carrillo-Sierra et al., 2020), las intervenciones terapéuticas en la laborterapia tienen como objetivo abordar los factores de riesgo psicosocial, lo cual es un aspecto fundamental ya que los adultos mayores son un grupo vulnerable que enfrenta diversos desafíos, como la soledad, la pérdida de independencia y problemas de salud mental.

Los beneficios de la laborterapia se extienden más allá de la ocupación y se centran en aumentar la autoestima y la confianza a través de actividades significativas. Estas actividades no sólo promueven el bienestar personal, sino que también estimulan el desarrollo de habilidades sociales y la integración en la comunidad. La participación activa en un grupo de la laborterapia permite a los adultos mayores establecer conexiones significativas que ayudan a mejorar el sentido de pertenencia y propósito en la vida.

Además, estudios como el de (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010) resaltaron la relación entre apoyo social y salud mental. El apoyo social ha sido implicado como un factor protector contra el estrés, y la laborterapia ayuda a reducir la sensación de aislamiento que a menudo experimentan los adultos mayores al promover la interacción entre los participantes y la creación de redes de apoyo. En este sentido, la laborterapia no sólo se centra en el bienestar individual, sino que también promueve una comunidad más cohesiva y solidaria.

La laborterapia se convierte así en una estrategia integral que no sólo mejora la salud mental de los adultos mayores, sino que también contribuye a su bienestar general y calidad de vida. Al abordar los desafíos sociales y emocionales, la laborterapia se convierte en una herramienta clave para afrontar el envejecimiento de forma positiva y saludable.

La laborterapia, entendida como una intervención ocupacional centrada en utilizar el trabajo y las actividades para promover el bienestar, se ha convertido en una herramienta valiosa para abordar los desafíos que enfrentan los adultos mayores. Este enfoque no sólo ayuda a superar el aislamiento social, un problema recurrente en esta etapa de la vida, sino que también ayuda a las personas a sentirse útiles y productivas. Según (Cembellín Ayora, 2015), las actividades grupales como el arte, la jardinería y los talleres de artesanía fomentan la creatividad y construyen relaciones significativas.

Las investigaciones muestran que participar en actividades grupales puede mejorar significativamente la calidad de vida de los adultos mayores. Esto se debe a que la interacción social y el trabajo en equipo no sólo brindan un sentido de comunidad, sino que también facilitan la construcción de redes de apoyo que son fundamentales para el bienestar emocional. En un contexto donde la soledad y la depresión son problemas importantes, estas actividades se convierten en un medio eficaz para promover el bienestar mental y emocional.

Un aspecto fundamental en la implementación de técnicas de terapia ocupacional es la personalización de las intervenciones. Las actividades deben adaptarse a las necesidades y capacidades individuales de cada persona mayor, garantizando que cada persona experimente una sensación de logro en las tareas realizadas. (Carrillo-Sierra et al., 2020) resaltaron la

importancia de esta adaptación ya que hace que los participantes se sientan más capaces y motivados.

La laborterapia se convierte en una intervención importante para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, centrándose en la interacción social y la autoestima. La tecnología que promueve la participación activa en actividades significativas no sólo ayuda a combatir el aislamiento social, sino que también ayuda al desarrollo personal y emocional de un individuo. Al incorporar un enfoque personalizado en estas intervenciones, se pueden maximizar los beneficios de la laborterapia, brindando a los adultos mayores las herramientas necesarias para vivir una vida plena y significativa.

Este enfoque de tratamiento no solo apunta a mejorar la salud mental y emocional de esta población, sino que también se enfoca en construir vínculos sociales y promover la autoestima a través de la participación activa en actividades significativas. En este sentido, es necesario analizar las diversas técnicas de laborterapia que se han implementado y evaluar su efectividad para promover la interacción social y desarrollar la autoestima en los adultos mayores.

Conclusiones

El presente estudio nos permite identificar la importancia de la laborterapia como herramienta clave para mejorar la salud mental en adultos mayores. A través de una revisión exhaustiva de la literatura, se identificaron múltiples beneficios de esta intervención, incluida la reducción del estrés, el aumento de la autoestima y una mayor interacción social, que son factores clave para enfrentar los desafíos emocionales y psicológicos exclusivos de esta etapa de la vida.

Respecto al primer objetivo específico, el análisis de la literatura mostró que la laborterapia tiene un impacto positivo en la salud emocional y cognitiva de los adultos mayores, promoviendo un mayor sentido de propósito y reduciendo el aislamiento social. Estos hallazgos resaltan la necesidad de que esta práctica se integre en los programas de atención a personas mayores como una estrategia integral para abordar los problemas de salud mental.

El segundo objetivo nos permite enfatizar la relevancia de la laborterapia en la vida de los adultos mayores, enfatizando su capacidad para proporcionar actividades significativas que ayuden a mantener la independencia y la dignidad en los adultos mayores. En este contexto, las intervenciones personalizadas son particularmente efectivas cuando se adaptan a las habilidades y preferencias individuales, mejorando así la aceptación y efectividad de la intervención.

Por último, al distinguir las técnicas más efectivas, queda claro que actividades como el arte, la jardinería y los talleres de artesanía no sólo estimulan la creatividad, sino que también promueven el desarrollo de interacciones significativas y redes de apoyo social. Además de aumentar la autoestima, estas actividades grupales son herramientas poderosas para combatir el aislamiento y aumentar el sentido de pertenencia.

Finalmente, la laborterapia es una intervención importante que debe incorporarse sistemáticamente en el cuidado de los adultos mayores, no sólo como estrategia terapéutica sino también como medio para promover una vida plena, activa y con propósito.

Recomendaciones

En base en los hallazgos obtenidos se realizan las siguientes recomendaciones:

- **Integrar sistemáticamente la terapia ocupacional en los planes de tratamiento geriátrico:** es fundamental que los centros que atienden a adultos mayores incluyan la terapia ocupacional como una estrategia clave para promover la salud mental. Las actividades deben diseñarse teniendo en cuenta los intereses y habilidades de los participantes para maximizar su impacto en la autoestima y la interacción social.
- **Capacitación de profesionales de terapia ocupacional:** la capacitación de terapeutas ocupacionales, psicólogos y personal de enfermería en las técnicas de terapia ocupacional más efectivas es fundamental. Esto garantizará que las intervenciones personalizadas se adapten a las necesidades individuales de los adultos mayores, optimizando los resultados.
- **Continuar la investigación sobre técnicas efectivas:** debido a que ciertas actividades, como los talleres de artes y oficios, han demostrado ser particularmente efectivas, se recomienda ampliar la investigación para evaluar otras modalidades de terapia ocupacional. Esto ayudará a identificar nuevas herramientas para mejorar la salud mental y la autonomía de los adultos mayores.
- **Promover actividades grupales:** Dar prioridad a las actividades grupales ayudará a construir redes de apoyo social y reducir los sentimientos de aislamiento. Se recomienda crear un espacio seguro y vibrante donde los adultos mayores puedan participar de manera positiva y significativa.

- **Políticas públicas inclusivas:** los gobiernos y las organizaciones de salud deben desarrollar políticas que promuevan la prestación de atención en los centros de atención a personas mayores. Esto garantizará que esta población tenga un acceso equitativo a estas intervenciones y promoverá una vida más plena.

Anexo

AUTORES	CONCLUSIÓN
(Ruiz Álvarez et al., 2022)	Considera que, la evolución de la definición de salud por parte de la OMS y la integración de diversos marcos conceptuales han destacado la importancia de los determinantes sociales en la salud mental de las poblaciones. (Ruiz Álvarez et al., 2022)
(Pujol, 2024)	Refiere que, la predisposición a la depresión puede deberse a una combinación de factores genéticos, bioquímicos, eventos vitales y sociales, y el consumo de sustancias. El modelo de diátesis-estrés postula que la vulnerabilidad biológica y psicológica, junto con factores estresantes, contribuyen al desarrollo de la depresión. (Pujol, 2024)
(Cantú Martínez, 2022)	Comenta que, este enfoque integral destaca la necesidad de políticas públicas que promuevan la dignidad y los derechos humanos de los ancianos, fomentando una mejor calidad de vida y una inclusión más efectiva en la sociedad. (Cantú Martínez, 2022)
(Esmeraldas Vélez et al., 2019)	Menciona que, el envejecimiento debe entenderse como un proceso dinámico e inevitable que involucra cambios biológicos, psicológicos y sociales, con variaciones significativas entre diferentes regiones del mundo debido a contextos socioeconómicos diversos. (Esmeraldas Vélez et al., 2019)
(Piña Morán, 2019)	Comenta que, la gerontología social explora el envejecimiento y la vejez desde un enfoque interdisciplinario, abarcando diversas perspectivas sociológicas sobre los roles sociales. (Piña Morán, 2019)
(Carrillo-Sierra et al., 2020)	Cuestiona que, a pesar de los avances en atención y calidad de vida para los adultos mayores, persisten desafíos económicos, de salud y laborales. (Carrillo-Sierra et al., 2020)
(Pizarro, 2020)	El envejecimiento se considera un proceso de adaptación influenciado por factores biológicos, de estilo de vida y ambientales. (Pizarro, 2020)

<p>(Ricarte Eguidazu, 2015)</p>	<p>Concluye que, los resultados obtenidos en este trabajo dejan patente la necesidad de una investigación más profunda y numerosa que permita a los profesionales de terapia ocupacional en salud mental aplicar tratamientos eficaces y avalados por la evidencia científica. (Ricarte Eguidazu, 2015)</p>
<p>(Calleja Ruiz, 2019)</p>	<p>Describe que, la laborterapia fomenta la capacidad funcional y mantiene a las personas activas, permitiéndoles desarrollarse de forma exitosa tanto en actividades individuales como en grupos organizados. (Calleja Ruiz, 2019)</p>
<p>(Fajardo Montoya, 2023)</p>	<p>Describe que, es esencial seguir expandiendo estos programas para asegurar un envejecimiento saludable y activo, optimizando así el bienestar de nuestra población cada vez más longeva. (Fajardo Montoya, 2023)</p>

	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia	Colombia
id	Columna2	Columna3	Columna4	Columna5	Columna6	Columna7	Columna8	Columna9	Columna10	Columna11	Columna12	Columna13	Columna14	Columna15
	Base de datos	Título del artículo	Año	Título de la base de datos	País	Revista	Revista	Revista	Revista	Revista	Revista	Revista	Revista	Revista
1	1.090.030	La salud mental en Colombia	2015	Artículo	Colombia	Las condiciones	2179990	1.248.988	La salud mental	2015	Colombia	Las condiciones	4539987	
2		Salud mental: retos y desafíos de salud pública	2015	Artículo	Perú	Los trastornos	1		Salud mental	2015	Perú	Los trastornos	4	
3		La atención de salud mental en América Latina	2015	Artículo	Uruguay	Orígenes y	3		La atención	2015	Uruguay	Orígenes y	4	
4		Salud mental: crisis contemporánea de la salud	2015	Artículo	América	Estrategias en	4		Salud mental	2015	América	Estrategias en	4	
5	162.000	Estado de salud y bienestar en el adulto mayor	2015	Artículo	Santiago de Chile	Envejecimiento	5	152.000	Estado de salud	2015	Santiago de Chile	Envejecimiento	5	
6		Salud mental y calidad de vida en adultos mayores	2015	Artículo	Santiago	Según los datos	6		Salud mental	2015	Santiago	Según los datos	6	
7	108.200	Perspectiva y necesidad de atención de salud	2015	Artículo	Ecuador	La población	119995	323.900	Perspectiva y	2015	Ecuador	La población	411979	
8		Influencia de las actividades físicas en la salud	2015	Artículo	Ecuador	A nivel de	8		Influencia de	2015	Ecuador	A nivel de	8	
9	16.200	Estres, ansiedad y depresión en el adulto mayor	2015	Artículo	Ecuador	Al haber	9	15.200	Estres, ansiedad	2015	Ecuador	Al haber	9	
10	821	Salud mental en una hospitalización	2015	Artículo	Colombia	La institución	1032	2.845	Salud mental	2015	Colombia	La institución	5254	
11		Importancia de la terapia ocupacional y recreación	2015	Artículo	Guatemala	Múltiples	11		Importancia de	2015	Guatemala	Múltiples	11	
12		Aplicación del taller de laborterapia para	2015	Artículo	Ecuador	Quito	12		Aplicación del	2015	Ecuador	Quito	12	
13	1.480	Intervenciones conductuales en salud mental	2015	Artículo	Uruguay	La laborterapia	1347	5.014	Intervenciones	2015	Uruguay	La laborterapia	6981	
14		Salud mental en la agenda de los gobiernos	2015	Artículo	Brazil	Resolución	14		Salud mental	2015	Brazil	Resolución	14	
15	2.570	Proceso de intervención de terapia ocupacional	2015	Artículo	Ecuador	Señal de	1525	7.680	Proceso de	2015	Ecuador	Señal de	10289	
16		Terapia ocupacional en pacientes de la	2015	Artículo	Argentina	La terapia	16		Terapia ocupacional	2015	Argentina	La terapia	16	
17		La terapia ocupacional antes de la	2015	Artículo	Argentina	La terapia	17		La terapia	2015	Argentina	La terapia	17	
18		Terapia ocupacional: retos y desafíos	2015	Artículo	Colombia	La terapia	18		Terapia	2015	Colombia	La terapia	18	
19	642.000	Deficiencia cognitiva en el adulto mayor	2015	Artículo	México	Los	19	842.000	Deficiencia	2015	México	Los	19	
20		Deficiencia cognitiva en el adulto mayor	2015	Artículo	Cuba	En	20		Deficiencia	2015	Cuba	En	20	
21		Articulación entre el trabajo físico y la	2015	Artículo	Ecuador	Articulación	21		Articulación	2015	Ecuador	Articulación	21	
22		Proyecto de ley de salud mental	2015	Artículo	Uruguay	Proyecto de	22		Proyecto de	2015	Uruguay	Proyecto de	22	
23		GRUPOS DE AUTOAYUDA PARA LA	2015	Artículo	Batavia	GRUPOS DE	23		GRUPOS DE	2015	Batavia	GRUPOS DE	23	
24		PROYECTO DE INTERVENCIÓN PSICOCIAL	2015	Artículo	Colombia	PROYECTO DE	24		PROYECTO DE	2015	Colombia	PROYECTO DE	24	
25		EL PAPEL DE LA TERAPIA OCUPACIONAL Y	2015	Artículo	Guatemala	EL PAPEL DE	25		EL PAPEL DE	2015	Guatemala	EL PAPEL DE	25	
26		Factores que inciden en la calidad de	2015	Artículo	Argentina	Factores que	26		Factores que	2015	Argentina	Factores que	26	
27		EFICACIA DE UN PROGRAMA TERAPÉUTICO	2015	Artículo	Colombia	EFICACIA DE	27		EFICACIA DE	2015	Colombia	EFICACIA DE	27	
28		INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA EN LA	2015	Artículo	Argentina	INTERVENCIONES	28		INTERVENCIONES	2015	Argentina	INTERVENCIONES	28	
29		DESCRIBIR LA CALIDAD DE VIDA Y	2015	Artículo	Ecuador	DESCRIBIR LA	29		DESCRIBIR LA	2015	Ecuador	DESCRIBIR LA	29	
30		FACTORES ASOCIADOS A LA CALIDAD DE	2015	Artículo	Colombia	FACTORES ASOCIADOS	30		FACTORES ASOCIADOS	2015	Colombia	FACTORES ASOCIADOS	30	
31		Alternativas a la institucionalización de	2015	Artículo	Argentina	Alternativas	31		Alternativas	2015	Argentina	Alternativas	31	
32		LA CATEDRA DE ADULTOS MAYORES	2015	Artículo	Cuba	LA CATEDRA	32		LA CATEDRA	2015	Cuba	LA CATEDRA	32	
33		Actividades de integración para	2015	Artículo	Cuba	Actividades	33		Actividades	2015	Cuba	Actividades	33	
34		APoyo familiar que recibe el adulto	2015	Artículo	Perú	APoyo familiar	34		APoyo familiar	2015	Perú	APoyo familiar	34	
35		LA IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN	2015	Artículo	Argentina	LA IMPORTANCIA	35		LA IMPORTANCIA	2015	Argentina	LA IMPORTANCIA	35	
36		IDENTIFICACIÓN DE LOS CONDICIONANTES	2015	Artículo	Ecuador	IDENTIFICACIÓN	36		IDENTIFICACIÓN	2015	Ecuador	IDENTIFICACIÓN	36	
37		INTERVENCIÓN EDUCATIVA APLICADA	2015	Artículo	Cuba	INTERVENCIÓN	37		INTERVENCIÓN	2015	Cuba	INTERVENCIÓN	37	
38		Efectividad del programa de	2015	Artículo	Colombia	Efectividad del	38		Efectividad del	2015	Colombia	Efectividad del	38	
39		TERAPIAS ALTERNATIVAS EN EL	2015	Artículo	Internacional	TERAPIAS AL	39		TERAPIAS AL	2015	Internacional	TERAPIAS AL	39	
40		Salud mental y calidad de vida en	2015	Artículo	Chile	Salud mental	40		Salud mental	2015	Chile	Salud mental	40	

Referencias Bibliográficas

- Agudelo Hernández, F., Guapacha Montoya, M., y Giraldo Álvarez, A. (2023). Salud mental pediátrica, experiencia de crianza y desempleo en un contexto latinoamericano. *Revista Tempus Psicológico*, 102-115.
<http://portal.amelica.org/ameli/journal/795/7954340010/html/>
- Alemán Bracho, C. (2013). Políticas públicas para mayores. *Gestión y Análisis de Políticas Públicas*, 3-20. <https://www.redalyc.org/pdf/2815/281528255001.pdf>
- Aparicio García-Molina, V. A., Carbonell-Baeza, A., y Delgado-Fernández, M. (2010). BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PERSONAS MAYORES. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 556-576.
<https://www.redalyc.org/pdf/542/54222122004.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría (APA). (2013). *Salud mental: Guía y promotor comunitario*. México: Editorial Médica Panamericana.
<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/31342/salud-mental-guia-promotor.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Calero, M., López, G., Ortega, A., y Cruz, A. (2016). Prevención de caídas en el adulto mayor revisión de nuevos conceptos basada en la evidencia. *European Journal of Investigation in Health*, 72. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6130992>
- Calleja Ruiz, P. (2019). *La laborterapia mantiene activas a las personas mayores*. Revista digital del sector sociosanitario: <https://www.geriatricarea.com/2019/06/05/la-laborterapia-mantiene-activas-a-las-personas-mayores/>

- Cantú Martínez, P. (2022). *Adulto mayor y envejecimiento*. Monterrey: Editorial Universitaria UANL.
https://pure.udem.edu.mx/ws/portalfiles/portal/73656871/LIBRO_ADULTO_MAYOR_Y_ENVEJECIMIENTO_2022.pdf
- Cardona, D., y Peláez, E. (2012). Envejecimiento poblacional en el siglo XXI: oportunidades, retos y preocupaciones. *Salud Uninorte*, 348.
<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v28n2/v28n2a15.pdf>
- Carrillo-Sierra, S.-M., Rivera-Porras, D., García-Echeverri, M., y Rodríguez González, D. (2020). Envejecimiento e intervenciones terapéuticas desde la perspectiva psicológica a adultos mayores: una revisión descriptiva. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 899-912.
<https://www.redalyc.org/journal/559/55965388019/55965388019.pdf>
- Casavilca-Zambrano, S., Cancino-Maldonado, K., Jaramillo-Valverde, L., y Guio, H. (2019). Epigenética: la relación del medio ambiente con el genoma y su influencia en la salud mental. *Revista de neuro-psiquiatria*, 266-273.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v82n4/a05v82n4.pdf>
- Cembellín Ayora, M. (2015). LABORTERAPIA: MÁS ALLÁ DE UNA SIMPLE MANUALIDAD EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER. *Revista terapia ocupacional galicia*, 1-12. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5308796.pdf>
- Centro de rehabilitación de UNC. (2019). *Manual de educación del paciente*. Una guía adicional de rehabilitación de accidentes cerebrovasculares:

<https://www.uncmedicalcenter.org/app/files/public/68559ca1-134a-44e9-b13d-1d22160bfdd8/pdf-medctr-rehab-Stroke%20Rehab%20Patient%20Educ%20Manual%20Spanish.pdf>

Chalacán Tobar, D. M. (31 de octubre de 2019). *UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR*.

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA DISCAPACIDAD, ATENCIÓN
PREHOSPITALARIA Y DESASTRES:

<https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/5f45a9a7-5786-4049-861b-8780cecb0c21/content>

Comisión económica para América latina y el Caribe. (2022). *Envejecimiento en América Latina y el Caribe*. Santiago: Naciones Unidas.

<https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/e345daf3-2e35-4569-a2f8-4e22db139a02/content>

Cuadra-Peralta, A., Medina Cáceres, E., y Salazar Guerrero, K. (2015). RELACIÓN DE BIENESTAR PSICOLÓGICO, APOYO SOCIAL, ESTADO DE SALUD FÍSICA Y MENTAL CON CALIDAD DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DE LA CIUDAD DE ARICA. *Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 56-67.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6612295.pdf>

Duck, A. (junio de 2021). *Grupos de autoayuda para la prevención del maltrato psicológico en los adultos mayores de los Auki Utas Dolores*. Universidad Mayor de San Andrés:

<https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/25823/ML-1325.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Edelvis, D. (2015). La terapia ocupacional antes de la terapia ocupacional en Argentina.

Antecedentes y delimitaciones de un campo de intervención en disputa. *IX Congreso Argentino de Terapia Ocupacional* (p. 10). Paraná: Colegio de Terapistas Ocupacionales de Entre Ríos.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54451763/Conferencia_Congreso_2015_libroTo-libre.pdf?1505615859=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLa_Terapia_Ocupacional_antes_de_la_Terap.pdf&Expires=1716244391&Signature=WVKydshUSWBaWQhPA~pjxC2LXdIP

Esmeraldas Vélez, E. E., Falcones Centeno, M. R., Vásquez Zevallos, M. G., y Solórzano Vélez,

J. A. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características.

Análisis del comportamiento de las líneas de crédito a través de la corporación financiera nacional y su aporte al desarrollo de las PYMES en Guayaquil 2011-2015, 58-74. <http://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/357>

Fajardo Montoya, M. (2023). *Terapia como medio de ocupación*.

<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/141325/1/Trabajo%20M%c2%aa%20Pilar%20Fajardo%20Montoya.pdf>

Fernández Brañas, S. A. (2001). Factores psicosociales presentes en la tercera edad. *Revista Cubana de Higiene y Epidemiología*, 77-81.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032001000200001

Gallardo, L., Rodríguez, V., Sánchez, E., y García, M. (2023). La investigación sobre soledad y redes de apoyo social en las personas mayores: una revisión sistemática en Europa.

Revista española de salud pública, 2.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10540907/>

Gálvez Olivares, M. A.-A. (2020). Salud mental y calidad de vida en adultos mayores: revisión sistémica. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 384-399.

https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272020000400384

Leiva, A. M., Troncoso-Pantoja, C., Martínez-Sanguinetti, M. A., Nazar, G., Concha-Cisternas, Y., Martorell, M., . . . Celis-Morales, C. (2020). Personas mayores en Chile: el nuevo desafío social, económico y sanitario del Siglo XXI. *Revista medica de Chile*, 799-809.

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v148n6/0717-6163-rmc-148-06-0799.pdf>

Maza Estrada, L. A. (2020). *Influencia de la danza-movimiento terapia sobre la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores de 65 a 80 años*. UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR:

<https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/697c2546-a760-4349-a146-6dff771fcca8/content>

Oña Suntasig, J. E. (21 de noviembre de 2022). *La laborterapia como medio terapéutico en adultos mayores con problemas de salud mental para mejorar su calidad de vida*.

UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR:

<https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/37fed10e-3f07-4349-b4fe-d3ae791eda30/content>

Orcasita Pineda, L., y Uribe Rodríguez, A. (2010). *La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090010>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Luxemburgo.

https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_1?sequence=1

Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de Junio de 2022). *Organización mundial de la salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Piña Morán, M. &. (2019). Envejecimiento y género: Reconstruyendo los roles sociales de las personas mayores en los cuidados. *Revista Rupturas*, 23-38.

https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-24662019000200023

Pizarro, S. M. (2020). Actualización sobre la prevención de caídas en ancianos. *Gerokomos*, 27-31. <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v33n1/1134-928X-geroko-33-01-27.pdf>

Preciado, A. M., Bermeo, F. I., Saraguro, A. B., y Dias, P. A. (2022). Funcionamiento Cognitivo de la Vejez y la Dependencia del Adulto Mayor. *Dominio de las ciencias*, 722-734.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8637898.pdf>

Puerta Polo, J. V., y Padilla Díaz, D. E. (2011). Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud*, 251-257. <https://www.redalyc.org/pdf/5121/512156315016.pdf>

Pujol, M. S. (2024). La depresión en la práctica clínica. *Vertex*, 1-91.

https://www.revistavertex.com.ar/ebooks/Baliarda_SuarezR.pdf

- Quinga Gómez, L. L. (2022). *Intervención de Terapia Ocupacional en adultos mayores para disminuir la depresión*. Universidad Central del Ecuador:
<https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/20ff98ae-bb6e-457f-9409-dffac9b4dbda/content>
- Reboredo, R. J., Novoa, F. M., y Blanco, P. M. (2015). TERAPIA OCUPACIONAL Y OCUPACIÓN: DE LA DEFINICIÓN A LA PRAXIS PROFESIONAL. *Revista de Terapia Ocupacional Galicia Revista TOG*, 1-180.
<https://www.revistatog.com/mono/num7/mono7.pdf>
- Renzi, G., Almada, C., y Bengochea, M. F. (2020). La preservación de la capacidad funcional de las personas mayores a través del entrenamiento físico multicomponente. *Revista argentina de gerontología y geriatría*, 27-35.
https://www.researchgate.net/publication/373106422_La_preservacion_de_la_capacidad_funcional_de_las_personas_mayores_a_traves_del_entrenamiento_fisico_multicomponente/link/64d9a1b725837316ee0b0249/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0a
- Ricarte Eguidazu, M. (2015). INTERVENCIONES DESDE TERAPIA OCUPACIONAL EN SALUD MENTAL, ANÁLISIS BIBLIOGRÁFICO BASADO EN LA EVIDENCIA. *Revista terapia ocupacional galicia*, 1-14.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5308786>
- Rubi, P. &. (2021). Experiencias adversas en la infancia, funcionalidad familiar y salud mental. *Cuadernos de Trabajo Social*, 11-24.

https://www.researchgate.net/publication/353852456_Experiencias_adversas_en_la_infancia_funcionalidad_familiar_y_salud_mental

Ruiz Álvarez, M., Aginagalde Llorente, A., y Llano Señarís, J. (2022). Los determinantes sociales de la salud en España (2010-2021): una revisión exploratoria de la literatura. *Revista española de Salud Pública*, 1-58.

https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrcom/VOL96/REVISIONES/RS96C_202205041.pdf

Tello-Rodríguez, T. A.-E. (2016). Salud mental en el adulto mayor: trastornos neurocognitivos mayores, afectivos y del sueño. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 342-350. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000200021

Torres, L., Castaño, L., y Cardona, J. (Abril de 2011). *Eficacia de un programa terapéutico de expresión plástica en la depresión de los adultos mayores del centro de bienestar de ancianos San José Pereira*. Universidad Tecnológica de Pereira:

<https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/5e11ab92-6c69-4c82-bd3d-eae77c3623c5/content>

Zambrano-Calozuma, P. A., y Estrada-Cherre, J. P. (2020). *Salud mental en el adulto mayor*.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7435297.pdf>

Zuñiga, S. (12 de septiembre de 2023). *Describir la calidad de vida y deterioro cognitivo del adulto mayor en las zonas rurales y urbanas en Azuay-Cuenca*. Universidad Católica de Cuenca: <https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/15470>

