

**Universidad Autónoma Metropolitana
Unidad Xochimilco**

División de Ciencias Biológicas y de la Salud
Medicina



Casa abierta al tiempo

**Dependencia funcional en los Adultos
mayores de Tulyehualco, Xochimilco en la
Ciudad de México**

Bajo la coordinación de:
Dra. Adriana Clemente Herrera

Sandra Beatriz Tamayo González
Matricula: 2172043759

Ciudad de México, 2024

Índice

1.	Índice.....	1
2.	Introducción.....	2
3.	Planteamiento de problema.....	2
4.	Objetivos.....	2
4.1.	Objetivo General.....	2
4.2.	Objetivos Específicos.....	2
5.	Marco teórico.....	3
6.	Hipótesis.....	10
7.	Metodología.....	10
7.1.	Diseño.....	10
7.2.	Muestra.....	10
7.3.	Instrumentos y técnicas.....	11
8.	Resultados.....	11
9.	Discusión.....	15
10.	Referencias.....	16
11.	Bibliografía.....	18
12.	Anexos.....	20
12.1.	Anexo 1.....	20
12.2.	Anexo 2.....	21

Introducción

Se realizó esta investigación para determinar la relación entre acudir a grupos de envejecimiento activo y la dependencia funcional, ya que en la literatura consultada se menciona que es una relación positiva.

Se aplicaron encuestas del índice de Lawton a adultos mayores en Tulyehualco, Xochimilco para determinar si el acudir a grupos de envejecimiento activo eran mostraban mas independencia que aquellos que no acuden a estos grupos.

Obteniendo al final, que en ambos grupos existia independencia, pero por razones distintas.

Planteamiento de problema

Determinar si se observa un mayor porcentaje de adultos funcionalmente independientes en un grupo de adultos mayores que acuden a un grupo de envejecimiento activo en comparación a aquellos que no acuden a este grupo.

Objetivos

Objetivo general

Determinar el grupo en el que se encuentre el mayor porcentaje de adultos mayores funcionalmente independientes

Objetivos específicos

1. Aplicar la escala de Lawton y Brody (Actividades instrumentales de la vida diaria) en el grupo que acude al grupo de envejecimiento activo que acude a la casa del adulto mayor
2. Aplicar la escala de Lawton y Brody (Actividades instrumentales de la vida diaria) a adultos mayores que no acuden al grupo de envejecimiento activo.

3. Determinar el porcentaje de adultos mayores funcionalmente independientes en el grupo de adultos mayores que acuden al grupo de envejecimiento activo y aquellos que no.

Marco teórico

Actualmente México está enfrentando un problema demográfico y social, el cual se irá incrementando con el pasar de los años. Este problema es el envejecimiento demográfico, el cual traerá como consecuencia una fase de transición, que se verá reflejada en la modificación de la pirámide demográfica; ya que esta dejará de tener sus índices más altos en el centro y pasará a ser una pirámide invertida. Esta transición significa que habrá una menor cantidad de personas en edad productiva en comparación con aquellos que serán dependientes (niños y adultos mayores); lo cual llevará a un problema de sustentabilidad, ya que lo generado por las personas en edad productiva no será suficiente para mantener las necesidades de cada persona del país.

Todo esto es consecuencia de los avances tecnológicos y médicos, así como de las campañas preventivas que han aumentado la expectativa de vida a nivel mundial y de las múltiples campañas gubernamentales para disminuir el índice de natalidad; lo que resultará en una disminución de la mortalidad y fecundidad respectivamente. En pocas palabras, nacerán menos niños y la gente vivirá muchos años más; lo cual traerá consigo retos a mediano y largo plazo para el país: ya que el gobierno deberá encontrar la manera de asegurarse que estos adultos mayores tengan calidad de vida. Para encontrar las soluciones deberán realizarse las proyecciones de la población, en donde el gobierno deberá plantearse distintos escenarios, entre los cuales se deberá observar cómo se están modificando las tendencias de mortalidad, fecundidad y migración que se están presentando en la actualidad y así estar preparados y tomar las decisiones correctas para asegurar el bienestar de todos (1).

Estos cambios demográficos se ven reflejados en las estadísticas, en las que se puede observar que entre los años 1970 a 2023 se duplicó la cantidad de adultos mayores en el país (2). Y se espera que para el año 2070, la población de adultos

mayores de 60 años se triplique; representando así el 34.2 % del total de la población (1).

República Mexicana: población por grupos de edad 1950-2070

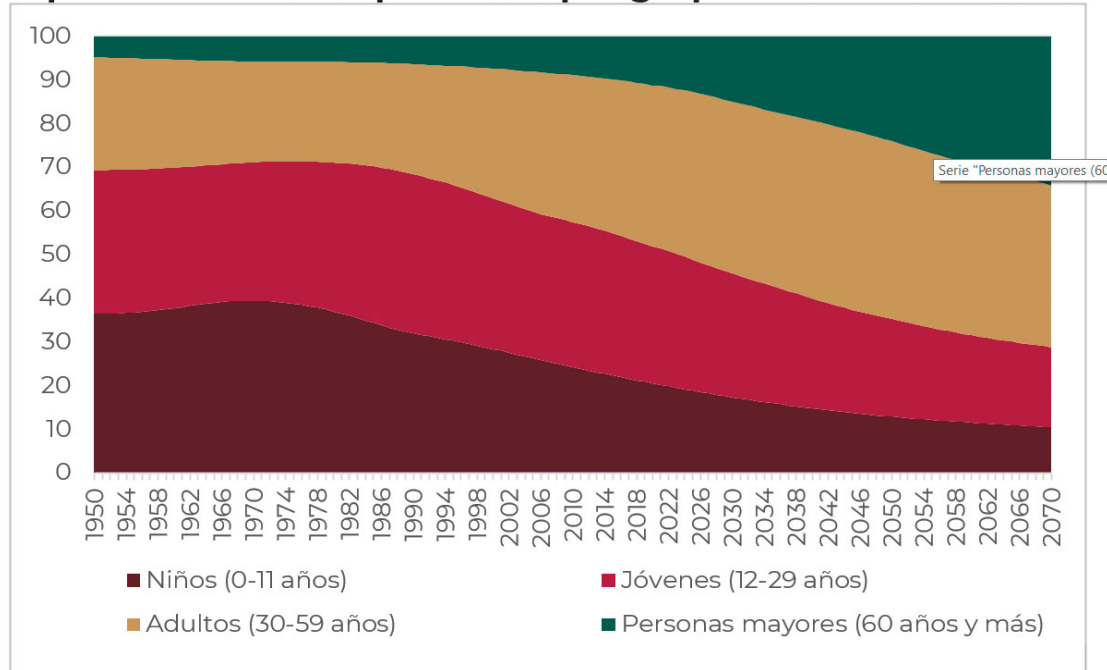


Figura 1. Gráfico donde se muestra la variación en la población de México de 1950 a 2070.

Fuente: SGCONAPO (1).

El envejecimiento para la OMS (3) desde el punto de vista biológico es definido como la “acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, a un mayor riesgo de enfermedad y, en última instancia, a la muerte”. También se puede ver desde un punto psicológico, ya que hay diversos cambios que conlleva esta nueva etapa como lo son: el cese de actividades laborales, el traslado a viviendas más apropiadas, pérdida de funciones corporales y el fallecimiento de amigos y pareja.

Debido a los distintos cambios esperados en esta etapa, los adultos mayores pueden llegar a depender de otras personas para realizar ciertas actividades de la vida diaria como por ejemplo, la preparación de alimentos, peinarse, comprar suministros, llevar sus finanzas, entre muchas otras e incluso pudieran ser actividades básicas como alimentarse por sí mismos, higiene personal o el traslado dentro del hogar.

Una forma de evaluar estas actividades es mediante escalas establecidas tanto para actividades básicas como instrumentales. En el la Figura 2 y 3 se muestra una escala obtenida del INEGI, donde se evaluó la dificultad de los adultos mayores para realizar dichas actividades tanto las básicas como las instrumentales.

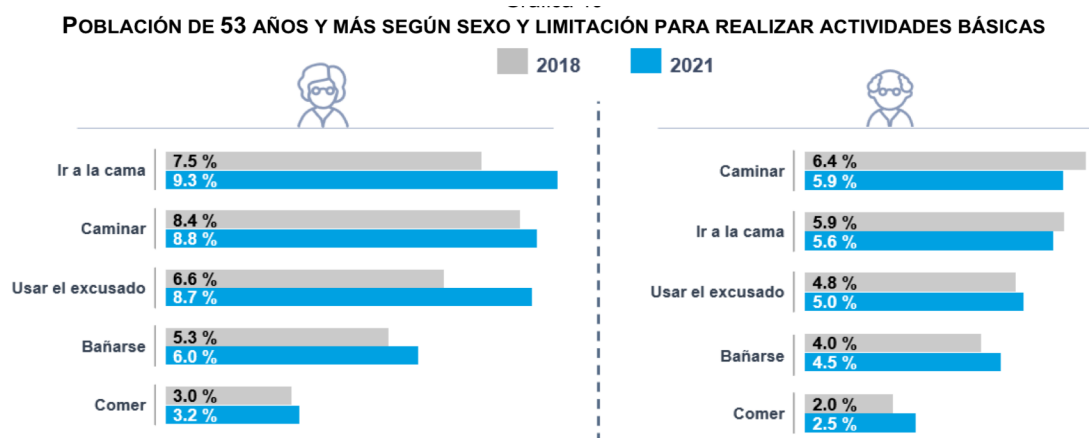


Figura 2. INEGI (8). Grafico donde se muestra los porcentajes segun el sexo de limitaciones para realizar actividades basicas.

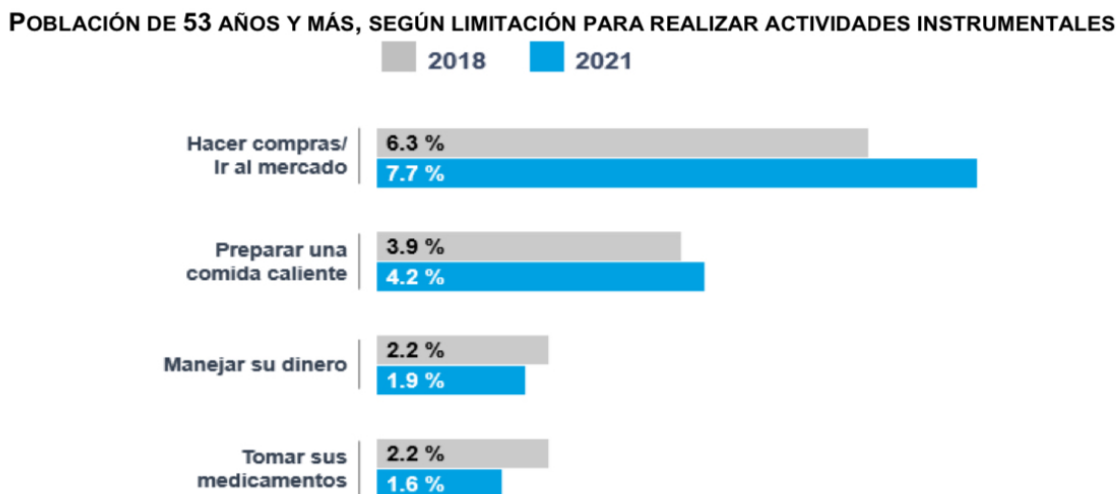


Figura 3. INEGI (8). Gráfico donde se muestran los porcentajes según la limitación para realizar actividades instrumentales.

Quienes se encuentran en mayor riesgo de ser dependientes son: las mujeres, adultos mayores con menor grado de escolaridad, personas viudas o sin pareja y aquellas personas con ciertas enfermedades como depresión, enfermedad cerebrovascular, deterioro cognitivo y enfermedades articulares (4). Asimismo, cuanto más dependencia presenten los adultos mayores, mayor será la cantidad de consecuencias negativas que se pueden presentar (mayor riesgo de caídas, sobrecarga del cuidador, entre otros); incluso llegando a desenlaces fatales.

Un ejemplo reciente de estas restricciones fue la pandemia de COVID-19, ya que se hicieron más evidentes en los adultos mayores, al ser quienes tenían un mayor riesgo de desarrollar una enfermedad severa y en algunos casos mortal, los pacientes enfermos estaban en una situación más vulnerable al ser aislados de familiares y/o cuidadores para evitar contagios. De igual manera se observó que la dependencia funcional de las actividades básicas y de las instrumentales de la vida diaria intervienen en el cumplimiento de estas medidas de higiene y aislamiento (ya que no se podía llevar a cabo) (5).

Para vivir adecuadamente esta etapa y disfrutarla al máximo será de gran importancia llevar a cabo un envejecimiento saludable; el cual es definido por la OMS (6) como: el proceso de desarrollo y mantenimiento de la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez.

La capacidad funcional habla sobre la capacidad de la persona para hacer lo que ésta considera importante para ella, como es aprender, tener movilidad, establecer y mantener relaciones y contribuir a la sociedad. La capacidad intrínseca implica las capacidades físicas y mentales de la persona (las enfermedades pueden influir). Y finalmente el entorno incluye tanto el entorno directo como la sociedad en general, el entorno físico y las relaciones con personas, así como los servicios proporcionados.

Es importante asegurarse que los adultos mayores no vean esta nueva etapa de su vida negativamente, si no como una nueva en la que podrán desarrollarse y relacionarse de distintas maneras. Por lo cual es imprescindible que se promuevan actividades tanto deportivas como culturales para los adultos mayores. Un ejemplo

de esto sería el INAPAM (7), quien creó clubes comunitarios en los que busca la convivencia y desarrollo de nuevas habilidades. Cuentan con múltiples actividades como: canto, manualidades, zumba, psicología, bordado, juegos de mesa, pintura, pintura en tela, ajedrez, dominó, danza regional, alfabetización, taller de lectura, yoga, paseos y convivios.

En Tulyehualco, se encuentra la “Casa de cultura y del adulto mayor”, el encargado, el señor Gerardo me concedió unos minutos de su tiempo, para poder responder algunas de nuestras dudas y brindarnos mayor información sobre las actividades y las funciones que brinda dicho centro.

Una de las principales preocupaciones es la falta de información en internet sobre grupos de envejecimiento activo en la Ciudad de México, en la población de Tulyehualco este tipo de grupos son pedidos directamente por la misma población a la delegación Xochimilco.

El Sr Gerardo nos hace mención que en el caso del grupo de Tulyehualco; primero se hizo la petición con la delegación, una vez que esta se aprobó, la delegación se encargó de proporcionar un lugar donde se llevaría a cabo. Posteriormente el Sr. Gerardo, se encargó de preguntar a los adultos mayores sobre las actividades que les gustaría realizar, siendo su tarea buscar la manera de que dichas actividades se lleven a cabo (fueran culturales, artísticas, de gimnasia cerebral o deportivas).

Durante la entrevista realizada hicimos énfasis en la actividad de activación física, la encargada con quien también tuve la oportunidad de hablar más sobre esta actividad. La encargada me comentó que este programa deriva de la institución de PILARES, quienes también realizan esta actividad en sus centros; perteneciendo al programa “Ponte pilas”. Pero en este caso, al ser contactados por el encargado del centro, se acordó que acudirían tres instructores (una persona para los grupos de la mañana y dos personas para el grupo de la tarde), siendo una excelente actividad ya que es adecuada para las necesidades de los adultos mayores; porque se adaptan completamente a la movilidad y situación de estas personas ya que algunos de los adultos mayores pueden realizar los ejercicio de pie, pero algunos otros deben

realizarlos sentados por su propia seguridad. Otro punto que es importante mencionar es que las instructoras se encuentran completamente actualizadas con cursos frecuentes.

Tulyehualco

Santiago Tulyehualco se localiza al oriente del centro histórico de Xochimilco, a las faldas del volcán inactivo conocido como Cerro del Teutli. Todo empezó en 1181, cuando un grupo de indígenas xochimilcas se estableció ahí.

En el centro, se encuentra un kiosko, el cual ha sido considerado como uno de los más hermosos al sur de la Ciudad de México. En la parada principal, se observa un arco de piedras labradas, el cual simboliza el tráfico de mercancías del S. XVIII.

En uno de los extremos de la plaza, encontramos una iglesia del S.XVI; siendo el patrón Santiago Apóstol. Afuera encontramos un hermoso jardín, con grandes árboles y múltiples flores dispuestas en jardineras, además de una fuente de piedra y dos estatuas; una dedicada a la virgen de Guadalupe y Juan Diego y la otra a fray Martín de Valencia.

Como figura importante de Tulyehualco tenemos a don Quirino Mendoza y Cortés, quien nació en estas tierras en 1865. Creador de múltiples obras musicales sumamente reconocidas, dentro de las que destaca Cielito lindo, entre muchas otras. Tulyehualco también es conocido por los productos que se elaboran, destacando los derivados del olivo y del amaranto, siendo estos de gran importancia para la región.

Amaranto

La especie más abundante en el país es el *Amaranthus hipocondriacus*, ésta ya existía en la época prehispánica, siendo su uso principalmente religioso utilidad el México prehispánico aunque su importancia era principalmente de carácter religioso, también era consumido en la dieta normal de los pobladores. Después de la llegada de los conquistadores, su uso cayó en el olvido, tanto en lo religioso como en la dieta. Los cultivos se realizan a finales de marzo y principios de abril.

Olivo

El olivo no es nativo a la región, ya que fue traído por los españoles y quienes obtuvieron una buena respuesta. Después de los 5 años posteriores a su siembra es cuando ya nace el fruto, el cual conocemos como aceituna. Estos frutos se destinan principalmente a la obtención de aceite, condimentos o al fruto tal cual. Siendo importante destacar los otros usos que se les conoce, sobre todo en el área de la salud, siendo éstos el de tener un efecto laxante y desinfectar heridas. Un dato importante es que Tulyehualco es el principal comercializador de productos que derivan del olivo en la Ciudad de México (9).

Fechas importantes

La Feria del Olivo que se realiza junto con la de la Alegría, y en Semana Santa; donde se lleva a cabo la feria de las Nieves, donde se puede disfrutar de nieves de sabores exclusivos a la zona. El 25 de julio se celebra la fiesta patronal en honor al patrono (Santiago Apóstol) en la parroquia.

Predio "Las Ánimas "

Es aquí donde la Unidad Xochimilco de la UAM pone en práctica los conocimientos obtenidos a lo largo de la carrera para retribuir a la comunidad, por medio del Proyecto Académico Tulyehualco. Éste está ubicado en el predio "Las Ánimas" y tiene una misión multidisciplinaria, siempre que el objetivo sea la vinculación con la sociedad (10).

Agronomía es uno de los que más se benefician y aportan a esta unidad, ya que en el Predio se hacen múltiples prácticas con los estudiantes de distintos trimestres. Aportan bastante a la comunidad, ya que los jueves ponen un pequeño puesto en la entrada al predio, en donde se venden los productos que se cosechan a precios accesibles. Además de que la cafetería de las unidades de Xochimilco e Iztapalapa son abastecidas con productos cosechados ahí.

Medicina Veterinaria y Zootecnia también se ha establecido en la comunidad, ya que ofrecen múltiples servicios de gran importancia a los animales, desde vacunas hasta cirugías. Y finalmente se encuentra el servicio de Medicina, donde se cuenta con una pequeña clínica que consta de 3 consultorios, que poco a poco ha ido aumentando la cantidad de pacientes atendidos por médicos pasantes de la UAM que realizan su servicio social en dicha unidad.

Hipótesis

Los adultos mayores que acuden al grupo de envejecimiento activo en la casa del adulto mayor de Tulyehualco habrá un mayor porcentaje de independencia funcional.

Metodología

Diseño

Se trató de un estudio descriptivo, prospectivo, observacional y transversal.

Muestra

Se obtuvo una muestra total de 54 encuestados, de los cuales, 45 fueron mujeres y 9 fueron hombres. Respecto a su procedencia, se encuestaron a 26 personas pertenecientes al grupo de la Casa del Adulto Mayor y 28 a personas externas a este grupo.

Criterios de inclusión: adultos mayores de 60 años, residentes de Tulyehualco, pertenecer al grupo de envejecimiento activo en la Casa de Cultura y del Adulto Mayor del turno vespertino.

Criterios de exclusión: adultos menores de 60 años, alguna enfermedad o condición especial que por sí misma condicione a una dependencia funcional.

Instrumentos y técnicas

Para poder realizar esta investigación se utilizaron programas de Google, como: Documentos, Sheets y Forms. El primero para la escritura de esta investigación final, así como los borradores de cada sección. El segundo, para el registro de los datos obtenidos de las encuestas y posteriormente la realización de gráficas para ilustrar los resultados. Finalmente, Forms para la realización de las encuestas más fácilmente, optimizando el tiempo, además de ahorrar el uso excesivo de hojas de papel. Dicha encuesta fue basada en el Índice de Lawton (Actividades Instrumentadas de la vida diaria), principalmente la realizada por el INGER (Anexo 1), a la que se le hicieron modificaciones para transcribirla a Google Forms (Anexo 2).

Las encuestas fueron aplicadas por el encuestador en su teléfono móvil desde el día 17/01/24 hasta el día 22/01/24, siendo los días miércoles y viernes los días que se aplicaron las encuestas en la Casa del Adulto Mayor (ya que esos días son los que se reúnen ahí para sus actividades). A las personas externas al grupo de envejecimiento activo, fueron realizadas en el centro de Tulyehualco, así como a las afueras de la Casa del Adulto Mayor, donde se encuentra el comedor comunitario de la localidad.

Resultados

En la presente investigación pudimos observar que se encuestó a una cantidad mayor de mujeres que de hombres, siendo muy considerable en ambos grupos de estudio; obteniendo un 83.3 % y 16.7% para mujeres y hombres respectivamente (Figura 4).

Género

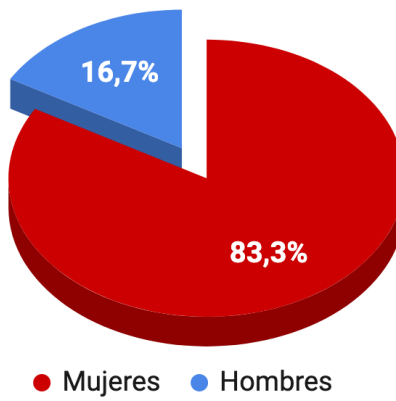


Figura 4. Distribución de la muestra según el género. Elaboración propia.

De igual manera, se hizo notar que la muestra es relativamente homogénea, ya que los porcentajes fueron muy cercanos al 50%; por lo que los resultados comparativos entre los grupos serán equitativos (Figura 5).

Procedencia

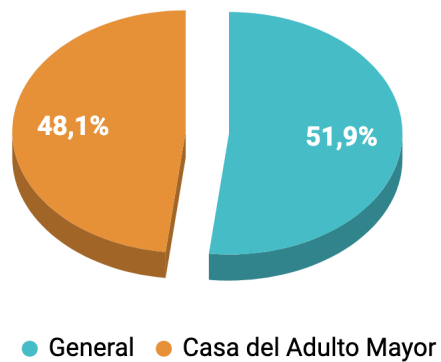


Figura 5. Distribución gráfica de la población según su procedencia. Elaboración propia.

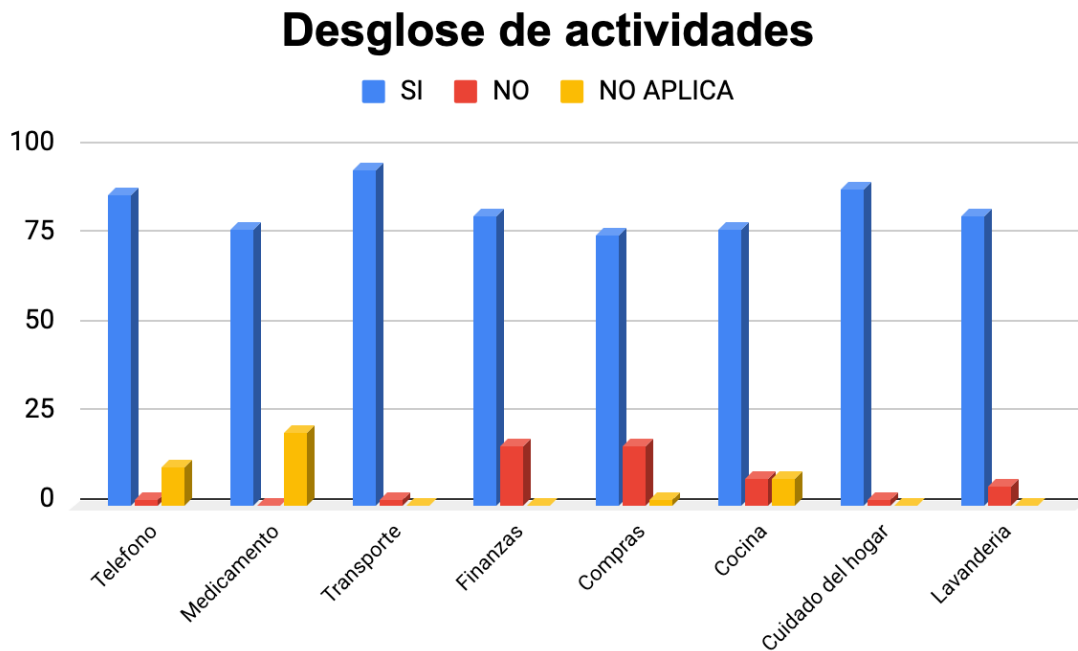


Figura 6. Desglose de las actividades según su porcentaje. Elaboración propia.

Respecto a las actividades, como se puede ver en la figura 6, una cantidad mayor al 75% es capaz de realizar las 8 actividades instrumentadas encuestadas. Las actividades que una mayor cantidad de adultos mayores encuestados no eran capaces de llevar a cabo fueron: administración de las finanzas del hogar, realización de compras, planeación y preparación de alimentos, lavado de prendas y quehacer del hogar; en orden descendente a como fueron mencionados anteriormente. Comentando que terceras personas eran las que las realizaban por ellos, principalmente los hijos de los encuestados. Hablando de las actividades que no realizaban, encontramos el uso de medicamentos diariamente, y la preparación de alimentos.

Grado de dependencia según género

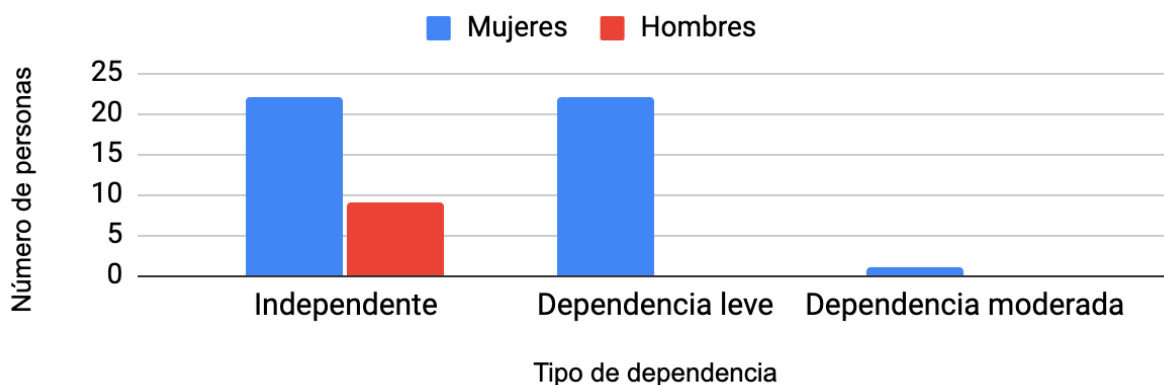


Figura 7. Comparación de grado de dependencia según el género. Elaboración propia.

Al hacer una comparación entre ambos grupos (como puede ser visto en la figura 8), todos los hombres encuestados son independientes; principalmente porque en el caso de los hombres deben hacerse ajustes a la interpretación de las encuestas. Las mujeres encuestadas se encontraban en niveles de independencia o dependencia leve en su mayoría, las cifras casi a la par, y únicamente una encuestada se encontró en nivel de dependencia moderada.

Dependencia según el grupo

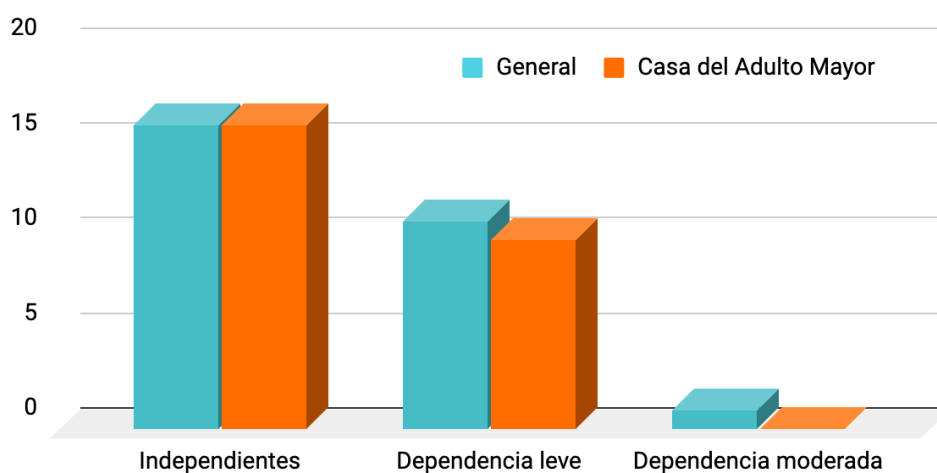


Figura 7. Comparación del grado de dependencia según el grupo de procedencia.

Elaboración propia.

Finalmente, al realizar la comparación entre ambos grupos (visto en la Figura 7), se puede observar que en realidad los resultados fueron equitativos respecto a los adultos mayores independientes, donde varía un poco más fue con los adultos mayores con dependencia leve; encontrando que aquellos pertenecientes al grupo de envejecimiento activo obtuvieron una menor cantidad. Además de que únicamente fue encontrado una persona con dependencia moderada, quien fue perteneciente a aquellos adultos mayores que no pertenecen al grupo de envejecimiento activo.

Discusión

Este estudio se realizó para determinar si se encontraba una menor cantidad de dependencia funcional en aquellos adultos mayores que acuden a grupos de envejecimiento activo, en comparación a aquellos que no lo hacen. Esto debido a que en la búsqueda de información sobre envejecimiento y de apoyo a adultos mayores, se hizo evidente la poca difusión que hay de este tema. Lo poco que se encontraba era principalmente sobre el apoyo económico que otorga el gobierno a los adultos mayores de 65 años. Por lo que se buscaba que se hicieran más investigaciones al respecto mostrando los múltiples beneficios para los adultos mayores.

Al momento de realizar las encuestas, se pudo observar que en general los adultos mayores eran independientes sin importar el grupo de estudio al que pertenecían. Lo que sí se hizo evidente, fue la razón por lo que eran independientes. En el caso de los adultos mayores del grupo de envejecimiento activo, eran independientes porque a pesar de ya no encontrarse laborando, se mantenían realizando actividades tanto recreativas como físicas; además de tener una buena red de apoyo en general. Y en el caso de los adultos externos a este grupo, se notó que eran independientes porque aún laboraban, incluso en edades superiores a los 70 años; y que en muchos de los casos vivían solos o tenían una mala red de apoyo.

Una investigación que complementarían este tema, sería una que abordaría sobre la seguridad económica y las consecuencias de no contar con los medios necesarios para un retiro digno que les permita disfrutar de esta etapa de sus vidas.

Referencias

1. Consejo Nacional de Población. Día Mundial de la Población. Las Proyecciones de la Población de México para los próximos 50 años: 2020-2070 [Internet]. gob.mx. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.mx/conapo/prensa/dia-mundial-de-la-poblacion-las-proyecciones-de-la-poblacion-de-mexico-para-los-proximos-50-anos-2020-2070?idiom=es>
2. Nacionales D. COMUNICADO DE PRENSA NÚM. 395/23 6 DE JULIO DE 2023 PÁGINA 1/6 ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL DE LA POBLACIÓN [Internet]. Org.mx. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP_DM_PO23.pdf
3. Envejecimiento y salud [Internet]. Who.int. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
4. Lozano Keymolen D, Montoya Arce BJ, Gaxiola Robles Linares SC, Román Sánchez YG. Dependencia funcional y su relación con la mortalidad general en adultos mayores. México: 2001-2015. Poblac Salud Mesoam [Internet]. 2017 [citado el 26 de enero de 2024];15(2):38–68. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-02012018000100038&script=sci_arttext
5. Guzmán-Olea E, Agis-Juárez RA, Bermúdez-Morales VH, Torres-Poveda K, Madrid-Marina V, López-Romero D, et al. Estado de salud y valoración gerontológica en adultos mayores mexicanos ante la pandemia por COVID-19. Gac Med Mex [Internet]. 2020;156(5). Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/gmm/v156n5/0016-3813-gmm-156-5-420.pdf>
6. Década de Envejecimiento Saludable 2020-2030 [Internet]. Who.int. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-plan-of-action>

7. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. Los clubes Inapam promueven la participación de los adultos mayores [Internet]. gob.mx. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.mx/inapam/es/articulos/los-clubes-inapam-promueven-la-participacion-de-los-adultos-mayores?idiom=es>
8. COMUNICADO DE PRENSA NÚM. 394/23 6 DE JULIO DE 2023 PÁGINA 1/33 COMUNICACIÓN SOCIAL ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) Y ENCUESTA DE EVALUACIÓN COGNITIVA 1 [Internet]. Org.mx. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASEM/ENASEM_21.pdf
9. Desconocido M. Santiago Tulyehualco y la feria de la alegría (Distrito Federal) [Internet]. México Desconocido. 2010 [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.mexicodesconocido.com.mx/santiago-tulyehualco-y-la-feria-de-la-alegria-distrito-federal.html>
10. Bretón FAV. Proyecto Académico Tulyehualco [Internet]. Uam.mx. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: https://enlacesx.xoc.uam.mx/wp-content/uploads/2022/11/las_animas.pdf

Bibliografía

- Popoca Betancourt M, Cinta Loaiza DM. Factores asociados a la dependencia funcional del adulto mayor de acuerdo con el modelo biopsicosocial. Estudio transversal realizado en 2017 en la capital de Veracruz, México. Gerenc Políticas Salud [Internet]. 2020;19:1–14. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/19%20\(2020\)/54562510025/rgpsm54562510025_visor_jats.pdf](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/19%20(2020)/54562510025/rgpsm54562510025_visor_jats.pdf)
- Salazar-Barajas ME, Garza-Sarmiento EG, García-Rodríguez SN, Juárez-Vázquez PY, Herrera-Herrera JL, Duran-Badillo T. Funcionamiento familiar, sobrecarga y calidad de vida del cuidador del adulto mayor con dependencia funcional. Enferm Univ [Internet]. 2019;16(4). Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v16n4/2395-8421-eu-16-04-362.pdf>
- Ríos-Fraustro C, Galván-Plata ME, Gómez-Galicia DL, Giraldo-Rodríguez L, Agudelo-Botero M, Mino-León D. Factores intrínsecos y extrínsecos asociados con caídas en adultos mayores: estudio de casos y controles en México. Gac Med Mex [Internet]. 2021;157(2). Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/gmm/v157n2/0016-3813-gmm-157-2-133.pdf>
- Tulyehualco, tierra de historia, tradiciones y costumbres [Internet]. Revista Nosotros. 2022 [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://revistanosotros.com.mx/2022/10/21/tulyehualco-tierra-de-historia-tradiciones-y-costumbres/>
- Cerquera Córdoba AM, Uribe Rodríguez AF, Matajira Camacho YJ, Correa Gómez HV. Dependencia funcional y dolor crónico asociados a la calidad de vida del adulto mayor/ Functional dependence and chronic pain associated with the quality of life among the elderly. PSICOGENTE [Internet]. 2017;20(38). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.17081/psico.20.38.2561>
- View of Characterization of functional capacity in the elderly [Internet]. Saludcyt.ar. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <https://ri.saludcyt.ar/index.php/ri/article/view/17/49>

- Gob.mx. [citado el 26 de enero de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.inger.gob.mx/jspui/bitstream/20.500.12100/17385/1/Demograf%c3%ada%20del%20envejecimiento%20argumentos%2c%20problemas%2c%20temas%20no%20cubiertos%20y%20horizontes.pdf>

Anexos

Anexo 1



Actividades instrumentales de la vida diaria (Índice de LAWTON)

		Sí (1 punto)	No (0 puntos)
INDEPENDENCIA EN AVID	1) Capacidad para usar teléfono Sí: Lo opera por iniciativa propia, lo marca sin problemas. Sí: Marca sólo unos cuantos números bien conocidos. Sí: Contesta el teléfono pero no llama. No: No usa el teléfono.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2) Transporte Sí: Se transporta solo/a. Sí: Se transporta solo/a, únicamente en taxi pero no puede usar otros recursos. Sí: Viaja en transporte colectivo acompañado. No: Viaja en taxi o auto acompañado. No: No sale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3) Medicación Sí: Es capaz de tomarla a su hora y dosis correctas. No: Se hace responsable sólo si le preparan por adelantado. No: Es incapaz de hacerse cargo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	4) Finanzas Sí: Maneja sus asuntos independientemente. No: Sólo puede manejar lo necesario para pequeñas compras. No: Es incapaz de manejar dinero.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	5) Compras Sí: Vigila sus necesidades independientemente. No: Hace independientemente sólo pequeñas compras. No: Necesita compañía para cualquier compra. No: Incapaz de cualquier compra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	6) Cocina Sí: Planea, prepara y sirve los alimentos correctamente. No: Prepara los alimentos sólo si se le provee lo necesario. No: Calienta, sirve y prepara pero no lleva una dieta adecuada. No: Necesita que le preparen los alimentos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	7) Cuidado del hogar Sí: Mantiene la casa solo o con ayuda mínima. Sí: Efectúa diariamente trabajo ligero eficientemente. Sí: Efectúa diariamente trabajo ligero sin eficiencia. No: Necesita ayuda en todas las actividades. No: No participa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	8) Lavandería Sí: Se ocupa de su ropa independientemente. Sí: Lava sólo pequeñas cosas. No: Todos se lo tienen que lavar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Resultado /8

Anexo 2

Preguntas Respuestas **54** Configuración Puntos totales: 8

Escala de Lawton-Brody

Descripción del formulario

B *I* U ↻ ≡ ≡ ✕

Procedencia*

Comedor

Casa del Adulto mayor

Nombre*

Texto de respuesta corta

Sexo*

B *I* U ↻ ✕

Hombre

Mujer

⊕ 📄 Tt 📄 ▶ ☰

Preguntas Respuestas **54** Configuración Puntos totales: 8

Edad*

Texto de respuesta corta

Capacidad para usar teléfono*

Si: lo opera por iniciativa propia, lo marca sin problema

Si: marca sólo unos cuantos números bien conocidos

Si: contesta el teléfono pero no llama

No: no usa el teléfono

NO APLICA

Medicación*

Si: es capaz de tomarla a su hora y dosis correctas

No: se hace responsable sólo si le preparan por adelantado

No: es incapaz de hacerse cargo

NO APLICA

⊕ 📄 Tt 📄 ▶ ☰

Transporte *

- Si: se transporta solo/a
- Si: se transporta solo/a. Únicamente en taxi pero no puede usar otros recursos
- Si: viaja en transporte colectivo acompañado
- No: viaja en taxi o auto acompañado
- No: no sale
- NO APLICA

Finanzas *

- Si: maneja sus asuntos independientemente
- No: sólo puede manejar lo necesario para pequeñas compras
- No: es incapaz de manejar dinero
- NO APLICA

Compras *

- Si: vigila sus necesidades independientemente

**Compras ***

- Si: vigila sus necesidades independientemente
- No: sólo puede manejar lo necesario para pequeñas compras
- No: necesita compañía para cualquier compra
- No: incapaz de cualquier compra
- NO APLICA

Cocina *

- Si: planea, prepara y sirve alimentos correctamente
- No: prepara alimentos sólo si se provee lo necesario
- No: calienta, sirve y prepara pero no lleva una dieta adecuada
- No: necesita que le preparen alimentos
- NO APLICA

Cuidado del hogar *

Cuidado del hogar*

- Si: mantiene la casa solo o con ayuda mínima
- Si: efectúa diariamente trabajo ligero eficiente
- Si: efectúa diariamente trabajo ligero sin eficiencia
- No: necesita ayuda en todas las actividades
- No: no participa
- NO APLICA

Lavandería*

- Si: se ocupa de su ropa independientemente
- Si: lava sólo pequeñas cosas
- No: todo se lo tienen que lavar
- NO APLICA

Total