

Relación entre el apoyo social percibido y la depresión en adultos mayores con asistencia en centro gerontológico

Relationship between perceived social support and depression in older people with attendance in a gerontological center

Evelyn Jiménez-Hernández¹
Yolotzin Mendoza-Chávez²
Sandra Moctezuma-Bautista²
Gustavo Vélez-Díaz³
Araceli Cano-Estrada^{4,*}

1. Licenciatura de Enfermería. Escuela Superior de Tlahuelilpan. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, campus Escuela Superior de Tlahuelilpan. Tlahuelilpan Hidalgo, México.
2. Licenciatura de Enfermería. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, campus Escuela Superior de Tlahuelilpan. Tlahuelilpan Hidalgo, México.
3. Psicólogo Clínico. Programa Educativo de Enfermería. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, campus Escuela Superior de Tlahuelilpan. Tlahuelilpan Hidalgo, México.
4. Doctora en Ciencias. Profesor-Investigador. Programa Educativo de Enfermería. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, campus Escuela Superior de Tlahuelilpan. Tlahuelilpan Hidalgo, México.

*Autora para correspondencia.

Correo electrónico: edith_cano@uaeh.edu.mx (Araceli Cano Estrada).

Recibido el 17 de diciembre de 2020; aceptado el 22 de febrero de 2021

RESUMEN

Objetivo: Evaluar la asociación entre el apoyo social percibido y el nivel de depresión en adultos mayores que asisten y participan en actividades de un centro gerontológico en el estado de Hidalgo, México. **Metodología:** Estudio no experimental cuantitativo, transversal y correlacional. Muestra de 71 adultos mayores que asisten a centros gerontológicos. Las variables de estudio fueron el apoyo social percibido y la depresión. Para la medición y obtención de datos se utilizaron los cuestionarios DUKE-UNC11, con una confiabilidad de 0,66 y una validez de 0,88, que evalúa cómo el adulto mayor percibe el apoyo social y la escala geriátrica de Yesavage, con una confiabilidad de 0,84 y una validez de 0,78, que identifica el grado de depresión del adulto mayor. **Resultados:** De los 71 adultos mayores, el 72,8% fueron mujeres y el 28,2% hombres. En la escolaridad, el 29,6% concluyeron la primaria, el 80,3% eran de religión católica, el 38% de los participantes están casados y el 62% de ellos se dedican al hogar. La edad que más prevaleció fue 75 años. El 42,3% de los adultos mayores presentan depresión leve, el 49,3% depresión moderada y el 8,5% depresión grave. Asimismo, un 67,6% tenía apoyo social normal y un 32,4% un apoyo social bajo. Se obtuvo una correlación inversa significativa entre el apoyo social y el nivel de depresión ($r = -0,336$; $p < 0,01$) **Conclusión:** A mayor apoyo social que reciban los adultos mayores menor será su grado de depresión.

PALABRAS CLAVE: Adulto mayor, depresión, apoyo social.

ABSTRACT

Objective: To evaluate the association between perceived social support and the depression level in older adults who attend and participate in activities at a gerontological center from Hidalgo state, Mexico. **Methodology:** Quantitative, descriptive, correlational non-experimental study. A sample of 71 older adults who attend gerontology centers. The study variables were perceived social support and depression. For the measurement and data collection, the questionnaires were used, DUKE-UNC11 with a reliability of 0.66 and validity of 0.88, which assesses how the older adults perceive social support and the Yesavage geriatric scale with a reliability of 0.84 and validity of 0.78 that identifies the degree of depression in the elderly. **Results:** Of the 71 older adults, 72.8% were female and 28.2% male. In schooling, 29.6% finished primary school, on the other hand, 80.3% are of the catholic religion, 38% of the participants are married and most of them dedicate themselves to the home, 62%. The age that most prevailed was 75 years. 42.3% of older adults are observed with mild depression, 49.3% moderate depression 8.5% severe depression. Likewise, 67.6% with normal social support and 32.4% low social support. A significant inverse correlation was obtained between social support and the level of depression ($r = -0.336$, $p < 0.01$). **Conclusion:** The more social support older adults receive, the lower their degree of depression.

KEYWORDS: Older adult, depression, social support.

■ INTRODUCCIÓN

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración¹. Constituye un padecimiento de alta prevalencia tanto en la población de los adultos mayores como en otros

grupos etarios. La depresión afecta a más de 350 millones de personas en el mundo, y los adultos mayores son los más vulnerables². La Organización Mundial de la Salud espera que el número de personas mayores en el mundo se duplique entre el 2015 y 2050, pasando del 12 al 22%³.

Las cifras mundiales de los episodios depresivos en personas mayores oscilan entre el 30 y el 70%. Además, se reporta que en 2020 la depresión en pacientes mayores es la segunda causa de morbilidad y mortalidad a

nivel mundial⁴. Son múltiples los factores psicosociales de la depresión en el adulto mayor. Entre los factores que más influyen en la depresión está el temor a la muerte, así como la comunicación social. Además, se ha señalado que este trastorno perjudica más a la mujer que al hombre⁵.

El Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Ingeniería (INEGI) reporta que en México residen 15,4 millones de personas de 60 años y más, de las que 1,7 millones viven solas y, por ende, están expuestas a más vulnerabilidad, puesto que no cuentan con redes familiares de apoyo en un momento de la vida en que su salud y condiciones económicas puedan estar comprometidas⁶. De acuerdo con el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), las mujeres reciben más ayuda emocional que los hombres, pero estos reciben más asistencia instrumental, aun así, los hombres están en mayor riesgo de mortalidad que las mujeres cuando les falta el apoyo emocional⁷.

Es importante centrar la atención en la etapa de los adultos mayores, que abarca desde los 60 años en adelante, en la que el deterioro físico y cognitivo son característicos de este período, con grandes cambios a nivel biológico, psicosocial y social, que son factores que afectan a los adultos mayores⁸. Es común que se aparten del vínculo social para sumergirse en el aislamiento de su propio mundo. El apoyo social juega un papel fundamental en la satisfacción con la vida del adulto mayor, al propiciar bienestar, prevención de alteraciones de tipo emocional como la depresión y de índole físico como las enfermedades crónicas, así como mejorar considerablemente su calidad de vida^{3,9}. De ahí la importancia de relacionar la depresión con la variable de apoyo social percibido, la cual se define como el conjunto de aportaciones de tipo material, emocional, informacional o de compañía que la persona recibe y percibe por parte de los miembros que componen su red social¹⁰.

Esta investigación tiene como finalidad analizar la relación entre la depresión y el apoyo social percibido en adultos mayores que asisten a centros gerontológicos en el estado de Hidalgo, México, con la finalidad de conocer si estos adultos mayores perciben un apoyo social suficiente para no tener niveles altos de depresión.

■ OBJETIVOS

Evaluar la relación entre el apoyo social percibido y la depresión del adulto mayor que asiste y participa en las actividades de un centro gerontológico integral en el estado de Hidalgo en México. Por esta razón, se plantearon objetivos específicos, que fueron medir el nivel de apoyo social percibido por el adulto mayor, medir el nivel de depresión del adulto mayor e identificar la relación entre el apoyo social percibido y la depresión del adulto mayor.

■ METODOLOGÍA

Diseño del estudio

Estudio cuantitativo, de tipo descriptivo y correlacional, con un diseño no experimental, transversal. La muestra fue no probabilística por disposición de los participantes, estos tenían que cumplir los criterios de inclusión, y fueron un total de 71 adultos mayores. Se incluyeron adultos mayores de ambos sexos, de 65 años en adelante, que estuvieran al menos 1 mes asistiendo, y que participaran activamente en las actividades organizadas en un centro gerontológico integral de la región del Valle del Mezquital en el estado de Hidalgo en México. Se eliminaron a los que tuvieron alguna dificultad para desarrollar las encuestas o no asistían por lo menos 3 veces a la semana al centro gerontológico integral.

Aspectos éticos

A todos los participantes se les proporcionó un consentimiento informado, en el que aceptarían o no participar en la investigación, cumpliendo con los criterios definidos en la LOPD 15/1999, y con la finalidad de que los adultos mayores estuvieran conscientes de la investigación y conocer la capacidad de ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición. Para el desarrollo de este estudio se tuvieron en cuenta las directrices nacionales e internacionales para la investigación con seres humanos, apoyándonos de la Ley General de Salud de México¹¹ y la declaración de Helsinki¹². Se obtuvo la aprobación del Comité de Investigación de la Escuela Superior de Tlahuelilpan perteneciente a la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Este trabajo se realizó en el período diciembre de 2019-agosto de 2020.

Instrumentos

Para la obtención de datos se utilizaron 2 cuestionarios. Uno de ellos fue el instrumento DUKE-UNC11, con una confiabilidad de 0,66 y una validez de 0,88, con el objetivo de evaluar cómo el adulto mayor percibe el apoyo social en su entorno. Es un cuestionario que consta de 11 ítems con 5 posibles respuestas en escala tipo Likert. Las puntuaciones oscilan entre 11 y 55, a mayor puntuación menor apoyo social percibido. Se divide en 2 dimensiones: apoyo confidencial (ítems 1, 2, 6, 7, 8, 9 y 10) y apoyo afectivo (ítems 3, 4, 5 y 11). El otro instrumento fue la escala geriátrica de Yesavage, con una confiabilidad de 0,84 y una validez de 0,78, que identifica el grado de depresión del adulto mayor.

Estadística

Los datos se analizaron con el paquete estadístico SPSS para procesador Windows versión 22. Como estadística descriptiva se calcularon las frecuencias y porcentajes de las variables cualitativas y las medidas de tendencia central para variables cuantitativas. Se realizó la prueba de normalidad Shapiro-Wilk, y se obtuvo un comportamiento normal en la muestra, por lo que se utilizaron las pruebas t de Student y ANOVA de un factor para el análisis entre grupos, así como la correlación de Pearson entre la variable depresión y apoyo social percibido. También se utilizó la prueba Chi² de Pearson para el análisis entre el nivel de depresión y el nivel de apoyo social categorizado.

■ RESULTADOS

La media de edad de los 71 adultos mayores de la muestra fue de 74,52 años. Hubo una mayor participación del género femenino (72,8%). En lo que respecta al estado civil de los participantes predominan los adultos mayores casados (38%). En la escolaridad de los adultos mayores predomina la primaria concluida (29,6%) y el 62% de los adultos mayores se dedican al hogar (tabla 1).

En la tabla 1 se observan diferencias estadísticamente significativas en el nivel de apoyo social percibido entre las mujeres y los hombres ($p > 0,01$), en el cual las mujeres perciben mayor apoyo social que los hombres. De igual manera, la ocupación parece influir en el apoyo social percibido, ya que se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,05$) entre los adultos mayores que se dedican al hogar y los que se dedican al comercio, donde los comerciantes perciben un menor apoyo social. El resto de las variables sociodemográficas parecen no influir en el apoyo social percibido. En cuanto al nivel de depresión, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p > 0,05$).

Tabla 1. Variables sociodemográficas y promedios de las puntuaciones de depresión y del apoyo social percibido

	Variable	f	%	Depresión	Estadística (t/F)	Apoyo social percibido	Estadística (t/F)
Género	Femenino	51	71,8	5,67 ± 2,57	t = -1,39	24,80 ± 8,66	t = -3,058 ^a
	Masculino	20	28,2	6,65 ± 2,72		31,65 ± 8,03	
Escolaridad	Analfabeta	20	28,2	5,70 ± 2,71	F = 0,892	24,00 ± 9,13	F = 0,898
	Preescolar	1	1,4				
	Primaria incompleta	10	14,1	6,90 ± 2,47		30,30 ± 10,14	
	Primaria completa	21	29,6	6,38 ± 2,61		26,76 ± 9,95	
	Secundaria	17	23,9	5,47 ± 2,69		27,24 ± 6,71	
	Preparatoria	1	1,4				
	Licenciatura	1	1,4				
Religión	Católica	57	80,3	5,79 ± 2,51	t = -0,874	26,65 ± 9,47	t = -0,089
	Cristianismo	14	19,7	6,57 ± 3,10		27,07 ± 6,91	
Estado civil	Soltero	2	2,8	5,50 ± 0,70	F = 0,890	32,50 ± 0,70	F = 0,639
	Viudo	26	36,6	5,88 ± 3,22		25,92 ± 10,04	
	Divorciado	3	4,2	3,33 ± 4,04		25,33 ± 4,72	
	Casado	27	38,0	6,07 ± 2,28		28,26 ± 8,50	
	Unión libre	13	18,3	6,46 ± 1,61		24,62 ± 9,11	
Ocupación	Ama de casa	44	62,0	5,41 ± 2,63	F = 1,863	24,45 ± 9,03	F = 3,270 ^b
	Comerciante	13	18,3	6,77 ± 2,61		32,31 ± 5,42	
	Campesino	9	12,7	6,44 ± 2,78		29,89 ± 6,41	
	No trabaja	5	7,0	7,60 ± 1,14		26,60 ± 13,63	

F: anova de un factor; t: t de Student.

^ap < 0,001.

^bp < 0,05.

Tabla 2. Asociación entre los niveles de depresión y el apoyo social

		Apoyo social percibido		Total	Chi ² de Pearson
		Normal	Bajo		
Nivel de depresión	Normal	26	4	30	9,944*
	Moderada	20	15	35	
	Grave	4	4	6	
Total		48	23	71	

*p < 0,001.

Se observa que 48 de los 71 asistentes a un centro gerontológico tienen un apoyo social normal. Sin embargo, se encontraron adultos mayores que, incluso perteneciendo al centro gerontológico integral, tienen niveles bajos de apoyo social percibido, estos datos indican que no solo se trata de cómo ellos perciben el apoyo social dentro del grupo, sino también del que reciben del exterior, incluyendo el que reciben de parte de su familia y del resto de sus amistades. En cuanto al nivel de depresión, 41 adultos mayores presentaron algún nivel de depresión (moderada o grave), de los que 19 presentan un apoyo social percibido como bajo (tabla 2).

La relación entre apoyo social y la depresión resultó ser estadísticamente significativa (r = -0,339; p < 0,001). En relación con sus dimensiones del apoyo social, se encontró que el apoyo afectivo es el que más influye para que un adulto presente depresión (tabla 3).

■ DISCUSIÓN

La depresión es una enfermedad cada vez más frecuente durante el envejecimiento, ya que es la etapa en la que el adulto mayor experimenta

Tabla 3. Correlación entre la variable depresión, el apoyo social percibido y sus respectivas dimensiones

	Apoyo social	Apoyo confidencial	Apoyo afectivo
Depresión	-0,324 ^a	-0,252 ^b	0,393 ^a

^ap < 0,05.
^bp < 0,001.

múltiples cambios físicos y psicológicos. Durante la depresión se experimenta una profunda tristeza, que conlleva a la disminución del interés por casi todas las actividades. En ella se pueden ver involucrados diferentes factores biológicos o sociales⁴.

Existe evidencia de la relación entre el apoyo social percibido y el nivel de depresión en los adultos mayores¹³⁻¹⁵. De igual manera, se evidencia que la variable de depresión tiene relación significativa con todas las categorías incluidas del apoyo social percibido, de la familia, los amigos y de otras personas significativas, y presenta una correlación mayor con el apoyo de personas ajenas a la familia y al grupo de amigos¹⁴. En adición, se ha reportado que la funcionalidad familiar no está relacionada con el nivel de depresión en adultos mayores¹⁶. En el presente estudio se obtuvo una correlación significativa entre el apoyo social percibido y la depresión, así como en las dimensiones de apoyo confidencial y apoyo afectivo, este último es el que tienen una mayor relación con la depresión, es decir, el afecto de personas ajenas a la familia es sumamente importante en los adultos mayores; lo que concuerda con estudios realizados¹⁴.

En cuanto al nivel de depresión, en la literatura se encuentran resultados variados. Por lo general, los porcentajes del nivel de depresión varían entre el 26 y el 66% para la población mexicana y se reporta un nivel de depresión mayor en mujeres que en hombres⁴. Ugarte Esquivel et al. (2018) reportan que el 57% de una muestra de 64 adultos mayores presentaron una depresión nula, asimismo se encontró que el 23,7% de adultos mayores con nivel de depresión leve fueron mujeres, mientras que en los hombres fue del 19,2% (n = 52)¹⁷. Sin embargo, en el presente estudio no se encontraron diferencias significativas en el nivel de depresión entre hombres y mujeres. Además, se obtuvo que el 57,7% de los adultos mayores presentaba algún nivel de depresión, predominantemente la depresión moderada. Esto puede deberse a que

los adultos mayores participan constantemente en actividades recreativas en el centro gerontológico al que asisten. Aunque se ha reportado que adultos mayores en México perciben una ausencia de apoyo por parte de organizaciones de la sociedad civil, y el otorgado por el gobierno o la iglesia lo consideran como insuficiente¹⁸. Referente al apoyo social percibido, se observó que el mayor porcentaje de adultos mayores que asisten al centro gerontológico integral perciben un apoyo social normal, probablemente debido a las relaciones que encuentran en ese lugar. Hay evidencias de que la existencia de una red social adecuada podría influir en la modificación de estrategias de afrontamiento y en la integración o participación social, además de mejorar la calidad de vida^{9,14,19}. Cabe señalar que en el presente estudio se obtuvo que los hombres perciben un apoyo social más bajo que las mujeres, este resultado es similar a las diferencias que señala el INAPAM respecto al apoyo emocional recibido por hombres y mujeres⁷.

■ CONCLUSIÓN

Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido y la presencia de depresión en los adultos mayores, en la que el apoyo afectivo juega un papel primordial para que el adulto mayor se sienta apoyado. Es decir, la convivencia de los adultos mayores en un centro gerontológico integral con compañeros ayuda para tener un apoyo social percibido como normal, aunque parece no ser suficiente para evitar caer en depresión, ya que es necesario que ellos perciban el apoyo social de su familia y amigos cercanos. Los adultos mayores deben tener contacto con sus seres más allegados para percibir un apoyo social suficiente y no presentar una depresión grave. Por lo anterior descrito, en un futuro es conveniente idear estrategias de integración entre los adultos mayores y sus familiares más allegados para garantizarles una plena satisfacción y un bienestar integral ■

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Agradecimientos

Los autores agradecen a las autoridades de los centros gerontológicos integrales de Tula de Allende y Tezontepec de Aldama en el estado de Hidalgo, las facilidades otorgadas para la realización de la presente investigación.

■ BIBLIOGRAFÍA

- Cui R. A Systematic Review of Depression. *Curr Neuropharmacol*. 2015;13:480.
- Gobierno de México. Depresión en el adulto mayor 2020 [consultado 3-10-2020]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/preguntas-de-salud/depresion-adultomayor>
- Organización Mundial de la Salud. Depresión. OMS; 2021 [consultado 3-10-2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20es%20un%20trastorno,carga%20mundial%20general%20de%20morbilidad>
- Calderon MD. Epidemiología de la depresión del adulto mayor. *Rev Med Hered*. 2018;29:182-91.
- Llanes-Torres HM, López-Sepúlveda Y, Vázquez-Aguilar JL, Hernández-Pérez R. Factores psicosociales que inciden en la depresión del adulto mayor. *Revista de Ciencias Médicas La Habana*. 2015; 21(1):65-74.
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (Inegi). Estadísticas a propósito del día internacional de las personas de edad (1° de octubre). Datos nacionales [consultado 3-10-2020]. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2019/edad2019_Nal.pdf
- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM). Cultura del envejecimiento 2010 [consultado 3-10-2020]. Disponible en: http://www.inapam.gob.mx/work/models/INAPAM/Resource/Documentos_Inicio/Cultura_del_Envejecimiento.pdf
- Dziechciáz M, Filip R. Biological psychological and social determinants of old age: bio-psycho-social aspects of human aging. *Ann Agric Environ Med*. 2014;21(4):835-38.
- Alfonso-Figueroa L, Soto Carballo D, Santos-Fernandez NA. Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores. *Rev Ciencias Médicas de Pinar del Río*. 2016;20(1):47-53.
- Soria-Trujano R, Flores-Sosa MJ, Lara de Jesús N, Mayen-Aguilar AA. Apoyo social en población de adultos mayores. *Alternativas en Psicología*. 2019;40:146-59.
- Ley General de Salud. 2018 [consultado 15-12-2020]. Disponible en: http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/142_240120.pdf
- Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. AMM; 2017 [consultado 15-12-2020]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Ramírez Quintero A, Díaz Navarro D, Gómez Galvis D. Relación entre Depresión y Apoyo Social en el Adulto Mayor del Centro Vida de Piedecuesta. Universidad Cooperativa de Colombia; 2019 [consultado 15-9-2020]. Disponible en: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/15499/1/2019_relacion_depresion_apoyo.pdf
- Pacheco Halas MN, Alfaro Urquiola AL. Influencia del apoyo social percibido, factores sociodemográficos y socioeconómicos sobre la depresión de personas adultas mayores del área urbana de la Ciudad de la Paz. *Revista de difusión cultural y científica de la Universidad la Salle en Bolivia*. 2018;15(15):15.
- Liu L, Gou Z, Zuo J. Social support mediates loneliness and depression in elderly people. *J Health Psychol*. 2016;21(5):750-8.
- Saavedra González AG, Rangel Torres SL, García de León A, Duarte Ortuño A, Bello Hernández YE, Infantes Sandoval A. Depresión y funcionalidad familiar en adultos mayores de una unidad de medicina familiar de Guayaqueo, Tamaulipas, México. *Aten Fam*. 2016;23(1):24-8.
- Ugarte Esquivel A, Morales Jínez A, López Rincón FJ, Noris Vargas M, Rodríguez Mejía LE, Cerda Flores RM. XVI Coloquio Panamericano de Investigación en Enfermería. 2018:1-8.
- Palcastre-Villafuerte BE, Treviño-Siller S, González-Vázquez T, Marquéz Serrano M. Apoyo social y condiciones de vida de adultos mayores que viven en la pobreza urbana en México. *Cad Saude Publica*. 2011;27(3):460-70.
- Vivaldi F, Barra E. Bienestar psicológico, apoyo social percibido, y percepción de salud en adultos mayores. *Terapia Psicológica*. 2012;30(2):23-9.