

## Nivel de dependencia de las Actividades de la Vida Diaria en el adulto mayor

Valadez Cisneros Ana Adelaida<sup>1</sup>, Pérez Guerrero Ruth Esperanza<sup>1</sup>, Ortiz Mendoza Guadalupe<sup>1</sup>, Huerta Baltazar Mayra Itzel<sup>1</sup>, Valenzuela Gandarilla Josefina<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Facultad de Enfermería, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Correo de autor principal:

[ana.valadez@umich.mx](mailto:ana.valadez@umich.mx)

### Resumen

Las actividades de la vida diaria, son actividades orientadas hacia el cuidado propio como: bañarse, vestirse, comer, o dormir, entre otras. Se considera independencia de las actividades cotidianas a la capacidad para realizarlas sin supervisión. El Adulto Mayor (AM), es aquella persona que tiene 60 años o más. El 70% de los AM son funcionales e independientes, la frecuencia de discapacidad aumenta con la edad. El 27% manifiestan dificultad para realizar actividades básicas de la vida diaria y de autocuidado; esta cifra aumenta hasta 47.5% para las personas de 80 años y más. Es importante incrementar la vida libre de discapacidad, instrumentando estrategias preventivas como ejercicio físico. **Objetivo general:** Analizar el nivel de dependencia de las actividades de la vida diaria en el adulto mayor. **Objetivos específicos:** Describir las características sociodemográficas que caracterizan a la población adulto mayor (edad, sexo, escolaridad, estado civil). Identificar el grado de dificultad para realizar actividades en el adulto mayor. **Metodología:** Estudio descriptivo, prospectivo, transversal, observacional. Muestreo no probabilístico, por conveniencia: 28 adultos mayores de dos estancias geriátricas. Instrumento: "Índice de Barthel" mide nivel de dependencia **Resultados:** 50.0% (14) fueron mujeres, 50.0% (14) de participantes fueron hombres. 42.9% (12) de participantes cursaron primaria, respecto al estado civil de los adultos mayores con más incidencia fue la condición de viudez con un 50.0% (14). El 46.4% (13) presentaban comorbilidad. El 50% (16) tienen un nivel de dependencia de leve a moderada. **Conclusiones:** El nivel de dependencia de las actividades de la vida diaria en los adultos mayores fue de leve e moderado.

## **Introducción**

El envejecimiento es un fenómeno en crecimiento, cada año las tasas de natalidad van disminuyendo, mientras que la esperanza de vida aumenta, a lo que se agrega.

que la población de más de 60 años tiene un aumento progresivo y junto con ello el cuestionamiento de si estas personas tendrán buena salud conforme avanza su edad, así como el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2018).

En la senectud se presentan múltiples cambios importantes tales como: la funcionalidad motriz, estados psicológicos y emocionales, aunado a las dificultades para realizar actividades de la vida diaria (AVD), el ser independientes, y esto tiene gran repercusión en su calidad de vida (Sabatini y Lacub, 2013).

La discapacidad alcanza niveles sustanciales a partir de los 70 años de edad, cuando el riesgo de experimentar deterioro funcional es mayor. Por ello, es importante incrementar la vida libre de discapacidad, instrumentando estrategias preventivas. En este contexto, cobra importancia hacer una valoración geriátrica integral (VGI). La VGI está diseñada para cuantificar capacidades y problemas biopsicosociales, permitiendo formular planes de manejo para mejorar diagnósticos, tratamientos, funcionalidad y calidad de vida. (Fócil, Zavala, 2014).

En este sentido, la funcionalidad, definida como la capacidad para realizar actividades de la vida diaria (AVD), es útil como marcador del efecto sistémico de una enfermedad, ayudando a definir metas terapéuticas adecuadas y personalizadas.

## **Objetivo general**

Analizar el nivel de dependencia de las Actividades de la vida diaria en el Adulto Mayor.

## **Objetivos específicos**

1. Describir las características sociodemográficas que caracterizan a la población adulto mayor (edad, sexo, escolaridad, estado civil).
2. Identificar el nivel de funcionalidad física del AM.
3. Identificar los tipos de dependencia de AVD en el AM

## **Metodología**

El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo, prospectivo y Transversal muestra fue de 28 adultos mayores, no probabilística elegida a conveniencia 12 de una estancia y 16 en otra estancia de la ciudad de Morelia Michoacán.

Se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: personas con

edad entre 60 a 85 años, indistintamente del género, religión, estado civil, escolaridad, ocupación, que acepten voluntariamente participar en el estudio y firmen el consentimiento informado. Siendo los criterios de exclusión: adultos menores de 60 años.

El instrumento utilizado fue el Índice de Barthel, esta escala es uno de los instrumentos de medición más utilizado en geriatría. Consiste en una escala ordinal que incluye 10 áreas de actividades básicas de la vida diaria: vestido, baño, aseo personal, uso del retrete, continencia urinaria y fecal, alimentación, deambulaci3n, traslado y uso de escaleras. Cada ítem puntúa de acuerdo a su relevancia, lo cual permite que la suma de puntuaciones pueda representar el nivel de dependencia funcional de un individuo.

El puntaje es de 0-100, siendo 100 la máxima independencia, aunque sus creadores dejan claro que esto no implica que el individuo pueda vivir solo sin necesidad de ayuda. Así, los valores del instrumento se categorizan en la siguiente forma: 100 independencia; > 60: dependencia leve; 40-55: dependencia moderada, y 20-35: dependencia severa, <20: dependencia total.

En cuanto a la evaluaci3n de la consistencia interna, se ha observado un alfa de Cronbach de 0,86-0,92 para la versi3n original. Permite identificar tempranamente la condici3n de dependencia que puede desarrollar el adulto mayor, para dise1nar planes de cuidados adaptados a las condiciones individuales (Maldonado, et al, 2016).

El procedimiento de recolecci3n de los datos inici3 cuando se obtuvo la aprobaci3n, para la realizaci3n de la investigaci3n por parte de las autoridades correspondientes, se identific3 a la poblaci3n elegida para su estudio, cumpliendo con los requisitos establecidos, explicándoles en que consiste el estudio y siguiendo todas las consideraciones éticas que garanticen la beneficiencia de la poblaci3n.

Se realiz3 el análisis y procesamiento de la informaci3n con el paquete descriptivo bási3 SPSS (Statistical Package for Social Sciences) versi3n 25 a trav3s de la creaci3n de una base de datos, para la presentaci3n de las frecuencias y porcentajes.

## **Resultados**

En este apartado, se muestran los resultados que se obtuvieron al encuentro con los participantes. Se presenta las características sociodemográficas posteriormente: variables categ3ricas y num3ricas el nivel de dependencia de las Actividades de la Vida Diaria (AVD) del adulto mayor, seguido de

más complicaciones para realizar actividades de la vida diaria.

Para cumplir el objetivo específico número 1, se muestran las características sociodemográficas que caracterizan a la población adulto mayor. (Véase tabla 1)

**Tabla 1**

*Variables Sociodemográficas de los adultos mayores*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
<b>Sexo</b>		
Mujer	14	50.0%
Hombre	14	50.0%
<b>Escolaridad</b>		
Ninguno	3	10%
Primaria	12	42.9%
Secundaria	6	21.4%
Licenciatura	5	17.0%
Otro	2	7.1%
<b>Estado Civil</b>		
Soltero	7	25.0%
Casado	4	14.3%
Viudo	14	50.0%
Divorciado	3	10.75%

*Nota:* Cédula de Variables Sociodemográficas

En la tabla 1, se observan las variables sociodemográficas predominantes en la población de estudio, el 50.0% (14) corresponde al género femenino, 50.0% (14) corresponde al género masculino, en cuanto a la escolaridad se aprecia que el mayor porcentaje se presenta en primaria 42.9% (12), respecto al estado civil de los adultos mayores con más incidencia fue la condición de viudez con un 50.0%.

Para dar cumplimiento al objetivo específico número 2, que nos habla de identificar en nivel de funcionalidad física del adulto mayor se obtuvieron los siguientes resultados y se muestran en la tabla 2.

**Tabla 2***Dificultad para realizar actividades en el adulto mayor*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Dificultad para comer		
Si	6	21.4%
No	22	78.6%
Dificultad para vestirse		
Si	17	60.7%
No	11	39.3%
Dificultad para bañarse		
Si	17	60.7%
No	11	39.3%
Dificultad para caminar		
Si	18	64.3%
No	10	35.7%

*Nota:* Condiciones físicas en el adulto mayor

Respecto a la tabla 2, se muestra que el 21.4% presenta dificultad para comer, y el 60.7% presenta dificultad para vestirse, así como dificultad para bañarse al hacer referencia a la dificultad para caminar el 64.3% refirió dicha dificultad.

En cuanto al objetivo específico número 3, se muestran los tipos de dependencia de las AVD en el AM (Véase tabla 3).

**Tabla 3***Tipo de dependencia de las AVD del adulto mayor*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Dependencia Grave	5	17.9%
Dependencia Moderada	7	25%
Dependencia Leve	13	46.4%
Independiente	3	10.7%
Total	28	100%

*Nota:* Instrumento Índice de Barthel

La tabla 3 muestra que 7.1% (2) de la población corresponde a dependencia grave, 25.0% (7) dependencia moderada, 57.3% (13) dependencia leve, 10.0% (3) independiente. Lo que indica que el 50% de los participantes tienen un nivel de dependencia de leve a moderada que es susceptible a revertirse.

## **Discusión y Conclusiones**

La capacidad funcional del adulto mayor es el conjunto de habilidades físicas, mentales y sociales que permiten al sujeto la realización de las actividades que exige su medio y/o entorno.

Es así que se planteó como objetivo general, analizar el nivel de dependencia de las actividades de la vida diaria en el adulto mayor. Los hallazgos en las variables sociodemográficas del estudio reportan que en relación al sexo el 50% fueron hombres y el 50% fueron mujeres, lo que difiere de Espinoza (2019) en su investigación, ya que hace referencia a que en su investigación el mayor porcentaje fue del sexo mujer, que por lo contrario Camargo (2017) menciona en su estudio que su población con mayor frecuencia fueron hombres.

En relación con la escolaridad se obtuvo que la mayor parte de la población de los adultos mayores cursaron la primaria; Martínez (2018) y Fócil (2014) reportan resultados semejantes en sus investigaciones.

Por otro lado, haciendo referencia al estado civil de los adultos mayores se mostró que el mayor porcentaje fue la viudez, ahora bien, en los estudios de Martínez (2018) Martínez (2017) expresaron que la mayor parte de la población en estudio fueron casados.

Mediante la aplicación del Índice de Barthel en los adultos mayores se mostró que la mayor parte de la población corresponde a un nivel de dependencia leve, donde la persona necesita ayuda para realizar varias de las actividades básicas de la vida diaria, tiene necesidades de apoyo intermitente para su autonomía. Lo anterior difiere con lo señalado por Martínez (2017), quien mostró que la mayoría de la población en estudio presentó independencia en su capacidad funcional. Así mismo Bejines (2015), observó que la totalidad de la población de la investigación pertenece al nivel de dependencia leve lo que indica un resultado semejante al encontrado en este estudio.

Conclusiones: Se cumple el objetivo de esta investigación que fue analizar el nivel de dependencia de las actividades de la vida diaria en el adulto mayor, donde se estudiaron 28 personas residentes de dos estancias geriátricas. Del total de la muestra, el mayor porcentaje de los adultos mayores fueron mujeres. Según la

categorización del Índice de Barthel la mayoría de la población se clasificó en dependencia leve.

Durante esta investigación se demostró que las intervenciones son eficientes para mejorar las actividades de la vida diaria, ya que dicha práctica puede mejorar, mantener o retardar la aparición de patologías músculo-esqueléticas, cardiorrespiratorias, metabólicas, depresivas, y con ello lograr un adulto más independiente. Aunado a ello se recomienda que el personal de enfermería en conjunto con el equipo multidisciplinario priorice las actividades que promuevan el cuidado integral del adulto mayor en las instituciones mediante la práctica de este tipo de entrenamiento.

Por lo que se sugiere la utilización de otros instrumentos como Escala de Lawton y Brody, la escala de las actividades avanzadas de la vida diaria, para realizar una investigación más extensa sobre el nivel de dependencia del adulto mayor en estancias geriátricas.

Se recomienda intervenir en adultos mayores de estancias geriátricas públicas para que exista un aumento en el tamaño de la muestra, realizar un estudio cualitativo sobre la autopercepción del nivel de dependencia en cada participante, extender la invitación a personal de enfermería para realizar investigaciones posteriores mejorando las estrategias sobre el entrenamiento de resistencia progresiva en adultos mayores, sugerir a los adultos mayores institucionalizados que practiquen una rutina de ejercicio para evitar el deterioro de las capacidades funcionales, proponer a las estancias geriátricas que implementen y/o sistematicen un programa de actividad física para mejorar el nivel de funcionalidad física en el adulto mayor y así mejoren su independencia.

## Referencias

- Laguado, J., Camargo, H., Campo, T., Carbonell, M. (2017). Funcionalidad y grado de dependencia en los adultos mayores institucionalizados en centro de bienestar. *Gerokomos*.28(3):135-141. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2017000300135](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2017000300135)
- Espinoza, V.M. (2019) Nivel de Funcionalidad para la vida diaria en el adulto mayor en el Instituto Mexicano del Seguro Social UMF N° 32 San José del Aura. México. <http://132.248.9.195/ptd2019/julio/0792212/Index.html>
- Fócil. E., Zavala. (2015). Funcionalidad para Actividades de la Vida Diaria en adultos mayores rurales de Cárdenas, Tabasco, México. *RFS Revista Facultad de Salud*.6(2):12-19. <https://journalusco.edu.co/index.php/rfs/article/view/159>
- Huenchuan, S. (2018) Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el desarrollo sostenible: perspectiva regional y derechos humanos. *Comisión Económica para América Latina y el Caribe*, 154. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf)
- Maldonado, L. Zurita, P., Gordillo, A., Proaño, R., Reyes, Z. (2016). Actividad Diaria Según Índice de Barthel En Adultos Mayores, Ibarra, Mayo a Junio 2015. Introducción Resultados Métodos.” *Enfermería Investiga, Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión* 1(3):112–16. <http://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/471>
- Maldonado, L. Zurita, P. Gordillo, A., Proaño, R., Reyes, Z. (2016). Actividad Diaria Según Índice de Barthel En Adultos Mayores. *Enfermería Investiga, Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión* 1(3):112–16. <http://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/471>
- Martínez, M.E. (2018). Funcionalidad personal y social del adulto mayor en el ámbito familiar en derechohabientes en una unidad de medicina familiar de Magdalena de Kino, Sonora. México. <http://132.248.9.195/ptd2018/agosto/0777955/Index.html>