

## 4. Programas y rol de enfermería para un envejecimiento saludable en España

### NURSING PROGRAMS AND ROLE FOR HEALTHY AGING IN SPAIN

Majda Mahanan Mohamed

Graduada en Enfermería por la Universidad de Granada.

#### RESUMEN

**Introducción:** En los últimos años la esperanza de vida ha aumentado positivamente en los países desarrollados, creando un nuevo fenómeno de envejecimiento demográfico. Es necesario profundizar en las estrategias que fomentan las instituciones a cerca de los programas y actividades del envejecimiento activo, así como las prácticas de la enfermería geriátrica y el enfoque transcultural de los cuidados profesionales.

**Objetivos:** Como objetivo general se plantea conocer los diferentes programas, actividades e intervenciones enfermeras existentes en España a cerca del envejecimiento activo, y como específicos: Analizar los diferentes programas y actividades actuales dirigidos a promocionar calidad de vida a la persona mayor, valorar el papel de enfermería e identificar las prácticas relacionadas con la enfermería transcultural en adultos mayores.

**Metodología:** Revisión bibliográfica realizada en bases de datos de Ciencias de la Salud: PubMed, Cuiden, Medline y Scopus, y en buscadores generales: Dialnet y Scielo.

**Resultados:** Se obtuvieron 21 artículos con contenido relevante al análisis de estudio. 71,48% describen programas dirigidos al envejecimiento activo y saludable, el 28,57% a la actividad enfermera y finalmente 9,52% a la enfermería transcultural.

**Discusión y conclusiones:** Fomentar el envejecimiento activo exige adoptar una perspectiva global del individuo, para así adaptar las actividades sociosanitarias según las capacidades y valores de la persona mayor, manteniendo la autonomía, dependencia, participación y bienestar durante este ciclo vital. Sin embargo, en la literatura analizada se observa un índice bajo en el enfoque transcultural de los cuidados enfermeros.

**Palabras clave:** Programas, salud, envejecimiento, guías, cultura y enfermería transcultural.

#### ABSTRACT

**Introduction:** In recent years life expectancy has increased positively in developed countries, creating a new phenomenon of demographic ageing. It is necessary to deepen the strategies that promote institutions close to active aging programs and activities, as well as geriatric nursing practices and the cross-cultural approach to professional care.

**Objectives:** As a general objective it is proposed to know the different programs, activities and interventions nurses existing in Spain about active aging, and as specific: Analyze the different current programs and activities aimed at promoting quality of life to the elderly, assess the role of nursing and identify practices related to cross-cultural nursing in older adults.

**Methodology:** Bibliographic review carried out in databases of Health Sciences: PubMed, Cuiden, Medline and Scopus, and in general search engines: Dialnet and Scielo.

**Results:** 21 articles with content relevant to the study analysis were obtained. 71.48% describe programmes aimed at active and healthy ageing, 28.57% at nursing and finally 9.52% at cross-cultural nursing.

**Discussion and conclusions:** Promoting active ageing requires adopting a global perspective of the individual, in order to adapt socio-health activities according to the capacities and values of the elderly, maintaining autonomy, dependence, participation and well-being during this life cycle. However, the cross-cultural approach to nursing care is low in the literature analyzed.

**Keywords:** Programs, health, aging, guides, culture and cross-cultural nursing.

#### 1. INTRODUCCIÓN

El concepto de salud ha tenido en todos los tiempos un continuo interés para los seres humanos<sup>1</sup>. En 1946 la Organización Mundial de la Salud (OMS) definió la salud como un bienestar psico-bio-social y no solo la falta de enfermedad o dolencia<sup>2</sup>. A día de hoy, es un término que sigue interesando a toda la población, ya que nos preocupamos por perfeccionar, mantener y cuidar la salud de uno mismo.

Los profesionales de la salud deben prevenir y paliar los cambios funcionales y el deterioro que se produce en el envejecimiento<sup>1</sup>.

El envejecimiento es un proceso inevitable asociado a la pérdida de funciones que comprometen al individuo a realizar las actividades de la vida diaria (AVD), llevándolo a un estado de fragilidad y dependencia que disminuye la calidad de vida<sup>3</sup>.

Por lo tanto, a partir del siglo XX, en los países desarrollados y en vía de desarrollo la esperanza de vida se encuentra en continuo crecimiento, mientras que la tasa de mortalidad y fecundidad disminuye, fenómeno surgido por los continuos cambios sociales que atraviesan estos países. Cambios como la tendencia a tener hijos a edades más tardías, inserción de la mujer al mundo laboral, continuas reformas institucionales sobre la protección social pública y el riesgo de dependencia<sup>4</sup>, conllevan a un aumento acelerado de la población mayor de 60 años, y con ello el objetivo de proporcionar la mejor calidad de vida conforme avanza la edad. Este fenómeno de envejecimiento demográfico según el Instituto Nacional de Estadística (INE), indica que el índice de envejecimiento en España vaya ascendiendo con una previsión al futuro de alcanzar los 238.097743 habitantes en el año 2068<sup>5,6,7</sup>.

### 1.1. Envejecimiento y Enfermería

A lo largo del siglo XX se produce un cambio social donde se da relevancia a los adultos mayores, desterrando creencias que mantenían que, para trabajar con este sector poblacional, no hacía falta formación y conocimientos específicos<sup>8</sup>.

En la actualidad, los cuidados gerontológicos y geriátricos, ocupan un papel destacado, tanto en la formación, como en la actividad profesional, perteneciendo a una de las especialidades enfermeras, que cuyo objetivo es valorar de manera individualizada el grado de dependencia a nivel físico, psicológico, espiritual y social, de la persona mayor con el fin de fijar las intervenciones necesarias para elevar el nivel de independencia de estas<sup>7</sup>. El planteamiento de promocionar un envejecimiento saludable y activo en la población europea ha ido abordándose desde los años 90 por la OMS, que lo presenta como la inclusión de todas aquellas personas frágiles, incapacitadas o que necesitan asistencia, en la participación de las actividades culturales, sociales, económicas, espirituales y cívicas<sup>9</sup>.

Con esta definición de la OMS, se plantea que el envejecimiento no debe ser un obstáculo para realizar las actividades del día a día, por lo que hay que establecer y aplicar aquellos modelos y programas que sean capaces de influenciar en el estilo de vida para un envejecimiento saludable y a la vez productivo, donde la persona mayor se sienta útil e imprescindible en la sociedad, así como la implantación de actividades recreativas<sup>10</sup>. El gobierno, las organizaciones y la sociedad están obligados a desarrollar programas y políticas orientadas en la salud, participación y seguridad de las personas mayores, ya que se consideran herramientas imprescindibles y efectivas para contrarrestar el fenómeno del envejecimiento poblacional<sup>11</sup>. Estos programas se enmarcan bajo estrategias que fomenten y dirijan actitudes, acciones y recomendaciones que sustenten los pilares básicos de un envejecimiento saludable: alimentación, actividad física y ejercicio, sueño y descanso, prevención de caídas y otros accidentes, mantener la mente activa, realizar revisiones médicas periódicas, fomentar relaciones sociales y mantener un equilibrio psicológico, físico y emocional<sup>12</sup>.

Al mismo tiempo que aumenta la esperanza de vida, se incrementa el estado de la salud poblacional y se garantiza una vida de calidad en la vejez. Esto dependería entre otras

cosas, de las acciones realizadas en el transcurso del ciclo vital de la persona<sup>10</sup>, por lo que empezar a prevenir, desde la juventud, evita padecer un envejecimiento patológico y así retardar el deterioro funcional, cognitivo, emocional y la aparición de enfermedades crónicas que se suelen presentar con la edad, como son las enfermedades endocrinas (diabetes mellitus tipo II), hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, cáncer de colon, de próstata y de mama en mujeres, así como las enfermedades infecciosas (neumonía, gripe)<sup>13</sup>.

Para el año 2040, se estima que a nivel mundial, 160 millones de personas padecerá de una enfermedad crónica. Situación que origina personas discapacitadas permanentes, que necesitan de largos periodos de cuidado y tratamientos paliativos, elevando así, la demanda de salud y al mismo tiempo el coste de la atención ofrecida. Uno de los proyectos para solventar esta situación, es el trabajo coordinado de los Sistemas Sociosanitarios con los familiares de estos pacientes, con un apoyo directo a los cuidadores, dentro de la unidad familiar, aportándole las enseñanzas necesarias para asumir ese rol y reducir los gastos sanitarios en este ámbito<sup>14</sup>.

El diseño de las actuaciones enfermeras necesita de conocimientos suficientes, creatividad e ingenio que en muchas ocasiones resultan difíciles de asimilar por el adulto mayor, debido a la falta de voluntad para realizar actividades. Por lo cual, desarrollar planes de cuidado basados en buena relación entre la enfermera y la persona mayor, la elaboración de guías, programas de formación y apoyo que fomenten hábitos saludables y la autonomía personal, serían elementos claves para motivar y garantizar cuidados que mejoren la calidad de vida<sup>8</sup>.

### 1.2. Enfoque sociocultural del envejecimiento

Las organizaciones que forman una sociedad o comunidad, tienden a interactuar o a comportarse según los valores culturales adquiridos en lugar de origen. La vejez es un proceso vital natural e inevitable, una etapa de la vida que se encuentra sometida a diferentes estereotipos transmitidos a lo largo de la historia y la cultura<sup>12</sup>.

Los adultos mayores extranjeros movilizan con ellos culturas y creencias que tienen que ver con la salud o la enfermedad, creando así un nuevo concepto, definido culturalmente por su interpretación, remedios y tratamientos, los cuales han sido transmitidos a través de la historia, familia, religión y la educación<sup>8</sup>.

#### 1.2.1. Grecia y Roma

La vejez era considerada como una desgracia a tal punto que, fallecer a una edad temprana, era concebido como una virtualidad, ya que la persona no tenía que aguantar las pérdidas funcionales y cognitivas a las que se asocia el envejecimiento<sup>11</sup>.

#### 1.2.2. Oriente

A las personas mayores se les otorga un papel importante dentro de la sociedad, debido a considerarse personas

sabias, poseedoras de conocimiento y sabiduría. Hoy en día siguen teniendo una consideración primordial en las jerarquías de las comunidades sociales<sup>11</sup>.

### 1.2.3. Indígenas

En los pueblos indígenas, se aprecia que los colectivos de individuos que gozan de una edad más avanzada, son poseedores de la sabiduría y la inteligencia, estos adquieren un rol muy participativo en la sociedad, ya que tienen la disposición de curar, la capacidad de poseer habilidades predictivas y de transferir los conocimientos que domina<sup>11</sup>.

### 1.2.4. Occidente

En la sociedad occidental se ha perdido el valor moral que se debe tener hacia las personas mayores, debido a los múltiples estereotipos que se han creado desde el enfoque biológico del envejecimiento, considerando que ser una persona de edad avanzada es sinónimo de decadencia, pérdida e inutilidad<sup>11,14</sup>.

### 1.3. Envejecimiento en el entorno rural y urbano de España

Según los datos más recientes, difundidos en diferentes medios de comunicación, España ocupa el segundo lugar en el que se vive más, superada por Japón. Las publicaciones del El Libro Blanco del Envejecimiento Activo<sup>15</sup>, estiman que para el año 2060, el 40% de la población española será una población octogenaria. Según el INE, en los últimos treinta años, se ha producido un éxodo rural donde la población se concentra en las ciudades, por la diversidad de oferta en servicios sociosanitarios que se proporciona a la persona mayor<sup>16</sup>.

El Instituto de Mayores y Servicios Sociales facilitó en el año 2004 datos sobre el envejecimiento en el entorno rural<sup>16</sup>, del que se extraen diversas actitudes y sentimientos de la persona mayor, diferenciadas según el entorno en el que vive. El número de las personas mayores que viven solas es mayor en ciudades, acompañadas con un sentimiento de soledad, pausado gracias a las diversas actividades existentes para ocupar el tiempo libre. Sin embargo los habitantes mayores del entorno rural, se sienten más seguros, con más satisfacción social pero con bajas perspectivas saludables, por la falta de centros o espacios que fomenten talleres y actividades para el envejecimiento activo cercanos a la vivienda de la persona<sup>16</sup>.

Los programas desarrollados en el entorno rural, cuentan con las ventajas de realizar las actividades en espacios abiertos y verdes, siendo las edificaciones más reducidas, debido al número disminuido de habitantes. Estos habitantes realizan actividades vinculadas al uso agro-pastoril del terreno, conservando el medio ecológico. Las relaciones sociales se mantienen cara a cara por pertenecer a un colectivo social limitado. La gestión del tiempo es lenta, por lo que da una forma de vida menos estresante y ayuda a la relajación<sup>16</sup>.

La población del medio rural transmiten conocimientos, valores y cultura de generación en generación, construyendo roles por la diferencia de género y dan mucha importancia a

la opinión pública, por lo que resulta complicado cambiar la idea social, por ello, las instituciones realizan talleres ajustándose a los principios de estas personas<sup>16</sup>.

### 1.4. Enfoque cultural en el cuidado del envejecimiento

Vivimos en un mundo globalizado, que afecta a los estilos de vida y por lo tanto a la salud. Los profesionales de enfermería deben conocer la situación actual que se vive en España que, según informa el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales un número significativo de extranjeros son nuevos residentes, por lo que, los profesionales de salud tendrán que dar respuesta adaptadas a esta situación con una formación específica propia<sup>14</sup>.

Madeline Leiniger, conocida como la precursora de la Enfermería Transcultural, definió la cultura como el modo de vida de una población, constituida por valores, creencias, pensamientos y comportamientos, que han sido aprendidos y transmitidos de generación en generación. En base a ello, aborda la actuación enfermería teniendo en cuenta tradiciones y significados, defendiendo así la diversidad del cuidado entre culturas<sup>14</sup>.

A nivel nacional, J Siles añadió a esta definición los sentimientos de satisfacción que crea el ser humano ante la respuesta de cuidado a sus necesidades<sup>14</sup>.

Tras estas definiciones, entender la actitud de las personas según sus valores, ayudan al profesional de la salud a ofrecer cuidado desde una perspectiva cultural, aportando al individuo cuidados basados en el conocimiento, la empatía, la sensibilidad y la escucha activa, respetando los tiempos en la comunicación, ya que algunas personas necesitan su tiempo para responder a lo que es cuestionado<sup>13</sup>.

### 1.5. Justificación

Debido al fenómeno de envejecimiento demográfico y la situación multicultural que se vive actualmente en España, como consecuencia del éxodo de personas, es necesario conocer los diferentes programas existentes y en qué medida se realiza un abordaje transcultural en los cuidados enfermeros a los adultos mayores, dirigidos a mantener una vida activa y saludable, en una etapa en las que capacidades funcionales, psicosociales y cognitivas se deterioran.

### 1.6. Objetivos

#### 1.6.1. Objetivo general

- Conocer los diferentes programas, actividades e intervenciones enfermeras existentes en España a cerca del envejecimiento activo y saludable.

#### 1.6.2. Objetivos específicos

- Analizar los diferentes programas y actividades actuales dirigidos a proporcionar una calidad de vida favorable a la persona mayor.

- Valorar el papel de enfermería ante la población envejecida.
- Identificar las prácticas relacionadas con la enfermería transcultural en adultos mayores.

## 2. METODOLOGÍA

La revisión bibliográfica tipo analítico-descriptivo y los recursos online empleados, para alcanzar los objetivos marcados, siguen las siguientes estrategias:

- Se define las principales terminologías con objeto a estudiar como son: Salud, envejecimiento, envejecimiento activo, envejecimiento demográfico, envejecimiento patológico, calidad de vida, envejecimiento productivo, vejez, cultura, programas de envejecimiento activo, enfermería geriátrica y enfermería transcultural (Anexo 1).
- Obtención de las palabras clave, consultando los descriptores de ciencia de la salud (DeCS) en el siguiente orden: programas, salud, envejecimiento, guías, cultura y enfermería transcultural.
- Se seleccionan criterios de inclusión y exclusión que cumplan con las siguientes pautas:

### Criterios de inclusión:

- a. Publicaciones posteriores al año 2013, incluyendo dicho año.
- b. Publicaciones redactadas en español e inglés.
- c. Accesibilidad al texto completo.
- d. Artículos y libros que analicen nuevos programas, actividades y servicios que fomenten el envejecimiento activo y saludable en España.
- e. Artículos que describan beneficios y barreras que proporcionan los programas de envejecimiento activo en la sociedad mayor española, el trabajo de la enfermería geriátrica y el enfoque transcultural en los cuidados.

### Criterios de exclusión:

- a. Artículos que no cumplen con los criterios de inclusión.
  - b. Estudios que analicen la situación del envejecimiento demográfico, así como los programas de envejecimiento activo fuera del territorio español.
  - c. Referencias no relacionadas con programas de envejecimiento activo o saludable.
  - d. Artículos no relacionados a la enfermería gerontológica.
- Para la realización de esta revisión bibliográfica se utilizaron bases de datos como Cuiden, Medline, PubMed y Scopus, así como en buscadores Dialnet y Scielo. Combinando los descriptores con operadores booleanos AND y OR para obtener los artículos que presenten mayor contenido con el estudio.

- A continuación se realizó una búsqueda de los artículos, donde inicialmente se hacen exclusiones por los títulos, posteriormente por la lectura de los resúmenes y finalmente por la lectura exhaustiva de los artículos en su totalidad.
- Una vez seleccionados los artículos se categorizan por tipo de estudio, (Anexo 2) y se procede a escoger la información de gran interés.

## 3. RESULTADOS

Tras realizar una búsqueda exhaustiva en las bases de datos de ciencia de la salud. El número de artículos obtenidos por cumplir con los criterios de inclusión y exclusión es de 54. Posteriormente se realiza la lectura de resúmenes, de los cuales se destacaron 37 y finalmente por realizar la lectura de la totalidad del contenido de los artículos, 21 fueron los seleccionados para recoger la información necesaria del estudio (Tabla 1).

### 3.1. Análisis datos

Los 21 artículos (n = 21) seleccionados para la presente revisión bibliográfica, contienen estudios de tipología diversa realizados dentro del territorio nacional. De los cuales un 23,80% describen distintas intervenciones orientadas al envejecimiento activo y al cuidado enfermero en Andalucía. En la Comunidad Autónoma de Madrid se realizaron un 9,52%, al igual que en el principado de Asturias. Mientras que en Cataluña, Castilla La Mancha y Canarias se consiguieron un 4,76% en cada una de las Comunidades. Siendo el porcentaje más alto 48,58% estudios orientados a la población española en general, (Gráfico 1 y 2).

En cuanto a la temática que da respuesta a los objetivos propuestos, el 71,42% de los artículos van dirigidos a programas de envejecimiento saludable, exitoso y activo, mientras que 28,57% a la actividad enfermera y finalmente un 9.52% a la enfermería transcultural (Tabla 2).

### 3.2. Objetivo I: Diferentes programas y actividades dirigidos a la promoción del envejecimiento activo

Para la revisión de los documentos que responden a este objetivo, se crearon tres categorías de análisis respecto a las actividades proporcionadas por los distintos programas: estado físico, cognitivo y social. De los cuales el 60% fomenta la actividad física como elemento crucial para alcanzar la autonomía personal y la independencia en la persona. 66,66% en actividades dirigidas a las relaciones sociales y de manera disminuida las orientadas al desarrollo cognitivo, siendo este un 46.66%.

#### 3.2.1. Actividad Física

La actividad física previene a persona de las enfermedades coronarias primarias y proporciona importantes efectos positivos como, aportar beneficios al perfil lipídico, reducir la presión sanguínea, incrementar la densidad ósea,

disminuir el riesgo de caídas, prevenir del cáncer de mama, de colon y reduce la mortalidad total de un país<sup>17</sup>.

Diseñar programas de entrenamientos enfocados a mejorar los parámetros de la condición física, con actividades organizadas en grupo, basadas en el equilibrio, la fuerza o el pilates, garantizan el nivel de elevación de la fuerza, agilidad, resistencia y velocidad en la población mayor y al mismo tiempo previene el riesgo de caída<sup>17,18</sup>.

El paseo terapéutico es uno de los programas aconsejados para la persona mayor, ya que este tipo de actividad actúa sobre la inactividad logrando así la autonomía, dependencia y una mejor calidad de vida<sup>19</sup>. En el programa interinstitucional de Vélez- Málaga, se desarrollan actividades generalizadas para optimizar un nivel físico adecuado. Los talleres consisten en gimnasia adaptada, yoga, baile de salón, seguridad vial, talleres dirigidos a mantener una dieta saludable y enseñar a controlar el dolor físico<sup>20</sup>. Sin embargo a través de las escenas teatrales se habla de movilizaciones físicas no organizadas que toman acción a través de los juegos que propone esta metodología, aportando beneficios para la salud física al igual que los programas de termalismo ofertado por el IMSERSO, que consiste en curas termales con aguas bicarbonatada-sulfatada capaces de paliar el estado de salud general de la persona mayor<sup>21,22,23</sup>.

Finalmente cabe destacar que el ejercicio físico es una actividad que requiere mucha fuerza de voluntad en el individuo, por lo que un elemento motivador, como el cine, es esencial para reforzar los beneficios y hacer que la persona se comprometa a alcanzar sus retos y a romper los posibles prejuicios<sup>24</sup>.

### 3.2.2. Actividades Cognitivas

La población mayor, hoy en día disfrutan de un envejecimiento lleno de vida, presentando mucha capacidad de rendimiento, y como una de sus virtudes es la necesidad de prevenir el deterioro cognitivo, por un lado con la formación educativa continuada a lo largo del ciclo vital y por otro con talleres basado en la psicología positiva promocionando el autocontrol emocional y la prevención de la depresión<sup>25</sup>. La importancia de instaurar talleres, que permitan al individuo generar nuevas expectativas, como es el caso del teatro, les ayuda a sentirse útiles dentro de un colectivo y aumentan el nivel de satisfacción y felicidad personal<sup>20,21,26</sup>.

Por otro lado las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), es una herramienta que proporciona competencias mediáticas en las que se facilita la interactividad de la persona mayor y debe ser utilizada a todas las edades tal como indica el estudio de Almería ya que mejora la autoestima y el aprendizaje activo en el entorno digital<sup>25</sup>. Los programas diseñados a un entretenimiento cognitivo con relación al lenguaje, razonamiento, atención y memoria establecido en Asturias, favorecen la retroalimentación, del mismo modo en Cádiz se imparten cursos de digitalización básica, en los que se pretende transmitir una enseñanza inicial como es la introducción al Windows, manejo del ratón y teclado, aprender el manejo básico del navegador así como, correo electrónico, móviles y tablets, procesador de textos, presentación y edición de diapositivas<sup>27,28,29</sup>.

### 3.2.3. Actividades Sociales

Los estereotipos construidos sobre la persona mayor han llevado a que este colectivo se sienta cada vez más excluidos de la sociedad actual, por crear en ellos sentimientos de inutilidad en la comunidad. En Vélez-Málaga los talleres realizados a nivel social fomenta el asociacionismo para la participación ciudadana en zonas de reuniones donde la gente habla y reflexiona sobre su potencial en la población tal como lo fomentan en los programas de termalismo propuestos por IMSERSO<sup>20,22,23</sup>.

Los programas intergeneracionales de Santa Cruz de Tenerife posibilita la participación de estos adultos en la sociedad activa con actividades de interacción social entre los jóvenes y el mayor. Otorgándoles un papel muy importante que les brinda adquirir mayor protagonismo, tal como lo promueve el programa de guías voluntarios en museos<sup>30</sup>.

El teatro es una forma de ocio autotélico que aporta a la persona autorrealización y calidad de vida. A través de juegos, se intercambian diversas relaciones entre actor y espectador como son las miradas, palabras y cuidado<sup>21,30,31</sup>.

Respecto a las (TIC), como método de interacción en la sociedad, las personas mayores de 55 años acuden a internet como herramienta que les ayuda a sentirse más motivadas e integradas en la sociedad, utilizando aplicaciones de redes sociales como es Facebook, Skype y Twitter. Afirmación que sustenta el estudio realizado en Almería, en el que se analiza a las personas mayores cada vez están más interesadas en integrar las TIC a la vida diaria, situación que crea una nueva necesidad educativa por la utilización de estas aplicaciones. Es necesario fomentar la integración de todo el colectivo mayor a esta táctica social a través de la formación adaptada en puntos de accesos gratuitos de las aulas para mayores<sup>25,27,28,29</sup>.

### 3.3. Objetivo II: Principios enfermeros en las actividades dirigidas a población envejecida

La Enfermería Geriátrica o Gerontológica se dirige a garantizar una atención integral y de calidad en el cuidado geriátrico, abarcando tanto la atención asistencial como la rehabilitación, prevención y educación<sup>32,33,34</sup>.

La realidad demográfica actual nos muestra que, independientemente de centro sociosanitarios específicos para personas mayores, un elevado porcentaje de los paciente que atendemos en Atención Primaria y Especializada u otros servicios de atención sanitaria, también los son. Por ello, es imprescindible la formación de los profesionales enfermeros que deben trabajar con un balance entre lo humanístico y lo científico del geriátrico, teniendo en cuenta los siguientes valores<sup>32</sup>:

- Tener consideración al adulto mayor<sup>32</sup>.
- Promover un estilo de vida saludable para alcanzar una independencia al máximo nivel<sup>32</sup>.
- Detectar las enfermedades crónicas con la mayor brevedad posible<sup>32</sup>.

- Ayudar a prevenir controlar y retardar las declinaciones biológicas propias<sup>32</sup>.
- Integrar a la familia como los principales responsables en el cuidado<sup>32</sup>.
- Apoyo a la familia y al adulto mayor cuando la muerte sea inminente<sup>32</sup>.

Estos principios siempre deben estar sostenidos por los valores éticos, honestidad, una buena comunicación y por un conocimiento declarativo de los conceptos como son la destreza y la actitud. Esto hace que la enfermería geriátrica se situó entre las áreas más especializadas de la práctica de enfermería. Desarrollando unos modelos basados en los siguientes principios<sup>32, 34</sup>:

- Otorgar a los pacientes mayores todo el derecho a la autodeterminación y a la toma de decisiones de manera independiente<sup>32</sup>.
- Proporcionar cuidados holísticos, entendiendo que la salud y bienestar están influenciados por factores externos (sociales, económico y ambientales) e internos (fisiológicos, patológicos y psicológicos)<sup>32</sup>.
- Desempeñar funciones que ayuden a optimizar la salud, mejorar la calidad de vida para lograr el bienestar y un desarrollo personal fácil a las personas mayores<sup>32</sup>.

También es imprescindible destacar el papel que la enfermera desempeña en el cuidado de las personas mayores en sus domicilios y la comunidad<sup>32</sup>.

### 3.2.1. Atención de enfermería al cuidador

Una de las áreas del equipo interdisciplinar que atiende a las personas mayores son las intervenciones dirigidas al cuidador, creando vínculos que garanticen comunicación, confianza y entendimiento<sup>35</sup>.

En el encuentro formado por enfermera y cuidador principal del adulto mayor se crea un clima de educación para la salud sólido, basado en teorías que reflejan apoyo constante, sensible y respetuoso, proporcionando herramientas que adecuen la adopción de su rol como cuidador y haciéndoles entender que, asumirlo conlleva modificar actividades que realizaba anteriormente, apareciendo otras nuevas responsabilidades para atender las necesidades de la persona cuidada<sup>35</sup>.

En la mayoría de los casos, las personas que asumen el rol de cuidador suelen ser del género femenino, y lo asumen por cultura, gratitud u obligación, por ser la única miembro de la familia que puede ejercer de cuidadora y evitar ser criticada por familiares o amigos<sup>35</sup>.

Las intervenciones de enfermería proporcionan efectos positivos sobre el cuidador y la persona cuidada, reduciendo la carga, estableciendo metas y compromisos para mejorar la funcionalidad familiar y evitando así el malestar emocional, aplicando conocimientos que proporcionen al cuidador seguridad, confianza y una calidad de vida óptima<sup>32, 35</sup>.

### 3.4. Objetivo III: Prácticas relacionadas con la enfermería transcultural en el adulto mayor

Para brindar cuidados al adulto mayor es necesario conocer sus formas de vida, contextos y sucesos que han llevado a cabo en el nacimiento, niñez, adolescencia, adultez y vejez, así como en las enfermedades y la muerte. Es decir, conocer la historia de vida y el ambiente cultural en el que se ha desarrollado. Esta información solo se puede conseguir a través de la interacción con aquellas personas a las que se le quiere prestar atención<sup>36</sup>.

La enfermería transcultural es definida por Leinenger como el área de estudio y prácticas enfermeras dirigidas a conocer las creencias, prácticas y resultados de las enfermedades desde la diversidad cultural, con el fin de establecer un plan de cuidado idóneo a la persona y mejorar los resultados psiquiátricos y terapéuticos, uniendo la práctica enfermera con los conocimientos antropológicos<sup>36, 37</sup>.

Ante la situación actual de movimientos migratorios a nivel mundial, los profesionales de salud deben dar respuestas eficaces para atender a la discapacidad y problemas derivados de la edad, teniendo en cuenta la cultura, religión y estatus socioeconómico. El papel de la enfermería transcultural en la atención de adultos mayores incluye valores y actuaciones que respeten las actitudes y toma de decisiones de estos, como facilitar actos religiosos durante la hospitalización o en domicilio, respecto a la dieta y la forma de elaboración de los alimentos, utensilios a utilizar ya sean palitos, cubiertos o simplemente comer con las manos, higiene, rituales, etc<sup>36, 37</sup>.

La práctica enfermera es valorada a través de la satisfacción o confianza y en ocasiones puede provocar percepciones negativas como consecuencia de las diversas barreras culturales o idiomáticas que surgen. Desarrollar programas basados en la mediación intercultural es fundamental para adecuar los servicios entre el usuario y los profesionales sanitarios, intercambiando de manera detallada y correcta la información y obtener como resultado facilitar relatar los casos<sup>32, 36</sup>.

## 4. DISCUSIÓN

Partiendo de los objetivos propuestos en la presente revisión, en la que se han analizado diferentes programas, actividades e intervenciones enfermeras existentes en España acerca del envejecimiento activo y saludable, distintos autores coinciden en la teoría fisiológica de un envejecimiento caracterizado por la reducción de las capacidades funcionales, cognitivas y psicosociales en la persona, creando en la sociedad nuevas necesidades de carácter socio- sanitarias<sup>38, 39</sup>.

Según Raidel González, la necesidad de distinguir esas demandas en cada persona de manera individualizada, desarrollan el alcance de un envejecimiento activo, en el cual, las personas mayores obtienen medios, formación, capacidad de participar activamente en la comunidad, en el entorno familiar y en cuestiones personales, siendo clave la implantación de programas diseñados para un ejer-

cicio físico en el que se trabaje la estabilidad, la capacidad aeróbica, la flexibilidad y el aumento de la fuerza, previniendo del riesgo de caída y de las enfermedades crónicas<sup>40</sup>.

Conociendo los valiosos efectos de los ejercicios físicos en la persona, llama la atención, estudios donde se demuestra que la actividad física se realiza de manera disminuida en la población estudiada. Meléndez en su estudio cuantitativo, observacional-descriptivo sobre el tipo de actividad física y la motivación, donde el 60% de la población estudiada no realiza este tipo de ejercicios, presentándose reacios al temor de sufrir posibles lesiones que pueden surgir por la edad, creando en ellos el síndrome poscaída, un 20% prefieren caminar y un 33% bailoterapia<sup>41</sup>, ya que por un lado disminuye la agitación y el estrés y por otro, favorece la relajación mejorando el rendimiento de la marcha y la movilidad<sup>42</sup>.

Los resultados obtenidos en la presente revisión, muestran que la actividad física es uno de los programas que presentan una prescripción considerada por parte de las instituciones sociosanitarias, sin embargo, autores como Santos Leidiene describe en su trabajo que la sociedad no se encuentra preparada para el nuevo fenómeno poblacional, ya que percibe que las personas viven más pero con menos calidad de vida<sup>39</sup>.

Frente a los programas que ejercitan la actividad cognitiva, de manera disminuida, los artículos seleccionados hablan sobre el beneficio que proporciona los programas de desarrollo cognitivo en este ciclo vital del ser humano, al igual que Broche en su estudio aborda que hasta hace muy poco, la salud cognitiva está cobrando fuerza en las investigaciones específicas, pero que son muy escasas las iniciativas de los organismos de crear programas para este fin, será porque aún no tienen la conciencia de los beneficios que aportan en el lenguaje, la memoria, la atención y el pensamiento en el adulto mayor, conllevándolos a mantener una buena calidad de vida<sup>43</sup>.

En cuanto a las actividades dirigidas a las relaciones sociales, los programas analizados detallan de manera elevada la necesidad que predispone la persona a relacionarse, a través de distintas metodologías donde los mayores participan de manera favorable y animada. Según Vieites en su estudio sobre cuatro tipos de ocio que tienen más participación en España (asistencia a clase, asistencia a centros sociales, consumo de medios de comunicación y cuidar de casa, huertos etc), indica que la mayor iniciativa seleccionada por los mayores en la sociedad para ocupar su tiempo libre, es la de mantener un estilo de vida doméstica y la consumición de un ocio inactivo. Siendo la menos participativa la del teatro y ejercicio físico, aun conociendo los beneficios saludables que les proporciona dichas actividades<sup>21</sup>.

Referente a las actuaciones enfermeras dirigidas a la población envejecida, la literatura obtenida, describe como principales procesos enfermeros el fomento del autocuidado personal, la prevención de la dependencia, y la educación al cuidador y a la persona cuidada. Del mismo modo Espinosa señala, una transformación de los modelos curativos centrados en enfermedades a una atención dirigida a mantener la capacidad psico-bio-social de la persona mayor, fomentando el autocuidado conforme a las capacidades

y voluntad del individuo, ya que ayudara a mantenerse independiente, a crear sentimientos de satisfacción y de bienestar personal<sup>44</sup>. A este análisis, se suman las afirmaciones de Huertas ante los mecanismos necesarios para conseguir la promoción de la salud en la población mayor, alcanzados a través del autocuidado, ayuda colectiva y la instauración de entornos sanos, en los que el personal de enfermería realiza sus acciones para prevenir el aislamiento social, malestar emocional y sedentarismo, promocionando la jubilación, la educación al cuidador, la autonomía personal en los centros sanitarios o en visitas domiciliarias<sup>45</sup>.

Por otro lado, las funciones relacionadas a la enfermería transcultural en el envejecimiento, es un tema en la que la literatura revisada, no se profundiza, aun conociendo el importante fenómeno migratorios que está sufriendo España y Europa en general. Reina Leal especifica el enfoque biomédico al cual se le agrega la cultura de manera simplificada en los cuidados e incluso en ocasiones es eliminado por los profesionales con la finalidad de poder dar respuestas a los problemas de salud. La enfermería debe tener conocimientos de las teorías transculturales en las cuales describen valores como la importancia de tomar conciencia y conocimientos del individuo, así como, habilidades, deseos y encuentros culturales<sup>46</sup>.

Según García Navarro en su estudio basado en discursos y experiencias relacionados con el cuidado de los inmigrantes en la población de Huelva, se destaca el desconocimiento de estos sobre el sistema sanitario español y recurren a cuidados tradicionales de su país de origen. Un desconocimiento que los lleva a una falsa expectativa de los recursos a los que pueden acceder, y no lo hacen por pensar que todos los sistemas de salud son semejantes a los de su país<sup>47</sup>. La falta de comunicación entre instituciones sanitarias y la población inmigrantes les puede llevar claramente a situaciones como la que se reflejan en este estudio.

## 5. CONCLUSIONES

A través de la revisión bibliográfica realizada, teniendo como guía los objetivos planteados para el estudio, se obtienen las siguientes conclusiones:

- La promoción de los programas de envejecimiento activo orientados a favorecer la actividad física, el desarrollo cognitivo y las relaciones sociales previenen de enfermedades y la dependencia a las personas mayores. Del mismo modo ocurre con los cuidados enfermeros, ya que en la mayoría de los casos son delegados o prescritos por, este colectivo profesional.
- Las relaciones sociales y ocio son las actividades más promocionadas en los artículos seleccionados, seguida del ejercicio físico, aun estando la población consciente de los beneficios de esta actividad. Es necesario un fuerte elemento motivador y una buena organización de talleres dirigidos de manera individualizada a la persona. Ocupaciones relacionadas al desarrollo cognitivo, presentan un porcentaje bajo.

- Las prácticas enfermeras en relación al envejecimiento, se basan en fomentar cuidados dirigidos a mantener a la persona mayor activa en la sociedad, creando en ellos sentimientos de utilidad, satisfacción, bienestar y eliminando diferentes estereotipos negativos hacia ellos.
- Los resultados obtenidos indican un índice bajo del enfoque transcultural en la práctica de enfermería. Es necesario, para comprender e incluso diagnosticar posibles problemas de salud, fomentar una buena comunicación y adaptación cultural.

Las principales limitaciones surgidas durante la elaboración del trabajo son las siguientes:

- El número reducido de artículos analizados para obtener resultados concluyentes más consistentes.
- Acceso limitado a varios artículos, por ser privado o derivarse a otro artículo con poca relación al buscado.
- Escasos números de documentos encontrados que describan las prácticas enfermeras en los programas de envejecimiento activo y el enfoque transcultural del cuidado enfermero en la actualidad.

Para futuras investigaciones, nos planteamos ampliar el número de documentos publicados en España y profundizar más en la actualización del enfoque cultural de los cuidados enfermeros.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rubio Olivares DY, Rivera Martínez L, Borges Oquendo LC, González Crespo FV. Calidad de vida en el adulto mayor. Varona [Internet]. 2015 [citado 18 Sept. 2018]; (61):1-7. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360643422019>
2. Organización Mundial de la Salud. ¿Cómo define la OMS la salud? [Internet]. 2018 [citado 18 Sept. 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>
3. Alvarado García AM, Salazar Maya AM. Análisis del concepto envejecimiento. Gerokomos [Internet]. 2014 [citado 18 Sept. 2018]; 25 (2): 57-62. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v25n2/revision1.pdf>
4. Monteverde M, Tomas S, Acosta L, Garray S. Envejecimiento Poblacional y Magnitud de la Dependencia en Argentina y México: perspectiva comparada con España [Internet]. 2016 [citado 21 Sept. 2018]; 18 (10): 134- 154. Disponible en: [file:///C:/Users/HP/Downloads/142-289-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/142-289-1-SM%20(1).pdf)
5. Guerrero Castañeda RF, Ojeda Vargas MG. Envejecimiento desde la percepción de enfermería. Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica [Internet]. 2017 [citado 21 Sept. 2018]; 32. Disponible en: <http://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n32/1409-4568-enfermeria-32-00155.pdf>
6. Galarregui C, Abete I, Navas S, Reglero G, Ramírez de Molina A, Loria Kohen V, Zulet MA, Martínez JA. Estra-

tegias de guía e ingredientes dietéticos de precisión para enfermedades crónicas en población pre-sénior y sénior. An Sist Sanit Navar [Internet]. 2018 [citado 21 Sept. 2018]; 41(2): 227-243. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/ASSN/article/view/63236/40709>

7. Instituto Nacional de Estadística. Indicadores demográficos básicos [Internet]. 2018 [citado 21 Sept. 2018]. Disponible en: [https://www.ine.es/buscar/searchResults.do?searchType=DEF\\_SEARCH&tipoDocumento=&searchString=indice+de+envejecimiento&SearchButton=Buscar](https://www.ine.es/buscar/searchResults.do?searchType=DEF_SEARCH&tipoDocumento=&searchString=indice+de+envejecimiento&SearchButton=Buscar)
8. Llanes Betancourt C. La transculturación en el cuidado de enfermería gerontológica comunitaria. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2012 [citado 24 Sept. 2018]; 32: 1- 15. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192012000300004](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192012000300004)
9. Triviño M, Oyarzo V, Brito E, Vega P, Ojeda M, Rojas A, Ojeda S, Ivanissevich L. Una vejez, una ciudad y un vacío. Una visión in situ de la acogida a la ancianidad que ofrece Rio Gallegos, Pcia. de Sta. Cruz, 2015. Creative Commons Atribución [Internet]. 2016 [citado 21 Sept. 2018] 156: 256-272. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5761750>
10. Rita Petretto D, Pili R, Gaviano L, Matos López C, Zuddas C. Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales [Internet]. 2016 [citado 25 Sept. 2018]; 51(4): 229-241. Disponible en: [https://ac.els-cdn.com/S0211139X1500205X/1-s2.0-S0211139X1500205X-main.pdf?\\_tid=1f4bddd9-4663-4979-8030-21e99f87d32e&acdnat=1538385320\\_df12888a56ffb9ecc0157496328f7584](https://ac.els-cdn.com/S0211139X1500205X/1-s2.0-S0211139X1500205X-main.pdf?_tid=1f4bddd9-4663-4979-8030-21e99f87d32e&acdnat=1538385320_df12888a56ffb9ecc0157496328f7584)
11. Rodríguez Daza KD. Vejez y Envejecimiento. Universidad del Rosario [Internet]. 2011 [citado 22 Sept. 2018]; 12 (1): 2145- 4744. Disponible en: [http://www.urosario.edu.co/urosario\\_files/dd/dd857fc5-5a01-4355-b07a-e2f0720b216b.pdf](http://www.urosario.edu.co/urosario_files/dd/dd857fc5-5a01-4355-b07a-e2f0720b216b.pdf)
12. García Monlleó J, Herrador Martínez PM, Vargas Cruz J. Funcionalidad: Gran Reto de la Geriatria. Andalucía: Sociedad Andaluza Geriatria y Gerontología; 2018.
13. Arpasi Quispe O. Vivencia de la enfermera al brindar el cuidado al adulto mayor dependiente hospitalizado. Universidad Católica los Ángeles Chimbote [Internet]. 2016 [citado 28 Sept. 2018]; 1-236. Disponible en: [http://repositorio.uladec.edu.pe/bitstream/handle/123456789/371/ADULTO\\_MAYOR\\_DEPENDIENTE%20ARPASI\\_QUISPE\\_ORFELINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladec.edu.pe/bitstream/handle/123456789/371/ADULTO_MAYOR_DEPENDIENTE%20ARPASI_QUISPE_ORFELINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
14. Escobar Castellanos B, Pavavic KlijnT. La transculturalidad, elemento esencial para mejorar la atención en salud y de enfermería. Revista Electrónica enfermería actual de Costa Rica [Internet]. 2017 [citado 24 de Oct. 2018]; 32: 1- 15. Disponible en: ht-



- [tps://revistas.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/view/29627](https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/view/29627)
15. Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). Libro Blanco sobre Envejecimiento Activo. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social, Secretaria General de Política Social y Consumo, Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO)[Internet]. 2011[citado 03 de Oct. 2018]; Disponible en: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/imserso-libroblancoenvejecimientoactivo-01.pdf>
  16. Ponce de León L, Cabello SA. Envejecimiento activo en el ámbito rural en España. *Ehquidad International Welfare Policies and Social Work Journal* [Internet]. 2017 [citado 03 Oct. 2018]; 7 (1): 175- 198. Disponible en: <http://revistas.proeditio.com/ehquidad/article/view/1502>
  17. Gómez Cabello A, Vila Maldonado S, Pedrero Chamizo R, Villa Vicente JG, Gusi N, Espino L, González Cross M, Casajús JA, Ara I. La actividad física organizada en las personas mayores. Una herramienta para mejorar la condición física en la senectitud. *Rev Esp Salud Pública* [Internet]. 2018 [ citado 13 Oct. 2018]; 92 (27): 2-10. Disponible en: <https://medes.com/publication/134482>
  18. Abornos Muñoz L, Moreno Casbas MT, Sánchez Pablo C, Bays Moneo A, Fernández Dominguez JC, Rich Ruiz M, Gea Sánchez M. Efficacy of the otogo Exercise Programme to reduce falls in community- dwelling adults aged 65- 80 years old when delivered as group or individual training. *John Wiley and Sons Ltd* [Internet]. 2018 [citado 13 Oct. 2018]; 74 (1): 1700-1711. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29633328>
  19. Aguado MD, Martínez Ruiz L. Paseo Terapéutico: tratamiento eficaz para la persona mayor frágil. *TOG* [Internet]. 2017 [citado 03 Oct. 2018]; 14 (26): 436- 443. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6273870>
  20. Nebrera Parra G, Lavado Pérez C, Fernández Burgos F, Cabra Dueñas MJ, Navas Oñate E. Envejecimiento Activo. Programa Interinstitucional en el Municipio de Vélez- Málaga. *Paraninfo Digital* [Internet]. 2017 [citado 05 Oct. 2018]; 11 (26). Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n26/029.php>
  21. Vieites MF. Las prácticas teatrales y el envejecimiento activo: posibilidades y problemáticas. *Sociedade em Debate* [Internet]. 2017 [citado 03 Oct. 2018]; 23 (1): 354- 392. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/317640724\\_Las\\_practicas teatrales\\_y\\_el\\_envejecimiento\\_activo\\_posibilidades\\_y\\_problematicas](https://www.researchgate.net/publication/317640724_Las_practicas teatrales_y_el_envejecimiento_activo_posibilidades_y_problematicas)
  22. Martínez Moure O, Saez Peiró P. El programa de termalismo social del IMSERSO en el período 2010-2014. Un análisis evolutivo de Galicia. *Aposta Revista de Ciencias Sociales* [Internet]. 2015 [citado 06 Oct. 2018]; 67 (1): 115- 141. Disponible en: <http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/omoure3.pdf>
  23. Martínez Moure O, Saez Peiró P, Ortiz Lucas M. El programa de termalismo social del IMSERSO. Evolución y tendencias sociales. *Aposta Revista de Ciencias Sociales* [Internet]. 2013 [citado 06 Oct. 2018]; 59 (1): 1-22. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4399061>
  24. Núñez Domínguez T. Cine y envejecimiento activo: la imagen de la actividad física en las películas. *Escritos de Psicología* [Internet]. 2013 [citado 05 Oct. 2018]; 6 (2): 20- 25. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v6n2/informe3.pdf>
  25. Cruz Díaz MR, Román García S, Pavón Rabasco F. Del uso de las tecnologías de la comunicación a las destrezas en competencia mediática en las personas mayores. *Redes Com* [Internet]. 2016 [citado 13 Oct. 2018]; 2: 87- 111. Disponible en: <http://revista-redes.hospedagemdesites.ws/index.php/revista-redes/article/view/413>
  26. Jiménez MG, Izar M, Montorio I. Programa para la mejora del bienestar de las personas mayores. Estudio piloto basado en la psicología positiva. *Suma Psicología* [Internet]. 2016 [citado 05 Oct. 2018]; 23: 51-59. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-suma-psicologica-207-articulo-programa-mejora-del-bienestar-las-S0121438116000059>
  27. Agudo Prado S, Álvarez Arreguá E, Rodríguez Martín A, Rosal Fraga MI. Inclusión Social y Digital en Asturias: El uso de las Tecnologías emergentes entre personas mayores. *Aula Abierta* [Internet]. 2018 [citado 13 Oct. 2018]; 47 (1): 131- 136. Disponible en: <https://www.unioviado.es/reunido/index.php/AA/article/view/12645>
  28. Granado Palma M, Montiel Monroy M, Capa Lendinez J. TIC para personas adultas mayores: una experiencia en el programa de animación sociocultural de la delegación de mayores de ayuntamiento de Cádiz. *Innovación docente y uso de las TIC en educación* [Internet]. 2017 [citado 13 Oct. 2018]; 69: 1- 10: Disponible en: [http://www.enriquesanchezrivvas.es/congresotic/archivos/Varios/Granado\\_%20Montiel\\_%20Capa.pdf](http://www.enriquesanchezrivvas.es/congresotic/archivos/Varios/Granado_%20Montiel_%20Capa.pdf)
  29. Tortosa Salazar V, Rodríguez Martínez MM, Rodríguez Porcel MD. Nuevas tecnologías y ocio en la tercera edad. Hacia un envejecimiento activo. *Paraninfo Digital* [Internet]. 2016 [citado 13 Oct. 2018]; 10 (25). Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n25/234.php>
  30. Gilabert González LM. Experiencia intergeneracional en los museos: el papel de las personas mayores. *Pensamiento y Acción Interdisciplinaria* [Internet]. 2017 [citado 06 Oct. 2018]; 3 (1): 55- 83. Disponible en: [file:///C:/Users/HP/Downloads/170-Texto%20del%20art%C3%ADculo-548-2-10-20180924%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/170-Texto%20del%20art%C3%ADculo-548-2-10-20180924%20(2).pdf)
  31. Delgado Acosta CR, Calero Martin C. Espacios de convivencia y experiencia intergeneracional. *Trabajo Social Hoy* [Internet]. 2017 [citado 06 Oct. 2018]; 82 (14): 19- 40. Disponible en: [106 \*Revista para profesionales de la salud\*](http://www.trabajo-</a></li></ol></div><div data-bbox=)

- socialhoy.com/articulo/180/espacios-de-convivencia-y-experiencia-intergeneracional
32. López Medina MD, López Araque AB. Satisfacción de las mujeres mayores institucionalizadas con los cuidados de enfermería. Biblioteca Las Casas [Internet]. 2015 [citado 18 Oct. 2018]; 11 (1): 1- 47. Disponible en: <http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0810.pdf>
  33. Bullich Marín I, Miralles R, Torres Egea P, Planas Campmany C, Juvé Udina ME. Evaluación del ambiente de trabajo de las enfermeras en las unidades sociosanitarias de atención intermedia de Cataluña. Revista Española de Geriatria y Gerontología [Internet]. 2016 [citado 18 Oct. 2018]; 51 (6): 342- 348. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5835880>
  34. Cano Pérez MD, Castell Alcalá MV, Queipo Matas R, Martín Martín S, Mateo Pascual C, Otero Puime A. Use of primary care services, care specialized and drug use by population 65 years and hare in Madrid, Spain. Rev Esp Publica [Internet]. 2016 [citado 22 Oct. 2018]; 26 (90): 1- 11. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27231149>
  35. Hernández NE, Moreno CM, Barragán JA. Necesidades de Cuidado de la Diada Cuidador- Persona: Expectativa de un Cambio en Intervenciones de Enfermería. Revista Cuidarte [Internet]. 2014 [citado 22 Oct. 2018]; 5 (2): 748-56. Disponible en: <https://www.revistacuidarte.org/index.php/cuidarte/article/view/87>
  36. Castrillón Chamadoira E. La enfermería transcultural y el desarrollo de la competencia cultura. Cultura de los cuidados [Internet]. 2015 [citado 25 Oct. 2018]; 42 (19): 128- 136. Disponible en: <http://www.index-f.com/cultura/42pdf/42128.pdf>
  37. Muñíz Toyos N. Cuidados enfermeros y coherencia cultural. Ene Revista de Enfermería [Internet]. 2014 [citado 27 Oct. 2018]; 8 (1). Disponible en: [http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/331/html\\_3](http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/331/html_3)
  38. Lopera Lucena I. Los parques de Mayores: análisis y propuestas de intervención. Revista de Ciencias de la Universidad Pablo de Olavide [Internet]. 2014 [citado 27 Oct. 2018]; 15. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815701>
  39. Santos LF, Oliveira LM, Barbosa MA, Nunes DP, Brasil VV. Calidad de vida de los mayores que participan en el grupo de promoción de la salud. Enfermería Global [Internet]. 2014 [citado 27 Oct. 2018]; 14: 1-10. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412015000400001](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412015000400001)
  40. González Rodríguez R. La Atención Primaria de Salud y el envejecimiento activo. Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta [Internet]. 2016 [citado 22 Oct. 2018]; 41(9). Disponible en: [http://www.revzoilomarinellosld.cu/index.php/zmv/article/view/874/pdf\\_325](http://www.revzoilomarinellosld.cu/index.php/zmv/article/view/874/pdf_325)
  41. Meléndez Mogollan IC, Camero YB, Álvarez AR, Castillas LJ. La actividad física como estrategia para la promoción de la salud en el adulto mayor. Enfermería Investiga [Internet]. 2018 [citado 28 Oct. 2018]; 3 (1): 32- 37. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.29033/ei.v3n1.2018.07>
  42. Sánchez Guio T, Barranco P, Millán A, Fornies ME. La musicoterapia como indicador de mejora de la calidad de vida en un envejecimiento activo. Metas Enferm [Internet]. 2017 [citado 28 Oct. 2018]; 20 (7): 24-31. Disponible en: <https://bit.ly2EnjepS>
  43. Broche Pérez Y. Dimensiones para la promoción de la salud cognitiva y prevención de demencias. Revista Cubana de Salud Pública [Internet]. 2018 [citado 27 Oct. 2018]; 44 (1): 153-165. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2018.v44n1/153-165/es>
  44. Leiton Espinosa ZE. El envejecimiento saludable y el bienestar: un desafío y una oportunidad para enfermería. Enfermería Universitaria [Internet]. 2016 [citado 28 Oct. 2018]; 13 (3): 139- 141. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632016000300139](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300139)
  45. Huertas Escribado E. Intervenciones de enfermería en la promoción del envejecimiento saludable. Asociación Española de Enfermería [Internet]. 2017 [citado 28 Oct. 2018]; 1- 10. Disponible en: <http://www.gecoe.es/wp-content/uploads/2018/08/TFG-PB-RRD-2017.pdf>
  46. Reina Leal LM, Romero Ballén MN. La débil apropiación de la competencia cultural en el cuidado al adulto mayor se expresa en las evidencias científicas. Cultura en el cuidado al adulto mayor se expresa en las evidencias científicas. Cultura de los Cuidados [Internet]. Enero 2014 [citado 28 Oct. 2018]; 18 (38): 128- 137. Disponible en : <https://culturacuidados.ua.es/article/view/2014-n38-la-debil-apropiacion-de-la-competencia-cultural-en-el-cuidado-al-adulto-mayor-se-expresa-en-las-evidencia-cientificas>
  47. García Navarro EB, Gualda E. Cuidado Transcultural y estrategias familiares ante la dependencia: el fenómeno de los cuidados extranjeros. Universidad de la Sabana [Internet]. Abril 2014 [citado 30 Oct. 2018]; 14 (4): 509- 522. Disponible en: <http://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/2528/3741>

## ANEXOS

## Anexo 1: Marco Conceptual (Fuente de elaboración propia)

Palabras a definir	Definiciones
<i>Salud</i>	La salud es un estado de bienestar y confort a nivel físico, psicológico y social. Así como la falta o la ausencia de enfermedad o dolencia <sup>2</sup> .
<i>Envejecimiento</i>	Según la OMS es considerado como un proceso fisiológico que se inicia en la concepción y causa cambios que producen limitaciones en la adaptabilidad del organismo con el medio externo. Característicos de las especies durante todo el ciclo vital, sobrellevado a un ritmo diferente en distintos organismos <sup>3</sup> .
<i>Vejez</i>	Compone una de las etapas del ciclo vital. La última, en la cual el ser humano alcanza su máxima relación con el mundo, llegando a la madurez total a través de diversas experiencias y momentos vividos <sup>3</sup> .
<i>Envejecimiento activo</i>	La OMS lo definió como un proceso excelente para las oportunidades de salud, seguridad y participación. Con la finalidad de obtener una mejor calidad de vida a medida que la población envejece. El término activo hace referencia a la continuación participativa de la persona en actos sociales, culturales, económicos y cívicos <sup>3</sup> .
<i>Envejecimiento demográfico</i>	Cambios en la estructura poblacional, en los que aumenta la población envejecida debido al incremento de esperanza de vida en los países desarrollados <sup>5</sup> .
<i>Envejecimiento patológico</i>	Son todos aquellos cambios fisiológicos, biológicos, bioquímicos y psicológicos que alteran de manera negativa las conductas de la persona mayor, acabando como determinante de enfermedades crónicas <sup>5</sup> .
<i>Envejecimiento productivo</i>	Es la relación que tiene la persona mayor en la vida social y emprendedora. Desarrollando un ámbito donde el adulto mayor sea imprescindible y útil para la comunidad <sup>30</sup> .
<i>Calidad de Vida</i>	Según la OMS es definida como la percepción de la posición de vida de manera individual, en un contexto cultural y lleno de valores, como son las metas, expectativas, intereses y estándares <sup>4</sup> .
<i>Programas de envejecimiento activo</i>	Actividades dirigidas a fomentar un envejecimiento donde la persona se siente animado y fuerte para llevar a cabo funciones que está acostumbrado realizar en su día a día <sup>23</sup> .
<i>Cultura</i>	Modo de vida de una población, constituidas por valores, creencias, pensamientos y comportamientos que han sido aprendidos y transmitidos de generación en generación <sup>14</sup> .
<i>Enfermería Gerontológica</i>	Es una especialidad que se encarga de dirigir y garantizar una atención integral y de calidad en el cuidado geriátrico, abarcando tanto la atención asistencial como la rehabilitación, prevención y educación <sup>32</sup> .
<i>Enfermería transcultural</i>	Es el área de estudio y prácticas enfermeras dirigidas a conocer las creencias, prácticas y resultados de las enfermedades desde la diversidad cultural, con el fin de establecer un plan de cuidado idóneo a la persona y mejorar los resultados psiquiátricos y terapéuticos, uniendo la práctica enfermera con los conocimientos antropológicos <sup>36,37</sup> .

## Anexo 2: Características de los artículos seleccionados para el trabajo (Fuente de elaboración propia)

Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
Definición de Salud	Página oficial de la OMS	2018	La salud es un estado de bienestar y confort a nivel físico, psicológico y social. Así como la falta o la ausencia de enfermedad o dolencia.
Calidad de Vida en el Adulto Mayor	PubMed	2015	La realización de este trabajo tipo descriptivo trasversal consiste en desarrollar y conocer los aspectos fundamentales que se debe tener en cuenta para tener una calidad de vida en una población envejecida y la importancia de mantener la salud propia. Aspectos como son la salud, salud mental, economía, educación, políticas y el mundo de los servicios en general. Son factores que conllevan a obtener una buena calidad de vida o perjudicarla.
Análisis del concepto de envejecimiento	Scielo	2014	Teniendo conocimiento, del fenómeno envejecimiento en el ciclo vital de la persona. Este artículo tipo revisión bibliográfica, tienen como objetivo conocer los atributos que conlleva esta etapa. Cualidades como es el proceso de cambios irreversibles, únicos, individuales y a la vez universal.

Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
Envejecimiento Poblacional y Magnitud de la Dependencia en Argentina y México: perspectiva comparada con España	Dialnet	2016	El objetivo de estudio es analizar el proceso de envejecimiento poblacional con dependencia en México y Argentina desde una perspectiva comparada con España. Ya que España es uno de los países que hacen uso de indicadores de actividades básicas e instrumentales para facilitar la vida diaria, que conllevan junto con los cambios socio- culturales al crecimiento rápido de la población mayor y al diseño de políticas de prevención y cuidado de largo plazo.
Envejecimiento desde la percepción de enfermería	Scielo	2017	El envejecimiento es objetivo de estudio de la enfermería, por lo que es necesario saber cómo se percibe por este equipo profesional y los estudiantes de esta rama, ya que el desarrollo de la higiene y la medicina conlleva a una mejor calidad de vida en el adulto mayor. A través de esta revisión bibliográfica se han obtenido como resultados que la importancia de proporcionar valores y términos de carácter positivo a esta etapa vital.
Estrategias de guía e ingredientes dietéticos de precisión para enfermedades crónicas en población pre-sénior y sénior	Cuiden	2018	El envejecimiento poblacional implica un importante reto económico para los sistemas de salud dirigidos a la prevención, en la que la nutrición y la prescripción de hábitos saludables forman un gran papel en esta área. La elaboración de esta guía tipo revisión descriptiva, está enfocada al desarrollo de modelos nutricionales que permitan la individualización del tratamiento nutricional. Quedando las recomendaciones dietéticas para las personas sénior y pre- sénior en 3 comidas diarias bajas en calorías totales, con alimentos variados con alto aporte nutricional como son las verduras, legumbres y pescado, lácteos y fibra de carne blanca e hidratarse adecuadamente. Moderando el consumo de sal, café y alcohol y evitar los embutidos y alimentos procesados.
Indicadores demográficos básicos	Página oficial del Instituto Nacional de Estadísticas	2018	Escala de indicadores demográficos básicos en España. Donde se observa que por año el número poblacional de envejecimiento va ascendiendo. Con una proyección de cara al futuro, que para el año 2068 alcanzara la cifra de 238.097743 habitantes.
Una vejez, una ciudad y un vacío. Una visión in situ de la acogida a la ancianidad que ofrece Río Gallegos	Dialnet	2015	Siendo el envejecimiento un presente continuo y una cuestión tan personal como socio- comunitaria los equipos de salud y particularmente el de enfermería sienten la responsabilidad de promocionar junto con la sociedad un envejecimiento valorado. El presente artículo basado en una investigación de cuidado del adulto mayor y a describir la gestión del cuidado enfermero a este colectivo. Se obtuvo como resultado del análisis reflexivo la existencia de demandas en las que se les puede dar respuesta de carácter político- social y socio- educativo.
Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales	PubMed	2016	El objetivo del trabajo es analizar y describir los diversos modelos teóricos de un envejecimiento exitoso a través de una revisión narrativa de la literatura. Donde se obtuvo como producto la descripción de los modelos y estrategias de conseguir un envejecimiento saludable, el índice de envejecimiento poblacional y las críticas a los modelos anteriores, con la finalidad de conseguir concienciar a la sociedad y a implantar intervenciones dirigidas a promover un envejecimiento sano y con buena calidad de vida.
Vejez y Envejecimiento	Cuiden	2011	Documento de investigación el cual describe el proceso del envejecimiento en el ciclo vital del desarrollo humano, teniendo en cuenta factores económicos, sociales, demográficos, culturales, biológicos, familiares y psicológicos. Así como detallar los efectos beneficiarios de ser partícipe de programas activos durante el proceso de la vejez como es la actividad física y la educación.



Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
La Atención Primaria de Salud y el envejecimiento activo	Cuiden	2016	La necesidad de crear estrategias para el aumento de la condición y calidad de vida del adulto mayor en una etapa como es la vejez, la cual se considera un proceso donde se realiza múltiples cambios fisiológicos que limitan la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. En Centros de Salud de Atención Primaria se promueve la necesidad de realizar exámenes periódicos de salud para optimizar las actividades necesarias en las que se debe someter al individuo respecto a su capacidad. Actividades en las que se debe iniciar a partir de una edad temprana para prevenir de enfermedades asociadas a la edad y retardar los efectos fisiológicos.
Vivencia de la enfermera al brindar el cuidado al adulto mayor dependiente hospitalizado	Dialnet	2016	Estudio cualitativo de la historia de vida de las enfermeras que trabajan en el ámbito del adulto mayor dependiente, ya que dada la existencia de personas con pluripatologías, comorbilidad, síndromes geriátricos, psicológicos, funcionales, biológicos y sociales. Se identifican los procesos de enfermería que brinda educación a la persona mayor y a su cuidador en el hogar. Con una actitud de amor, e interés, creando un ambiente de confianza en la que se intercambian sonrisas, contacto afectuoso y escucha activa.
La enfermería transcultural y el desarrollo de la competencia cultura	Cuiden	2015	Dado el aumento de la migración y la necesidad de la enfermería de adaptarse a esta realidad, es el objetivo de la presente revisión bibliográfica. Saber lidiar nuevas circunstancias desde un enfoque transcultural descrito en los años 50 por Medeleine Leininger. A partir de este año observa el aumento de interés de incorporar este tipo de práctica en varios países, sobre todo en América. En España ya se encontraba integrado en el sector sanitario, no es hasta ahora que las enfermeras y otros profesionales empiezan a tomar consciencia cultural, ya que se dan cuenta que con un entendimiento y comprensión cultural se facilita el proceso sanitario en el sistema.
Envejecimiento activo en el ámbito rural en España	Dialnet	2017	<p>Analizar las tendencias demográficas en la población española del ámbito rural, con la finalidad de adquirir conocimientos que en un futuro se tengan en cuenta en la intervención social sobre el envejecimiento activo en este ámbito.</p> <p>El envejecimiento rural se caracteriza del urbano por la menor existencia de recursos, mostrar sentimientos de soledad, el aislamiento es mayor, las costumbres y estigmas sociales están muy arraigados. Sin embargo las relaciones sociales son más activas y solidarias.</p> <p>Establecer programas dirigidos a promocionar un envejecimiento activo en la comunidad que forma el ámbito rural a través de Centros de Mayores, ayudara a prevenir sentimientos negativos como es la soledad y al mismo tiempo retrasar la dependencia.</p>
Las prácticas teatrales y el envejecimiento activo: posibilidades y problemáticas	Dialnet	2017	Según este autor, en el mundo rural los mayores siguen estando activos y desempeñan un papel importante en la comunidad hasta una edad muy avanzada. En el presente trabajo enriquecer el patrimonio de las comunidades a través de las actividades realizadas con las personas mayores en las que se trabajan con terapias como la ocupacional, social y educativa a través de una pedagogía teatral. A si como, las cualidades que forman parte del desarrollo humano ante un envejecimiento activo justificado en un ocio creativo y autotélico. La estrategia teatral proporciona efectos positivos de carácter psico- físico, cognitivo, emocional y social en las personas mayores.
Experiencia intergeneracional en los museos: el papel de las personas mayores	Cuiden	2017	En este artículo se pretende describir y conocer las experiencias interaccionales de las personas mayores en los museos españoles. Con programas como es el "Voluntariado Cultural de Mayores", el cual fomenta un envejecimiento productivo fundamental para no hacer perder el papel imprescindible de estas personas en la sociedad. Aunque una de las limitaciones que conlleva este programa es el perfil del participante que suelen ser personas con un nivel académico medio o superior, dejando a la otra gran mayoría de la población envejecida sin interés en colaborar en el programa.

Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
El programa de termalismo social del IMSERSO en el período 2010- 2014. Un análisis evolutivo de Galicia	Scielo	2015	<p>En el presente artículo se realiza un análisis en el seguimiento provisional de plazas en un programa de promoción al envejecimiento activo a través del termalismo social, contando con la colaboración del Ministerio de Sanidad de España.</p> <p>Según lo analizado en un tiempo comprendido desde el año 2013 hasta el años 2014, existe un descenso de plazas ofertadas en la mayoría de las provincias españolas y un aumento de número de pensionistas asignados al programa social del IMSERSO.</p>
El programa de termalismo social del IMSERSO. Evolución y tendencias sociales	Scielo	2013	<p>Trabajo enfocado al estudio de la evolución del número de plazas adscritas en el programa de termalismo social del IMSERSO en las diferentes Comunidades Autónomas de España en los años 2010, 2011, 2012 y 2013.</p> <p>Tras el análisis se aprecia la existencia de una disminución de plazas que perdurara en los próximos años en todas las Comunidades Autónomas. Sin embargo se refleja una pequeña elevación de número de plazas en Andalucía y Cataluña y un descenso considerable en Ceuta y Melilla.</p>
La actividad física organizada en las personas mayores. Una herramienta para mejorar la condición física en la senectitud	Scopus	2018	<p>El objetivo de estudio es evaluar el impacto que puede producir la actividad física de manera organizada en las personas mayores, así como el número de horas que realizan. Como resultado aquellas personas que no realizan una actividad física guiada, incrementa el riesgo de no cumplir con el nivel del ejercicio recomendado, habiendo diferencias entre sexos.</p> <p>Otras de las variables aparecidas, es la necesidad de implantar por parte del Estado, organismos públicos para desarrollar este tipo de actividades dirigidas a personas mayores, con el fin de disminuir la dependencia, mejorar la salud y la calidad de vida.</p>
Efficacy of the otogo Exercise Programme to reduce falls in community- dwelling adults aged 65- 80 years old when delivered as group or individual training	Pub Med	2018	<p>Estudio comparativo en el que se pretende moderar las caídas en el adulto mayor no institucionado con la realización de actividad física de manera grupal o individual, haciendo uso del programa Otago.</p> <p>El programa Otago consiste en realizar ejercicios de fuerza, equilibrio y resistencia en el hogar con ayuda de los profesionales de salud. Se ha demostrado a través de el, que el entrenamiento en grupo mejora la adherencia al ejercicio que realizar ejercicios de manera individualizada.</p>
Del uso de las tecnologías de la comunicación a las destrezas en competencia mediática en las personas mayores	Dialnet	2016	<p>Nuestros mayores, llenos de vida gozan de un envejecimiento creciente de esperanza de vida, que a la vez atrae grandes desafíos y dificultades a la sociedad. En este artículo se pretende aproximar a la idealización de una formación continuada a lo largo de la vida, haciendo uso de destrezas y habilidades en los recursos audiovisuales y los medios tecnológicos. Los resultados recogidos a través de un análisis cuantitativo de la utilización de internet y el nivel de capacidad en las mediáticas de los mayores andaluces, describen las ventajas de las TIC en la vida del mayor, de los cuales hacen mayor uso del ocio digital y de la alfabetización mediática.</p>
Inclusión Social y Digital en Asturias: El uso de las Tecnologías emergentes entre personas mayores	Dialnet	2018	<p>La presente investigación tienen como objetivo a la población mayor como consumidores de las Tecnologías de la Información y Comunicación donde el análisis permite realizar observaciones de las cuales afirman que las personas sólo hacen uso de un porcentaje menor. Así se hace necesario conocer a la población asturiana con el propósito de crear un diseño de actuaciones que permita extender el uso de las TIC favoreciendo el envejecimiento activo, y como resultado se crea la iniciativa de promover el acceso del uso de las TIC en puntos públicos y gratuitos.</p>



Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
TIC para personas adultas mayores: una experiencia en el programa de animación sociocultural de la delegación de mayores de ayuntamiento de Cádiz	Dialnet	2017	Siendo la edad uno de los posibles factores que provoca un distanciamiento de las personas hacia las TIC. El objetivo de trabajo es investigar a la población mayor de 60 años en el uso de las nuevas tecnologías. Tratando otras cuestiones que pueden generar una brecha hacia el uso de las TIC como son las sociales, económicas y culturales. En el programa de envejecimiento activo de la TIC se ofrece a los participantes conocimientos, herramientas y recursos necesarios de manera personalizada. Como resultado se consigue que los participantes se dividan en grupos por existir una diversidad en la habilidad personal. Están los que profundizan más en la materia y los que solo alcanzan un contenido básico.
Satisfacción de las mujeres mayores institucionalizadas con los cuidados de enfermería	Scielo	2015	La actual circunstancia en la que se encuentra España y el mundo en general, es ante un fenómeno demográfico envejecido que conlleva al aumento de las necesidades de cuidado que deben darse respuesta por el equipo de enfermería de una manera eficaz. Conocer la opinión de esta población, realizando una investigación de metodología cuantitativa, observacional, descriptiva y transversal en la provincia de Jaén. Obteniendo uno de los resultados que el principal factor que interfiere en la calidad de vida de las personas y en la percepción de calidad de los cuidados de enfermería es la situación económica.
Evaluación del ambiente de trabajo de las enfermeras en las unidades socio- sanitarias de atención intermedia de Cataluña	Dialnet	2016	Crear un ambiente favorable y acogedor ayuda a que los miembros que forman el equipo de enfermería realice su trabajo de manera satisfactoria y en mejores condiciones. Como consecuencia de ello se obtiene una mayor calidad en los resultados. El objetivo de estudio del trabajo es identificar la tipología de las funciones ambientales de los centros que son percibidos por las enfermeras, así como la descripción de las características personales de los profesionales. El estudio se analizó siguiendo una metodología observacional, descriptiva, prospectiva y transversal, y como resultado obtuvieron una valoración favorable de 9 centros y 5 mixtos. Las enfermeras que poseían algún máster universitario fueron las que mejor percepción del entorno tenían.
Necesidades de Cuidado de la Diada Cuidador- Persona: Expectativa de un Cambio en Intervenciones de Enfermería	Scielo	2014	Revisión sistemática de las publicaciones literarias a nivel nacional e internacional, con el objetivo de analizar estudios que figuren la necesidad del cuidador familiar de las personas dependientes, así como el auto- cuidado de la diada. Como resultado se encontraron asociaciones principales a la percepción del rol, mejorar la calidad de vida e incrementar la carga del cuidador, que desde la enfermería se crea estrategias educativas que mejoran la calidad de vida de estos.
La transculturación en el cuidado de enfermería gerontológica comunitaria	Medline	2012	Brindar cuidados al adulto mayor, conlleva a saber de su forma de vida según su contexto, sentimientos y preocupaciones. Por lo que la propuesta de realizar este trabajo es reflexionar sobre los cuidados transculturales en la sociedad envejecida. Se realizó una revisión bibliográfica sobre la enfermería transcultural y como resultados se obtuvieron que para proporcionar el cuidado se debe tener en cuenta valores, creencias y actitudes propias del usuario. Que fueron adquiridas de generación en generación.
La transculturalidad, elemento esencial para mejorar la atención en salud y de enfermería	Cuiden	2017	El fenómeno migratorio en distintos países es una gran realidad actual. El profesional de enfermería es responsable de brindar cuidados y adaptarse a la situación multicultural. El estudio tiene como finalidad conocer la importancia de las prácticas enfermeras basadas en un conocimiento científico y a la vez humanizada que conlleva a la calidad de cuidados de una enfermería culturalmente competente. Adquirir una perspectiva cultural es necesario mejorar las redes de apoyo interdisciplinar para lograr una salud integral y cubrir las necesidades poblacionales. Es el resultado de estudio.
Envejecimiento Activo. Programa Interinstitucional en el Municipio de Vélez- Málaga	Cuiden	2017	Programa de envejecimiento activo orientado a promocionar la salud y prevenir de enfermedades. Facilitando un acceso equitativo en la atención primaria y a los servicios de cuidados de larga evolución. Cuentan con servicios socio- sanitarios que se adaptan a las necesidades de la población.

Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
Envejecimiento Activo. Programa Interinstitucional en el Municipio de Vélez- Málaga	Cuiden	2017	Programa de envejecimiento activo orientado a promocionar la salud y prevenir de enfermedades. Facilitando un acceso equitativo en la atención primaria y a los servicios de cuidados de larga evolución. Cuentan con servicios socio- sanitarios que se adaptan a las necesidades de la población.
Programa para la mejora del bienestar de las personas mayores. Estudio piloto basado en la psicología positiva	Medline	2016	Estudio experimental basado en emplear las intervenciones positivas, las cuales ayudan a alcanzar una vida productiva, saludable y feliz. Esta metodología aplicada al ámbito del envejecimiento activo, se basa en afrontar los diversos cambios de la vejez e impulsar experiencias positivas relacionadas a la reestructuración cognitivo- conductual.
Paseo Terapéutico: tratamiento eficaz para la persona mayor frágil	Dialnet	2017	En el presente artículo se realiza un estudio cuasi- experimental sobre la iniciativa de realizar ejercicios físicos, ya que la inactividad es el cuarto factor de riesgo en la mortalidad mundial. Es recomendado que las personas mayores realicen al menos 30 min de ejercicios físicos con una intensidad moderada como pueden ser los paseos terapéuticos ya que al mismo tiempo mejoran la condición de vida y el autocuidado.
Nuevas tecnologías y ocio en la tercera edad. Hacia un envejecimiento activo	PubMed	2016	Las TIC son las nuevas herramientas que ofrecen oportunidades de ocio. En este estudio tipo cuantitativo, descriptivo- trasversal, obtiene como resultado, que la practica enfermera debe potenciar el aprendizaje y uso de los avances tecnológicos en la población mayor, y reducir el fenómeno de brecha tecnológica.
Espacios de convivencia y experiencia intergeneracional		2017	Programas basados en la inserción de relaciones entre distintas generaciones en Santa Cruz de Tenerife. Estudio con metodología analítica- cuantitativo que muestra las relaciones intergeneracionales se mantienen de manera solidas entre el mayor y los niños, fortaleciendo el vinculo abuelo- nieto. Pero se aprecia una predisposición entre las relaciones de los jóvenes y mayores en los centros cerrados.
Cine y envejecimiento activo: la imagen de la actividad física en las películas	Scielo	2013	El objetivo del trabajo es analizar el enfoque del cine hacia la actividad física que realizan las personas mayores, a través de un análisis explorativo y descriptivo, obteniendo que las personas mayores no son objeto de interés para el cine, pero si lo vinculan con la actividad física como ejercicio estable para el adulto mayor y la eliminación de estereotipos y prejuicios.
Cuidados enfermeros y coherencia cultural	Cuiden	2014	Debido a las constantes migraciones y el aumento de la tasa de natalidad, situación que conlleva a que el país derive en barreras idiomáticas, creencias y costumbres diferentes. Por ello el profesional de la salud debe adquirir las competencias culturales en los cuidados, aunque se observa que aun continua en proceso.
Use of primary care services, care specialized and drug use by population 65 years and hare in Madrid, Spain	Scopus	2016	Estudio trasversal de base poblacional, con objetivo de analizar la utilización de servicios sanitarios de la población mayor residentes en los barrios urbanos de Madrid. Obteniendo como resultado que los motivos relacionados a los trastornos cognitivos, diabetes y cardiovasculares son los que mayor visitas tienen.
Los parques de Mayores: análisis y propuestas de intervención	Dialnet	2014	Estudio tipo ensayo en los parque geriátricos. Son zonas verdes con aparatos que ayudan a ejercitar la musculatura de la persona. Promocionan las relaciones sociales, la fuerza, resistencia, función cardiovascular.
Calidad de vida de los mayores que participan en el grupo de promoción de la salud	Scielo	2014	Estudio tipo cuantitativo con relación a las practicas y actividades que promocionan un envejecimiento activo , con buena calidad de vida. La mayoría de los participantes representan satisfacción respecto a la calidad de vida y salud.





Título del Artículo	Base de Datos	Fecha de Publicación	Descripción del Contenido
La actividad física como estrategia para la promoción de la salud en el adulto mayor	PubMed	2018	Estudio tipo cuantitativo, descriptivo no experimental en el campo de la actividad física como herramienta de promocionar la salud de la persona mayor. Los resultados obtenidos de gran dimensión son las personas que se interesan en realizar el ejercicio físico y que cuentan con buena condición física.
La musicoterapia como indicador de mejora de la calidad de vida en un envejecimiento activo	Dialnet	2017	Revisión narrativa dirigida a talleres de musicoterapia como herramienta que ayuda a la enfermería a lograr un envejecimiento activo, ya que, es una metodología que disminuye el estrés y la depresión y mejora la marcha y movilidad.
Dimensiones para la promoción de la salud cognitiva y prevención de demencias	Scielo	2018	La promoción de la salud cognitiva es un campo en el cual se debe diseñar actividades encaminadas a potenciar el bienestar cognitivo global para el envejecimiento. El objetivo del estudio es discutir el diseño y la implantación de programas dirigidas a la salud cognitiva y como resultado se presenta la necesidad de un cambio en los sistemas sanitarios, en los que se implementen las intervenciones en función del bien público.
El envejecimiento saludable y el bienestar: un desafío y una oportunidad para enfermería	Scielo	2016	Revisión narrativa. El envejecimiento saludable pretende prevenir al ser humano de las enfermedades crónicas o asegurar una detección temprana, promoviendo comportamientos que mejoren la capacidad cognitiva, social y funcional. Todo esto, está en manos de la enfermería como estrategia principal, la promoción del autocuidado.
Intervenciones de enfermería en la promoción del envejecimiento saludable	PubMed	2017	El objetivo de esta revisión bibliográfica, es conocer las principales intervenciones de enfermería para promocionar el envejecimiento saludable, mejorando el nivel de salud en la persona mayor y su calidad de vida, con actividades como el ejercicio físico, las dirigidas a conseguir el bienestar emocional y psicológico, así como la prevención de aislamiento social.
La débil apropiación de la competencia cultural en el cuidado al adulto mayor se expresa en las evidencias científicas	Cuiden	2014	Revisión sistemática de la literatura. La población mayor en el mundo presenta una tendencia creciente en la demografía, por ello las competencias de enfermería se hace necesario de sistematizar las evidencias científicas a cerca de la competencia cultural y la enfermería transcultural, para mejorar la calidad de los cuidados a esta población.
Cuidado Transcultural y estrategias familiares ante la dependencia: el fenómeno de los cuidados extranjeros	Dialnet	2014	Estudio tipo cualitativo a través de entrevistas para conocer las estrategias que desarrollan los cuidadores extranjeros en la población de Huelva. Estos describen unas prácticas socio- culturales según las creencias y cultura del país de origen, priorizando todas esas acciones culturales por encima de las de la sociedad en las que se está residiendo. Por lo que, la enfermería debe identificar estos métodos para poder intervenir sobre ello.

## TABLAS

Tabla 1: Resultados de búsqueda en distintas bases de datos (Fuente de elaboración propia)

CUIDEN	MEDLINE	PUB MED	SCOPUS	DIALNET	SCIELO
Planes AND programas de salud	“Cultura OR enfermería Transcultural”	“Salud AND envejecimiento”	“Cultura OR enfermería Transcultural”	“Salud AND envejecimiento”	“Planes AND programas de salud”
“Salud AND envejecimiento”	“Planes AND programas de salud”	“Planes OR programas de Salud”	“Planes AND programas de salud”	“Planes OR programas de Salud”	“Salud AND envejecimiento”
“Enfermería transcultural”	“Salud AND envejecimiento”	“Cultura”	“Salud AND envejecimiento”	“Cultura”	“Cultura”
32	20	18	7	63	45
Aplicando los criterios de inclusión y exclusión					
7	3	6	4	13	21
Tras realizar la lectura de los artículos					
4	1	2	2	6	6
21					

Tabla 2: Recogida de datos por objetivos (Fuente de elaboración propia)

Revista	Año	Programas	Funciones			Act. Enfermera	Enfermería Transcultural	Lugar
			F	C	S			
Revista Tog	2017	Paseo Terapéutico	X			X		Castilla La Mancha (Toledo)
Parainfo Digital	2017	P. Interinstitucional	X	X	X			Andalucía (Vélez- Málaga)
Trabajo Social Hoy	2017	P. Intergeneracional			X			Canarias (Santa Cruz de Tenerife)
Suma Psicología	2016	Psicología Positiva		X				Madrid
Escritos de Psicología	2013	Cine	X					España
Parainfo Digital	2016	TIC y Ocio		X	X			Andalucía (Almería)
Revista PAI	2017	Museo		X	X			España
Sociedade em debate	2017	Teatro	X	X	X			España
Redes Com	2016	TIC y AUM		X	X			Andalucía
Aula Abierta	2018	TIC			X			Asturias
Innovación docente	2017	TIC		X	X			Andalucía (Cádiz)
Aposta Revista de Ciencias Sociales	2015	Termalismo	X		X			España
Aposta Revista de Ciencias Sociales	2013	Termalismo	X		X			España

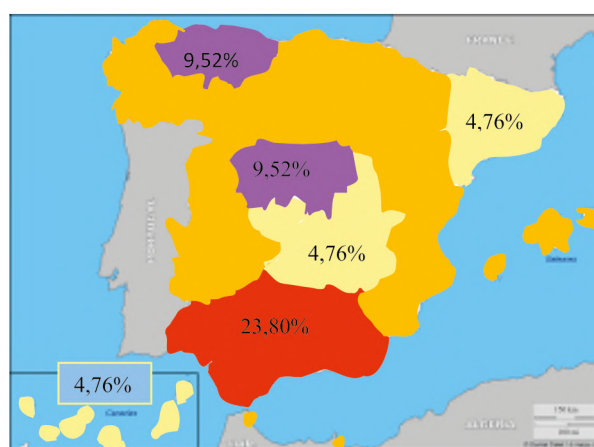


Revista	Año	Programas	Funciones			Act. Enfermera	Enfermería Transcultural	Lugar
			F	C	S			
John Wiley and Sons Ltd	2018	Otago	X					España
Rev. Esp Pública	2018	Actividad Física Organizada	X					España
Biblioteca las Casas	2015					X		Andalucía (Jaén)
Revista española de Geriatria y Gerontología	2016					X		Cataluña
Revista Cuidarte	2014					X		España
Cultura de los Cuidados	2015					X	X	Asturias
Revista Esp Salud Publica	2016					X		Madrid
Ene. Revista de Enfermería	2014						X	España

**GRÁFICOS**



**Gráfico 1.** Distribución artículos por todo territorio nacional (Fuente de elaboración propia).



**Gráfico 2.** Distribución artículos por Comunidades Autónomas (Fuente de elaboración propia).