

# **Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física en relación con la salud del mayor**

## **Volumen I**



**Comps.**

**José Jesús Gázquez Linares**  
**M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes**  
**M<sup>a</sup> del Mar Molero Jurado**  
**Ana Belén Barragán Martín**  
**África Martos Martínez**  
**Fernando Cardila Fernández**

**Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física  
en relación con la salud del mayor**

**Volumen I**

**Comps.**

**José Jesús Gázquez Linares  
M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes  
M<sup>a</sup> del Mar Molero Jurado  
Ana Belén Barragán Martín  
África Martos Martínez  
Fernando Cardila Fernández**

© Los autores. NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro “Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física en relación con la salud del mayor. Volumen I”, son responsabilidad exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar.

Edita: ASUNIVEP

ISBN: 978-84-608-2405-3

Depósito Legal: AL 1175-2015

Imprime: Artes Gráficas Salvador

Distribuye: ASUNIVEP

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

## ENVEJECIMIENTO

<i>CAPÍTULO 1</i>	
<i>Evolución del perfil de la persona en situación de dependencia .....</i>	<i>17</i>
<i>M<sup>a</sup> del Mar Molero Jurado, Fernando Cardila Fernández, M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes, Ana Belén Barragán Martín, África Martos Martínez y José Jesús Gázquez Linares</i>	
<i>CAPÍTULO 2</i>	
<i>El doble duelo en el anciano: el sufrimiento por el nieto .....</i>	<i>25</i>
<i>María Alba Pérez Romero, Cristina Rodríguez Silva, Guadalupe del Mar Díaz Rodríguez, y Raquel Martín Martín</i>	
<i>CAPÍTULO 3</i>	
<i>Abuelos cuidadores: consecuencias del cuidado .....</i>	<i>33</i>
<i>Cristina Rodríguez Silva, Guadalupe Díaz Rodríguez, Raquel Martín Martín, y M<sup>a</sup> Alba Pérez Romero</i>	
<i>CAPÍTULO 4</i>	
<i>Sol, vitamina D y envejecimiento .....</i>	<i>39</i>
<i>Adriano Cano Ruiz y Purificación Castro Extremera</i>	
<i>CAPÍTULO 5</i>	
<i>Envejecimiento activo y bienestar en una muestra de personas mayores de 65 años en Lleida .....</i>	<i>47</i>
<i>Carles Alsinet Mora y Norma Jordana Berenguer</i>	
<i>CAPÍTULO 6</i>	
<i>Creencias y estereotipos del alumnado de enfermería en torno a la vejez .....</i>	<i>55</i>
<i>Miriam Celdrán Mañas y Candela Bonill de las Nieves</i>	
<i>CAPÍTULO 7</i>	
<i>El anciano, la comunidad y satisfacción con la vida .....</i>	<i>61</i>
<i>Casilda Antonia Martínez Fernández, Margarita Torres Amengual, Inmaculada González Morales, y Trinidad Luque Vara</i>	
<i>CAPÍTULO 8</i>	
<i>Calidad de vida y participación social de los mayores de 55 años del programa universitario para mayores de la universidad miguel Hernández de Elche .....</i>	<i>67</i>
<i>M<sup>a</sup> Carmen Segura Cuenca, Beatriz Bonete López y Jesús Rodríguez Marín</i>	
<i>CAPÍTULO 9</i>	
<i>Promoción del envejecimiento activo .....</i>	<i>77</i>
<i>M<sup>a</sup> del Carmen del Moral Lechuga, Esther Lerma Ortega, e Inmaculada Moreno Almagro</i>	

**CAPÍTULO 10**

*La Planificación Centrada en la Persona. Un modelo para intervenir en el domicilio con personas con dependencia sobrevenida. Implicando las fuentes naturales de soporte ..... 85*

M<sup>a</sup> Teresa del Sol Chicharro y Jaione Ignacio de Jesús

**CAPÍTULO 11**

*Valoración del conocimiento enfermero en la contención mecánica en Geriatría..... 93*

Judit Ferre Soria, M<sup>a</sup> Soraya Estrada Sánchez, y Paula del Carmen Espinoza Serrano

**CAPÍTULO 12**

*Calidad de vida del paciente con cáncer y sus familiares ..... 103*

Manuel Sánchez García Carlos, Ana Rosa García López, María Campos Lucas, Elena Falagán Sama, Lucía Gallego Martínez, Juan Eduardo Andrades Martínez, Elena García Martínez, María Moreno Martínez, y Sánchez Pérez Juan Diego

**CAPÍTULO 13**

*Personas mayores y dispositivos móviles ..... 111*

Luis Ángel Tamargo Pedregal y Susana Agudo Prado

**CAPÍTULO 14**

*Envejecimiento e incontinencia urinaria ..... 119*

M<sup>a</sup> José Aguilera Piedra, M<sup>a</sup> Araceli Soler Pérez, e Isabel M<sup>a</sup> Balaguer Villegas

**CAPÍTULO 15**

*Polifarmacia e incumplimiento terapéutico en el anciano pluripatológico. Actuación de los profesionales sanitarios ..... 125*

Elvira Gázquez Fernández, Laura Sans Guerrero, y Miguel Vázquez de Agredos Núñez de Arenas

**CAPÍTULO 16**

*La sustancia de la vida reside en la ocupación ..... 133*

Raquel García Reyes, Verónica Milagros Ramos Parra, y Ana Isabel Lozano Zorrilla

**CAPÍTULO 17**

*Igualdad de acceso a los recursos sociosanitarios y diversidad cultural..... 139*

Ana María Núñez-Negrillo y Antonia Pérez-Lázaro

**CAPÍTULO 18**

*Visión de la vejez a través de los medios de comunicación..... 147*

María Isabel Ventura Miranda, Jéssica García González, Sandra Sue Torres Giner, Natalia Sáez Donaire, Jesús David Abenza Hurtado, y Pedro Sáez Paredes

**CAPÍTULO 19**

*Utilidad de las escalas de valoración funcional en el paciente anciano ..... 153*

Diego José Moreno López, Carmen López Buil, y M<sup>a</sup> Carmen Moreno López

**CAPÍTULO 20**

*Plasticidad Neuronal en el Envejecimiento* ..... 157  
 M<sup>a</sup> de las Mercedes Hidalgo Collazos

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS Y ENVEJECIMIENTO**

**CAPÍTULO 21**

*Relación entre la soledad de los ancianos y la percepción de su salud y estado general* 165  
 M<sup>a</sup> del Mar Molero Jurado, M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes, Nieves Medialdea Lázaro, Ana Belén Barragán Martín, África Martos Martínez, Fernando Cardila Fernández y José Jesús Gázquez Linares

**CAPÍTULO 22**

*Tabaquismo en el anciano, un reto enfermero*..... 173  
 María del Mar Rodríguez Martínez, M<sup>a</sup> Dolores Rodríguez Porcel, y Verónica Tortosa Salazar

**CAPÍTULO 23**

*La esquizofrenia en el anciano: Análisis de la evolución*..... 181  
 Elena Falagán Sama , Lucía Gallego Martínez, Juan E. Andrades Martínez, Elena García Martínez, María Moreno Martínez, Juan D. Sánchez Pérez, Carlos M. Sánchez García, Ana R. García López, María Campos Lucas

**CAPÍTULO 24**

*Crisis de angustia en geriatría*..... 187  
 Inmaculada Inglés Costa y María Ascensión Inglés Costa

**CAPÍTULO 25**

*Percepción de satisfacción y calidad de vida en población mayor de 65 años no institucionalizada*..... 193  
 Verónica Tortosa Salazar, M<sup>a</sup> Dolores Rodríguez Porcel, y M<sup>a</sup> del Mar Rodríguez Martínez

**CAPÍTULO 26**

*Beneficios de la atención domiciliar de Enfermería en la mejora de la calidad de vida del anciano inmovilizado* ..... 203  
 Cándida Godoy Pastor, María Isabel Medina Robles y Ana María Carreño Gómez

**CAPÍTULO 27**

*Tratamientos alternativos frente a la depresión en el anciano*..... 209  
 María Isabel Medina Robles, Cándida Godoy Pastor, y Ana María Carreño Gómez

**CAPÍTULO 28**

*A propósito de los Programas de Inteligencia Emocional para Personas Mayores* ..... 215  
 María de la Paz Bermúdez-Pérez, María del Carmen Pérez-Fuentes, y Alicia Galdeano Carrillo

**CAPÍTULO 29**

*Síndrome confusional agudo en el paciente anciano hospitalizado. Justificación de la intervención de terapia ocupacional* ..... 221

López Pingarrón Laura y Almeida Souza Priscilla

**CAPÍTULO 30**

*La soledad en personas mayores: una propuesta de intervención* ..... 229

Raquel Lorente Martínez y Esther Sitges Maciá

**CAPÍTULO 31**

*Trastornos del sueño y su tratamiento en el anciano* ..... 237

Montserrat Fontalba Navas, Justo Sánchez Gil, y Raimundo Tirado Miranda

**CAPÍTULO 32**

*El anciano nefrológico, depresión y dependencia* ..... 245

María Isabel Crespo Sánchez, Francisca Miralles Martínez, y Manuel David Sánchez Martos

**CAPÍTULO 33**

*@SABE, cuestionario para la autopercepción de la Salud, la Enfermedad y el Bienestar* ..... 253

Lydia Giménez-Llort

**CAPÍTULO 34**

*Beneficios de los Programas de Estimulación Cognitiva (PEC) en Pacientes con Demencia tipo Alzheimer* ..... 261

María del Carmen Cañabate García

**CAPÍTULO 35**

*Alteración de las funciones cognitivas en el anciano sano y enfermo* ..... 269

María Victoria Leal Romero, María del Pilar Carrillo de Albornoz Soto, María José Polvillo Avilés, Lidia Martínez Martínez, y Dolores Torres Enamorado

**CAPÍTULO 36**

*Paciente anciano y síntomas psicóticos* ..... 275

Consuelo Ibáñez Allera, Diego Ramón Dueñas Alcalá, y María Rosa Sánchez-Waisen Hernández

**CAPÍTULO 37**

*Trastornos del sueño en el envejecimiento* ..... 283

Rocío Casares Miranda, Carmen M. Pérez Cano, y Magdalena Bacas Ruiz

**CAPÍTULO 38**

*Síntomas psicológicos y conductuales en demencia* ..... 289

Cintia Martínez Mateu, Purificación Sánchez López, Paloma Victoria Hidalgo Pérez, José Manuel Romero León, y Manuel Payán Ortiz

**CAPÍTULO 39**

<i>Aspectos éticos y legales en las demencias</i> .....	297
José Manuel Romero León, Cintia Martínez Mateu, Paloma Victoria Hidalgo Martínez, Purificación Sánchez López, y Manuel Payán Ortiz	

**CUIDADOR Y CUIDADOS PALIATIVOS**

**CAPÍTULO 40**

<i>Cansancio en el desempeño del rol de cuidador en pacientes con Alzheimer</i> .....	305
Ana María Carreño Gómez, Cándida Godoy Pastor, y María Isabel Medina Robles	

**CAPÍTULO 41**

<i>Preferencias en Cuidados Paliativos</i> .....	313
Antonia Berenguel Martínez y María Rosa Berenguel Martínez	

**CAPÍTULO 42**

<i>Incidencia del insomnio y sus causas en pacientes paliativos y cuidadores</i> .....	319
Rocío Pérez Rodríguez, Rosa Noelia Alonso López, y Eva María Fernández García	

**CAPÍTULO 43**

<i>Repercusión en la red de apoyo familiar del usuario renal geriátrico dependiente</i> .....	325
Margarita Torres Amengual, Consolación Lucía Rodríguez Mellado, y Beatriz García Maldonado	

**CAPÍTULO 44**

<i>Características de los cuidadores informales en la provincia de Almería y los efectos que ocasionan los cuidados, en la carga objetiva y subjetiva</i> .....	333
Francisco Gabriel Pérez Martínez, Marta Hermoso Giménez, y Olga Martínez Buendía	

**CAPÍTULO 45**

<i>Dimensiones del significado de cuidar adultos mayores por cuidadores familiares desde la perspectiva de género</i> .....	343
Aurora Félix Alemán, Manuel Lillo Crespo, Juana Edith Cruz Quevedo, y Rosa M Aguilar Hernández	

**CAPÍTULO 46**

<i>Superación de una crisis familiar a través del abordaje biopsicosocial</i> .....	351
Emilia Arana Asensio, Pablo García López, y Francisco García Del Pozo	

**CAPÍTULO 47**

<i>Cuidados paliativos en la persona mayor</i> .....	359
María Campos Lucas, Elena Falagán Sama, Lucía Gallego Martínez, Juan Eduardo Andrades Martínez, Elena García Martínez, María Moreno Martínez, Juan Diego Sánchez Pérez, Carlos Manuel Sánchez García, y Ana Rosa García López	



**CAPÍTULO 48**

*Capacitación en el cuidador informal hacia la gestión de las caídas por parte de enfermería.....* 365

Jesús Arco Arredondo, M<sup>a</sup> Ángeles Rodríguez Pérez, Isabel López Martín, Vanessa Cantos Uncala, y Alba Rivas Jerez

**CAPÍTULO 49**

*Rasgos de las cuidadoras en una zona rural.....* 375

María Josefa García Germán y María José Torres Castro

**CAPÍTULO 50**

*Atención integral al paciente terminal, ayuda del sanitario para la calidad de vida en los últimos días.....* 381

Ana Isabel Cortes Valverde, Ester Aiono Cabrerizo Aguilera y Rocío López Cintas

**CAPÍTULO 51**

*Abordaje de la disfagia en ancianos institucionalizados.....* 389

Elena García Martínez, María Moreno Martínez, Juan Diego Sánchez Pérez, Carlos Manuel Sánchez García, Ana Rosa García López, María Campos Lucas, Elena Falagán Sama, Lucía Gallego Martínez, y Juan Eduardo Andrades Martínez

**CAPÍTULO 52**

*Caídas en ancianos institucionalizados: factores asociados, consecuencias y prevención.....* 395

Ana Alicia Torres Reyes y Natalia Pilar Lanzas Garzón

**CAPÍTULO 53**

*Estudio de la adaptación de personas de edad avanzada en una institución geriátrica de la provincia de Jaén.....* 403

Natalia Pilar Lanzas Garzón y Ana Alicia Torres Reyes

**CAPÍTULO 54**

*El anciano en la institución geriátrica, cribado nutricional.....* 411

Isabel María Molina Martínez, Margarita Torres Amengual, Inmaculada González Morales, Trinidad Luque Vara, y Casilda Antonia Martínez Fernández

**CAPÍTULO 55**

*Estrategias terapéuticas para la mejora del equilibrio estático en adultos mayores institucionalizados.....* 417

Luis Espejo-Antúnez, Juan Rodríguez-Mansilla, José Vicente Toledo-Marhuenda, Berta Caro-Puértolas, y M<sup>a</sup> Dolores Apolo-Arenas

## ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPENDENCIA

<b>CAPÍTULO 56</b>	
<i>Ejercicio pasivo: una movilidad beneficiosa</i> .....	425
Ana Torres Conde, Esther Vicente Montes, y Inmaculada Concepción Cortés Hernández	
<b>CAPÍTULO 57</b>	
<i>Relación osteoporosis-caídas: Una realidad</i> .....	431
Inmaculada Concepción Cortés Hernández, Ana Pilar Torres Conde, y Esther Vicente Montes	
<b>CAPÍTULO 58</b>	
<i>Genética y envejecimiento: el efecto de ACTN3 y ACE en el deterioro físico</i> .....	437
Cristina Romero Blanco, y Susana Aznar Laín	
<b>CAPÍTULO 59</b>	
<i>Respuesta del músculo tibial anterior durante flexiones dorsales isométricas del tobillo a distintas intensidades: una comparación entre jóvenes y mayores sanos</i> .....	449
Manuel González-Sánchez, María Ruiz-Muñoz, Jaime Martín-Martín , y Antonio I. Cuesta-Vargas	
<b>CAPÍTULO 60</b>	
<i>Osteoporosis: prevención y factores de riesgo</i> .....	455
Soledad Escavy Marsilla, Blanca Minguéz López, Elena López Molina, Antonio Marín Yago, y Ana Bernal Belmonte	
<b>CAPÍTULO 61</b>	
<i>Respuesta del músculo tibial anterior durante contracciones isotónicas máximas: Una comparación entre mayores sanos y supervivientes a un ictus</i> .....	463
María Ruiz-Muñoz, Jaime Martín-Martín, y Manuel González-Sánchez	
<b>CAPÍTULO 62</b>	
<i>Porcentajes de participación de los músculos tibial anterior, extensor común de los dedos y extensor largo del dedo gordo durante flexiones dorsales isotónicas máximas del tobillo</i> .....	469
Jaime Martín-Martín, María Ruiz-Muñoz, y Manuel González-Sánchez	
<b>CAPÍTULO 63</b>	
<i>Influencia del deterioro cognitivo en la rehabilitación funcional de la fractura de cadera en el anciano</i> .....	475
Priscilla Almeida Souza y Laura López Pingarrón	
<b>CAPÍTULO 64</b>	
<i>Las caídas en personas mayores</i> .....	485
María Teresa Oller Parra, María Mercedes Díaz López, y María Ángeles Pintor Cano	

**CAPÍTULO 65**

*Fisioterapia tras intervención quirúrgica de cadera (girdlestone). Caso clínico* ..... 493

María Luisa Peral Rodríguez, Encarnación Bermúdez Millán, y Josefa María Segura García

**CAPÍTULO 66**

*Atención de enfermería en el paciente geriátrico intervenido de artroplastia de rodilla.* 499

Noemí Gil Fernández, María Luisa Ballesta Fernández, Minerva Hernández Sánchez, y Patricia Pastor Muñoz

**CAPÍTULO 67**

*Efectividad de la Fisioterapia con Biofeedback en la Incontinencia Urinaria* ..... 505

Yésica Carrión Amorós, Isabel María Rodríguez García, María Amparo Morales García, Silvia Rosa Ruiz, Francisco Javier Gonzalez Oller, y Yolanda García Fortes

**CAPÍTULO 68**

*Beneficios del ejercicio físico en adultos mayores institucionalizados* ..... 513

María Isabel Tomas-Sánchez, Esther Quiles-Carrillo, Pilar Tomas-Pellicer, Cristina Serrano-Escudero, Marta Muñoz-Escudero, y Francisco Esquivia-Ferrández

**CAPÍTULO 69**

*Artroplastia de cadera una herramienta para mejorar la calidad de vida en la vejez*..... 521

Rosario Inmaculada Gimeno Mora, María Noelia Sánchez Manzano, Remedios Uribe Carreño, Lucia Restoy Guil, María Isabel Platero Sáez, y Ana Esther López Casado

**CAPÍTULO 70**

*Bifosfonatos en el tratamiento de la osteoporosis: tratamiento crónico o intermitente* ... 529

Tirado-Miranda Raimundo, Sánchez Gil Justo, y Fontalba Navas Montserrat

**CAPÍTULO 71**

*Escalas para evaluar el riesgo de caídas en el anciano nefrológico*..... 539

David Álvarez Azor, Francisca Miralles Martínez, y Manuel David Sánchez Martos

**CAPÍTULO 72**

*Fisioterapia y la Actividad Física: Motivación y Adhesión*..... 545

Ana Gutiérrez Léonard, Jose David Medina Romero y Sara Moyano Trujillo

**CAPÍTULO 73**

*A propósito de un caso: Tratamiento de Fisioterapia en un paciente con Hemiplejia asociada a patología cervical*..... 551

Silvia Rosa Ruiz, Francisco Javier González Oller, Yolanda García Fortes, Isabel María Rodríguez García, María Amparo Morales García, Yésica Carrión Amorós

**CAPÍTULO 74**

*Cuidados de enfermería y fisioterapia tras artroplastia total de cadera* ..... 559

Miguel Vázquez de Agredos Núñez de Arenas, Elvira Gázquez Fernández, y Laura Sans Guerrero

<i>CAPÍTULO 75</i>	
<i>Factores de riesgo en las caídas en una población anciana .....</i>	<i>565</i>
María Soraya Estrada Sánchez, Judit Ferre Soria, y Paula del Carmen Espinoza Serrano	
<i>CAPÍTULO 76</i>	
<i>Prescripciones Potencialmente Inapropiadas y Riesgo de Caídas en la Población Anciana.....</i>	<i>571</i>
M <sup>a</sup> Carmen Sánchez Argaiz	
<i>CAPÍTULO 77</i>	
<i>¿Puede el fisioterapeuta ayudar al amputado de miembro inferior? .....</i>	<i>577</i>
Isabel María Rodríguez García, María Amparo Morales García, Yésica Carrión Amorós, Silvia Rosa Ruiz, Francisco Javier González Oller, y Yolanda García Fortes	
<i>CAPÍTULO 78</i>	
<i>Incidencia de caídas en una unidad de hospitalización.....</i>	<i>585</i>
Juana Vera Piernas	
<i>CAPÍTULO 79</i>	
<i>Acondroplasia y fisioterapia.....</i>	<i>593</i>
María Amparo Morales García, Isabel María Rodríguez García, Yésica Carrión Amorós, Silvia Rosa Ruiz, Yolanda García Fortes, y Francisco Javier González Oller	
<i>CAPÍTULO 80</i>	
<i>Osteoporosis: prevención y cambios en el estilo de vida.....</i>	<i>603</i>
María Concepción Abarca Salas, Carmen M <sup>a</sup> López Moreno, y Eva M <sup>a</sup> Serrano del Arco	

## CAPÍTULO 21

### **Relación entre la soledad de los ancianos y la percepción de su salud y estado general**

M<sup>a</sup> del Mar Molero Jurado, M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes, Nieves Medialdea Lázaro, Ana Belén Barragán Martín, África Martos Martínez, Fernando Cardila Fernández y José Jesús Gázquez Linares  
*Universidad de Almería (España)*

#### **Introducción**

El envejecimiento de la población es un fenómeno demográfico que comenzó a desarrollarse en la segunda mitad del siglo XX, en los países industrializados, y que continúa su avance en la actualidad. Este hecho, se debe al descenso de las tasas de natalidad y al incremento en la esperanza de vida de la población. Es por esta razón, y por la cantidad de estudios proyectivos que anuncian que este proceso continuará a nivel mundial, por lo que se crea la necesidad de profundizar en el análisis sobre esta etapa de la vida (de Lemus y Expósito, 2005).

Un claro indicador de calidad de vida, en la etapa de la senectud, es el apoyo social percibido por las personas mayores. El papel que cumplen los intercambios interpersonales que implican ayuda, afecto y afirmación, es el de disminuir el sentimiento de soledad (Castellano, 2014).

Es importante concretar la terminología para evitar confusiones. Así, las diferencias entre exclusión social, aislamiento social y soledad parecen leves, pero para indagar en las relaciones que estos constructos tienen con la salud o la enfermedad es necesario delimitar conceptos. La exclusión social es aquella situación en la que se encuentran los mayores que, por falta de recursos económicos, culturales o sociales, no pueden participar en la sociedad al nivel que se espera. Por otro lado, el aislamiento social se conoce como la medida objetiva de tener mínimas interacciones con otros y poca actividad social. Por último, la soledad es la experiencia, valorada como aversiva, de las relaciones sociales que se poseen, puesto que distan de las deseadas (Leung, Gierveld y Lam, 2008; Santos, Ausín, Muñoz y Serrano, 2008).

El sentimiento de soledad afecta a la percepción de salud en los mayores (Carrasco, Herrera, Fernández y Barros, 2013). Este concepto, tiene que ver con la valoración personal que se hace de las relaciones sociales que se poseen, por lo que es importante tener en cuenta las actitudes y creencias que los mayores tienen sobre la etapa de la vejez y el proceso del envejecimiento. Ya que éstas, repercuten en las conductas del anciano y en su salud, tanto física como psicológica (De Miguel y Castellano, 2012; Iruzubieta, 2004). Las actitudes positivas hacia la vejez se relacionan con pocos problemas emocionales, es decir, es una variable que funciona como un factor promotor de la salud en la etapa de la senectud, para gozar de un buen estado físico y psicológico (Castellano, 2014).

La OMS (1964), se refiere al estado de salud como “no únicamente la ausencia de enfermedad, sino también como un estado de bienestar físico, psíquico y social”. Las circunstancias sociales, personales y culturales en las que se vive, afectan a la salud, en la medida en que influye sobre su autoestima y afecta a su nivel de satisfacción general (Domínguez, 2008). Debido a esto, autores como Bazo (1989) apuestan por una estrecha relación entre la soledad y la salud. En este caso, tras analizar la variable salud y otras como la ocupación, los ingresos, el estado civil, la edad, etc., ha encontrado que las personas manifiestan encontrarse con mejor estado de salud, cuando no se sienten solas.

El efecto de la soledad en el organismo, resulta equiparable a vivir una situación de estrés continuado. La soledad provoca deficiencias en el sistema inmunológico, que hace que aumente el riesgo de contraer cualquier enfermedad contagiosa o infecciones, tanto bacterianas como víricas (Yanguas, 2004).

De Miguel, A. y Castellano, C. (2012). Evaluación del componente afectivo de las actitudes viejistas en ancianos: Escala sobre el Prejuicio hacia la Vejez y el Envejecimiento (PREJ-ENV). *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(1), 69-83.

Domínguez, M.J. (2008). Envejecer en el siglo XXI. Realidad social y perspectivas del envejecimiento en León. *Humanismo y Trabajo Social*, 7, 245-269.

García-Soriano, G. y Barreto, P. (2008). Trastornos del estado de ánimo al final de la vida: ¿desmoralización o depresión? *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 13(2), 123-133.

IMSERSO (2001). *Las personas mayores en España. Informe 2000: datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas*. Madrid: IMSERSO.

IMSERSO (2003). *Las personas mayores en España. Informe 2002*. Madrid: IMSERSO.

IMSERSO (2005). *Informe 2004. Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas*. Madrid: IMSERSO.

IMSERSO y Observatorio de Personas Mayores (2006/2007). *Informe 2006. Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas*. Madrid: IMSERSO y Observatorio de Personas Mayores.

IMSERSO y Observatorio de Personas Mayores (2012). *Informe 2010. Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas*. Madrid: IMSERSO y Observatorio de Personas Mayores.

Iruzubieta, J. (2004). Promoción de la salud y prevención de la enfermedad en el anciano. En J. Giró (Ed.), *Envejecimiento y sociedad. Una perspectiva pluridisciplinar* (pp. 77-102). La Rioja: Universidad de la Rioja.

Liu, L. y Guo, Q. (2008). Life satisfaction in a sample of empty-nest elderly: a survey in the rural area of a mountainous county in China. *Quality of Life Research*, 17, 823-830. doi: 10.1007/s11136-008-9370-1

Organización Mundial de la Salud (1964). *Constitución de la OMS. Documentos básicos*. XV Asamblea, Ginebra, 1964.

Rubio, E., Blasco, G., Comín, M., Martínez, T., Magallón, R., y García, J. (2012). Salud mental y relaciones sociales en población mayor rural. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 40(5), 239-47.

Santos, A.B., Ausín, B., Muñoz, M., y Serrano, P. (2008). Personas mayores en aislamiento social en la ciudad de Madrid: experiencia de una intervención a través de la estrategia psicológica de búsqueda activa. *Intervención Psicosocial*, 17(3), 307-319.

Taipale, H.T., Bell, J.S., Uusi-Kokko, M., Lonroos, E., Sulkava, R., y Hartikainen, S. (2011). Sedative Load among Community-Dwelling People Aged 75 Years and Older. A Population-Based Study. *Drugs Aging*, 28(11), 913-925.

Tuesca, R., Fierro, N., Molina, A., Oviedo, F., Polo, Y., Polo, J., y Sierra, I. (2003). Los grupos de socialización como factor protector contra la depresión en personas ancianas. Baranquilla, Colombia. *Revista Española de Salud Pública*, 77, 595-604.

Urquijo, S., Monchetti, A., y Krzemien, D. (2008). *Anales de la Psicología*, 24(2), 299-311.

Yanguas, J.J. (2004). Funcionamiento social: Apoyo social. En J.J. Yanguas (Ed.), *Análisis de la calidad de la vida relacionada con la salud en la vejez desde una perspectiva multidimensional* (pp. 33-46). Madrid: IMSERSO.