



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL

TEMA:

“La viudez en adultos mayores”

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

AUTORA:

María Belén Freire Núñez

TUTORA:

Mg. Lcda. Jeanneth Elizabeth Balseca Basantes

Ambato-Ecuador

2023

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

En calidad de tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema “LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”, de la Srta. María Belén Freire Núñez, egresada de la Carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato. Considero que dicho trabajo de Graduación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a Evaluación del Tribunal de Grado, que el H. Consejo Directivo de la Facultad designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Ambato, 19 de enero del 2023



.....
Lcda. Mg. Jeanneth Elizabeth Balseca Basantes
C.I 180414127

TUTORA

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

La responsabilidad del contenido, ideas, análisis, criterio y propuesta emitido en el presente trabajo de investigación: “LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”, son responsabilidad netamente de la autora.

Ambato, 19 de enero del 2023



.....
María Belén Freire Núñez

C.I. 1805300512

AUTORA

DERECHOS DEL AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y proceso de investigación según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de mi tesis, con fines de difusión pública, además apruebo la producción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora.

Ambato, 19 de enero del 2023



.....
María Belén Freire Núñez

C.I. 1805300512

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Los miembros de Tribunal de Grado, APRUEBAN el Trabajo de Investigación, sobre el tema: “LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”, presentado por la Srta. María Belén Freire Núñez, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el Título Terminal de Tercer Nivel de Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, 2023

Para constancia firman:

.....

Presidente del Tribunal

.....

Miembro

.....

Miembro

DEDICATORIA

A mí misma por demostrarme ser capaz de cumplir todas mis metas.

A mi mamá Maricela por ser una guerrera en la vida y enseñarme a luchar frente a todas las adversidades, por brindarme la confianza, amor y apoyo incondicional en cada una de las etapas de mi vida y por ser una de las motivaciones más grandes para seguir adelante.

A mis abuelitos Jaime y Celida por su compañía en este proceso, a mi tía Mercy por sus consejos y palabras de aliento y a mi ángel en el cielo, mi tío, por ser un ejemplo de bondad, perseverancia y amor.

Belén Freire

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme la sabiduría y guiarme en el camino. A mi familia por sus palabras de aliento y por ser uno de los pilares fundamentales para cumplir mis sueños.

A mis amigos por compartir conmigo cada una de mis alegrías y siempre apoyarme.

A mi tutora de tesis la Lcda. Jeanneth Balseca por su paciencia y cariño.

A el Grupo de Adultos Mayores de Pilahuin por abrirme las puertas de su corazón y colaborar con mi trabajo de investigación.

Belén Freire

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	iii
DERECHOS DEL AUTOR	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS	x
ÍNDICE DE GRÁFICOS	x
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.....	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT	xii
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO.....	1
1.1. Antecedentes Investigativos	1
Situación problemática.....	1
Problema científico	3
Delimitación del problema.....	4
Antecedentes investigativos	4
Desarrollo Teórico.....	9
1.2 Objetivos	33
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	35
2.1. Materiales.....	35
2.2. Métodos.....	36
Enfoque	36
Tipo de investigación	37

Métodos.....	38
Población.....	39
CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN	40
3.1 Análisis y discusión de los resultados	40
CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	92
4.1 Conclusiones	92
4.2 Recomendaciones.....	93
BIBLIOGRAFÍA.....	94
ANEXOS.....	106
<i>Anexo (1) Carta Compromiso</i>	<i>106</i>
<i>Anexo (2) Árbol de problemas</i>	<i>107</i>
<i>Anexo (3) Constelación de ideas</i>	<i>108</i>
<i>Anexo (4) Operacionalización de la variable</i>	<i>109</i>
<i>Anexos (5) Cuestionario sobre la Viudez en Adultos Mayores</i>	<i>111</i>
<i>Anexos (6) Validación de contenido por juicio de expertos.....</i>	<i>112</i>

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Unidades de observación</i>	39
Tabla 2. <i>Datos sociodemográficos</i>	41
Tabla 3. <i>Relación de pareja</i>	44
Tabla 4. <i>Afrontamiento conductual</i>	49
Tabla 5. <i>Afrontamiento cognitivo</i>	54
Tabla 6. <i>Afrontamiento afectivo</i>	61
Tabla 7. <i>Contraste del proceso de afrontamiento</i>	75
Tabla 8. <i>Propuesta de intervención</i>	82

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. <i>Dimensiones</i>	35
--------------------------------------------	----

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. <i>Red semántica de la viudez en adultos mayores</i>	43
----------------------------------------------------------------------------------	----

RESUMEN EJECUTIVO

La viudez en adultos mayores es un acontecimiento doloroso que se caracteriza por la aflicción o duelo, soledad, pérdida de compañía y cambios en la organización diaria; el proceso de afrontamiento a la viudez se estudió a través de cuatro dimensiones: relación de pareja, afrontamiento conductual, afrontamiento cognitivo y afrontamiento afectivo. Esta investigación tuvo como objetivo determinar los procesos de afrontamiento de la viudez en los adultos y adultas mayores de la Parroquia Pilahuin del Cantón Ambato. La población estaba conformada por un total de 20 adultos mayores viudos, 10 mujeres y 10 hombres, en el que se utilizó una metodología con enfoque cualitativo; la técnica aplicada fue la entrevista semiestructurada, en base a la construcción de un instrumento de 15 preguntas, validado a través del criterio de juicio de cuatro expertos; para indagar las dimensiones mencionadas se elaboró una red semántica que hizo posible el análisis y síntesis de la información a través de la matriz de experiencias, donde se determinó que el proceso de afrontamiento para los adultos mayores conlleva una serie de cambios tanto emocionales, sociales, familiares como en su diario vivir. Además, se realizó una propuesta de intervención individual, familiar, grupal y comunitario con el objetivo de contribuir al proceso de afrontamiento a la viudez, para mejorar la convivencia intergeneracional, fortalecer las redes sociales de apoyo, el uso del tiempo libre y el proceso de afrontamiento al duelo.

Palabras claves: Viudez, adultos mayores, duelo, afrontamiento, situación emocional.

ABSTRACT

Widowhood in older people is a painful event characterized by grief or bereavement, loneliness, loss of companionship and changes in daily organization; the process of coping with widowhood was studied through four dimensions: couple relationship, behavioral coping, cognitive coping and affective coping. The aim of this research was to determine the processes of coping with widowhood in older adults of the Pilahuin parish of the Ambato canton. The population consisted of a total of 20 widowed older adults, 10 women and 10 men, in which a qualitative approach methodology was used; the technique applied was the semi-structured interview, based on the construction of a 15-question instrument, validated through the judgment criteria of four experts; In order to investigate the mentioned dimensions, a semantic network was elaborated that made possible the analysis and synthesis of the information through the matrix of experiences, where it was determined that the coping process for older adults involves a series of emotional, social and family changes as well as changes in their daily life. In addition, a proposal for individual, family, group and community intervention was made with the objective of contributing to the process of coping with widowhood, to improve intergenerational coexistence, strengthen social support networks, the use of free time and the process of coping with grief.

Key words: Widowhood, older people, grief, coping, emotional situation.

CAPÍTULO I.

MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes Investigativos

Situación problemática

Los adultos mayores al ser un grupo de atención prioritaria y al enfrentar varios cambios en su cotidianidad como la pérdida de su cónyuge es importante abordar esta problemática a partir de una síntesis de estudios realizados.

La **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, indica que las personas viudas presentan un decrecimiento en su salud física y mental que el resto de la población de la misma edad; además, son las mujeres las que muestran una mayor incidencia, dada a su mayor esperanza de vida; así mismo las relaciones sociales satisfactorias y los vínculos de apoyo de los adultos mayores colaboran en el desarrollo de su capacidad de resistencia ante la muerte de su esposo (Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores, 2016).

La población mundial está envejeciendo y la mayoría de los países en el mundo están experimentando el incremento en el número y proporción de personas mayores; el envejecimiento se ha convertido en una de las transformaciones más significativas durante el siglo XXI por los cambios en las estructuras familiares y los lazos intergeneracionales, además de las demandas dentro de los bienes y servicios de esta población (Naciones Unidas, 2022a). A nivel mundial existen alrededor de 703 millones de personas de 65 años o más en 2019; dentro de la región de Asia oriental y sudoriental se encuentra el mayor número de adultos mayores seguida de Europa y América del Norte con más de 200 millones de esta población (Naciones Unidas, 2022b).

América Latina y el Caribe es la segunda región más rápida en el crecimiento del número de personas mayores de 60 años; sin embargo, se estima que para el 2050 se duplicará el número de personas mayores de 60 años a nivel mundial y en la región de las Américas (Organización Panamericana de Salud [OPS], 2020). La mayoría de los casos fatales de COVID-19 fueron registrados en América Latina y el Caribe ocurrieron en Brasil. Con un total de 675.871 fallecidos, este es el país más afectado por esta pandemia en la región. México registra 326.657 muertes por coronavirus (Statista, 2022).

Debido a la disminución del índice de mortalidad ha existido un considerable alargamiento de la esperanza de vida y por ende el aumento progresivo de personas longevas. En Argentina la transición demográfica se caracteriza por las bajas tasas de fecundidad y natalidad lo que indica que no hay aumento poblacional por ende existe mayor cantidad de personas mayores; el porcentaje de viudos es del 6,5% a nivel nacional de modo que, siete de cada diez varones de 65 a 84 años conviven con su pareja y cuatro de cada diez mujeres no lo hacen, lo que demuestra la mayor longevidad femenina (Pochintesta, 2016).

El **Ecuador** es un país que se encuentra en un proceso de evolución hacia el envejecimiento; en el 2014 el país tenía alrededor de 1.341.664 adultos mayores de 60 años localizados principalmente en la Costa y Sierra; uno de los factores importantes del incremento de longevos en el país es la esperanza de vida puesto que, en el 2010 el promedio de edad fue de 75 años y se prevé que para el 2050 este subirá a 80,5 años para las mujeres y 77,6 años para los hombres lo que indica un aumento significativo de población adulta mayor (Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores [FIAPAM], 2014).

El aumento del índice de población adulta mayor, así como también la mortalidad de los mismos durante la pandemia provocada por el COVID-19 ha dejado alrededor de 35,801 fallecidos lo que corresponde al 3,7% de muertes totales a nivel nacional evidenciado un crecimiento significativo en el número de viudos con cerca de 43,849 personas y 117.613 viudas dentro del área rural (Proyecto Rodillo, 2022). La viudez constituye un cambio social, económico y psicológico que afecta a la identidad de este

grupo de atención prioritaria más aún si la esperanza de vida aumenta siendo así, que las mujeres pueden llegar a vivir hasta 79,5 años mientras que los hombres viven un promedio de 73,5 años (La Nación, 2017).

La parroquia Pilahuin está ubicada en el cantón Ambato, con alrededor 12.218 habitantes donde gran parte de esta población es adulta mayor; el idioma Kichwua predomina en este sector, pero alrededor del 80% de sus habitantes también hablan español (El Herald, 2020).

Debido al incremento de personas adultas mayores y de igual forma al aumento de mortalidad provocado por la pandemia del COVID-19, es importante proponer investigaciones que permitan profundizar las problemáticas que conlleva la muerte del cónyuge durante la vejez, con el propósito de que los resultados a recabar permitan generar medidas dentro del GAD Parroquial los cuales beneficien a este grupo de atención prioritaria.

La presente investigación tiene como propósito indagar el afrontamiento de la viudez en los adultos y adultas mayores, pues se evidencia el incremento de muertes en la vejez durante los dos últimos años. Los beneficiarios directos serán los adultos mayores viudos, por otro lado los beneficiarios indirectos serán sus familiares, redes de apoyo del adulto mayor y autoridades quienes podrán acceder a la información recabada durante la investigación, este estudio investigativo es factible, debido a que se tiene la apertura por parte del GAD Parroquial de Pilahuin para el desarrollo de la investigación; además se cuenta con los recursos necesarios, las fuentes bibliográficas y sobre todo la colaboración y participación de las personas adultas mayores. Es importante destacar que el tema a investigar es **novedoso** puesto que dentro de las distintas comunidades de la parroquia es la primera investigación en abordar la viudez en los adultos mayores, siendo un tema de mucha importancia debido a que la mayoría de la población pilahuense pertenece a este grupo de atención prioritaria.

Problema científico

En la investigación se formula la siguiente interrogante:

¿Cómo enfrentan la viudez los adultos mayores de la Parroquia Pilahuin?

Delimitación del problema

Contenido

- **Línea de investigación:** Dominio 1: Fortalecimiento Social, Democrático y Educativo. 1.1 Exclusión e integración social
- **Área:** Social, Adulto mayor
- **Campo:** Trabajo Social
- **Aspecto:** Viudez

Geográfico

- **Provincia:** Tungurahua
- **Cantón:** Ambato
- **Lugar:** Parroquia Pilahuin- Rural

Unidades de observación

- Adultos mayores viudos

Temporalidad

La investigación se desarrolla en el periodo octubre 2022- marzo 2023.

Antecedentes investigativos

Por medio de la investigación bibliográfica se revisó artículos científicos y documentos investigativos sobre la viudez del adulto mayor y se establece que existen varias investigaciones en base al adulto mayor y el afrontamiento a la viudez que contribuyen al sustento teórico del tema a investigar.

El estudio investigativo realizado por Brenes (2008), denominado “Adultos (as) mayores construyendo procesos de duelo adecuados” el cual mediante el uso de técnicas participativas por medio del desarrollo de talleres buscó facilitar espacios socio terapéuticos para promover actitudes adecuadas con respecto a la elaboración del duelo brindando herramientas que permitan a usuarios (as) del Servicio de Hospital de Día en Costa Rica facilitar el proceso de duelo, es por eso que la autora nos explica que:

Durante la elaboración del duelo en personas adultas mayores es necesario el acompañamiento de sus familiares cercanos, sobre todo en aquellos casos en los cuales la pérdida funcional (física o social) y afectiva, requiere que la persona cuente con el apoyo necesario para realizar actividades de la vida diaria o instrumentales (p.21).

Los resultados de esta investigación demuestran la necesidad del acompañamiento de las distintas redes de apoyo las cuales contribuyan a que los adultos mayores atraviesen mejor el proceso de duelo, dependiendo del recurso personal basado en el nivel de resiliencia adoptado por el fallecimiento de seres queridos a lo largo de su vida

Por otra parte, González- Celis & Araujo (2010), en su artículo denominado “Estrategias de afrontamiento ante la muerte y calidad de vida en adultos mayores mexicanos” tuvo como propósito identificar y describir las estrategias que emplean los adultos mayores para afrontar la muerte, dentro de esta investigación se realizó un estudio observacional, de campo y transversal por medio de una encuesta descriptiva a 215 adultos mayores de ambos sexos y se determinó que:

La estrategia de afrontamiento más utilizada por los adultos mayores es la aceptación, pues perciben a la muerte como un suceso natural y de voluntad divina por lo tanto no les preocupa morir; además para los hombres como para las mujeres la calidad de vida es moderada y la mayoría de adultos mayores cuentan con apoyo de su familia y de las personas quienes ellos sienten cercanos lo que fortalece su estado emocional y afectivo (pp.167-190).

Dentro de esta investigación es importante considerar el nivel de resiliencia adquirido durante los años, pues se puede considerar que debido a la pérdida de familiares y amigos el adulto mayor se siente preparado para afrontar la muerte de su pareja e incluso su propio fallecimiento.

Para Montes de Oca (2011), en su artículo titulado “Viudez, soledad y sexualidad en la vejez: mecanismos de afrontamiento y superación” realizado en México, con el objetivo de conocer el significado y las percepciones sobre la viudez se realizó un estudio exploratorio, cualitativo y analítico por medio de encuestas sociodemográficas y entrevistas semiestructuradas que permitan indagar sobre cómo el adulto mayor percibe la viudez, qué significa en la vejez, sus impactos económicos y sociales, mostrando como resultado que:

La ausencia de una pareja pone en evidencia la importancia de su compañía en la vejez, la viudez representa falta de amor, sexualidad y placer que los otros familiares no pueden compensar; está oscila entre dos paradigmas la soledad y la pérdida, sin embargo, una vez superado el duelo se abre una nueva oportunidad para el amor y la sexualidad en la vejez (p.104).

Demostrando así, que los adultos mayores luego de enviudar buscan afecto no solo en redes familiares y de amigos sino también la necesidad física del placer sexual el cual los lleva a tener nuevas parejas que les puedan brindar compañía y apoyo; la viudez durante la vejez es un suceso que puede provocar cambios económicos, pérdida de identidad y deterioro de la salud por lo cual es importante considerar la percepción e importancia que el adulto mayor da a la viudez.

De acuerdo con Ayuso (2012), en su artículo “Las redes personales de apoyo en la viudedad en España”, se planteó analizar las transformaciones de las redes personales de apoyo de las personas viudas a partir del análisis de regresión de Poisson que por medio de la aplicación de una encuesta a 1214 personas de ambos sexos dio como resultado que:

La pérdida de la pareja que tradicionalmente es la persona prioritaria a la que se pide ayuda ante situaciones de necesidad hace que se deba rearticular las redes de apoyo. [...] Los hombres tienen una red mayor que las mujeres, así como los viudos/as que están trabajando y los que manifiestan una mayor frecuencia de asistencia a servicios religiosos, por lo que las actitudes familiaristas y la mayor confianza social contribuyen al mantenimiento de estas redes personales (pp.3-24).

Esta investigación demuestra que las distintas redes de apoyo en los adultos mayores son fundamentales pues ayudan a participar de forma activa dentro de las actividades sociales, económicas y culturales; además que los amigos y familiares de apoyo cumplen un rol significativo como sostén del bienestar psicológico.

El estudio de Pochintesta (2016), titulado “La transición a la viudez en el envejecimiento” tiene como objetivo analizar el impacto del adulto mayor frente a la pérdida en varones y mujeres de alrededor de 80 años; el método que utilizó fue el estudio cualitativo en donde se realizó 17 entrevistas que permitieron reconstruir la trayectoria biográfica de los participantes, obteniendo como resultado tres ejes importantes que caracteriza las experiencias durante la viudez estos son: los cambios en la organización de la vida cotidiana, las fuentes de apoyo social y las emociones que surgieron a raíz de la muerte de la pareja, evidenciando que las personas experimentaron inestabilidad económica, incremento del sentimiento de soledad y abandono de actividades compartidas anteriormente con su cónyuge.

Esta investigación demuestra que el fallecimiento de la pareja tanto femenina como masculina afecta la organización de la cotidianidad y rutinas dentro del hogar, además de que el acompañamiento familiar durante y después de la pérdida ayuda a mitigar el dolor y sentimiento de soledad.

Balacco (2018), en su tesis investigativa sobre las “Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico frente al duelo por viudez en el adulto mayor” en Argentina, tuvo como objetivo describir las estrategias de afrontamiento a través de un estudio cuantitativo- descriptivo realizado a una población de 40 adultos mayores de ambos

sexos, tomando en cuenta factores adaptativos emocionales, sociales y cognitivos entendidos desde una perspectiva psicológica que dieron como resultado que:

Las redes de apoyo social y la reestructuración cognitiva son indicadores de adaptación frente a la pérdida, demostrando que la estrategia menos usada por los adultos mayores estudiados es la evitación de problemas, sosteniendo así una vida activa, de aprendizaje continuo y de participación social lo cual indica que el afrontamiento al duelo por viudez no es patológico sino más bien una adaptación resiliente frente a la muerte de la pareja (pp. 37-39).

Es así como, dentro de la investigación presentada se puede destacar que la viudez durante la vejez es más llevadera puesto que la pérdida de familiares y amigos a lo largo de las etapas de su vida permite desarrollar estrategias de afrontamiento las cuales conducen de forma positiva la adaptación a la ausencia de su pareja.

Finalmente se considera a Pochintesta (2021), en su artículo titulado “Soledad, envejecimiento y viudez en el curso de la vida” investiga sobre las distintas formas en que las personas viudas en Argentina afrontan la viudez en relación a la edad, tomando en cuenta el género, sentimientos de soledad, los tipos de apoyo social, las actividades que dejaron de realizar y las que implementaron; a partir de una estrategia metodológica cualitativa en las que se aplicó entrevistas a personas con una edad promedio de 73 años con alrededor de 4 años de viudez, obteniendo como resultado que:

La viudez es determinada por la posición en el curso de la vida como también por las diferencias de género y del apoyo social percibido, destacando que las mujeres cuentan con mayor apoyo emocional que ayuda al desarrollo de fortaleza individual en la que se descubre cierta “libertad” en la toma de decisiones, por el contrario, a los viudos les afecta más la soledad subjetiva o emocional y les dificulta asumir tareas domésticas lo que les impulsa al deseo de buscar una nueva pareja (pp. 15-19).

Este artículo visibiliza la diferencia del afrontamiento femenino y masculino de acuerdo a la edad en la que enviudaron, destacando que es importante el apoyo social formal e informal durante el proceso de duelo en las distintas etapas de la vida pues permite enfrentar de forma más llevadera la viudez.

Desarrollo Teórico

VIUDEZ

El compartir con una pareja durante varios años hace que los lazos afectivos crezcan y el fallecimiento especialmente del cónyuge de un matrimonio de adultos mayores afecta considerablemente en el desarrollo cotidiano de sus actividades; además puede provocar sentimientos de soledad y abandono.

La viudez hace referencia a un estado civil que aparece tras el fallecimiento de alguno de los cónyuges, identificándose como la fase de la extinción del ciclo familiar dado que, tradicionalmente era la forma más común de que se presente la disolución del vínculo matrimonial (Fernández & Tobío, 1999, pp. 67-97).

Desde el punto de vista Cárdenas & Infante (2005), la viudez representa un quiebre parcial de la familia originaria o al menos del enlace matrimonial del cual también existen otras transformaciones importantes en el curso de vida como la posible inestabilidad económica y los cambios en el estilo de vida o de vivienda.

La viudedad provoca cambios y una reestructuración en cuanto a la posición que ocupa la persona dentro del contexto social al que pertenece, rearticulando las relaciones económicas, familiares y de amistad las cuales influyen dentro de su vida cotidiana (Ayuso, 2012).

La viudez es un factor de cambio en la vida de cualquier persona, provoca inestabilidad económica, social y emocional; a continuación, se realizará un recorrido bibliográfico de lo que conlleva la viudez en especial en los adultos mayores.

Viudez en adultos mayores

Autor	Definición
Iglesias (2001)	La viudez en los adultos mayores es uno de los trances más amargos de la existencia humana, está impregnada de efectos negativos como la soledad, la cual en un gran número de casos el apoyo que reciben de los familiares, vecindario y amistades no alcanza a proporcionar consuelo ante el dolor sobrevenido (p.73).
Sánchez (2005)	“La viudez en el adulto mayor se caracteriza por la aflicción o duelo, soledad, pérdida de compañía, cambios en los estilos de vida y circunstancias de la persona, pues estos experimentan alteraciones significativas en su calidad de vida” (p. 145).
Sánchez (2009)	La viudedad es un acontecimiento de gran incidencia en la vida del adulto mayor, no sólo por la merma de las condiciones funcionales, sino, sobre todo, por la carencia de un apoyo afectivo y la disminución económica, siendo estos factores altamente determinantes en la caracterización de la viudedad en la vejez (p. 16).
Fernández & Ponce de León (2012)	“La muerte del cónyuge sobre todo si se casaron jóvenes da lugar a profundos sentimientos de pérdida y produce cambios drásticos en las circunstancias económicas y sociales, el fallecimiento de la pareja significa la pérdida

	de una persona irremplazable enfrentándose a un rol desconocido que es la viudedad” (p. 123).
Pochintesta (2016)	La viudez constituye un evento clave en el proceso de envejecimiento porque puede producir cambios económicos, sociales y emocionales que afectan la identidad e incrementa la vulnerabilidad del adulto mayor; la muerte del cónyuge aumenta el riesgo de contraer enfermedades físicas o mentales principalmente en los dos primeros años (p. 5).
López & Díaz (2018)	La muerte de la pareja genera un vacío emocional difícil de restaurar, pues produce sentimientos de soledad que en muchos casos se convierten en trastornos depresivos que pueden afectar a su salud, pues temen sufrir algún accidente o una enfermedad repentina estando solos.

La viudez en adultos mayores se caracteriza por la presencia de sentimientos de aflicción, soledad y pérdida de compañía, durante esta etapa, la muerte del cónyuge aumenta el riesgo de contraer enfermedades físicas o mentales, cambios en la situación económica y estilos de vida y la carencia de redes de apoyo que dificulta el bienestar del adulto mayor.

La posición en el curso de vida y la viudez

Quedarse sin los seres queridos, especialmente sin el cónyuge, es una de las pérdidas más comunes en la vejez; por tanto, la viudez, es habitual en la edad avanzada que, en cualquier otra etapa de la vida, al igual que la jubilación, la pérdida del cónyuge constituye un acontecimiento predecible (Sánchez C., 2005, p.145).

El momento de la vida en el cual se produce la pérdida de la pareja es un hecho importante que permite diferenciar la experiencia de la viudez de acuerdo a la posición en el curso vital. El envejecimiento es un proceso gradual y adaptativo que conlleva cambios biológicos, psicológicos y emocionales; Mendoza- Núñez & Martínez (2013), categorizan a los adultos mayores en:

Se catalogan adultos mayores a las personas de 60 años y más en los países en desarrollo; sin embargo, en los países desarrollados se considera a este grupo a partir de los 65 años de edad clasificándolos en: viejos-jóvenes a las personas de 60-74 años en donde el 80% de estos adultos mayores aún son funcionales y sanos; viejos- viejos a los de 75 a 84 años con limitadas actividades físicas; viejos- longevos a los de 65 a 99 años y centenarios a los de 100 años y más (p.445).

Varias investigaciones mencionan que la viudez tiene un significado distinto en función de la etapa histórica en la que la experimentan, así como también del número de años que vivieron como pareja, el género de quien vive la viudez y de la descendencia (Montes de Oca, 2011).

La pérdida del cónyuge se incrementa en la vejez por la situación física y mental por la que se encuentran, por lo que puede resultar más complejo el proceso de duelo y afrontamiento a la ausencia del ser querido, sin embargo, también se considera el nivel de resiliencia adquirido con el tiempo lo que también puede ser de ayuda la superación de la muerte de la pareja.

Envejecimiento

Los adultos mayores debido a sus condiciones biológicas y sociales se consideran individuos vulnerables socialmente, al vivir en situaciones de riesgos determinados por la carencia de recursos personales, económicos, del entorno familiar, comunitario y de acceso a las políticas de protección del estado están propensos a sufrir daños en su salud lo que amenaza con la satisfacción de sus necesidades y violación a sus derechos (Guerrero & Yépez, 2015, p. 122).

Según Martín (2003), el envejecimiento es un fenómeno que se encuentra presente en el ciclo vital de las personas con una serie de cambios a nivel físico, psicológico y social, por lo que se hace hincapié en los siguientes aspectos:

- Aspectos físicos. Relacionado al envejecimiento biológico como los cambios estructurales y funcionales del organismo que afecta a la salud.
- Aspectos psicológicos. – Comprende de los procesos sensoriales, las destrezas motoras, las percepciones, la inteligencia y las habilidades del proceso de aprendizaje en los que se presenta disminución de la autonomía personal y los cambios en cuanto al funcionamiento cognitivo y la personalidad.
- Aspectos sociales. – Dentro de este aspecto la vejez esta vista socialmente desde perspectivas positivas y negativas las cuales agregan que el adulto mayor aporta con experiencia y sabiduría dentro de una comunidad.

Viudez femenina

“La viudez es tres veces más común entre las mujeres que entre los hombres por la diferencia en la expectativa de vida y por el patrón de casamiento entre mujeres jóvenes y hombres mayores” (Sánchez, 2005 p.147).

Las viudas experimentan más problemas afectivos y emocionales consecuencia de los conflictos económicos que muchas atraviesan, cayendo así en la necesidad de adaptarse mucho más rápido que los hombres, la viudez no solo es un estado civil, sino que implica una serie de vulnerabilidades que traen consigo una imagen de debilidad, necesidad, indigencia y desgracia; desde una perspectiva histórica, el hecho de ser viuda conllevaba a prácticas extremas como el cortarse el pelo, vestirse de blanco y dedicarse a la oración aisladas de su familia puesto que eran consideradas de “mal agüero” (Tovar, 1999).

Es así como Arber & Ginn (1996), menciona que “la viudedad de la mujer se asocia a la reducción de los ingresos económicos, las viudas adquieren la libertad de emplear el dinero como quieran y a pesar de perder un compañero para toda la vida, algunas mujeres dan por buena la liberación del agotador trabajo rutinario (p. 29).

El estado civil de viuda puede ser social y psicológicamente más difícil para la mujer que para el hombre, debido a que, según Sánchez (2005), el matrimonio es considerado más importante para la mujer que para el hombre y la pérdida del papel de esposa puede ser más perturbador para la mujer, la viuda suele ser más forzada a enfrentar la viudez sola y tiene mayor dificultad en su estabilidad económica (p.149).

La mujer frente a la viudez era considerada vulnerable en cuanto a su situación económica y social a diferencia de los viudos, anteriormente no tener cónyuge constituía un factor de aislamiento y desigualdad social por la pérdida de identidad provocada por la ausencia de la figura masculina.

Viudez masculina

“La probabilidad de que los hombres enviuden en la vejez es menor que la de las mujeres, por lo que es menos probable que dependan de sus hijos; su mejor garantía para una vejez bien respaldada es el matrimonio y no la paternidad” (Arber & Ginn, 1996, p. 236).

Para los hombres la situación de viudedad puede ser un acontecimiento dolorosamente inesperado; habiendo delegado muchas tareas de la vida diaria en sus parejas puede encontrarse abrumados, impotentes e incapaces de valerse por sí mismo (Fernández & León, 2012). La viudez en los hombres puede percibirse como un evento traumático puesto que su adaptación es más negativa que positiva y generan una sensación de soledad dentro del hogar que provoca constantes cambios emocionales (Fernández-Ballester, 2007).

La viudez en los hombres puede tornarse difícil por los cambios dentro del hogar, los viudos tienden a no expresar sus emociones y aislarse de familiares; muchos de ellos

toman la decisión de buscar una nueva pareja quien le ayude con la organización y cubra el vacío de su pareja, muy pocos acuden a la ayuda de sus hijos.

Duelo

El duelo según Flórez (2002), es aquel sentimiento subjetivo el cual es provocado por la muerte de un ser querido, desde la perspectiva psicosocial el elaborar correctamente un duelo conduce a la reconstrucción del mundo interno evitando crear psicopatologías las cuales afecten al bienestar de la persona.

El duelo son todos los sentimientos, reacciones y cambios que ocurren durante el proceso de cicatrización de una herida por la pérdida de alguien querido, las alternativas que permiten seguir con el curso de la vida consiste en experimentar el sufrimiento, sentir toda la angustia, temor y dolor según se vayan presentando en el proceso de duelo (O'Connor, 2014).

El duelo abarca una serie de sentimientos asociados a la tristeza, depresión y miedo a ver la realidad, es un proceso complicado el cual la mayoría de las personas lo superan con resignación ante la ausencia de la pareja la misma se torna más difícil sobre todo si dentro de la relación hay hijos menores.

Tipos de duelo

Tomando en cuenta a Meza et al. (2008), el duelo es una reacción emocional y del comportamiento que se expresa en forma de sufrimiento y aflicción dado que el vínculo afectivo se quiebra; por lo que clasifica a los tipos de duelo en:

- a) Duelo patológico. - También conocido como duelo complicado, es la intensificación del duelo al punto en que la persona tome conductas desadaptativas y su dolor moral se prolongue considerablemente en el tiempo.
- b) Duelo anticipado. - Este duelo comienza mucho antes de la muerte de la persona, generalmente se da cuando existe un pronóstico de incurabilidad por

lo que la oportunidad de compartir sentimientos y prepararse para la despedida produce una adaptación inconsciente a la situación.

- c) Preduelo. – Es un duelo completo que consiste en asegurar que el ser querido ha muerto en cuanto a su estado de salud; se considera que la persona esta transformada por su enfermedad y no se la reconoce.
- d) Duelo inhibido o negado. – Sucede cuando la persona no afronta la realidad de la pérdida y permanece eufórico.
- e) Duelo crónico. – Tiene una duración excesiva y nunca alcanza a una conclusión satisfactoria por lo que este tipo de duelo puede llegar a ocupar toda una vida.

Duelo en adultos mayores

Flórez (2002), menciona que, el duelo en ancianos se caracteriza por las experiencias de pérdidas pasadas y las emociones ya experimentadas, pues se considera que ya han enfrentado al duelo de distintas formas como la muerte del esposo o esposa, los amigos, los familiares o vecinos, el cambio de estatus laboral y la disminución de las capacidades físicas y de salud; los adultos mayores invierten más energía física y emocional durante su proceso de duelo y muchos de ellos pueden vivir un duelo constante por posibles pérdidas sucesivas de personas cercanas lo que permite vivir cada duelo con menor intensidad.

El duelo en adultos mayores se presenta con dolor y angustia, este se origina de tres maneras debido a que se afligen por sus nietos, sus hijos o por ellos mismo; por su condición estas personas con experiencia creen que deben manejar mejor la angustia producida y servir como ejemplo para el entorno familiar, pero por varias circunstancias pueden hacer que experimenten un total fracaso cumpliendo su papel de abuelos y padres (Montoya-Carrasquilla, 2012). Los adultos mayores sienten la responsabilidad emocional de su familia frente algún tipo de pérdida y no demuestran sus sentimientos esto especialmente ocurre en los hombres quienes tratan de mantener el dolor y angustia de toda la familia.

Etapas del duelo

Las circunstancias de viudez durante la vida se caracterizan por el gran desafío adaptativo de la persona viuda y su sistema familiar, puesto que, la viudez es un evento el cual transforma el curso de la vida y depende de la experiencia entre individuos, familias y culturas para sobrellevarla.

Carevic (2003), postula que el duelo en el adulto mayor tiene más dificultades de adaptación a los cambios pues la pérdida es predominante en su vida emocional, este se asemeja al duelo de un niño debido a la dependencia y la actitud de búsqueda propia del instinto de la niñez, la autora plantea cuatro etapas del proceso de duelo:

1. Impacto y perplejidad o shock. – Esta etapa comienza al momento de conocer la noticia de la muerte y puede durar hasta seis meses; el adulto mayor se enfrenta a una realidad distinta en la que se siente confundido, experimentando sentimientos de pena y dolor, incredulidad y confusión.
2. Rabia y culpa. – Existe un desorden emocional y la muerte es aceptada como un hecho, por lo que el adulto mayor comienza un proceso de búsqueda y empieza a expresar los sentimientos que sentía hacia su pareja.
3. Desorganización del mundo, desesperación y retraimiento. – Esta etapa puede durar hasta dos años, en los surgen sentimientos de culpabilidad, soledad, añoranza y autorreproche, pues el anciano siente rabia y toma comportamientos no meditados como el soñar con el fallecido, frecuentar los mismos lugares al que iba con su pareja e incluso presenta sensaciones físicas como tener el estómago vacío o hipersensibilidad a los ruidos.
4. Reestructuración del mundo, reorganización y sanación. – El adulto mayor acepta la ausencia de su pareja y vuelve a reconstruir su sentido de vida y paz sintiendo calidez en las personas quien lo acompañan, esta etapa puede llegar a durar hasta dos años.

Por otro lado, Kubler-Ross & Kessler (2015), también mencionan que el duelo es un conjunto de reacciones que muchas personas afrontan pero que no todas las experimentan de la misma forma, pues cada persona lleva un duelo propio y al ritmo de su vida; los autores postulan cinco etapas de duelo:

1. Negación. – La persona no llega a entender que su ser querido no va a volver a estar junto a él y busca refugio.
2. Ira. – Se manifiesta de muchas maneras como la ira contra un ser querido o contra el mismo por no haber cuidado mejor de la persona fallecida, sin embargo, la ira es una etapa necesaria en el proceso curativo.
3. Negociación. – La mayoría de las veces va acompañada de culpa y se habla de un “ojalá” para criticar y cuestionar lo que cree se pudo haber hecho mejor.
4. Depresión. – Aparece la sensación de vacío y el duelo se encuentra en un nivel más profundo, es importante entender que esta depresión es una respuesta adecuada ante una gran pérdida.
5. Aceptación. – En esta etapa se asume el hecho de que el ser querido se ha ido físicamente y se reconoce que existe una nueva realidad.

Vivir cada una de las etapas del duelo es importante puesto que permite experimentar una serie de sentimientos los cuales ayudan al proceso de afrontamiento y sanación, sin embargo, el recorrido de cada una de las etapas no tiene un tiempo establecido, sino que cada persona vive el duelo conforme a su estabilidad emocional y social.

Estrategias de afrontamiento

La viudez en los adultos mayores viene acompañada de un largo proceso de duelo y con ello varias estrategias de afrontamiento que permiten dirigir las emociones o sentimientos a actividades que posibilitan que el duelo sea llevadero.

Lazarus & Folkman (1986), citados en la investigación de Álvarez & Cataño (2019), definen al afrontamiento como las estrategias que se utiliza a nivel cognitivo y conductual para manejar situaciones internas o externas que permitan dominar las emociones y mantener la autoestima.

Por otro lado, las estrategias de afrontamiento también son entendidas como recursos psicológicos que la persona emplea para hacer frente a situaciones estresantes, estas pueden aplicarse de forma individual o con el grupo familiar lo que ayuda a garantizar el bienestar común de sus miembros (Macías, Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013).

Dimensiones de la Viudez en Adultos Mayores

Al hablar de la viudez en adultos mayores y cómo enfrentan la pérdida de su pareja se considera las siguientes dimensiones que permiten indagar sobre las estrategias de afrontamiento que usa el adulto mayor: relación de pareja, afrontamiento conductual, afrontamiento cognitivo y afrontamiento afectivo.

Relación de pareja

“La relación de pareja durante el matrimonio influye en la forma en que los adultos mayores afrontan la viudez; especialmente la satisfacción con el matrimonio, el tipo de rol y el mantenimiento de este después de la pérdida, así como la dependencia instrumental o económica de su pareja” (Reyes et al., 2020, p.13).

La viudez en la mujer puede verse de forma diferente que al del hombre puesto que varias de ellas reaccionan de manera distinta ante la muerte del esposo, esto dependiendo de la relación marital; para algunas el fallecimiento de su esposo representa la pérdida de una persona muy especial porque compartían una relación de múltiples significados, pero en otras la viudez comprendía un cambio y pérdida de posición social y estilo de vida (Sánchez C. , 2005).

La relación de pareja en muchos adultos mayores se la puede vivir de forma saludable puesto que la mayoría tienen experiencia amorosa basada en el compromiso y la responsabilidad, sin embargo, los cambios físicos que produce la vejez como la presencia de enfermedades puede provocar el deterioro e insatisfacción marital; la muerte de uno de la pareja puede ser considerada como un evento doloroso o de liberación dependiendo de la situación y vínculos que existía durante el matrimonio.

Satisfacción de las relaciones de pareja

La muerte de un compañero especialmente en los adultos mayores con quien compartieron gran parte de su vida puede afectar el bienestar y la independencia afrontando una serie de problemas emocionales y prácticos esto dependiendo de cuán satisfactoria haya sido o no la relación marital; el adulto mayor sobreviviente de un matrimonio feliz perdió a su amante, confidente, buen amigo y compañero fiel; sin embargo, para aquellos que durante su matrimonio no se sentían libres o enfrenaban una responsabilidad de cuidado hacia su pareja, la viudez puede permitir un alivio y una oportunidad de desarrollar nuevos intereses (Sánchez C. , 2005).

La satisfacción con la relación afectiva al compartir anteriormente actividades placenteras y un ambiente agradable dentro de su hogar muchas veces refleja que la satisfacción con el matrimonio facilitó un afrontamiento activo debido a que veían su relación como una meta de vida cumplida (Reyes et al., 2020).

Compartir dentro de la relación de pareja

La interacción dentro de la relación de pareja usualmente suele aumentar con el pasar de los años, las transiciones de las distintas etapas del ciclo vital familiar hacen que la relación y los vínculos se fortalezcan encontrando nuevamente actividades y renegociando nuevos proyectos de vida que los acompañaran durante la vejez (Criado, 2018). La viudez y el tipo de afrontamiento que se use dependerá de la unión sentimental y de complicidad que la pareja tenía, constituyendo así un factor predominante dentro del proceso de duelo.

Estilos de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son aquellas conductas, formas de pensar, emociones y sentimientos positivos que se utiliza para sobrellevar situaciones estresantes, a continuación, se detalla los distintos tipos de afrontamiento, indicadores y estrategias.

Para Lazarus & Folkman (1986), el afrontamiento utiliza refuerzos cognitivos, emocionales y conductuales dirigidos a manejar demandas internas y sociales que ponen a prueba los recursos de la persona; los autores determinan tres dominios de afrontamientos con sus respectivas estrategias basadas en la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M) la cual, permite conocer las distintas herramientas que se utiliza para sobrellevar la pérdida de un ser querido.

Afrontamiento conductual

Para sobrellevar el proceso de duelo se debe implementar ciertas actividades y conductas las cuales permitan afrontar la situación y los sentimientos negativos que provoca el fallecimiento de la pareja, esto dependiendo de los recursos culturales, familiares y afectivos que pueda tener el adulto mayor. El afrontamiento conductual es aquel que ayuda a confrontar la realidad, dirigiendo las emociones hacia una reapreciación positiva y una nueva valoración de la situación que causa estrés (González-Celis & Araujo, 2010).

Estrategias de afrontamiento:

- Evitación comportamental. – Estrategia comportamental que con lleva la realización de actividades o acciones que ayude a tolerar ciertos problemas o a neutralizar emociones estresantes (Londoño et al., 2006).
- Expresión emocional abierta. - Estrategia que consiste en expresar las dificultades presentadas para afrontar las emociones expresándolas con el objetivo de resolver el problema (Pérez & Rodríguez, 2011).

Organización de la vida cotidiana

El proceso de duelo y con ello el afrontamiento a la viudez supone la realización de actividades y cambios a los que la persona viuda debe enfrentarse como, la alteración en las actividades cotidianas, horarios o incluso el nivel económico, pero sobre todo los nuevos roles que debe desempeñar a partir del fallecimiento de su pareja (Pérez M., 2013).

El adaptarse a la ausencia del cónyuge supone una reorganización a corto o largo plazo de las actividades que realizaba, ya sea de forma individual o familiar lo que puede modificar la estructura de convivencia y el conjunto de redes de apoyo con los que cuenta el adulto mayor.

Los roles de género que desempeñan la viuda o el viudo son importantes dentro del proceso de afrontamiento dado que evita la ruptura de la cotidianidad e identidad (Reyes et al., 2020). Los viudos asumen las tareas domésticas sin embargo muchos deciden contratar empleadas las cuales cumplan con esta función; por otro lado, las viudas al no contar con una figura masculina quien les ayude en tareas de construcción o arreglos de su vivienda recurren a sus yernos o hijos.

Las tareas domésticas frente a la viudez constituyen un motivo de entretenimiento y recurso preventivo de la soledad; los adultos mayores en especial de las zonas rurales suelen distraerse con los animales y plantas dedicándoles tiempo cotidiano que proporciona energía y compañía dentro del hogar (Iglesias, 2001).

A partir de la muerte del cónyuge las actividades constituyen un cambio dentro de vida cotidiana del viudo o viuda, ciertas actividades se transforman y otras se implementan posteriormente a la viudez, sin embargo, el fallecimiento de la pareja marca generalmente el abandono de las actividades físicas como de las recreativas y al mismo tiempo el distanciamiento social de familiares y amigos (Pochintesta, 2021).

Es importante destacar los roles de género dentro de la organización de la vida en donde se puede evidenciar que la intencionalidad de buscar una nueva pareja está

marcada en los viudos que en las viudas teniendo más apoyo por parte de sus familiares quienes impulsan mantener nuevas nupcias, por el contrario, las mujeres se direccionan más a fortalecer relaciones cercanas con sus familiares en especial con sus hijos.

Economía

La viudez se asocia a la inseguridad económica especialmente en las mujeres ancianas lo que puede simbolizar pobreza y aislamiento social por falta de recursos (Sánchez, 2005); por otro lado, los hombres vuelven a casarse y su situación económica no varía tanto por su situación laboral como educativa.

Montes de Oca (2011), menciona que gran parte de las mujeres a lo largo de su vida dependen económicamente de sus esposos lo que significa que al enviudar pierdan su principal fuente de apoyo económico y son expuestas al mercado de trabajo sin antes contar con experiencia laboral lo que les ubica como vulnerables.

El problema económico en la vejez y la jubilación lo experimentan las mujeres viudas y en general todas aquellas personas quienes no han estado dentro del mercado de trabajo y carecen de beneficios como una pensión de jubilación dada a su dedicación exclusiva a las tareas domésticas, por lo que gran número de mujeres deben conformarse con pensiones de viudedad en las que el monto que reciben es muy reducido lo que limita el pleno desarrollo y disfrute de su calidad de vida (Iglesias, 2001).

Otro posible ingreso económico además de pensiones de viudedad es el montepío la cual constituye una pensión mensual que entrega el IESS a viudos, viudas, huérfanos o padres del afiliado o jubilado fallecido, el beneficiario percibe el sesenta por ciento de la renta causante siempre y cuando se demuestre anteriormente la convivencia mayor a dos años (Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social [IESS], 2022).

El apoyo instrumental implica recibir asistencia dentro de las tareas domésticas o durante un proceso de enfermedad, en los adultos mayores es más frecuente este tipo

de apoyo por el aumento de la fragilidad durante la vejez; en el caso de los hombres prefieren “no molestar” a sus hijos y contratar personal quien le ayude en los quehaceres del hogar; mientras que en las mujeres reciben apoyo por parte de otras mujeres como hijas, nietas y nueras; mientras que los hijos brindan apoyo económico (Pochintesta, 2019).

La participación en actividades laborales de los adultos mayores disminuye por su condición física, sin embargo, los adultos mayores jóvenes hombres buscan sobrellevar la pérdida de su cónyuge participando activamente en trabajos de medio tiempo, centros de día, clubs o realizando actividades de ocio, mientras que las mujeres por su escasa experiencia laboral buscan apoyo económico por medio del cuidado de nietos o ayuda en quehaceres domésticos de sus hijas, hijos, nueras o yernos.

Afrontamiento cognitivo

Los procesos cognitivos son pensamientos automáticos que se pueden dar de forma positiva cuando redirigimos nuestra perspectiva hacia la reestructuración del bienestar biopsicosocial o de manera negativa cuando los pensamientos repetitivos ocasionan obsesión con el fallecimiento de la pareja.

Es así que el afrontamiento cognitivo está dirigido a la valoración, es un intento de lograr encontrar un significado al suceso y valorarlo para que resulte menos doloroso y estresante (Krzemien, Monchietti, & Urquijo, 2005).

Estrategias de afrontamiento:

- Evitación cognitiva. - Esta definida por la aplicación de estrategias internas para evitar exponerse a un pensamiento o imagen que provoca estrés y reduce temporalmente la ansiedad (González, Ramírez, Mar Brajin, & Constanza, 2017).
- Reevaluación positiva. – Estrategia cognitiva cuyo objetivo es configurar pensamientos positivos es decir tratar de reconvertir una situación difícil en algo

menos grave o preocupante del cual se puede extraer algún aspecto positivo (Gismero- González, Bermeo, Prieto, García, & Hernández, 2012).

- Liberación cognitiva. – Generalmente ocurre luego de una liberación conductual, consiste en realizar una serie de actividades que permitan distraer y evitar pensamientos estresantes (Di-Colloredo, Aparicio, & Moreno, 2007).
- Religión. – Se expresa a través del rezo y la oración con peticiones dirigidas a tolerar la situación que causa el desbalance emocional de la persona quien está viviendo el proceso del duelo (Londoño et al., 2006).

Optimismo

El proceso de duelo conlleva una serie de sentimientos de tristeza y aflicción, sin embargo, la lucha constante de afrontar la ausencia del ser querido dirige a la persona a producir emociones positivas entre las que se destaca el optimismo como una herramienta de resiliencia que permite en los adultos mayores visualizar de manera distinta el perder a su esposo o esposa;

García-Alandete (2011), describe al optimismo como una competencia personal para adaptarse a circunstancias dolorosas, está no solo ayuda a mantener un bienestar psicológico sino también físico, pues dirige a la persona que se encuentra emocionalmente inestable a dar un sentido a su vida y a encontrar esperanza y felicidad.

Liberación

Después del fallecimiento del cónyuge la viudez puede ser un suceso de repercusiones apacibles la cual provoque cierto sentimiento de liberación y tranquilidad; la primera porque puede que el adulto mayor atravesó un largo proceso de enfermedad y la segunda connota el sentir del “deber cumplido” como cónyuge (Bertoche, 2020).

Las viudas quien generalmente gracias a las redes de apoyo enfrentan más rápido la pérdida del cónyuge a comparación de los hombres descubren cierta “fortaleza” individual la cual aumenta su capacidad de superación como libertad pos viudez esto pasa usualmente en adultos mayores cuyos vínculos conyugales estaban sujetos a obediencia consentida (Pochintesta, 2021).

Espiritualidad

Tras el fallecimiento del ser querido uno de los principales recursos a los que acuden las personas es el apoyo en la religión como fuente para reconstruir el sentido de vida; la confianza y la fe en un ser supremo genera la esperanza de que todo tiene un por qué y guarda la ilusión de que la persona fallecida se encuentra en un mejor lugar.

Los adultos mayores buscan reconfortarse y aliviar las consecuencias negativas a través de la religión la misma que promueve efectos positivos en la salud mental de las personas religiosas (Yoffe, La religión y la espiritualidad en los duelos: desde la visión de la psicología positiva , 1984). Esta es una de las estrategias más utilizadas por las personas mayores especialmente de las zonas rurales quienes consideran que la muerte es un plan de Dios lo cual les provoca tranquilidad mediante las prácticas de oración y rezo.

El amparo en la religión es el principal aliado de los creyentes que mediante la fe ayuda al proceso de reorganización de la vida, la pérdida de la pareja pese al dolor que provoca puede llegar a asimilarse como un hecho divino o natural que consuela al viudo; la mayoría de adultos mayores encuentran confort al hablar con frecuencia a imágenes de Cristo, vírgenes o santos.

Afrontamiento afectivo

El afrontamiento afectivo está dirigido al control de las emociones con la ayuda de las redes de apoyo quienes brindan soporte emocional frente a la situación que genera estrés. Este afrontamiento actúa como modificador de los aspectos sentimentales y el intento de mantener el equilibrio afectivo; se enfoca en la regulación emocional y los

esfuerzos por superar el malestar tras el suceso doloroso (Krzemien, Monchietti, & Urquijo, 2005).

Estrategias de afrontamiento:

- Búsqueda de apoyo social. – Refiere al apoyo percibido por los grupos cercanos de familiares, amigos e instituciones que ponen a disposición el brindar ayuda afectiva y apoyo emocional para enfrentar la situación problemática (Pérez & Rodríguez, 2011).
- Evitación emocional. – Estrategia que evita expresar las emociones por la desaprobación social que conlleva el problema a enfrentar (Pérez & Rodríguez, 2011).

Redes de apoyo social

El envejecimiento trae consigo una serie de cambios físicos, emocionales y en especial sociales, durante la vejez se pierde gran número de amigos, familiares y de la pareja como acompañante de vida; el debilitamiento de estas redes sociales puede provocar sentimientos de abandono y soledad ante la ausencia de algún familiar o grupo de amigos quienes propicien de cuidados y compañía.

La red de apoyo social es aquel conjunto de relaciones familiares y no familiares que brindan asistencia afectiva o varios tipos de ayuda, entre ellos el apoyo emocional, económico, compañía o consejo (Sluzki, 2002).

Mantener una red social durante la vejez es complicado debido a la condición física por la que atraviesa el adulto mayor; de manera que, la construcción e intercambio social es importante para incorporar nuevas relaciones con amigos y familiares que permita sobrellevar los distintos cambios que se producen dentro de este ciclo. La pérdida de vínculos cercanos es frecuente durante el envejecimiento esta se puede dar por dos aspectos, la primera por la muerte de miembros de la familia o amigos y la segunda por la desvinculación voluntaria de personas con las que compartía o mantenía

algún tipo de relación (Arias, La Red de Apoyo Social: Cambios a lo largo del ciclo vital, 2015).

Tipos de apoyo

Según Guzmán, Huenchuan, & Montes de Oca (2002), mencionan cuatro tipos de apoyo:

- a) Apoyo material. – Implica la ayuda monetaria como el recibir pensiones, remesas, regalos o no monetaria como ropa, comida o pago de servicios.
- b) Apoyo instrumental. – Colaboración en los quehaceres del hogar, cuidado o acompañamiento.
- c) Apoyo emocional. - Se expresa por medio de demostraciones de afecto, empatía, reconocimiento y cariño, generalmente estos sentimientos se dan por parte de la familia y se demuestra a través de visitas periódicas.
- d) Apoyo cognitivo. – Intercambios de experiencias, consejos e información.

Apoyo formal

El sistema de apoyo formal es aquel que se recibe por una organización burocrática con el objetivo de brindar apoyo a ciertas áreas determinadas donde se utiliza profesionales o voluntarios que garantizan metas; generalmente se realizan intervenciones para dar cumplimiento a políticas públicas (Salinas, Manrique, & Téllez, 2008).

Las redes comunitarias son las que más brindan acciones hacia esta población en donde las personas mayores reciben apoyo por medio de aportes materiales, instrumentales y apoyo emocional; se trata de las entidades de auxilio y beneficencia que participan activamente con este sector en beneficio de su calidad de vida (Guzmán, Huenchuan, & Montes de Oca, 2002).

Los centros de atención permiten brindar compañía y asistencia en distintas áreas, los adultos mayores viudos asisten a centros de jubilados, centros de día o clubes en los

que desarrollan distintas actividades y les permite estar activos y acompañados de vecinos y de profesionales quienes ayudan a fortalecer la situación emocional del adulto mayor.

Apoyo informal

El apoyo informal está constituido por la familia, considerada como uno de los vínculos afectivos más comunes en las personas mayores, sin embargo, hacia el futuro pone en duda la capacidad de brindar cuidados debido a tres factores: los cambios demográficos por la disminución del número de miembros de la familia y posibles proveedores de apoyo; la participación de mujeres en actividades económicas e independencia, lo cual provoca el cambio en sistemas familiares en los que gran parte de apoyo en la vejez era de la mujer y el cambio sustancial en el apoyo familiar mediante la cohabitación de los adultos mayores (Guzmán, Huenchuan, & Montes de Oca, 2002).

El apoyo social informal está conformado en primer lugar por la familia y en segundo por amigos y vecinos; las relaciones familiares y convivencia son una prioridad pues, son una de las fuentes de satisfacción y valía para los adultos mayores puesto que, constituyen un sistema de cuidado de salud y afectivo que reduce la posibilidad de institucionalización (Sánchez, 2005).

Relaciones familiares

Las relaciones familiares tras enviudar en las mujeres pueden verse más firme pues muchas de ellas deciden mantener el cuidado de sus nietos y reciben mayor apoyo económico por parte de sus hijos, sin embargo, algunas adultas mayores prefieren mantener una familia unipersonal que mudarse a vivir con sus familiares considerando esto como último recurso.

“Las viudas sin hijos suelen acostumbrarse a tener menor contacto con los demás familiares, no cuentan con un grupo de apoyo informal fuerte y desarrollan una red de amigos y vecinos que sustituye a la familia” (Sánchez, 2005). La red de apoyo

conformada por amigos y vecinos esta basada en cuantos de ellos son viudos, viven solos o tal vez no tienen mayor responsabilidad con su familia.

Por el contrario, gran parte de los hombres viudos deciden alejarse de sus hijos pues se llegan a considerar “una carga” y buscar apoyo emocional en una nueva pareja, la adaptación a la viudez les resulta más difícil y tienen como principal red de apoyo amigos los cuales comparten ciertos gustos por el deporte o actividades de ocio.

Las visitas de familiares y de amigos es una de las actividades que a los adultos mayores ayuda a fortalecer la integración social; la cantidad de tiempo y la necesidad de salir de su vivienda son dos factores que impulsa la resiliencia y motiva moralmente a ocupar el tiempo libre y a mantenerse ocupados ayudando a sobrellevar la soledad (Iglesias, 2001).

Situación emocional

A partir de la muerte del cónyuge las emociones que se experimentan durante el proceso del duelo son especialmente la tristeza y desolación. Según Montoya-Carrasquilla (2012), el adulto mayor experimenta una serie de sentimientos los cuales son:

- Sentimientos de culpa y agresividad secundaria al no reconocer posibles síntomas de enfermedad o descuido en casos imprevistos.
- Trastornos en el rol que asumía y había integrado como una rutina característica de su ciclo vital.
- Fenómenos de incapacidad en relación con cuidados dentro de la última fase antes del fallecimiento de su pareja, se genera impotencia.
- Trastornos físicos propios del adulto mayor por su escasa estabilidad emocional y material.

Soledad

Buz (2013), menciona que la soledad está conformada por un sin número de sentimientos de tristeza y de vacío como resultado de la pérdida de seres queridos o el no contar con el apoyo de familiares o amigos, el adulto mayor puede llegar a sentirse inútil y no necesario para su familia.

La viudez puede sobrellevarse con un doble efecto, por un lado, los adultos mayores acaban acostumbrándose y asumiendo la soledad conyugal y por otro a medida que pasa el tiempo después del fallecimiento de su esposo más extrañan la presencia de su ser querido (Iglesias, 2001).

La soledad es un sentimiento que se destaca dentro del proceso de viudedad que puede alterar la salud del adulto mayor, sin embargo, la participación social y dinámica familiar puede ayudar a afrontar la ausencia del cónyuge, creando redes de apoyo que brinden compañía y protección.

Soledad emocional

La soledad emocional está vinculada con la ausencia de un lazo íntimo de relaciones sociales que se dirige a la falta de apoyo por parte familiares, amigos o vecinos lo que dificulta la interacción social motivada además por la deficiente red afectiva que produce aislamiento (Dahlberg & Mckee, 2014).

El desvincularse de las relaciones que compartía con su cónyuge produce un distanciamiento con amigos y familiares lo que los hace más propenso a que añoren a su pareja especialmente en las noches cuando no existen suficientes recursos afectivos que sirvan de soporte para afrontar la ausencia de la figura conyugal (López & Díaz, 2018). Anteriormente los adultos mayores contaban con el cuidado de sus hijos y el apoyo económico e instrumental que se les brindaban, sin embargo, en la actualidad la familia por la ausencia de convivencia y la desvinculación de las relaciones familiares no dedican tiempo de calidad con los adultos mayores pues ser un grupo vulnerable y

de alto cuidado muchas de las veces prefieren institucionalizarlos e inclusive llegan a abandonarlos.

Soledad subjetiva

La soledad subjetiva es aquella en que la persona se halla en una soledad obligada, en donde a pesar de que interactúa o permanece acompañado por más personas siente un vacío que no satisface la ausencia de la pareja fallecida (Sanz, 2016).

La viudez para varios adultos mayores supone el riesgo de presentar soledad subjetiva pues muchos de ellos no encuentran la suficiente confianza en nadie que no sea su esposa o esposo, por lo que no expresan sus sentimientos, problemas o inquietudes (Iglesias, 2001). Este tipo de soledad puede causar más daño en el diario vivir del adulto mayor puesto que, al no querer contar con redes de apoyo y alejarse de las demás personas puede provocar que la soledad produzca sentimientos negativos e inclusive pensamientos suicidas.

Aspiraciones y propósitos de vida

La incertidumbre que atraviesan los adultos mayores luego del fallecimiento de su pareja especialmente de los matrimonios considerados como nidos vacíos puede provocar temor al imaginar el posible deterioro de autonomía e independencia, este miedo también puede verse asociado a los posibles problemas de salud que adquieran con el pasar de los años.

Las aspiraciones o sentido de vida que impulsa al adulto mayor seguir son muchas veces la familia y distintas actividades que empezaron a realizar luego del fallecimiento de su pareja; los adultos mayores consideran que es difícil afrontar la muerte de su esposa y son lo que más solos se encuentran pues mantienen el anhelo de volver a ver a su ser querido guardando las pertenencias intactas y hablando con la cónyuge fallecida (Reyes et al., 2020).

1.2 Objetivos

General

Determinar los procesos de afrontamiento de la viudez en los adultos y adultas mayores de la Parroquia Pilahuin Cantón Ambato en el Periodo Octubre 2022-Marzo 2023.

Para el cumplimiento de este objetivo se realizará un cuestionario validado por juicio de expertos, el cual se aplicará como instrumento para la recolección de información de los adultos mayores viudos.

Específicos

Objetivo 1: Identificar los cambios que se producen en los adultos mayores frente a la pérdida de la pareja.

Mediante el análisis de los resultados obtenidos durante la entrevista se identificarán los cambios que presentaron los adultos mayores a raíz del fallecimiento de sus parejas.

Objetivo 2: Describir las estrategias de afrontamiento que el adulto mayor utilizó frente a la viudez.

A través de las narraciones de los adultos mayores se describirá las estrategias que utilizaron dentro del afrontamiento conductual, cognitivo y afectivo.

Objetivo 3: Comparar el proceso de afrontamiento de la viudez en función del género.

A partir de la información obtenida se realizará un contraste con todas las dimensiones estudiadas por medio de la comparación del proceso de afrontamiento de la viudez en hombres y mujeres.

CAPITULO II.

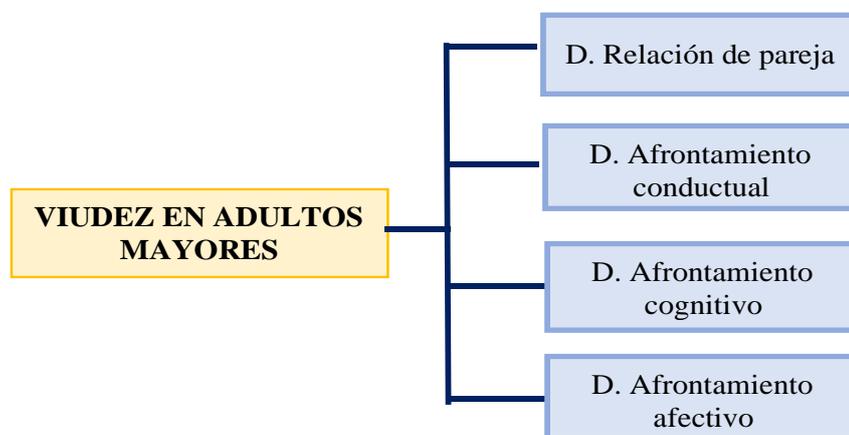
METODOLOGÍA

2.1. Materiales

La entrevista dentro de una investigación social con enfoque cualitativo permite recoger información personalizada e identificar datos relevantes para la investigación. Es una técnica que busca obtener información de forma oral sobre los acontecimientos o experiencias de las personas a investigar, en ella participa el entrevistador y el entrevistado generando interacción en torno a la temática a estudiar (Folgueiras, 2016). Se utiliza esta técnica para conseguir información deseada y confiable que facilite el análisis individual de las experiencias de los adultos mayores frente a la viudez.

Tomando en cuenta el objetivo de la investigación que es determinar los procesos de afrontamiento en la viudez, se aplica la técnica de la entrevista por medio de un cuestionario de elaboración propia el cual fue diseñado en base a las dimensiones teóricas analizadas en el capítulo anterior, a continuación, se determinan las dimensiones de la viudez en adultos mayores.

Gráfico 1. *Dimensiones*



Fuente: Elaboración propia a partir del desarrollo teórico.

A partir de las dimensiones se establecieron 15 preguntas de tipo abierta, el cuestionario elaborado se sujetó a un proceso de validez de contenido utilizando el método de juicio de cuatro expertos evidenciado en el anexo 6.

2.2. Métodos

Enfoque

La investigación tiene un enfoque cualitativo, debido a que el estudio se centra en un contexto social y se utiliza como técnica la entrevista. Según Bejarano (2016), investigación cualitativa se aplica principalmente en las ciencias sociales, tiene como objetivo comprender los hechos de forma dinámica abordando sucesos en base a experiencias, opiniones o conociendo de forma subjetiva como la persona a investigar percibe su realidad.

Bajo el enfoque cualitativo se aplicó una entrevista semi estructurada de preguntas abiertas las mismas que se consideran flexibles para la población a estudiar; el propósito de la entrevista semi estructurada es recabar información, para lo cual se seleccionó a una población de 20 adultos mayores viudos quienes aportaron con la investigación.

Alcance

El nivel de este estudio investigativo es **descriptivo**, según Hidalgo (2005), explica que se establece características demográficas de distintas unidades de investigación, este tiene como propósito la delimitación de los hechos que conforman el problema, mediante los resultados obtenidos se detalla el afrontamiento de la viudez en los adultos mayores.

El estudio descriptivo busca especificar las propiedades o características importantes del fenómeno a estudiar relatando las tendencias de la población o grupo objetivo (Hernández- Sampieri, Fernández, & Baptista, 2017). La aplicación de este alcance

pretende demostrar ciertas dimensiones de la situación de viudez del adulto mayor de forma precisa y sistemática.

Asimismo, se realiza una investigación **exploratoria** la cual según Cauas (2015), menciona que este estudio busca examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, es pertinente realizar este tipo de estudio debido a que la viudez en adultos mayores y su forma de enfrentar esta nueva etapa en la vida ha sido poco tratada y profundizada.

La viudez en adultos mayores es un tema de investigación que tiene base teórica, sin embargo, no se ha abordado los estilos de afrontamiento que el mismo puede utilizar, por tanto, es interesante realizar una investigación la cual indague exclusivamente las estrategias que usan los adultos mayores para sobrellevar la ausencia de su pareja en donde el alcance exploratorio permita el análisis y la caracterización del problema.

Tipo de investigación

Bibliográfica- documental

La investigación documental según Ruiz & Carmona (2020), permite recolectar, recopilar y seleccionar información de documentos, revistas, libros, grabaciones, periódicos y artículos resultados de investigaciones, se caracteriza por la utilización de datos secundarios como fuente de información para tener una visión más globalizada y sistematizada de un determinado problema.

En la presente investigación se desarrolló una investigación bibliográfica a través de la recaudación de datos e información de fuentes bibliográficas como libros, revistas, periódicos y sitios web en los que se tomó en cuenta diversos instrumentos tales como la escala de estrategias de Coping Modificada (EEC-M), cuestionario de riesgo de duelo complicado (CRDC), los estilos de afrontamiento centrados en el problema y las emociones, la escala de bienestar psicológico para adultos mayores, la escala de Duke-UNC para medir las herramientas de apoyo social, entre otros lo que posibilitó generar un cuestionario que cumpla con lo requerido dentro de la investigación.

De campo

La investigación de campo es aquella investigación que se la realiza de forma directa y se la efectúa en el lugar y tiempo en el que ocurre el fenómeno y objeto de estudio (Grajales, 2000). Dentro de la presente investigación la entrevista será el instrumento utilizado para recabar información, este estudio campo se realizó en la parroquia Pilahuin del cantón Ambato de manera dinámica con el adulto mayor permitiendo la recolección de datos mismos que facilitan la comprensión del problema.

Métodos

Los métodos que se utilizaran en el trabajo investigativo son el método analítico-sintético e inductivo.

Analítico- Sintético

Se aplicó este método en la investigación para entender el todo de un hecho y estudiarlo de manera independiente, conociendo las experiencias de afrontamiento a la viudez en los adultos y adultas mayores, dado que el método analítico- sintético hace referencia a aquellos procedimientos intelectuales inversos que se realizan dentro de la unidad de análisis; entendiéndolo al análisis como aquel procedimiento lógico que hace posible descomponer mentalmente un todo en partes y cualidades y a la síntesis como la combinación de las partes antes analizadas que permite identificar las relaciones y características a nivel global o general de los elementos de la realidad (Rodríguez & Pérez, 2017).

Inductivo

El método inductivo según Vargas (2014), es aquella determinación de las características generales de toda una población a partir del estudio de lo específico en el que se explica un hecho de lo particular a lo general.

Así también Abreu (2014), menciona que el método inductivo plantea un razonamiento que fluye desde lo individual y posibilita el estudio de las características comunes de un conjunto de realidades. La aplicación de este método ayuda a conocer los detalles de la persona a estudiar de manera individual hasta lograr conseguir conclusiones generales las cuales permitan sustentar la investigación.

Población

La población de estudio es un conjunto de casos, definidos, limitados y accesibles que serán un referente para la elección de la muestra y que además cuentan con una serie de condiciones predeterminadas (Arias, Villacis, & Miranda, 2016).

La población objeto de estudio para esta investigación, está conformada por 20 adultos y adultas mayores viudas las cuales fueron identificadas por medio de los registros del grupo de apoyo MIES del GAD Parroquial de Pilahuin, cantón Ambato provincia de Tungurahua.

Al ser una población pequeña no se determina la muestra, por lo que, se trabaja con 20 adultos mayores viudos en los que 10 son hombres y 10 son mujeres debido a que cumplen con los requerimientos de la investigación y se encuentran en la posibilidad de participar en la entrevista.

Tabla 1. *Unidades de observación*

UNIDADES DE OBSERVACIÓN	CANTIDAD
Mujeres adultas mayores viudas	10
Hombres adultos mayores viudos	10
Total	20

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

El estudio tiene un enfoque de tipo cualitativo, para lo cual se utilizó una entrevista semi estructurada misma que por medio de un cuestionario de quince preguntas elaboradas específicamente para la investigación facilitó el análisis de la variable junto a sus cuatro dimensiones tales como: relación de pareja, afrontamiento conductual, afrontamiento cognitivo y afrontamiento afectivo. La población objetivo se encuentra dentro del grupo de atención prioritaria por lo que se tuvo la presencia y apoyo de técnicos del GAD Parroquial de Pilahuin y MIES, además se destaca la participación voluntaria de los entrevistados.

Descripción del grupo

La población adulta mayor está constituida por 20 participantes, diez hombres y diez mujeres viudas de la Parroquia Pilahuin del Cantón Ambato, se consideró que la población de estudio cumpla con los requerimientos de la investigación y se encuentren en óptimas condiciones de salud física y mental. La edad de los participantes oscila entre los sesenta y cinco y setenta y nueve años, esta población se encuentra en la zona rural la cual se caracteriza por ser un lugar con poca población joven y con escasos recursos económicos. La información obtenida por medio de las entrevistas registra que varios adultos y adultas presentan cambios significativos tras la muerte de su pareja.

Análisis e interpretación de datos cualitativos

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Tabla 2. *Datos sociodemográficos*

N° de participantes	Género		
	Masculino	Femenino	
	10	10	
Edad	Intervalo 65 a 79 años	Intervalo 67 a 79 años	
Ocupación	<i>Ninguna</i>	2	4
	<i>Agricultura</i>	8	5
	<i>Ganadería</i>	0	1
Causa de la muerte de la pareja	<i>Enfermedad</i>	8	3
	<i>Accidente</i>	2	3
	<i>Alcoholismo</i>	0	4
Estado Civil	<i>Con pareja</i>	1	0
	<i>Sin pareja</i>	9	10
N° de hijos	Intervalo 2 a 7 hijos	Intervalo 2 a 8 hijos	
Tiempo de viudez	Intervalo 1 a 28 años	Intervalo 2 a 40 años	

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

La población se encuentra conformada por 10 hombres y 10 mujeres viudas; el intervalo de edades se halla entre los 65 y 79 años. El tiempo de viudez varía entre un

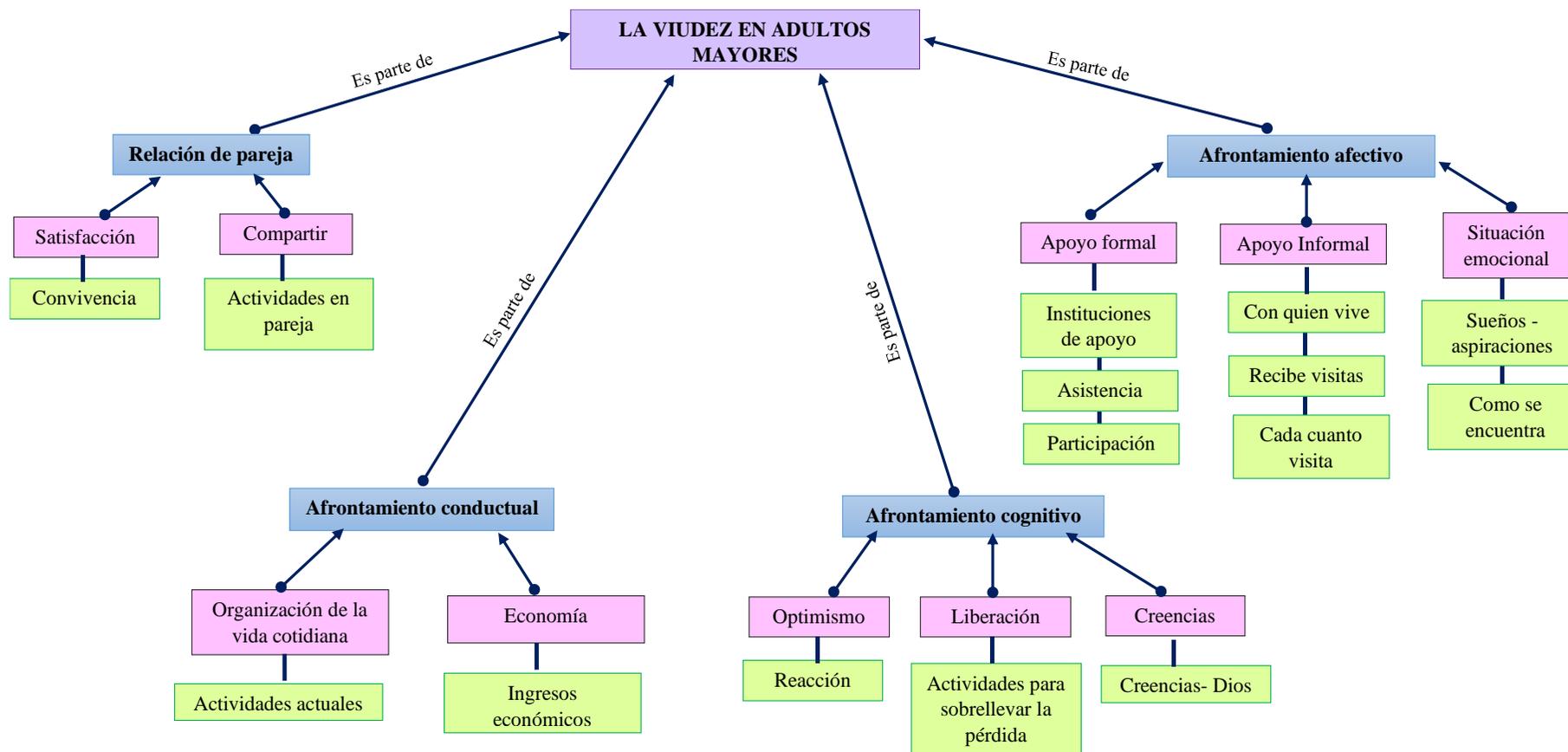
año y 40 años, es importante mencionar que uno de los entrevistados ha vuelto a formar una familia tras el fallecimiento de su esposa. El número de hijos de las mujeres varía entre 2 a 8 hijos y de los hombres de 2 a 7 hijos como posible red de apoyo. De igual manera se señala que gran parte de los fallecimientos femeninos son debido a enfermedades de diferente tipo mientras que, la muerte masculina es provocada en su mayoría por el alcoholismo. Gran parte de los adultos y adultas mayores viudas se dedican a la agricultura como fuente de apoyo económico debido a que la investigación se realizó en la zona rural.

Análisis de las entrevistas

Las entrevistas realizadas poseen respuestas reales narradas por los adultos y adultas mayores viudas en las que se evidencia los distintos cambios en la organización y tareas del hogar después del fallecimiento de sus parejas, resaltando la influencia de la satisfacción durante la convivencia dentro del matrimonio para el afrontamiento de la muerte del cónyuge.

Para el análisis de cada pregunta se organizó la información mediante el uso de la red semántica, obteniendo datos de las entrevistas que corresponden a las coincidencias más relevantes de las respuestas obtenidas en las unidades de observación, las mismas que luego serán examinadas por la técnica de análisis de contenido y fase analítica reflexiva, acorde con los aspectos de la viudez en adultos mayores, esto con el objetivo de contextualizar el análisis por medio de cuatro dimensiones y de cada uno de los indicadores que las conforman.

Ilustración 1. Red semántica de la viudez en adultos mayores



Fuente: Elaboración propia a partir del desarrollo teórico

A través de la matriz de sistematización de información se tomó los extractos de cada entrevista que tenían similitud y visibilizan las realidades por las que atraviesa cada adulto mayor viudo según su experiencia, esta técnica permitió tener una visión contextualizada de la situación a investigar.

DIMENSIÓN – RELACIÓN DE PAREJA

La relación de pareja durante la convivencia en el matrimonio antes del fallecimiento de uno de los cónyuges es importante para el afrontamiento del duelo puesto que depende mucho el grado de satisfacción y disfrute de la compañía como esposos.

Tabla 3. *Relación de pareja*

Relación de pareja		
Género	<i>Indicadores: Satisfacción- Compartir</i>	
	<i>Convivencia</i>	
	<i>Actividades en pareja</i>	
Mujer	<ul style="list-style-type: none"> - Yo con el marido si llevábamos bien el todo hacía... - Si cuando estaba medio sano ahí era bueno ... - Uy que voy a mentir mal llevábamos peleando pasábamos ya hasta viejos el malo era... - La relación que tenía yo con mi marido no era buena ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Salíamos a sembrar haciendo las cosas si pasábamos buenitos... - Cocinábamos juntos y dependía mucho de como él se sentía porque a veces era mal genio... - Íbamos a trabajar juntos en la construcción si conversábamos, pero él era serio... - Si sabíamos salir, trabajábamos en la agricultura... pero no me sentía yo feliz...
Hombre	<ul style="list-style-type: none"> - Yo bien me llevaba con mi esposa era buena gente... - No enojábamos nada, pasábamos bien... - Con mi mujer así más o menos llevábamos porque no teníamos amor sexual... 	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajamos la agricultura y yo si sentía bien así estando con ella... - Cada día salimos a pastar borrego por el páramo conversando íbamos... - Antes salíamos a vender papas, conversábamos comíamos todo... para que también si sabíamos llevar bien...

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

Convivencia

La convivencia de los adultos mayores como pareja es aquella satisfacción marital definida como la percepción individual de complacencia con las reacciones emocionales del cónyuge, con la relación y con la realización de normas en el matrimonio (Palencia, Galicia, & Del Castillo, 2017). La buena convivencia se relaciona con sentimiento de añoranza y soledad durante el proceso de afrontamiento mientras que los adultos mayores que mantienen una relación más independiente son menos propensos a que su duelo se extienda, pues él no compartir ciertas actividades como pareja la aleja del vínculo matrimonial afectivo.

Gran parte de las mujeres viudas mencionan que la convivencia con sus parejas era difícil y que sufrían violencia física y constantes maltratos e insultos derivados del consumo de alcohol, reflejando variaciones en la conducta dentro del hogar y por ende el comportamiento con su cónyuge. Según García et al, (2006), el alcoholismo en los hombres provoca transgresiones sociales, abandono familiar y laboral, además es causa de gran parte de las separaciones matrimoniales.

La convivencia matrimonial debido al alcoholismo de sus esposos era complicada lo que rompe el vínculo marital por problemas conductuales y violencia y por ende el duelo se lo vivía con resignación desde el momento del fallecimiento del cónyuge.

“La relación que tenía yo con mi marido no era buena, él me pegaba cuando salía a tomar...” (E5, Mujer).

“.. era difícil con él, me escondía en las noches, mis hijos pequeños dormían en el campo conmigo, no dormía adentro porque llegaba a pegarme” (E1, Mujer).

“Uy que voy a mentir mal llevábamos peleando pasábamos ya hasta viejos el malo era pegaba no daba para la comida nada...” (E9, Mujer).

Únicamente dos de las mujeres entrevistadas hacen referencia a que la relación de convivencia con su esposo era buena, debido a que les colaboraban en las tareas del hogar y el trabajo ayudando económicamente en gastos.

“Si llevábamos bien el todo hacía, trabajaba, cuidaba ganado todo si era bueno...” (E2, Mujer).

Por el contrario, la mayoría de los hombres mencionaron que la relación con sus esposas era muy buena pues destacan que sus parejas se hacían cargo de todas las actividades del hogar y que además ayudaban en el trabajo como la agricultura y ganadería.

“Con mi mujer si llevábamos bien así ella cocinaba todo yo vuelta salía a trabajar...” (E4, Hombre).

“Si llevábamos bien, ámbitos andábamos poquito, poquito haciendo las cositas sembrando, sacando lechecita...” (E9, Hombre).

“Buen era... uy mi mujercita, todo me daba haciendo...” (E10, Hombre).

Solo uno de los entrevistados menciona que la relación y convivencia con su pareja no era tan buena porque no compartían vínculos sexuales.

“Con mi mujer así más de dos años no hemos tenido amor sexual... mi mujer era ya mayor, ella ya no tenía gusto de dormir ambos sino aparte a parte” (E1, Hombre).

La satisfacción matrimonial para los hombres era más fuerte puesto que por parte de sus esposas nunca habían tenido comportamientos violentos y por ende para ellos es más difícil acostumbrarse a la ausencia de sus parejas. El compartir ciertas actividades juntos alejaban o unían los vínculos matrimoniales, sin embargo, los adultos mayores destacan que a pesar de tener peleas y discusiones extrañan hacer ciertas actividades

juntos pues lo que importaba para ellos es la compañía que les brindaban sus esposos o esposas.

Actividades en pareja

Las actividades que las mujeres realizaban con sus parejas eran en su mayoría la agricultura y la ganadería, hacen referencia que a pesar de la relación complicada que tenían disfrutaban el tiempo que compartían trabajando con sus esposos, pues indican que era un buen momento para conversar y solucionar posibles problemas que haya existido anteriormente.

“Así íbamos a dejar a las vacas en el potrero, ahí conversábamos, yo si me llevaba bien y le tenía listo ropita, comidita y el también cualquier cosita traía...” (E2, Mujer).

Durante la relación de pareja cuando se realizaba algún tipo de actividad las mujeres mencionan que dependía el estado de humor del cónyuge para tener un buen ambiente pues, dirigen comentario como:

“Así sabíamos ir a sembrar, a cavar papitas eso hacíamos ahí, cuando genio estaba bien ahí conversaba o sino nada decía” (E9, Mujer).

“Cocinábamos juntos y dependía mucho de como él se sentía, porque a veces venia de buen genio y a veces de mal genio, pero cuando cocinábamos era un buen momento para conversar” (E4, Mujer).

Algunas mujeres mencionan que a pesar de realizar actividades juntos y compartían un mismo espacio de trabajo no se encontraban a gusto con sus esposos, porque se dedicaban a beber y no colaboraban en la siembra y cosecha de productos por lo que refieren que sus hijos y ellas fueron quienes trabajaban para mantener el hogar.

Por otro lado, los hombres mencionan que varias actividades que realizaban como pareja estaban relacionadas al trabajo en el campo y destacan que disfrutaban el tiempo con sus esposas por eso, mantenían una buena comunicación cuando estaban solos. Esto hace referencia a lo mencionado por Luján, Díaz, Rodríguez, & González (2018), quien refiere que el compartir tiempo de calidad con acciones significativas que permitan de expresar de manera libre las emociones y sentimiento ayuda al crecimiento personal y fortalece el vínculo matrimonial.

“Nos dedicábamos a la agricultura, criábamos animalitos, íbamos al campo así con mi esposa ... ahora ya no hay esa suerte de estar ámbitos” (E3, Hombre).

“... caminando ámbitos íbamos conversa, conversa, si pasábamos bien trabaja, trabaja...” (E6, Hombre).

“Con mi mujer si llevábamos bueno no peleábamos también, tranquilo pasábamos en casa, cuidando animales, borregos, no enojábamos” (E7, Hombre).

La relación de pareja está relacionada con la convivencia y satisfacción en el matrimonio puesto que el tipo de vínculo que mantenían como esposos afecta en la forma en la que el adulto mayor sobrelleva su duelo; gran parte de los hombres mencionan que disfrutaban el tiempo sus parejas y su partida es dolorosa debido a la falta de compañía que esta les provoca.

DIMENSIÓN- AFRONTAMIENTO CONDUCTUAL

La implementación de ciertas actividades para afrontar la pérdida de la pareja se deriva de la nueva organización de la cotidianidad y la economía del adulto mayor, por lo que se han considerado importantes los siguientes fragmentos para conocer el proceso conductual que han sobrellevado los adultos mayores tras la muerte de sus esposos.

Tabla 4. *Afrontamiento conductual*

Afrontamiento Conductual		
Género	<i>Indicadores: Organización de la vida cotidiana - Economía</i>	
	<i>Actividades actuales</i>	<i>Ingresos económicos</i>
Mujer	- Ahorita nada solo estoy con vaquita nomas...	- Mi hija me ayuda con lo que se gasta en la casita...
	- El terrenito trabajo poquito poquito maicito sembrando...	- La ganadería mismo esito mismo ayuda ...
	- Yo de repente voy a ayudar a cortar yerba, así como peoncita...	- El bono tengo yo y de lo que trabajo de repente guaipe también hago... - No, nadie ayuda con dinero mis hijos también son pobrecitos...
Hombre	- Ahorita me dedico a la agricultura, tengo cuisitos con eso compro semana...	- Después de la muerte de mi esposa, ahí faltó plata...
	- Ya muere mujer no había quien de cocinando...	- Ya cobrando bono esito estoy sosteniendo...
	- Ahorita trabajando el terreno poquito, poquito con azadón sembrando que más he de hacer solito...	- Yo tengo platita ahí ahorrado de eso vivo... - De lo que vendo cuisitos así saco platita para la semana...
	- No puedo hacer mucho solito pelo ajo, saco cebolla, cocino lavo ropita...	-

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

El afrontamiento conductual hace referencia a la práctica de actividades asertivas con el fin de mantener autocontrol en la gestión del tiempo por medio de la elevación de los recursos individuales en la toma de decisiones y el enfrentamiento ante situaciones de estrés (Acosta, 2011). Los adultos mayores debido a la necesidad económica no han dejado de realizar actividades para obtener un poco de dinero y a la vez esto les permita mantener la mente ocupada.

Actividades actuales

El 100% de las mujeres han adaptado la estrategia de afrontamiento conductual de evitación comportamental dirigiendo sus energías al trabajo y a la realización de distintas actividades relacionadas con el campo.

Varias mujeres mencionan que tras la muerte de sus esposos y al encontrarse con distintos problemas de salud se han visto obligadas a disminuir las actividades forzosas dedicando menos tiempo a las labores como la agricultura o la ganadería e indican que lo poco que hacen en el campo es por entretenimiento y por conseguir algo de dinero que les ayude a sustentarse.

“Ahorita ya no me dedico a la agricultura ya no puedo me duele el pulmón, la espalda, el cuerpo así, cogiendo azadón sabe empezar a doler” (E3, Mujer).

“Ahorita en el terrenito trabajo poquito, poquito maicito sembrando para cuyes todo poquito tengo” (E10, Mujer).

“Cuisitos, pollitos tengo y una vaquita lechera con eso paso nomas entretenida cortando yerba, regando agua y dejando lechecita, eso paso haciendo” (E7, Mujer).

Por otro lado, los hombres mencionan que a raíz de la muerte de sus esposas y el poco apoyo de sus hijos han tenido que adaptarse a los nuevos roles y realizar el quehacer del hogar como lavar su ropa, cocinar y limpiar incluyendo estas actividades nuevas dentro de sus rutinas. De acuerdo con Fernández (2016), los hombres debido a distintos patrones culturales tienen una escasa o nula implicación en las actividades del hogar por lo que la muerte de la pareja se relaciona con la incapacidad material de llevar una vida autónoma en el aprendizaje forzado de realizar el quehacer cotidiano.

“.. ella acompañaba al doctor, daba cocinando, lavando poquito, poquito ropa, ahora ya no hay quien dé haciendo el favor uno mismo hace todo” (E4, Hombre).

“Siento arrepentido de no a ver cogido mujer ahora ya no han de querer habiendo ella siquiera a de dar lavando ropa...” (E3, Hombre).

De igual manera, todos los viudos se dedican a actividades relacionadas con la agricultura y crianza de animales en menor tiempo comparado a cuando solían trabajar

con sus esposas, lo que constata el uso de la estrategia de afrontamiento conductual de evitación comportamental la cual les permite mantenerse distraídos.

“Yo ayudo a pelar ajo, en eso me entretengo, así dos, tres cuisitos también voy a ver hierbita así nomás salgo andando despacito porque ya no avanzo mucho” (E6, Hombre).

“Ahorita animalitos, así papitas en veces siembro no hago mucho con lo que se anda adolorido no se puede ahora con dolor de espalda, de piernas hasta manos...” (E7, Hombre).

Las actividades relacionadas a la organización de la vida cotidiana no se han visto afectadas puesto que gran parte de los y las entrevistadas anteriormente se dedicaban a la agricultura, ganadería o algún trabajo relacionado con el campo lo que no altera la cotidianidad de los adultos mayores.

Ingresos económicos

La viudez en los adultos mayores dificulta el acceso a recursos económicos y más si la ausencia de uno de la pareja no aporta con apoyo físico y emocional para la obtención de ingresos que sustente el hogar.

Las mujeres entrevistadas mencionaban que tras la muerte de sus esposos los ingresos económicos se redujeron pero no de forma sustancial sino, que debido a la ausencia de la colaboración de mano de obra de sus esposos en el campo la cosecha de productos como habas, papas, mellocos o ajo disminuyo, la mayoría de ellas se dedican a la crianza de animales primarios y ayudando en quehaceres a sus vecinas obtenido un poco dinero, es importante destacar que más de la mitad de las mujeres viudas son beneficiarias del bono lo cual les ha permitido satisfacer las necesidades de alimentación y salud.

Para Osorio, Seguel, & Joequera (2014), una de las normas sociales es que la mujer dependa económicamente de su marido a lo largo del matrimonio y con mayor razón

durante la vejez, cumpliendo únicamente la responsabilidad de los cuidados y afectos de la familia. En las mujeres entrevistadas debido a que pertenecen a la zona rural no únicamente se dedicaban a tareas del hogar sino también al trabajo en el campo con sus esposos por lo que su situación laboral y económica no afecto notoriamente más allá de perder mano de obra.

“...los cuisitos vendo cada quince, el puerquito así a los seis meses se vende de ahí cojo cualquier cosita, el bonito también si me ayuda antes con eso se comprar pastillas, se paga doctor todo o sino ni de donde...” (E2, Mujer).

“Mi hija me ayuda con lo que se gasta en la casita yo con poquito que gano de los cuisitos con eso mantengo” (E7, Mujer).

“Así del bonito y de lo que paga la vecina poquito poquito...” (E9, Mujer).

Una pequeña parte de las viudas mencionaron que no reciben ningún tipo de apoyo económico por parte de sus hijos sin embargo aun consideran estar físicamente bien para trabajar en lo que puedan.

“No nadie ayuda con dinero mis hijos también son pobrecitos...” (E3, Mujer).

“... mi familia cuando puede me da cualquier cosita o sino de lo poco que vendo me doy las vueltas” (E4, Mujer).

Por otra parte, la mayoría de los hombres refieren que su estabilidad económica se ha visto afectada, puesto que la causa de muerte de su cónyuge en gran parte de los entrevistados fue debido a una enfermedad lo que implicó gastos y deudas por pagar, además dicen que al no poder trabajar todo el tiempo por su situación de salud y la ausencia del apoyo económico de sus hijos los hace vulnerables e impide cubrir con todas sus necesidades básicas.

“Ninguno de mis hijos me ayudan, no ayudan nada en comida nada...” (E2, Hombre).

“Después de la muerte de mi esposa ahí faltó plata y pase enfermo” (E3, Hombre).

“Como ya estaba enferma ella mismo decía ya voy a morir yo nomas le decía ya vamos a ver cómo hacer, gastar si gaste una iniquidad no tenía ni un centavo ni para enterrar por ahí fiaban cualquier cosita” (E2, Hombre).

Sin embargo, gran parte de los entrevistados cuentan con la ayuda económica del bono y de lo poco que ganan en su trabajo lo destinan para gastos de salud.

“El bono antes eso me ayuda así para las pastillas o sino de donde poquito lo que me pagan cuando ayudo con eso me doy la vuelta porque nadie me da nada” (E4, Hombre)

Una pequeña parte de los hombres mencionan que cuentan con dinero ahorrado y que reciben el apoyo de sus hijos y de su nueva pareja para mantener estabilidad en cuanto a los recursos económicos y solventar las necesidades del hogar.

“Yo tengo platita ahí ahorrado de eso vivo, de eso mantengo antes mi hija así regala cualquier cosita...” (E5, Hombre)

“Hijos ayudan con comidita y de lo que se ha tenido guardadito eso nomas de ahí no quien va a dar ni de donde” (E10, Hombre).

Durante las entrevistas se pudo constatar que tanto hombres como mujeres buscan deshojarse contando libremente como se sienten y como se sintieron tras la muerte de sus parejas utilizando la estrategia conductual de la expresión emocional abierta la cual consiste en afrontar las emociones que les provoca dolor expresándolas con el objetivo

de aliviar el malestar y desahogarse y la estrategia e evitación comportamental por medio de la ejecución de actividades las cuales les permita redirigir la situación de estrés.

La economía de las viudas no sufrió mayor cambio, sin embargo, en los hombres se vio los gastos de las enfermedades que padecían sus esposas altero su estabilidad económica; en ambos casos el no poder trabajar por su condición física y no tener apoyo en cuanto a mano de obra por ninguno de sus hijos se ven obligados a dedicarse a trabajos en el campo, pero gracias a que gran parte de los entrevistados reciben el bono les permite cubrir necesidades de salud y alimentación.

DIMENSIÓN- AFRONTAMIENTO COGNITIVO

El afrontamiento cognitivo es aquel que dirige los pensamientos negativos hacia una perspectiva que provoque menos estrés, dentro de esta dimensión se analiza distintos indicadores que permiten conocer los pensamientos y acciones que los adultos mayores tomaron luego de enviudar y como estos les ayudo a sobrellevar la pérdida de su cónyuge.

Tabla 5. *Afrontamiento cognitivo*

Afrontamiento Cognitivo			
<i>Indicadores: Optimismo- liberación- Creencias</i>			
Género	<i>Reacción</i>	<i>Actividades para sobrellevar la pérdida</i>	<i>Creencias- Dios</i>
Mujer	- Ay me da sentimiento nada más que puedo hacer ahora dolor me da pena da...	- Yo dedique al trabajo en el campo... - Salía con mis hijos eso también ellos no dejaban solita...	- Si me voy a la iglesia evangélica, gracias a dios me ha ayudado para aceptar la pérdida de mi esposo...
	- Ay... yo recordando a mi marido si siento a llorar...	- Así iba saliendo de la casa iba a así donde vecinas...	- Mm no en veces nomas así voy a misita pero de ahí como se pasa con los cuyes casi no ...
	- Nada así cuando preguntan cuento nomas como murió borracho...		- No, no voy nada casi no salgo para allá...

Hombre	- Acordando yo me lloro sintiendo solo...	- Salgo con los vecinos acá donde mi hijita paso gracias a Dios...	- Si, se ir a misa y a rezar por mi salud...
	- Todavía me da tristeza ahora ya estaba casado...	- Me dedico a mis cuyes vengo al grupo de mayores...	- Si a misita se ir cada vez....
	pero ya pobre enferma no sanaba...	- Solito en la casa sentado lloraba, ganas de ir tras de ella...	- Si creo en Dios, pero no voy tanto...
	- Me siento a llorar porque me hace falta...	- Rezo por la almita de mi mujer, salgo hacer cualquier cosita...	- No voy nada también a misa, así en veces cuando invitan...

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

Reacción

El proceso de duelo lleva al adulto mayor a experimentar una serie de sentimientos los cuales están relacionados a la tristeza, soledad y añoranza expresados con llanto y gestos de dolor, sin embargo, también puede surgir el sentimiento de optimismo en especial en las parejas cuyas muertes fueron a causa de enfermedades crónicas.

Los entrevistados tanto viudas como viudos mencionan que la reacción de ellos cuando les preguntan sobre el fallecimiento de sus parejas es de tristeza y que a pesar de los inconvenientes que tenían durante la convivencia matrimonial aún extrañan la presencia y compañía de sus cónyuges.

“Ay ¡yo recordando a mi marido si siento a llorar...” (E2, Mujer).

“Me da mucha tristeza porque a pesar del carácter y lo difícil que era estar, cuando se fue me hizo mucha falta...” (E4, Mujer).

“Me da tristeza, hace falta pues con quien dormir todo quien haga compañía, aunque sea para pelear...” (E4, Hombre).

“Uy yo acordando de ella siento a llorar que no va a sentir si buena era siendo mala dijera ella era mala que voy a estar llorando...así preguntan lloro da tristeza pena de estar solito” (E8, Hombre).

Es importante destacar que en el caso de las parejas fallecidas que padecieron una enfermedad los adultos mayores utilizaron la estrategia de la reevaluación positiva pues experimentaron un duelo anticipado mismo que según Díaz & Ruiz (2022), se refieren al proceso adelantado de duelo que conduce a la persona a asumir o resignarse a la muerte del ser querido dándolo por muerto antes de que realmente fallezca refiriéndose a comentarios como:

“Si me da tristeza, pero ahora ella para lo que sufría con dolores así de la barriga ya ahorita tranquilita ha de estar...” (E9, Hombre).

“Él ya estaba enfermo en eso gastamos la plata primero dio próstata luego ataco a un problema del corazón y de ahí luego que siendo también dio y murió si dio pena pues compañía más que sea para pelear” (E8, Mujer).

Únicamente dos de las entrevistadas mencionaron que si les provoca malestar el contar como murieron sus esposos, sin embargo, no les produce mayor cambio en su estado de ánimo, lo que destaca un nivel de resiliencia y aceptación adquirida durante el proceso de duelo.

“Ay me da sentimiento nada más que puedo hacer ahora dolor me da pena da, pero era bastante mayor de mi digo tal vez viviendo también mejor otra molestia a de ver sido...” (E1, Mujer).

“Nada así cuando preguntan cuento nomas como era murió borracho...” (E7, Mujer).

Tanto viudos como viudas aún se sienten afectados sentimentalmente por la muerte de sus parejas expresando emociones de tristeza al contar sus experiencias tras el fallecimiento de sus cónyuges.

Actividades para sobrellevar la pérdida

El sentimiento de liberación para la mayor parte de las mujeres se expresa como tranquilidad del sentir del “deber cumplido” como esposas pues, los vínculos matrimoniales estaban sujetos a la obediencia y realización de quehaceres de la casa más no ha vínculos afectivos de cariño y amor, de acuerdo con Pozo & Thumala (2016), mencionan que la viudez femenina se da como liberación cuando no existe un cónyuge que brinde protección por lo que la esposa siente liberarse del control y la carga de un marido violento o controlador.

Las actividades que la mayoría de las mujeres realizaban para sobrellevar la pérdida de su pareja se relacionaban con el trabajo y visitar constantemente a sus hijos, esto con el fin de sentirse acompañadas y reconfortarse en el seno familiar.

“El rato que murió mi marido yo dedique al trabajo en el campo sembraba así...” (E2, Mujer).

“Yo me dedique al trabajito, a los cuisitos, la yerba eso... (E5, Mujer).

“Yo trabaje así iba donde mis hijas ahora mal o bien hacia compañía mi marido...” (E9, Mujer).

Por lo contrario, la mayoría de los hombres lo que hacían para sobrellevar la pérdida de sus esposas era refugiarse en sus amigos realizando actividades recreativas como salir a ver el vóley o el fútbol con sus vecinos las cuales les permita olvidar por un momento la ausencia de sus parejas.

“Distraigo viniendo aquí así con los amigos” (E1, Hombre).

“Yo así me dedicaba a mis cuyes y vengo al grupo o sino en la casa loco me hacía llorando...” (E6, Hombre).

“Salía un ratito con los vecinos a conversar” (E7, Hombre).

En resumen, la estrategia que utilizaron las mujeres y hombres para sobrellevar la pérdida de su pareja fue la liberación cognitiva, esto con el propósito de distraerse por medio de la ejecución de una serie de actividades las cuales les permitan ocuparse y no generar de pensamientos que les produzca dolor (Di-Collredo, Aparicio, & Moreno, 2007).

Por otro lado, un mínimo de hombres mencionaba que aún les es difícil aceptar la idea de que sus esposas ya no están y experimentan una serie de sentimientos negativos expresados como:

“Después de que murió mi esposa me dio tristeza, capas casi casi yo también irme con ella, no aguante, sentía que no podía estar sin ella” (E3, Hombre).

“...solito en la casa sentado lloraba, ganas de ir tras de ella... los vecinos venían a ver como estoy...” (E4, Hombre).

En los hombres existe desesperanza y pérdida del sentido de la vida debido a la ausencia de redes de apoyo y el notable quiebre de vínculos afectivos con sus hijos por lo que los pensamientos negativos que han creado los han llevado a pensar en algún momento quitarse la vida. El intento de suicidio o pensamientos suicidas en adultos mayores es provocado por el aislamiento, la soledad física o espiritual, por la falta de comunicación y sobre todo por algún suceso doloroso, en este caso el fallecimiento de la pareja provoca inestabilidad emocional que conlleva frustraciones e insatisfacción en las actividades cotidianas (Bethancourt, Bethancourt, Moreno, & Saavedra, 2015).

Creencias- Dios

Las creencias espirituales para el afrontamiento de muerte de la pareja suelen ser de importancia, sirve como amparo tras un dolor fuerte, pues ayuda durante el proceso de duelo; la mitad de las mujeres entrevistadas hacen referencia que rezar y practicar actividades religiosas ayuda a mantenerlas tranquilas y las reconforta para seguir adelante. Como señala Yoffe (2013), quien postula que generalmente las mujeres adultas mayores recurren al apoyo religioso o espiritual ya que sirve como consuelo y fuente de alivio que permite a quienes perdieron un ser querido se sientan valorados a través de la oración

“Si me voy a la iglesia evangélica, gracias a Dios acepte al Señor y me ha ayudado para aceptar la pérdida de mi esposo” (E4, Mujer).

“Si se ir a misita, al rosario, eso sí me ayudo, me mantengo tranquila porque rezo” (E5, Mujer).

La otra mitad de mujeres refieren que no asisten o rara vez van a misa o a cultos relacionados con la religión por lo que mencionan que orar o rezar no es de mucha importancia para afrontar la pérdida de sus esposos.

“Voy cuando alcanzo, pero no me ayudado en nada...” (E1, Mujer)

“No voy nada, casi no salgo para allá” (E2, Mujer).

“No se ir nada también a eso, a veces nomas se ir” (E8, Mujer).

Por el contrario, para los hombres ir a misa y rezar por su salud y por el alma de sus esposas ha sido de gran consuelo para seguir con sus vidas encontrado paz y resignación por medio de la oración. La religión para los hombres constituye un apoyo el cual ayuda de cierta manera dar sentido a su vida mediante la práctica religiosa,

utilizándola como estrategia de afrontamiento positivo ante la soledad lo que destaca que el adulto mayor recurre a Dios o algún ser superior para resolver su situación existencial, los argumentos que sustentan lo mencionado son:

*“Si, si voy a misa, se ir siempre, cuando falleció mi esposa encontré consuelo”
(E2, Hombre).*

“Si a misa se ir, misa del mes también hice a mi esposa, se rezar así por mi salud” (E4, Hombre).

“Si, a misita se ir cada vez, así rezando, orando a Diosito a Cristo que me cuide que de resignación eso poco, poco he salido” (E6, Hombre).

Una pequeña parte de los entrevistados mencionan que casi nunca asisten a eventos religiosos y únicamente van cuando existe una invitación de por medio.

*“No voy nada también a misa, así en veces cuando invitan así nomás se ir...”
(E7, Hombre).*

Dentro del afrontamiento cognitivo los adultos mayores han implementado distintas estrategias frente a la muerte de su cónyuge destacando que para las viudas el redirigir pensamientos negativos en busca de su bienestar es mucho más sencillo que para los hombres, sin embargo, ambos han hecho uso de la reevaluación positiva, la liberación cognitiva y la religión como estrategias para sobrellevar el duelo.

DIMENSIÓN- AFRONTAMIENTO AFECTIVO

Debido a la amplitud de esta dimensión se presentarán divisiones según los indicadores y preguntas, con el fin de mantener una mejor organización de la información y presentación de los resultados obtenidos.

Apoyo Formal

En esta dimensión los distintos tipos de apoyo con los que cuentan los adultos mayores funcionan como soporte y estabilidad en su situación emocional siendo de gran importancia al momento de enfrentar la muerte de sus parejas. El afrontamiento afectivo se dirige a las emociones y es aquel que regula los aspectos sentimentales manteniendo el equilibrio sentimental (Samper, Mestre, Tur, Santolari 2012).

Tabla 6. *Afrontamiento afectivo*

Afrontamiento Afectivo			
<i>Indicador - Apoyo formal</i>			
Género	<i>Instituciones de apoyo</i>	<i>Asistencia</i>	<i>Participación</i>
Mujer	- El grupo de amigos me ayudo porque la familia de mi esposo no me quería...	- Si a esta reunión de mayores mandó mi hija...	- Si, si me gusta así venir conversar compañía...
	- No nadie no me ayudado solita yo...	- Si, asisto al grupo este y me ayuda mucho porque conozco más a los vecinos...	- Si me gusta venir a ver a la gente sabemos cantar eso....
		- Al grupo de adultos mayores se venir así a pasar un ratito...	- Si si me gusta no faltó yo ...
Hombre	- La iglesia evangélica el nazareno esa me ayudo...	- Si, al grupo de adultos mayores vengo por que vienen a enseñar cualquier cosita regalan,	- Si me gusta venir, puntualito no faltó yo...
	- El hospital Alli Causai ese me ayudo...	- Si, aquí vengo saliendo un ratito de mi casa ...	- Si, aquí conversando paso...
	- Doctorcitas del centro de salud ayudo...	- Si, ya tiempos vengo a pasar bonito con los mayores...	- Si, pero como salgo con la otra mujer ya se pasa ocupado...
	- Nadie no ayudo nada yo solito trabajaba...		

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

Instituciones de apoyo

Los adultos mayores a pesar de contar con un promedio de cuatro hijos su quiebre sentimental con ellos a reducido la posibilidad de recibir cualquier tipo de apoyo por parte de sus familiares, sin embargo, dentro del apoyo formal conformado por instituciones establecidas por políticas sociales que prestan servicios de acompañamiento respecto a necesidades con el fin de otorgar seguridad social para toda la población (Sánchez C. , 2005).

Los entrevistados mencionan que ninguna institución les brindo apoyo al momento del fallecimiento de sus esposos, pero actualmente asisten al Grupo de Adultos mayores a cargo del GAD Parroquial de Pilahuin quienes han fomentado la participación y esparcimiento de este grupo de atención prioritaria refiriéndose con comentarios como:

“Vengo a esta reunión de los adultos mayores, ellos antes hacen venir a conversar, bailar...” (E4, Hombre).

“Este grupo de amigos me ayudo porque la familia de mi esposo no me quería” (E4, Mujer).

Casi todas las entrevistadas mencionan que no han recibido ningún tipo de apoyo por parte de alguna institución, mientras que los hombres viudos debido a su acercamiento con grupos religiosos refieren que la iglesia, fundaciones y centros de salud luego de la muerte de sus esposas les ayudaron moralmente para seguir adelante, sosteniendo que:

“La iglesia evangélica el nazareno esa me ayudo” (E1, Hombre).

“Conversaba con las doctorcitas del centro de salud de aquí” (E3, Hombre).

Asistencia- Participación

El grupo de adultos mayores está constituido como uno de los apoyos formales que ayuda notoriamente al desenvolvimiento y recreación del adulto mayor, por lo que a todos los entrevistados y entrevistadas les gusta asistir y ser partícipes de los eventos y reuniones organizados por las autoridades de la parroquia, considerando además que al ser un equipo conformado por distintos técnicos, el adulto mayor disfruta y se mantiene en actividad distrayendo sus emociones negativas y concentrándolas en sentimientos de alegría y regocijo, comentando lo siguiente:

“Si hace ya un año y medio a de ser que asisto aquí vengo así si es bonito se pasa nomas tranquilo conversando ya acompañado pues” (E10, Hombre).

“Si me gusta venir todos los jueves vengo puntualito así vienen los de universidad, del municipio así vienen a enseñar cualquier cosita regalan todo ya no se pasa tanto en la casa” (E4, Hombre).

“Si a esta reunioncita se venir jueves si es bueno así se pasa riendo todo esto también ayudo pues a salir de la casa o sino encerrado ya aburrido ni tele nada valía viendo a cuyes se pasaba” (E7, Hombre).

“Si a esta reunión de adultos mayores si me gusta venir porque así no paso pues solita me distraigo así con los vecinos conversando sabemos pasar” (E5, Mujer).

“Así si me gusta venir aquí a el grupo así se pasa entretenido conversando riendo así” (E1, Mujer).

Los viudos y viudas comentan al grupo de adultos mayores es un gran apoyo pues les brindan distracción y entretenimiento, además que al realizar actividades que no suelen hacer en sus casas o con sus familias se sienten productivos y valorados a pesar de sus condiciones de salud dando sentido y motivación a su vida, muchos de ellos hacen

referencia que en el grupo encuentran compañía y consuelo con sus vecinos porque gran parte de ellos viven solos, siendo notorio escuchar frases como:

“Si, si me gusta así venir conversar compañía así vienen licenciadas a indicar cualquier cosita (E2, Mujer).

“Si, aquí estamos conversando con los vecinos si es bonito por que hacemos así cualquier cosa” (E2, Hombre).

“Si me gusta venir así se comparte en vecinos amistades si vengo no he faltar” (E10, Mujer).

“Gustar si me gusta venir hacer todo manualidades trabajos si hacen hacer lo que sea” (E8, Hombre).

Dentro del afrontamiento afectivo la estrategia de búsqueda de apoyo formal por medio de la participación de los adultos mayores al grupo a cargo del GAD Parroquial de Pilahuin ha sido de gran importancia en el enfrentamiento de la muerte del cónyuge, puesto que, brinda compañía y sobre todo bienestar emocional por medio de la convivencia con sus compañeros y vecinos que asisten con el fin de distraerse y salir de la cotidianidad.

Apoyo informal

El apoyo informal entendido como la interacción de un miembro de la familia con el adulto mayor es aquel que brinda ayuda de manera regular a realizar actividades necesarias generalmente de tipo instrumental como: la ayuda en la cocina, las compras del hogar, los trabajos de la casa o incluso el manejo del dinero (Yanguas, Leturia, & Leturia, 2000). Dentro del afrontamiento afectivo es importante el acompañamiento familiar pues la ayuda emocional que este proporciona al adulto mayor durante el proceso de duelo hace más llevadera la ausencia de su pareja y más aún si era con la única persona quien compartía a diario.

Tabla 6. Afrontamiento afectivo

Afrontamiento Afectivo			
<i>Indicador: Apoyo Informal</i>			
Género	<i>Con quien vive</i>	<i>Recibe visitas</i>	<i>Cada cuanto visita</i>
Mujer	- Vivo con mi hija y un nietito...	- En la casa me visitan mis amistades...	- Donde mi hijita se ir así cuando me invita a comer...
	- Actualmente vivo con mi hija puchito...	- Las hijas todos los días pasan viendo...	- Yo todos los días voy saliendo de la casa así a ver quién asoma en la calle...
	- Ahorita estoy viviendo solita así con mis animalitos nomas...	- No así los vecinos así saben venir a ver si estoy buenita	- Yo a veces les visito una vez al mes así a mis hijos porque ellos son ocupados...
	- Solita vivo yo...	- Nadie sabe visitarme a mí...	- Con lo que ando enferma no puedo caminar para ir...
Hombre	- Ahorita yo vivo con una hijita...	- De vez en cuando vienen a visitar los hijos así, pero de vez en cuando ellos viven lejos...	- A mi hija si le visito todas las semanas...
	- Ahorita vivo solito ahí en la casa alado de una hija...	- Así rara vez nomas vienen a ver los hijos también...	- Rara vez voy, donde mi hija ella sabe decir vendrá papá a comer...
	- Yo vivo en una casita prestada solito...	- No uu mis hijos viven al otro lado de la comuna de repente saben a ver.	- Familia vive lejos no voy nomas...
	- Ahorita vivo solito nadie vive conmigo solito paso en la casa...	- Nadie no llega yo mejor se salir a verlos...	

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

Con quien vive

Los adultos mayores luego de enviudar atraviesan una etapa de duelo denominada desorganización del mundo y desesperación que se caracteriza por el sentimiento de soledad, este afecta más a las personas quienes viven solas y no poseen redes de apoyo como forma de convivencia. La soledad también se asocia con la salud y las

capacidades físicas del adulto mayor sobre todo si viven solas puesto que el no tener ningún tipo de acompañamiento genera síntomas depresivos (López & Díaz, 2018).

La mayoría de las mujeres viudas viven con sus hijas generalmente solteras o con hijos como fuente de apoyo material, instrumental, emocional y cognitivo pues la mayor parte de ellas han mantenido buenos vínculos afectivos con casi todos sus hijos. Para Reyes et al., (2020), las mujeres reciben mayor apoyo económico e instrumental de sus hijos por los distintos roles culturales y que además suelen tener mayor cantidad de vínculos sociales debido a la constante participación en actividades sociales como se evidencia a continuación:

“Actualmente vivo con mi hija puchito la Amparito” (E4, Mujer).

“Ahorita yo vivo con mi hija y mi nieto en mi casita, antes ellos me ayudan” (E8, Mujer).

Sin embargo, una pequeña parte de las entrevistas mencionan que viven solas pero que recibe visitas constantes de sus hijos o vecinos refiriéndose a ellos como:

“Ahora estoy viviendo solita, con mis animalitos nomas... pero todos los días viene mi hija a verme acá abajito, también viene mi hijo cuando está desocupado” (E7, Mujer).

“Solita vivo, más abajito viven mis hijas en sus casas propias ... ellas todos los días pasan viendo...” (E10, Mujer).

Las visitas de las personas cercanas al viudo o viuda aumentan a los pocos días de que haya fallecido su pareja, sin embargo, este acompañamiento disminuye con el pasar del tiempo y muchos de ellos se quedan solos. Las visitas en especial de los familiares brindan posibilidades de entretenimiento por medio del intercambio de información y apoyo social mutuo lo que demuestra que el adulto mayor sigue siendo un referente importante en la vida de sus seres queridos (Iglesias, 2001).

Únicamente una de las entrevistadas postulaba que vive totalmente sola, que no recibe visitas de ninguno de sus hijos y que rara vez los vecinos van a su casa a ver si se encuentra bien de salud.

Por otro lado, la mitad de los hombres viven totalmente solos y tienen muy poco contacto con sus hijos pues mencionan que muchos de ellos no viven dentro de la parroquia y rara vez vienen a visitarlo comentando lo siguiente:

“Ahorita vivo solito, nadie vive conmigo, solito paso en la casa” (E6, Hombre).

“Yo vivo en una casita prestada solito... mis hijos viven al otro lado de la comuna de repente saben venir a ver...” (E3, Hombre).

“Ahorita vivo solito, nadie vive conmigo... de vez en cuando vienen a visitar los hijos...” (E6, Hombre).

“Solito vivo, hijos también no quieren nada, así hija soltera pucho viene de a ver, de ahí nadie mismo siquiera viene” (E9, Hombre).

Por el contrario, la otra mitad de los hombres viudos viven junto a las casas de sus hijas o con sus hijas recibiendo constante apoyo de su familia que a pesar de no convivir en el mismo hogar están pendientes de su salud y bienestar; cabe destacar que durante la entrevista se refleja por medio de expresiones la importancia que tienen los hijos en la vida del adulto mayor con su presencia y compañía, aunque sea por pequeños momentos.

“Vivo solito, alado vive una hija con su marido... rara vez vienen a ver los otros hijos, los vecinos vienen mejor a conversar” (E4, Hombres).

Ahorita yo vivo con una hija y tres nietecitos... rara vez así nomás vienen los otros hijos, pero si saben llamas a mi hija por teléfono a preguntar como he pasado...” (E8, Hombre).

Únicamente uno de los entrevistados a iniciado una nueva relación tras la muerte de su esposa y actualmente vive con su pareja mencionando que uno de los aspectos que lo llevo a establecer una nueva relación con otra mujer es la compañía y la ayuda en los quehaceres de la casa.

Los vínculos afectivos de los hombres con sus hijos se han visto afectados tras la muerte de sus esposas por lo que, una parte de ellos dicen no contar con el apoyo de nadie de su familia, lo que afecta considerablemente la autoestima del adulto mayor produciendo sentimientos de soledad que muchas de las veces conlleva a sensaciones de desamparo, estorbo y aislamiento.

Recibe visitas- Cada cuanto visita

Las visitas de los adultos mayores a sus familiares muchas de las veces dependen de su condición de salud y de la distancia en que se encuentran, puesto que la lejanía hace que las relaciones con las distintas redes de apoyo se debiliten y aumente el riesgo de producir episodios de soledad subjetiva caracterizado por el sentimiento de dolor de que a pesar de estar acompañado suelen sentirse solos independientemente si viven o comparten con más personas.

La mitad de las mujeres y hombres viudos expresan que rara vez visitan a sus hijos debido a que muchos de ellos viven fuera de su comunidad y debido a su condición de salud deteriorada no pueden caminar siendo difícil ir donde ellos, a lo que comentan que:

“Yo a veces les visito una vez al mes así, porque ellos son ocupados y con el dolor de espalda no se avanza a caminar y como viven en la ciudad no se llega mismo” (E2, Mujer).

“Si me gusta visitarles, voy cada que puedo o cada que puedan venirme a llevar, una vez al mes así” (E4, Mujer).

“Yo rara vez así mismo visito ahora ellos ya viven lejos con mujer e hijos yo ya no voy casi” (E1, Hombre).

“No se ir nada donde hijos, con lo que no se puede andar, vaya a perder eso no voy nada también” (E9, Hombre).

Por otro lado, una parte de las mujeres mencionan que salen de sus casas a hablar con sus vecinos en busca de compañía debido a que las casas de sus hijos se encuentran muy lejos de donde viven y que únicamente los ve cuando ellos vienen a visitarla:

“Mis hijos, uno ya es muerto, la otra vive allá en la ciudad no viene también a verme, así cuando llama la vecina a decir que estoy enferma ahí viene de ahí no viene nada... yo con lo que paso enferma con dolor de espalda, de la columna no se puede ni salir” (E6, Mujer).

“Yo todos los días voy saliendo de la casa a ver quién asoma en la calle, no quedo solita en la casa...” (E9, Mujer)

“Ahorita con lo que ando enferma no puedo caminar para ir, a los vecinos nomas voy a visitar una vez a la semana” (E5, Mujer).

Al contrario de las mujeres un mínimo de los hombres va a visitar a sus vecinos en sus casas en búsqueda de compañía ya que prefieren realizar actividades del hogar o salir a ver el fútbol para entretenerse, sin embargo, la participación en el grupo de adultos mayores en actividades recreativas como la elaboración de collares, y las distintas manualidades que realizan es de gran ayuda en su bienestar emocional pues mencionan que:

“Yo a mis hijos si cuando invitan así a comidita sabemos ir con mi otra hija de ahí no se ir también así de repente donde vecinos” (E8, Hombres).

“Si se salir poquito, poquito voy a visitar a mis vecinos, al vóley así se salir no me gusta pasar así solito siento a llorar nomas” (E10, Hombre).

El visitar a familiares para muchos de los adultos mayores se les ha dificultado por su condición física y la lejanía de las casas por lo que se reconoce que la distancia puede constituir un factor que disminuye el contacto con la familia. Los entrevistados a pesar de no recibir constantemente visitas siempre están en busca de compañía y apoyo de familiares y amigos, sin embargo, la soledad emocional se convierte en un sentimiento presente a diario pues la ausencia de un lazo íntimo con las relaciones sociales produce aislamiento y distanciamiento obligado.

Gran parte de los entrevistados utilizan la estrategia de búsqueda de apoyo social como medio de afrontamiento afectivo que se caracteriza por el acercamiento a amigos, familiares o instituciones quienes puedan brindar ayuda y apoyo emocional para enfrentar la ausencia del cónyuge.

Situación emocional

La situación emocional del adulto mayor viudo se caracteriza por sentimientos de tristeza, abandono y soledad, para Gonzales (2015), la viudez en la vejez puede ser compleja debido a la adaptación que deben adquirir dado que el proceso de duelo dependerá del nivel de resiliencia que han desarrollado a lo largo de los años.

Tabla 6. *Afrontamiento afectivo*

Afrontamiento Afectivo			
<i>Indicador: Situación emocional</i>			
Género	<i>Sueños- aspiraciones</i>		<i>Como se encuentra</i>
Mujer	- Si que también e de hacer ahora Diosito hasta que me de la vida...	-	Que se le va a hacer ya resignada así ha sido el destino...

	<ul style="list-style-type: none"> - Me hace falta compañía nomas eso quiero yo compañía... - Ya ahorita viejo que voy a querer así más quiera que ahora ya ni hijos vienen... 	<ul style="list-style-type: none"> - Buenita estoy así acordando nomas lloro, pero por lo que el enfermo... - Ahorita triste siento haciendo falta...
Hombre	<ul style="list-style-type: none"> - Mi sueño es organizar aquí así a mayores... - Que me hagan compañía faltan guaguas así no hay quien cuide no hay quien de cocinando... - Que mi otra hija no esté enojada que me venga a ver... - Ilusión tengo que mujer venga a hacer compañía... - Sueños también ya no hay, viejo que va a estar pensando en eso... 	<ul style="list-style-type: none"> - Yo sigo triste porque no hay quien ayude, no hay quien haga compañía... - Me da una tristeza grande, siento nomas a llorar con los perros... - Ya me resigné, pero nunca voy a estar tranquilo, me hace mucha falta... - Ahorita muerta también...

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

Sueños- Aspiraciones

El sentido de vida se construye en base a las motivaciones que tiene el adulto mayor y se dirige a las estimulaciones de las acciones futuras que desean cumplir con el fin de buscar compensar errores del pasado o reestructurar actividades y sueños que no cumplió cuando compartían con su pareja (Noa, Salgado, Matos, & Yanixa, 2014).

Para las mujeres una de sus aspiraciones es tener la compañía de sus hijos, tener salud y poder seguir trabajando, de acuerdo con Molina (2021), el sentido de vida para la mayor parte de los adultos mayores puede ser en su mayoría desear un envejecimiento saludable expresados con comentarios como:

“Me hace falta compañía nomas eso quiero yo compañía” (E3, Mujer).

“Mi sueño así es de más mayor no estar sola ahora ya sin nadie quien haga compañía...” (E8, Mujer).

“Mi sueño es estar sanita, que Dios me de salud a mí, a mi hija, pedir por mi nieto eso que no me dejen sola” (E9, Mujer).

Cabe mencionar, que a pesar de que las mujeres no participan mucho en eventos religiosos una parte de ellas se refieren a Dios como un ser superior que les otorga confianza y fe generando esperanza y sentido de vida.

“Que no falte un bocadito en la boca que no haga falta salud eso Diosito bendiga a mi mis hijos y mis nietos” (E7, Mujer).

“Ahorita que Dios regale salud y vida para seguir poquito, poquito haciendo ahora ya muere el marido que se a de hacer seguir así es la vida” (E10, Mujer).

Por otro lado, las aspiraciones y sueños en los hombres son muy dispersas una parte de ellos menciona que su anhelo es que su esposa este presente y le brinde de su compañía, es importante tomar en cuenta que varios de ellos dirigen sus palabras a que en su hogar hace falta quien ayude con el quehacer doméstico comentando lo siguiente:

“Que me hagan compañía faltan guaguas así no hay quien cuide no hay quien de cocinando no hay quien ayude a lavar ropa así no ve que estoy enfermo tengo dolor del cuerpo bastante falta de compañía tengo” (E3, Hombre).

“Ilusión tengo de mujer que venga a hacer compañía dormir iguales” (E8, Hombre).

Otra parte de los viudos mencionan que para ellos es importante tener salud y poder seguir trabajando para sustentarse económicamente refiriendo lo siguiente:

“Mis sueños es organizar aquí así a los mayores, trabajar porque ellos como yo necesitamos hacer algunas actividades de necesidad... Mi sueño en general seria sacar adelante al grupo”. (E1, Hombre).

“Yo quisiera estar sano para salir a trabajar a coger platita porque gastar así en remedios nomas se va toda la plata eso quisiera...” (E4, Hombre).

Los hombres también postulan que sus aspiraciones giran alrededor de sus hijos y que su relación mejore para mantener contacto y compañía. Como señal Sánchez (2017), el sentido de vida que muchas personas tienen es el anhelo de tener con quien compartir ciertas metas y cumplir objetivos junto a su familia.

“Que mi otra hija ya no esté enojada que me venga a ver...” (E5, Hombre).

“Lo que pienso es así mismo estar bien conmigo con mis hijos que pasemos bien que me de salud...” (E6, Hombre).

Únicamente un hombre y una mujer viuda refieren que no tienen sueños y que sus aspiraciones para seguir viviendo es tener salud y no padecer de ninguna dolencia, en estos adultos mayores se presentan sentimientos de soledad y tristeza.

Como se encuentra

El proceso de duelo en los adultos mayores suele ser corto debido a que al encontrarse en la vejez han experimentado una serie de sentimientos que ha reforzado su resiliencia por anteriores pérdidas de amigos, familiares e inclusive hijos, sin embargo, también hay la posibilidad de que al convivir la mayor parte de su vida con su pareja y compartir una serie de experiencias y actividades durante todos los años de matrimonio el duelo sea complicado y doloroso de afrontar y superar.

La mayoría de las mujeres han aceptado la muerte de su pareja encontrándose en la última etapa del duelo e incluso ya no viviendo un duelo tras la muerte de sus esposos mencionando lo siguiente:

“Me siento más tranquila porque han pasado algunos años de viudez y ya yo me acostumbré a no tener a mi esposo a lado, pero aun cuando me acuerdo de él me afecta” (E4, Mujer).

“Bien yo estoy, ya que se va hacer como dicen resignada ahora así ha sido la vida que más voy a hacer seguir así solita nomas” (E7, Mujer).

Una pequeña parte de las mujeres refieren que aún sienten tristeza al recordar a su esposo y muchas de las veces lo expresan con llanto porque aún no logran adaptarse a su ausencia, es importante mencionar que estas mujeres tienen un promedio de 14 años del fallecimiento de sus esposos presentando un duelo inhibido caracterizado por no afrontar la realidad de la pérdida de su pareja:

“Ahorita triste siento haciendo falta, pero ya así a sido la vida así a tocado a uno que vamos a hacer” (E3, Mujer).

Por el contrario, los hombres aún no culminan su proceso duelo a pesar de que el tiempo del fallecimiento es en su mayoría es superior a dos años, gran parte de ellos mencionan que tienen sentimientos de culpa, soledad, añoranza y tristeza por la partida de su pareja encontrándose en la etapa de retraimiento el cual según Calvo (1996), consiste en manifestaciones de ideas de culpabilidad, miedo y expresiones de irritabilidad reflejados en comentarios como:

“Parece nomas como si fuera ayer yo si lloro así conversando con la vecindad acordando de mi mujer (llora) la compañía cualquier cosa, aunque sea para tener con quien morir de las iras si me hace falta” (E4, Hombre).

“Triste señorita así parece nomas que está conmigo mujer todavía siento a llorar en veces sueño con ella que me dice vamos porque me dejaste solita me dice ella levanto a llorar...” (E7, Hombre).

Un mínimo de dos hombres menciona que actualmente se sienten resignados y tranquilos porque anteriormente su pareja ya padecía una enfermedad incurable por lo

que el duelo se vivió con anterioridad reflejando que los entrevistados han afrontado gran parte de las etapas de duelo ubicándose en la reorganización y sanación de la experiencia de pérdida.

“Mi esposa murió con esa enfermedad (Covid-19) cuando recién empezó ahí murió era diabética y no había pues medicina ese rato nada también ahí el doctor ya vino y ya dijo que estaba mal no dejaron ni velar nada no creía yo que había muerto...” (E5, Hombre).

El adulto mayor en especial los hombres han demostrado que tienen mayor afectación en su bienestar emocional el hecho de que sus esposas no estén presentes, denotando sentimientos de soledad y tristeza que se reflejan a diario pues muchos de ellos no han culminado su proceso de duelo desarrollando un duelos complicados que como señalan Monroy & Amador (2018), se caracteriza por la tristeza o nostalgia que disminuye el sentido de vida debido a la carete capacidad de aceptación de la realidad en cuanto a la ausencia de la pareja.

CONTRASTE DEL PROCESO DE AFRONTAMIENTO

Se realiza la comparación del proceso de afrontamiento de la viudez en los adultos mayores con todas las dimensiones, para dar a conocer las diferencias y similitudes de como los hombres y mujeres han vivido su duelo y los cambios que este ha producido en sus vidas.

Tabla 7. *Contraste del proceso de afrontamiento*

Género	MUJER	HOMBRE
	<i>Satisfacción</i>	
Relación de pareja	<ul style="list-style-type: none"> - La vida con mi esposo era bastante dura... - La relación que tenía con mi esposo no era buena él me pegaba... 	<ul style="list-style-type: none"> - Con mi mujer si llevábamos bien así ella cocinaba todo... - Si llevábamos bien ambitos andábamos poquito, poquito haciendo las cositas...

Compartir

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">- Cocinábamos juntos y dependía mucho de como él se sentía porque a veces venía de buen genio y a veces de mal genio...- Él siempre era serio bravo también, pero si conversábamos... | <ul style="list-style-type: none">- Yo feliz sentía con ella buena era así tenía listita comidita cafecito cualquier cosita...- Nosotros lindo pasábamos pelear no peleábamos nada tranquilo marido mujer conversando así |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Organización de la vida cotidiana

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">- Ahorita yo me dedico a la agricultura corto yerbita siembro maíz ya no hago mucho también, pero con eso paso tranquila yo...- Ahorita en el terrenito trabajo poquito, poquito maicito sembrando... | <ul style="list-style-type: none">- Ahorita siembro poquito aquí afuera poquito terreno siempre cebollita ajito cualquier cosita...- Voy a ver hierbita, cocino, lavo, eso así nomás salgo andando despacito porque ya no avanzo mucho... |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Afrontamiento
conductual**

Economía

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">- Mi hija me ayuda así con cositas de comer, lo que cojo poquito de la lechecita de los cuisitos con eso me mantengo.- El bono tengo yo y de lo que trabajo de repente guaípe... | <ul style="list-style-type: none">- Yo cobro el bono, ninguno de mis hijos me ayuda...- Ahorita ya cobrando el bono con esito estoy sosteniendo sino habría bono no sé qué hubiera pasado.... |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Optimismo

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">- Me da mucha tristeza porque a pesar del carácter y lo difícil que era estar cuando se fue me hizo mucha falta...- Si me pongo triste no olvido ganas de llorar viene... | <ul style="list-style-type: none">- Me siento triste por q me hace falta la compañía...- Si me da tristeza también me duele porque ella era buena con todos... |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Liberación

- Yo me dedique al trabajito a los cuisitos la yerba...
- Me distraigo en las cosas que tengo que hacer en la casa...
- Después que murió mi esposa me dio una tristeza capas de casi casi yo también irme con ella...
- Me dedique al trabajo nomas que más he de hacer...

Afrontamiento

cognitivo

Espiritualidad

- No se ir nada también a eso a veces nomas se ir.
- Así a veces se ir no mucho cuando invitan a misita...
- Si, si voy, a misa se ir siempre, cuando falleció mi esposa encontré consuelo.
- Si, yo rezaba por ella, pero siempre me hacía falta.

Apoyo formal

- Nadie ayudo nada con nada...
- La iglesia evangélica el nazareno esa me ayudo ...
- Justo me enferme y ahí conversaba así con las doctorcitas del centro de salud...

Afrontamiento

afectivo

Apoyo Informal

- Vivo con una de mis hijas y mis nietos dositos tiene...
- De repente los hijos de ahí nadie, unas dos vececitas al mes así vienen...
- A mi otra hija casi no le veo ella vive en otro lado...
- Donde mi hijita se ir así cuando me invita a comer...
- Yo todos los días voy saliendo de la casa así a ver quién asoma...
- Ahorita vivo solito nadie vive conmigo solito paso en la casa...
- No uuu mis hijos viven al otro lado de la comuna de repente saben venir...
- Mas antes me iba hasta que me operaron ahora ni donde no salgo.
- Yo no voy nada ahora no invitan como también he de llegar a casa ajena...

Situación emocional

- Me hace falta compañía nomas eso quiero yo compañía...	- Que me hagan compañía faltan guaguas así no hay quien cuide no hay quien de cocinando no hay quien ayude a lavar ropa...
- Me siento más tranquila porque han pasado algunos años de viudez...	- Yo sigo triste porque no hay quien ayude...

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

○ *Relación de pareja*

La satisfacción en el matrimonio está determinada por la relación de convivencia que mantenían como esposos e influye directamente en el afrontamiento del duelo puesto que, para siete de las mujeres los vínculos afectivos con sus esposos eran escasos, pues gran parte de ellos eran alcohólicos y tenían comportamientos violentos a lo que mencionan que no fue difícil el proceso de duelo y el afrontamiento a la viudez, sin embargo destacan que las actividades que realizaban junto a sus cónyuges servían como lazo de comunicación para solucionar los problemas.

Por el contrario, nueve de los hombres se encuentran totalmente satisfechos con la relación que mantenían con sus esposas y las demostraciones de afecto y cariño que recibían por medio del apoyo instrumental como el tener la ropa limpia, cocinarles y organizar la casa, las actividades que realizaban como pareja eran agradables para la convivencia marital por lo que el enfrentamiento a la ausencia de sus parejas les es aún difícil.

○ *Afrontamiento conductual*

El afrontamiento conductual está relacionado con la implementación de actividades las cuales desvíe pensamientos negativos e impulse la reapreciación positiva de la situación dolorosa por la que atraviesa el adulto mayor, las estrategias que utilizaron

los hombres y mujeres son las mismas, dado que ambos han dirigido sus emociones a la realización de actividades relacionadas con el trabajo en el campo.

En cuanto a la organización de la cotidianidad, los hombres se han visto más afectados debido a la desvinculación que tienen en cuanto a las actividades del hogar por lo que dentro de sus rutinas han implementado el hecho de cocinar, lavar su ropa y limpiar; por el contrario, en las mujeres no se ha alterado ninguna de las actividades que realizaban a diario.

La estabilidad económica en los adultos mayores es complicada pues el no trabajar constantemente por las condiciones físicas y de salud que atraviesan les impide generar un poco de dinero, sin embargo, la mayoría se dedica a la crianza de cuyes y la cosecha de productos del campo como ajo y cebolla.

En los hombres los gastos que asumieron tras las enfermedades de sus esposas produjeron que muchos se endeuden y actualmente no cubran totalmente sus necesidades. Por otro lado, las mujeres han recibido apoyo de sus hijos y a pesar de que su economía disminuya por la ausencia del apoyo laboral de sus esposos no se han visto muy afectadas; hay que destacar que siete mujeres y ocho hombres viudos reciben el bono como apoyo económico formal.

○ *Afrontamiento cognitivo*

El afrontamiento cognitivo consiste en redirigir pensamientos causantes de estrés a emociones positivas automáticas para lo cual las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adultos mayores han ayudado en el proceso de duelo y el cambio en las perspectivas de ver la viudez.

En los adultos mayores de ambos géneros la reacción que tienen al recordar el fallecimiento de sus parejas es de tristeza y melancolía, sin embargo, para los hombres el único consuelo que tienen ante la muerte de sus parejas es mencionar que sus esposas ya no sufren de dolores y descansan tranquilas, destacando el uso de la estrategia de reevaluación positiva.

Las actividades que implementaron los hombres y mujeres para sobrellevar la pérdida de sus parejas al momento del fallecimiento se relacionan con labores del trabajo; pero en la actualidad las mujeres se refugian en la compañía de sus hijos y vecinos mientras que los hombres en actividades recreativas como salir a ver el fútbol o vóley haciendo uso de la estrategia de liberación cognitiva la cual se caracteriza por la implementación de actividades que permitan distraer las emociones estresantes. Es importante mencionar que para un mínimo de hombres aún les es difícil aceptar la muerte de sus parejas, por lo que la falta de compañía de sus esposas provoca desesperanza y pensamientos suicidas.

En las entrevistas realizadas se evidencia que la religión es una de las estrategias cognitivas más utilizadas por los hombres dado que refieren que orar, rezar y participar en eventos religiosos les da consuelo y los reconforta dando más sentido a sus vidas; mientras que para las mujeres el asistir a misa o rezar no es de gran importancia mencionando que asisten únicamente cuando hay una invitación de por medio.

○ *Afrontamiento afectivo*

El afrontamiento afectivo y el uso de la estrategia de búsqueda de apoyo social es de gran importancia a nivel emocional del adulto mayor puesto que el contar con redes de apoyo estables ayuda a que la ausencia de la pareja sea más llevadera.

Dentro del apoyo formal las mujeres mencionan que a partir del fallecimiento de sus esposos ninguna institución les brindó apoyo, mientras que los hombres al tener más acercamiento a distintas instituciones de salud por la situación de enfermedad de sus parejas recibieron mayor apoyo moral por doctoras del centro de salud y fundaciones a las cuales asistían con sus cónyuges.

A partir del fallecimiento de sus parejas las viudas y viudos actualmente asisten al Grupo de Adultos Mayores a cargo del GAD Parroquial de Pilahuin destacando que se sienten totalmente satisfechos y felices por las actividades que realizan junto a sus vecinos y compañeros pues han encontrado compañía y apoyo emocional.

El apoyo por parte de familiares y vecinos en las mujeres es más estable pues más de la mitad de ellas viven con sus hijas o cerca de ellas destacando el apoyo material, instrumental, emocional y cognitivo que en los hombres casi no existe pues varios de ellos viven totalmente solos porque sus hijos residen en zonas alejadas lo que impide visitarlos por su condición de movilidad alejándolos del vínculo afectivo familiar, además no suelen ir donde sus vecinos puesto que mencionan que no hay la suficiente confianza y prefieren realizar actividades en el hogar.

La situación emocional en la que se encuentra la mayoría de mujeres y hombres está asentada en sentimientos de soledad pues se destaca que uno de los sueños y aspiraciones más importantes es contar con la compañía y apoyo de familiares, en especial los hombres mencionan que les hace falta la presencia de sus hijos y que les gustaría que ellos estén más pendientes de él.

La estrategia utilizada por hombres y mujeres dentro del afrontamiento afectivo es la búsqueda de apoyo social pues a pesar de que muchos no visitan constantemente a sus amigos y vecinos para el adulto mayor es importante contar con compañía que le brinde de ayuda afectiva y equilibrio emocional.

El proceso de duelo para nueve de las mujeres, debido al tipo de relación matrimonial que mantenían ya culminó, pero aún existen sentimientos de tristeza al recordar a sus esposos, mientras que para siete de los hombres a pesar de que el tiempo de fallecimiento en muchos de ellos es mayor a dos años aún se encuentran en la tercera etapa del duelo que es el retraimiento el cual consiste en la añoranza, culpabilidad y expresiones de tristeza.

Recopilando la información obtenida durante la investigación, se puede manifestar que existen varias diferencias en el proceso de afrontamiento a la viudez en hombres y mujeres, para los hombres debido a su relación de convivencia con sus parejas y la ruptura de vínculos afectivos con sus hijos les es más difícil sobreponerse a la ausencia de su esposa, además del cambio e implementación de actividades diarias ha provocado la alteración de la cotidianidad que en el envejecimiento resulta ser un

suceso que provoca grandes riesgos y malestares emocionales. Por otra parte, para las mujeres el sentimiento de liberación ha predominado durante el proceso de duelo, demostrando que los cambios a raíz de la muerte de su esposo no han sido de gran afectación, sin embargo, la falta de compañía provoca tristeza y dolor emocional.

Por último, la importancia de la participación del adulto mayor en el Grupo de Adultos Mayores ha sido fundamental para sobrellevar su duelo y vivir el proceso de envejecimiento de forma activa, tal como se refleja en los resultados obtenidos en los que a todos los entrevistados les gusta participar y realizar las actividades propuestas dentro del grupo; por lo que en cuanto a los datos analizados surge la iniciativa como propuesta desde la perspectiva del Trabajo Social, tomando en consideración que la mayoría de adultos mayores buscan mantenerse ocupados y en compañía y que dentro del GAD Parroquial de Pilahuin existen los recursos profesionales y apoyo de distintas instituciones formales se opta por proponer un proceso de intervención individual familiar, grupal y comunitario por medio de talleres prácticos dirigidos a los adultos mayores que asisten al Grupo de Adultos Mayores del GAD Parroquial de Pilahuin, con el objetivo de contribuir al fortalecimiento de redes sociales de apoyo, el uso del tiempo libre y el proceso de afrontamiento al duelo.

Tabla 8. *Propuesta de intervención*

Etapa	Actividades
Diagnostico	- Aplicación de las entrevistas
	<u><i>Intervención individual</i></u>
	- Primera sesión: Reconocimiento de limitaciones y recursos
	- Segunda sesión: Aumento de autoestima
	- Tercera sesión: Proceso de duelo
	- Cuarta sesión: Evaluación
	<u><i>Intervención grupal</i></u>
	Basado en el modelo de recreación
	- Primera sesión: Conversatorio de experiencias
	- Segunda sesión: Envejecimiento activo

Plan de intervención	<ul style="list-style-type: none"> - Tercera sesión: Fortalecimiento cognitivo <p><i>Intervención familiar</i></p> <p>Basado en el modelo de edad funcional</p> <ul style="list-style-type: none"> - Primera sesión: Identificación de redes de apoyo - Segunda sesión: Acercamiento familiar - Tercera sesión: Fortalecimiento de la comunicación <p><i>Intervención comunitaria</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Primera sesión: Concientización de actitudes sociales - Segunda sesión: Participación comunitaria
Seguimiento	<ul style="list-style-type: none"> - Informe de seguimiento individual - Informe de seguimiento grupal - Informe de seguimiento familiar - Informe de seguimiento comunitario
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> - Informe final individual - Informe final grupal - Informe final familiar - Informe final comunitario

Fuente: Elaboración propia a partir de la entrevista.

Primera Etapa: Diagnóstico

En la primera etapa se realiza un diagnóstico por medio de las entrevistas sobre el bienestar físico, emocional, social, económico y familiar del adulto mayor al atravesar el proceso de viudez, esto con la finalidad de reconocer las necesidades y cambios que surgieron a partir del fallecimiento de la pareja, por lo que se sugiere realizar una intervención individual, grupal, familiar y comunitaria a los adultos y adultas mayores viudas pertenecientes al Grupo de Adultos Mayores del GAD de Pilahuin para tener un mejor abordaje de la problemática.

Segunda Etapa: Plan de intervención

Dentro de la segunda etapa se realiza una serie de intervenciones, las cuales ayudaran al fortalecimiento de las redes familiares de apoyo, el uso del tiempo libre y el proceso de afrontamiento al duelo por medio de las distintas modalidades de intervención gerontológicas.

Intervención individual

Una de las primeras intervenciones que se realiza es la intervención individual, con el fin de reconocer las problemáticas, desarrollar sentido de autoconfianza y generar una atmosfera de confidencialidad y afecto.

- Primera sesión: Reconocimiento de limitaciones y recursos

En la primera sesión por medio de la aplicación de la matriz de priorización y en base a los datos obtenidos en el diagnostico se busca identificar los principales problemas que está atravesando el adulto mayor y proponer alternativas para solucionarlas teniendo en cuenta los recursos, limitaciones y fortalezas de la persona, dentro del eje vertical de la matriz se situaran los distintas alternativas de solución al problema mientras que las problemáticas se situaran en el eje horizontal, a cada uno de los criterios se deberá dar una ponderación numérica del 1 al 5 en base a la relevancia como por ejemplo:

<i>Alternativas de solución</i>	1	2	3
	Problema 1	Problema 2	Problema 3
Opción 1	2	1	5
Opción 2			
Opción 3			

- **Segunda sesión:** Aumento de autoestima

En la segunda sesión de este plan de intervención se trabaja en el aumento de la autoestima del adulto mayor, por medio de un recordatorio de experiencias y momentos exitosos a partir de dibujos y palabras las cuales permitan redescubrir talentos y la importancia en su familia, comunidad o grupo de amigos.

- **Tercera sesión:** Proceso de duelo

Durante la tercera sesión con el fin de ayudar al proceso de afrontamiento del duelo se trabaja con un equipo multidisciplinario conformado por un trabajador social, psicólogos y técnicos especializados en adultos mayores quienes brinden apoyo de forma holística para una mejor intervención al proceso de duelo.

- **Cuarta sesión:** Evaluación

En esta sesión se evalúa la intervención profesional y los cambios de las percepciones a los problemas, así como las metas alcanzadas durante el proceso de intervención.

Intervención grupal

La intervención en el Grupo de Adultos Mayores de la parroquia está basada en el modelo de recreación, este tiene como finalidad lograr un envejecimiento activo por medio de la participación en las actividades sociales que permitan mejorar la calidad de vida.

- **Primera sesión:** Conversatorio de experiencias

La primera sesión se trata sobre un conversatorio de experiencias mediante la técnica narrativa que permitirá dar importancia a las experiencias de la vida diaria del adulto mayor logrando un acercamiento afectivo con los demás integrantes del grupo y generando vínculos de amistad.

- **Segunda sesión:** Envejecimiento activo

Durante la segunda sesión tiene como propósito lograr que los adultos mayores lleven un envejecimiento activo por medio de actividades físicas las cuales permitan mejorar su condición de salud y potencie la aceptación de los cambios que se producen en el cuerpo a lo largo del envejecimiento ayudando a que el adulto mayor lleve una vida placentera.

- **Tercera sesión:** Fortalecimiento cognitivo

La tercera sesión tiene como objetivo mantener el desarrollo cognitivo de los adultos mayores que debido a la edad sufren de desgastes en la memoria, por lo que se utiliza la técnica de “encuentra las diferencias” que permite mantener la concentración y retención de información.

Intervención familiar

El proceso de intervención familiar es importante dado que durante la vejez el apoyo de la familia es una de las principales guías emocionales que ayuda a llevar un envejecimiento saludable, esta intervención está basada en el modelo de edad funcional, la cual tiene como propósito fortalecer las redes sociales de apoyo y mejorar el ambiente familiar por medio de técnicas y actividades asentadas en la teoría de la comunicación y terapia familiar.

- **Primera sesión:** Identificación de redes de apoyo

Inicialmente se realiza un genograma para identificar el grupo familiar del adulto mayor y sus relaciones internas, y un ecomapa para conocer las interrelaciones de la familia con el ambiente y contexto en el que se desenvuelve.

- **Segunda sesión:** Acercamiento familiar

Durante la segunda sesión con el objetivo de ponderar un cambio dentro de la dinámica familiar se aplica la técnica de narración, la cual consiste en un tipo de conversación colaborativa en la que cada miembro se expresa y es escuchado, aportando con relatos que permitirán identificar posibles disgustos familiares, para luego proponer alternativas prácticas y productivas que fomenten el acercamiento del sistema familiar con el adulto mayor.

- **Tercera sesión:** Fortalecimiento de la comunicación – preguntas circulares

En la tercera sesión con el fin de fortalecer la comunicación se aplica la técnica de las preguntas circulares que consiste en que cada uno de los miembros de la familia pregunten al otro como se siente, que hace, etc. ayudando a redescubrir posibles problemas dentro de la familia y ampliando los distintos puntos de vista.

Intervención comunitaria

El último proceso de intervención es a nivel comunitario que tiene como propósitos el cambio de actitudes sociales hacia la vejez y la influencia para la elaboración de políticas públicas que mejoren el bienestar del adulto mayor.

- **Primera sesión:** Concientización de actitudes sociales

En la primera sesión por medio de la colaboración de más profesionales se busca concientizar a las distintas generaciones sobre la importancia del adulto mayor dentro de la familia y comunidad por medio de reuniones con los distintos grupos sociales de la parroquia.

- **Segunda sesión:** Participación comunitaria

Por medio de la participación de autoridades, técnicos y familiares de los adultos mayores se evidenciará las problemáticas más urgentes que están afectando el bienestar emocional, social, económico y familiar del adulto mayor con el fin de proponer políticas públicas en beneficio a este grupo poblacional.

Tercera Etapa: Informes de seguimiento

Seguidamente, la tercera etapa se centra en el seguimiento que se realiza una vez las intervenciones individuales, grupales, familiares y comunitarias hayan culminado, con el objetivo de evidenciar el fortalecimiento de redes sociales de apoyo entre los integrantes del grupo, el uso del tiempo libre y la mejora en el proceso de afrontamiento al duelo.

Cuarta Etapa: Informes de finales

Finalmente, la cuarta etapa es la evaluación que se realiza mediante la ejecución y presentación del informe final, abarcando todos los procesos de intervención, así como los resultados obtenidos en cada una de las sesiones y etapas anteriores.

En conclusión, con esta propuesta busca intervenir al adulto mayor en sus diferentes contextos con el fin de al fortalecer las redes sociales de apoyo, el uso del tiempo libre y el proceso de afrontamiento al duelo, permitiendo que el adulto mayor desarrolle un envejecimiento activo, aumente la autoestima y prevenga un duelo patológico o complicado.

DISCUSIÓN

Entre los principales hallazgos de la investigación dentro de la dimensión del afrontamiento afectivo, la totalidad de los adultos mayores cuentan con pocas personas quienes conformen su red de apoyo, sin embargo el soporte de sus familiares,

amigos y vecinos para sobrellevar el fallecimiento de su pareja es importante, dado que la pérdida de compañía y la ausencia de sus hijos debilita no solo su condición de salud física sino también psicológica, llevándolos a presentar cierto grado de soledad emocional, tristeza, angustia y depresión, por lo que mantener buenos vínculos con las redes de apoyo y participar en el grupo de adultos mayores de la parroquia es de gran ayuda para mantener un envejecimiento activo y saludable, datos reflejados en la tabla 6. La información investigada concuerda con el estudio de Arias (2015), quien analiza los cambios de las redes de apoyo social a lo largo de la vida, destacando que durante la vejez existe una estrecha relación entre las redes de apoyo con el bienestar y los estados emocionales, puesto que, el adulto mayor al no contar con vínculos de apoyo puede desarrollar situaciones de aislamiento extremo y diversas patologías que afecta su estado funcional y el desarrollo de las actividades diarias.

Uno de los aspectos más relevantes de la investigación es la influencia de la satisfacción durante el matrimonio con el proceso de duelo que vive el adulto mayor, siendo notorio que para algunas de las mujeres la convivencia con sus esposos no era buena debido a las constantes agresiones físicas y psicológicas que sufrían, de modo que el proceso de duelo y afrontamiento al fallecimiento de su pareja fue más resiliente y no alteró en gran medida la cotidianidad y su bienestar, por el contrario, los hombres están satisfechos con la relación que mantenían con sus esposas y su duelo se ha tornado complicado, debido a los vínculos afectivos que construyeron siendo esposos. Corroborando lo investigado por Rico (2017), quien refiere que la muerte de la pareja en especial en la edad adulta es un evento trágico que cambia la vida de la persona y aún más cuando las experiencias y los roles compartidos eran basados en la reciprocidad, amor y cariño; por lo que, tras la muerte de uno de la pareja y cuando la relación matrimonial era buena, aumenta la probabilidad de que el proceso de duelo dure más tiempo y sea más doloroso de aceptar.

La organización de la vida cotidiana para los adultos mayores viudos ha sido complicada, debido a los cambios e implementación de actividades relacionadas con el hogar como limpiar, cocinar, ordenar y lavar, pues culturalmente y en especial en las zonas rurales la mujer es la encargada de realizar el trabajo doméstico para ser considerada una “buena esposa”, por lo que la adaptación al cambio de las rutinas

diarias en cuanto a las tareas del hogar es uno de los sucesos que afecta el bienestar del hombre, demostrando la añoranza de recibir apoyo instrumental por sus hijos o algún familiar. Lo que coincide con lo expuesto por Treviño, Pelcastre, & Márquez (2006), quienes en su investigación determinan que para los hombres mayores viudos y que no viven con ninguno de sus hijos es más difícil afrontar los nuevos roles del hogar, pues no tienen la capacidad de desempeñar tareas domésticas básicas como el aseo de su hogar o la preparación de alimentos (p. 34).

El proceso de duelo anticipado de los adultos mayores hombres quienes perdieron a sus parejas por algún tipo de enfermedad es más doloroso que de las mujeres que perdieron a sus esposos de forma repentina, puesto que el adulto no desarrollo sentimientos de aceptación y resignación a la pérdida, ya que a pesar de compartir el debilitamiento físico de su pareja, los cambios en el estilo de vida previo a la muerte y la preocupación por sus hijos y familia no permitió que el duelo anticipado se enfoque en la despedida y proceso tanatológico del enfermo y del adulto mayor generando sentimientos de culpa y convirtiéndose en un duelo complicado, evidenciando expresiones expuestas en la tabla 5. El estudio de Alameda (2020), coincide totalmente en lo datos obtenidos en esta investigación dado que, el autor postula que el afrontamiento y la preparación para la pérdida física de la persona enferma es una constante evolución de aceptación, pues el anticiparse a lo que sabían que iba a llegar resulta ser difícil sin un acompañamiento profesional durante el duelo anticipado dado que, los cambios de roles consecuencia de la ausencia de la persona produce malestar psicológico.

La desesperanza, soledad y falta de apoyo emocional por parte de los hijos de los entrevistados afecta notablemente su autoestima generando pensamientos negativos, de tal manera que no encuentran sentido a su vida, pues el hecho de vivir solos y no tener la capacidad física para salir y trabajar constantemente los hace vulnerables a tener pensamientos suicidas. Estos resultados coinciden con la investigación de Cardona, Segura, Segura, & Osley (2012), quienes mencionan que existe mayor prevalencia de riesgo de depresión y por ende peligro de suicidio en los adultos mayores, debido a la dependencia física para la realización de actividades diarias, así como la sensación de vulnerabilidad y el sentimiento de ser una carga para el otro, lo

que genera malestar y frustración presentándose el riesgo de mantener síntomas depresivos.

El apoyo informal para los hombres es mínimo dado que no mantienen relaciones cercanas con sus hijos y no buscan establecer una relación afectiva con amigos o demás familiares con el fin de “no molestar”, por lo que prefieren dedicarse a actividades recreativas, al trabajo o tareas del hogar, sin embargo el sentirse en compañía de los demás aumenta su autoestima y mejora su estabilidad emocional; al contrario de las mujeres que reciben y buscan mayor apoyo por parte de su familia, amigos y vecinos que les proporcionen compañía. Corroborando lo expuesto por Robles et al. (2015), en su investigación, en donde los resultados muestran que el tamaño de redes sociales de apoyo para las mujeres es mayor que para los hombres dado que las mujeres a partir del fallecimiento de sus parejas participan en más actividades sociales lo que refuerza las redes multigeneracionales en su familia y lugar de residencia.

Los sueños y aspiraciones de los adultos mayores se enfocan con tener una buena relación con sus hijos y sentirse acompañado e indispensable en la vida de ellos, además anhelan tener quien les ayude a realizar el quehacer doméstico y mantener una buena salud. Lo que concuerda con el estudio realizado por Ramirez (2007), en el que establece dos perfiles de aspiraciones importantes en la vejez, el primero centrado en la autoconservación señalados por los deseos de salud, autonomía y mejora de ciertas características personales relacionadas con las dificultades físicas y sensación de carga y la segunda centrado en las aspiraciones de autodesarrollo y bienestar hacia los demás.

La viudez en los adultos mayores es un suceso doloroso que depende del nivel de resiliencia adquirido con los años, sin embargo, el hecho de perder a la persona con quien compartieron experiencias y formaron una familia resulta difícil y cambia notablemente su bienestar emocional debido que, al encontrarse en una edad en la que su capacidad física se va disminuyendo y gran parte de los hijos son casados o viven lejos, la única compañía segura que tenían era su pareja lo que los lleva a sentirse solos y por ende a desarrollar sentimientos depresivos que afecta su salud.

CAPÍTULO IV.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- El proceso de afrontamiento a la viudez en los adultos mayores se determina por la satisfacción durante el matrimonio y el tipo de estrategias que utilizan a nivel conductual, cognitivo y afectivo, siendo predominante el apoyo formal e informal durante el proceso de duelo, dado que los adultos mayores buscan tener la mente ocupada y compañía con sus amigos, familiares y vecinos cercanos al lugar en donde viven.
- Según los resultados obtenidos los cambios que se produjeron en los adultos mayores tras la pérdida de su pareja son rutinarios, económicos y emocionales, siendo más notorios las alteraciones en los hombres debido a que, a partir del fallecimiento de sus esposas el incluir las tareas del hogar como planchar, cocinar y lavar ha sido de gran esfuerzo, además de que su economía se vio afectada por los gastos de salud y su situación emocional ha sufrido cambios significativos por la ausencia de su cónyuge y el quiebre de relación afectiva con sus hijos y familia, por otro lado los cambios de las mujeres a raíz de la muerte de sus esposos fueron pequeños dado que la mayoría colaboraban en las actividades laborales y gastos del hogar por lo que su situación económica no afectó en gran medida, la relación familiar se fortaleció puesto que las visitas constantes a sus hijos han generado vínculos de apoyo, sin embargo la falta de compañía de su esposo ha deteriorado su salud emocional provocando sentimientos de tristeza y soledad subjetiva.
- En base a los resultados obtenidos se describió las estrategias que utilizan los adultos mayores dentro de cada afrontamiento, en el conductual la estrategia de evitación comportamental ayudó a redirigir emociones por medio de la realización de actividades relacionadas a la agricultura, en el afrontamiento cognitivo la reevaluación positiva, la liberación cognitiva y la religión fueron las principales estrategias que ayudaron a dar una valoración distinta al fallecimiento de su pareja

y en el afrontamiento afectivo la búsqueda de apoyo social fue una de las bases esenciales para mantener la estabilidad emocional por medio del apoyo formal e informal del adulto mayor.

- Mediante el análisis presentado en la tabla 7, se compara las experiencias del proceso de afrontamiento de la viudez en hombres y mujeres con todas las dimensiones, comprendiendo que en la mayoría de las mujeres el duelo tras la pérdida de su pareja ha terminado, mientras que, en los hombres a pesar de tener un promedio de viudez de alrededor 8 años y a ver vivido un duelo anticipado aún se encuentran en la tercera etapa del duelo relacionada con la desorganización del mundo, desesperación y retraimiento.

4.2 Recomendaciones

Una vez realizada la investigación y con los resultados obtenidos, se recomienda lo siguiente:

- Realizar un plan de intervención a nivel individual, grupal, familiar y comunitario por medio de la participación intergeneracional que permitan al adulto mayor mejorar su bienestar emocional y social, fortaleciendo sus redes de apoyo, el manejo del tiempo libre y el proceso de afrontamiento al duelo.
- Promover espacios de concientización y participación a nivel comunitario en los que se desarrolle temas de igualdad de género e importancia del adulto mayor con el fin de disminuir las percepciones negativas hacia la vejez.
- Fortalecer los vínculos afectivos familiares por medio de herramientas de resolución de conflictos que permitirá que en las redes de apoyo del adulto mayor haya mejor comunicación, afecto y confianza.
- Brindar acompañamiento desde las áreas de Trabajo Social y Psicología a los adultos mayores cuyo duelo es complicado o patológico para evitar posibles daños psicológicos o riesgos de suicidio.

BIBLIOGRAFÍA

1. Abreu, J. (2014). El Método de la Investigación Research Method. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 9(3), 195-204.
2. Acosta, R. (2011). *Nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento que utilizan los adultos mayores de la Asociación los Auquis de Ollantay, Pamplona Alta, San Juan de Miraflores*. Obtenido de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/3151/Acosta_nr.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Alameda, S. (2020). Duelo anticipado y duelo real en familiares cuidadores de personas con enfermedad de Alzheimer. *Archivos de la Memoria*, 17, 1-6. Obtenido de <https://tuapoyoenred.com/wp-content/uploads/2021/03/Duelo-anticipado-y-duelo-real-familiares-cuidadores-de-enfermos-de-Alzheimer.pdf>
4. Álvarez, E., & Cataño, L. (2019). *Proceso de duelo y estrategias de afrontamiento*. Obtenido de Trabajo de titulación. Universidad de Antioquia: udea.edu.co
5. Arber, S., & Ginn, J. (1996). *Relación entre género y envejecimiento*. Madrid: Narcea. Obtenido de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=X763UH26qHEC&oi=fnd&pg=PA11&dq=Relaci%C3%B3n+entre+g%C3%A9nero+y+envejecimiento.&ots=fUZX5Rgpuq&sig=pt0mcMwpKdxRT_ud7LBSr0RVmn8#v=onepage&q=viudedad&f=false
6. Arias, C. (2015). La Red de Apoyo Social: Cambios a lo largo del ciclo vital. *Revista Kairós Gerontología*, 18(20), 1-24.
7. Arias, C. (2015). La Red de Apoyo Social: Cambios a lo largo del ciclo vital. *Revista Kairós Gerontología*, 18, 149-172.

8. Ayuso, L. (2012). Las redes personales de apoyo en la viudedad en España. *Reis* 137, pp. 3-34.
9. Balacco, M. (2018). *Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico frente al duelo por viudez en el adulto mayor*. Obtenido de RepositorioUesiglo21:
[https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/16003/BALACC O%2c%20Mar%2c%20Ada%20Guadalupe.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/16003/BALACC%20O%2c%20Mar%2c%20Ada%20Guadalupe.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. Bejarano, M. G. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA, Research Journal*, 1(2), 1-9.
11. Bertoche, D. (2020). *Proceso de viudez en personas mayores institucionalizadas*. Obtenido de Colibri.udelar:
https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/33452/1/TTS_BertocheDina.pdf
12. Bethancourt, Y., Bethancourt, J., Moreno, Y., & Saavedra, A. (2015). Determinación de los factores psicosociales potenciadores de conductas suicidas en los adultos mayores. *MediCiego*, 21(1), 1-7.
13. Brenes, Y. (2008). Adultos (as) Mayores Construyendo Procesos de Duelo Adecuados. *Revista de Trabajo Social*, 71, 17-22.
14. Buz, D. (2013). Envejecimiento y soledad: la importancia de los factores. *Por una cultura del envejecimiento*, 271- 281.
15. Calvo, M. (1996). Duelo. *Revista de la Facultad de Medicina*, 44(3), 174-178.
16. Cárdenas, C., & Infante, N. (2005). La viudez: algunas vivencias en la etapa de disolución familiar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 3-4. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252005000300011

17. Cardona, D., Segura, A., Segura, À., & Osley, M. (2012). Efectos contextuales asociados a la variabilidad del riesgo de depresión en adultos mayores, Antioquia, Colombia. *Biomédica*, 35(1), 73-80. doi:<http://dx.doi.org/10.7705/biomedica.v35i1.2381>

18. Carevic, M. (2003). Proceso de duelo en el anciano. *Revista Electrónica: El Portal del Mundo de la Psicología*. Obtenido de http://www.robertexto.com/archivo3/duelo_anciano.htm

19. Carrillo, L. (2015). Población y muestra. Obtenido de <http://ri.uaemex.mx/oca/view/20.500.11799/35134/1/secme-21544.pdf>

20. Criado, Á. (Mayo de 2018). *La satisfacción marital: Su relación con la diferenciación del self y la posición en la fratría*. Obtenido de Repositorio Institucional: Universidad Pontificia Comillas: <https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/31694/1/TFM001032.pdf>

21. Dahlberg, L., & Mckee, K. (2014). Correlates of social and emotional loneliness in older people: evidence from an English community study. *English community study. Aging & mental health*, 18(4), 504- 514. doi:<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/13607863.2013.856863?needAccess=true>

22. Díaz, V., & Ruiz, M. (2022). La experiencia de morir. Reflexiones sobre el duelo anticipado. *Revistas unal*.

23. Di-Collaredo, C., Aparicio, D., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombre y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 1(2), 125-156. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>

24. El Heraldo. (27 de Octubre de 2020). *Pilahuín con historia y cultura*. Obtenido de El Heraldo: <https://www.elheraldo.com.ec/pilahuin-con-historia-y-cultura-2/>

25. Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores. (23 de Marzo de 2014). *Los desafíos del envejecimiento en Ecuador*. Obtenido de FIAPAM: <https://fiapam.org/los-desafios-del-envejecimiento-en-ecuador/>
26. Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores. (31 de Marzo de 2016). Obtenido de <https://fiapam.org/la-soledad-en-el-adulto-mayor/>
27. Fernández, J., & Tobío, C. (1999). Monoparentalidad, trabajo y familia. *Revista Internacional de Sociología*, 22, 67-97.
28. Fernández, T., & León, L. P. (2012). *Trabajo Social con familias*. España: Ediciones Académicas.
29. Fernández-Ballester, R. (2007). *La psicología de la vejez*. Madrid: Biblioteca Nueva.
30. Flórez. (2002). Duelo. *ANALES del Sistema Sanitario de Navarr*, 25, pp. 77-85. doi:<https://doi.org/10.23938/ASSN.0843>
31. Folgueiras, P. (2016). La entrevista.
32. García, E., Lima, G., Aldana, L., Casanova, P., & Feliciano, V. (2006). Alcoholismo y sociedad, tendencias actuales. *Revista cubana de medicina militar*, 33(3), 0-0. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572004000300007
33. García-Alandete, J. (2011). Optimismo, sentido de la vida y adversidad. *NOUS. Bolentín de Logoterapi y Análisis Existencial*, 15, 35-50.
34. Gismero- González, E., Bermeo, L., Prieto, M., García, A., & Hernández, V. (2012). Estrategias de afrontamiento cognitivo, auto-eficacia y variables laborales orientaciones para prevenir el estrés docente. *Acción Psicológica*, 9(2), 87-96. doi: <http://dx.doi.org/10.5944/ap.9.2.4107>

35. González- Celis & Araujo. (2010). Estrategias de afrontamiento ante la muerte y calidad de vida en adultos mayores mexicanos. *Revista Kairós Gerontología, Volumen 13*, 167-190.
36. González, M., Ramírez, G., Mar Brajin, M., & Constanza, L. (2017). Estrategias cognitivas de control, evitación y regulación emocional: el papel diferencial en pensamientos repetitivos negativos e intrusivos. *Ansiedad y Estrés*, 23((2-3)), 84-90.
37. González-Celis, A., & Araujo, A. (2010). Estrategias de afrontamiento ante la muerte y calidad de vida en adultos mayores mexicanos. *Revista Kairós Gerontología*, 13(1), 24.
38. Grajales, T. (2000). *Scielo*. Obtenido de <https://cmapspublic2.ihmc.us/rid=1RM1F0L42-VZ46F4-319H/871.pdf>
39. Guerrero, N., & Yépez, M. (2015). Factores asociados a la vulnerabilidad del adulto mayor con alteraciones de salud. *Universidad y Salud*, 17(1), 121-131. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v17n1/v17n1a11.pdf>
40. Guzmán, J., Huenchuan, S., & Montes de Oca, V. (2002). *Redes de apoyo social a personas mayores: Marco conceptual*. . Obtenido de CEPAL.
41. Hernández- Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2017). Alcance de la Investigación.
42. Iglesias, J. (2001). *La soledad en las personas mayores* (1° ed.). IMSERSO. Obtenido de <http://www.camfpozoblanco.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/5006lasoledad.pdf>
43. Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social . (2022). *Montepío (seguro de muerte)*. Obtenido de IESS. gob: <https://www.iess.gob.ec/en/web/pensionados/montepio#:~:text=Solicitud%20>

de%20montep%C3%ADo,secci%C3%B3n%20'Viudez%20y%20orfandad'.& text=Registre%20los%20datos%20solicitados%20en,Imprima%20y%20guarde%20su%20solicitud.

44. Krzemien, D., Monchietti, A., & Urquijo, S. (2005). Afrontamiento activo y adaptación al envejecimiento en mujeres de la ciudad de Mar del Plata: Una revisión de la estrategia de autodistracción. *Interdisciplinaria*, 22(2), 183-210.
45. Kubler-Ross, E., & Kessler, D. (2015). *Sobre el duelo y el dolor* (1ª edición ed.). España: Ediciones Luciérnaga. Obtenido de https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/32/31277_Sobre_el_duelo_y_el_dolor.pdf
46. La Nación. (27 de Junio de 2017). *INEC: Las mujeres son el 76 por ciento de personas viudas en el Ecuador*. Obtenido de La Nación: <https://lanacion.com.ec/inec-las-mujeres-76-ciento-personas-viudas-ecuador/>
47. Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Obtenido de Scielo: <https://ftp.isdi.co.cu/Docencia/Pregrado/Dise%C3%B1o.de.Comunicaci%C3%B3n.Visual/2do.A%C3%B1o/1er.Semestre/05%20Psicolog%C3%ADa/Bibliograf%C3%ADa/4.%20Procesos%20Afectivos/BIBLIOGRAF%C3%8DA/Relaci%C3%B3n%20P.%20Afectivos%20y%20P%20Cognitivos-Estr%C3%A9s%2>
48. Londoño, N., Henao, G., Puerta, I., Posada, S., Arango, D., & Aguirre, D. (2006). Propiedades Psicométricas y validación de la escala de estrategias de Coping Modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas psychologica*, 5(2), 327-350.
49. López, J., & Díaz, M. (2018). Viudedad, soledad y salud en la vejez. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 53((3)), 128-133. doi:<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0211139X1730183X?via%3Dihub>

50. López, J., & Díaz, P. (2018). El sentimiento de soledad en la vejez. *Revista Internacional de Sociología*, 76(1). doi: <https://doi.org/10.3989/ris.2018.76.1.16.164>
51. Luján, I., Díaz, C., Rodríguez, J., & González, Y. (2018). Satisfacción familiar, comunicación e inteligencia emocional. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 117-128. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349855553013/349855553013.pdf>
52. Macías, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.
53. Martín, M. (2003). *Trabajo social en gerontología*. Madrid: Síntesis S.A.
54. Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., & Blasco, C. (2015). Estrategias de afrontamiento en adultos mayores en función de variables sociodemográficas. *Escritos de Psicología*, 8(3), 26-32. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/ep/v8n3/informe4.pdf>
55. Mendoza- Núñez, V., & Martínez, M. (2013). Modelo de redes sociales y comunitarias para mantener la salud en la vejez. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 465.
56. Meza, E., García, S., Torres, A., Castillo, L., Sauri, S., & Martínez, B. (2008). El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 13(1), 28-31. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/quirurgicas/rmq-2008/rmq081g.pdf>
57. Molina, C. (2021). Sentido de vida en adultos mayores institucionalizados desde el enfoque Humanista-Existencial. *Actualidades en Psicología*, 35(131), 19-33. doi:10.15517/ap.v35i131.42292

58. Monroy, D., & Amador, R. (2018). Duelo complicado. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 21(2), 621-636. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2018/epi182m.pdf>
59. Montoya-Carrasquilla, J. (2012). *Pérdida aflicción y luto* (Primera edición ed.). México: Trillas.
60. Montes de Oca, V. (2011). Viudez, soledad y sexualidad en la vejez: mecanismos de afrontamiento y superación. *Revista Temática Kairós Gerontología*, 14(5), 73-107.
61. Naciones Unidas. (18 de Octubre de 2022). *Envejecimiento*. Obtenido de Naciones Unidas: <https://www.un.org/es/global-issues/ageing>
62. Naciones Unidas. (18 de Octubre de 2022). *La resiliencia de las personas mayores en un mundo cambiante*. Obtenido de Naciones Unidas: [https://www.un.org/es/observances/older-persons-day#:~:text=A%20nivel%20mundial%2C%20hab%C3%ADa%20703,\(m%C3%A1s%20de%20200%20millones\)](https://www.un.org/es/observances/older-persons-day#:~:text=A%20nivel%20mundial%2C%20hab%C3%ADa%20703,(m%C3%A1s%20de%20200%20millones)).
63. Nicomedes, E. (2018). Tipos de investigación. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/250080756.pdf>
64. Noa, M., Salgado, M., Matos, D., & Yanixa, G. (2014). Envejecimiento y sentido de vida. Desafíos para su estimulación. *Revista Información Científica*, 83(1), 162-170. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5517/551757262018.pdf>
65. O'Connor, N. (2014). *Déjalos ir con amor* (2ª edición ed.). México: Trillas.
66. Organización Panamericana de Salud [OPS]. (30 de Septiembre de 2020). Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/30-9-2020-personas-mayores-60-anos-han-sido-mas-afectadas-por-covid-19-americanas>

67. Osorio, P., Seguel, A., & Joequera, P. (2014). Configuración de redes sociales en personas mayores viudas en Chile. *Sociedade e Cultura*, 17(1), 1-12.
68. Palencia, A., Galicia, V., & Del Castillo, A. (2017). La satisfacción con la relación de pareja en la actualidad. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 5(10). doi:<https://doi.org/10.29057/icsa.v5i10.2535>
69. Pérez, M. (2013). *Duelo proceso individual, proceso familiar, proceso social*. Obtenido de Caritas Vitoria: <https://www.caritasvitoria.org/datos/documentos/Material%20Duelo-magdalena.pdf>
70. Pérez, M., & Rodríguez, N. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista Costarricense de Psicología*, 30(45-46), 17-33.
71. Pochintesta, P. (2016). La transición a la viudez en el envejecimiento. Un estudio de casos en Argentina. *Journal of Aging & Innovation, Volumen 5*, 4-19.
72. Pochintesta, P. (2019). Vida cotidiana, apoyo social y experiencia de soledad en personas mayores del área metropolitana de Buenos Aires, Argentina. *Iluminuras*, 20(49), 1-23.
73. Pochintesta, P. (2021). Soledad, envejecimiento y viudez en el curso de la vida. Un estudio de casos en personas viudas de Argentina. *Diversitas, Volumen 17*(1), 1-32. doi:<https://doi.org/10.15332/22563067.6534>
74. Pozo, M., & Thumala, D. (2016). Reconstrucción de soportes sociales en mujeres urbanas populares post viudez: Una mirada a los cuidados. *Psicoperspectivas*, 15(3), 78-86.
75. Proyecto Rodillo. (2022). *Estadísticas Coronavirus*. Obtenido de <https://rodillo.org/estadisticas->

coronavirus/ecuador/?gclid=Cj0KCQjwuaiXBhCCARIsAKZLt3k_BUd7aeid
gNnz0nvWZoDRogQaPfHiepQ5hoTH3j2Q_MDzyXX99kYaAtC_EALw_w
cB

76. Ramirez, J. (2007). *Satisfacción con la Vida y Aspiraciones en adultos mayores de Lima Metropolitana*. Obtenido de Repositorio Académico UPC: https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/633467/RamirezB_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y
77. Reyes, M., Cujino, M., Cano, D., Orozco, S., Pereira, A., & Díaz, M. (2020). Afrontamiento y viudez en la vejez: Estudio mixto en población colombiana. *Interdisciplinaria*, 37(1), 13-14. doi:<http://dx.doi.org/10.16888/interd.2020.37.1.7>
78. Rico, D. (2017). Cuando muere un ser querido, variables asociadas a la vivencia ante la muerte. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 1-27. Obtenido de <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol20num3/Vol20No3Art15.pdf>
79. Robles, L., Rizo, G., Camarena, L., Cervantes, L., Gómez, M., & Siordia, M. (2015). Redes y apoyo social en ancianos enfermos de escasos recursos en Guadalajara, México. *Cadernos de Saúde Pública*(16), 557-560. doi:<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2000000200026>
80. Ruiz, R., & Carmona, F. (2020). *La investigación documental para la comprensión ontológica del objeto de estudio*. Obtenido de Universidad Simón Bolívar: <http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/6630/La%20investigaci%C3%B3n%20documental%20para%20la%20comprensi%C3%B3n%20ontol%C3%B3gica%20del%20objeto%20de%20estudio.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
81. Salgado, A. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y*

representaciones, 2(1), 121-159.
doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.55>

82. Salinas, A., Manrique, B., & Téllez, M. (2008). Redes de apoyo social en la vejez: adultos mayores beneficiarios del componente para Adultos Mayores del Programa Oportunidades. *Trabajo presentado en el III Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población* (págs. 1-16). Córdoba- Argentina: ALAP. Obtenido de https://web.archive.org/web/20180426053320id_/http://www.alapop.org/alap/images/DOCSFINAIS_PDF/ALAP_2008_FINAL_281.pdf
83. Samper, P., Mestre, V., Tur, A., Santolaria, Y., & Llorca, A. (2012). Los mecanismos de afrontamiento como predictores de la disposición prosocial. *Revista de psicología y educación.*, 1-17.
84. Sánchez, C. (2005). *Gerontología Social*. Buenos Aires: Espacio. Obtenido de <https://elibro.net/es/ereader/uta/66927>
85. Sánchez, P. (2009). *Viuedad y vejez. Estrategias de adaptación a la viudedad de las personas mayores* (Edición nº 10 ed.). España: Nau Libres.
86. Sanz, A. (2016). *La soledad en las personas mayores*. Obtenido de (Trabajo fin de grado en trabajo social). Facultad de Educación y Trabajo Social, Universidad de Valladolid.
87. Sluzki, C. (2002). *La red social: frontera de la práctica sistémica*. España: Gedisa.
88. Statista. (2022). *Número de personas fallecidas a causa del coronavirus (COVID-19) en América Latina y el Caribe*. Obtenido de <https://es.statista.com/estadisticas/1105336/covid-19-numero-fallecidos-america-latina-caribe/>

89. Tamez, B. (2013). La respuesta familiar al adulto mayor en torno a sus necesidades de apoyo. *Revista de la Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano. Universidad Autónoma de Nuevo León*, 3(1), 100-112.
90. Tovar, P. (1999). Más allá del matrimonio, un territorio llamado viudez. *Nómadas*(11), (179,180). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1051/105114277017.pdf>
91. Treviño, S., Pelcastre, B., & Márquez, M. (2006). Experiencias de envejecimiento en el México Rural. *Salud Pública de México*, 48(1), 30-28. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2006/sal061e.pdf>
92. Yanguas, J., Leturia, F., & Leturia, M. (2000). Apoyo informal y cuidado de las personas mayores dependientes. *Papeles del Psicólogo*(76), 23-32. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77807605.pdf>
93. Yoffe, L. (1984). La religión y la espiritualidad en los duelos: desde la visión de la psicología positiva . *Psicología positiva*.
94. Yoffe, L. (2013). Nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos. *Avances en psicología*, 21(2), 129-153. Obtenido de <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/281/200>

ANEXOS

Anexo (1) Carta Compromiso

ANEXO 3 CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 05/agosto/2022

Doctor
Borman Vargas
Presidente Unidad de Integración Curricular
Carrera de Trabajo Social
Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales

Sra. María Natividad Caiza Tasna en mi calidad de Presidenta del GAD Parroquial de Pilahuín, me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Integración Curricular bajo el Tema: “La viudez en adultos mayores” propuesto por la estudiante María Belén Freire Núñez portadora de la Cedula de Ciudadanía 1805300512, estudiante de la carrera de Trabajo Social Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la Institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular me comunico a usted para los fines pertinentes.

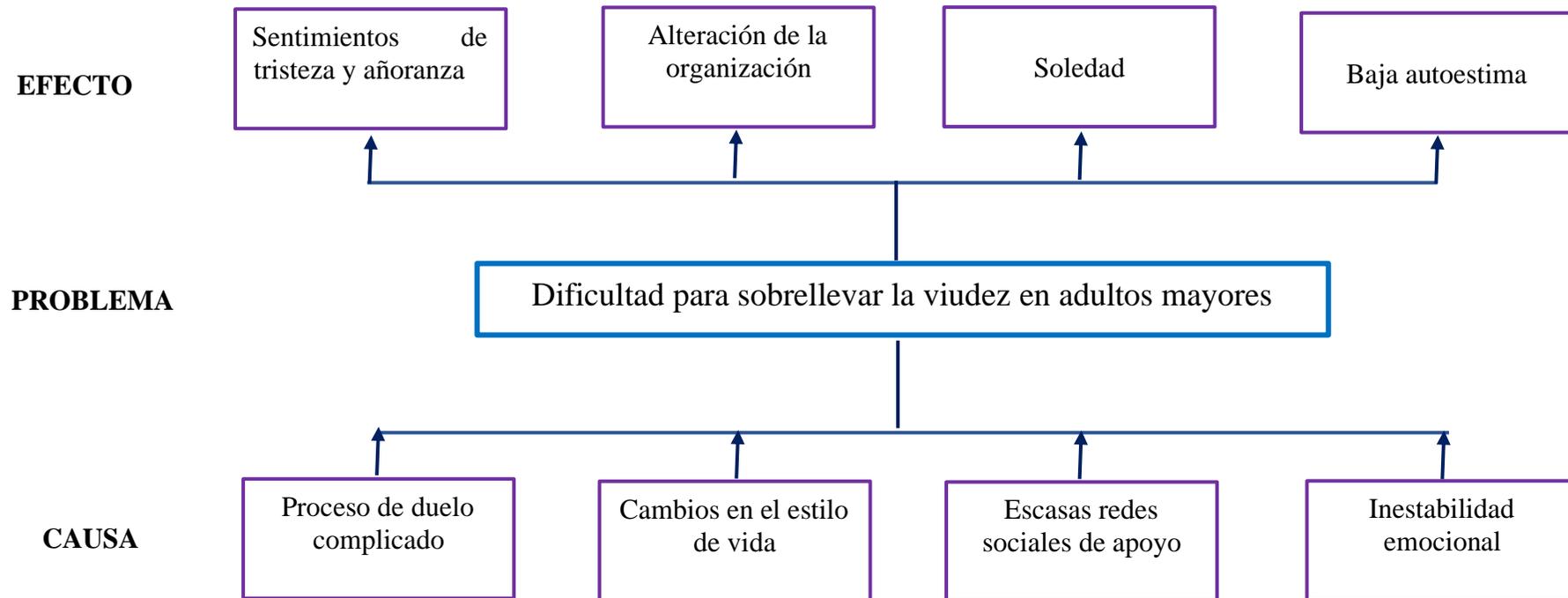
Atentamente.



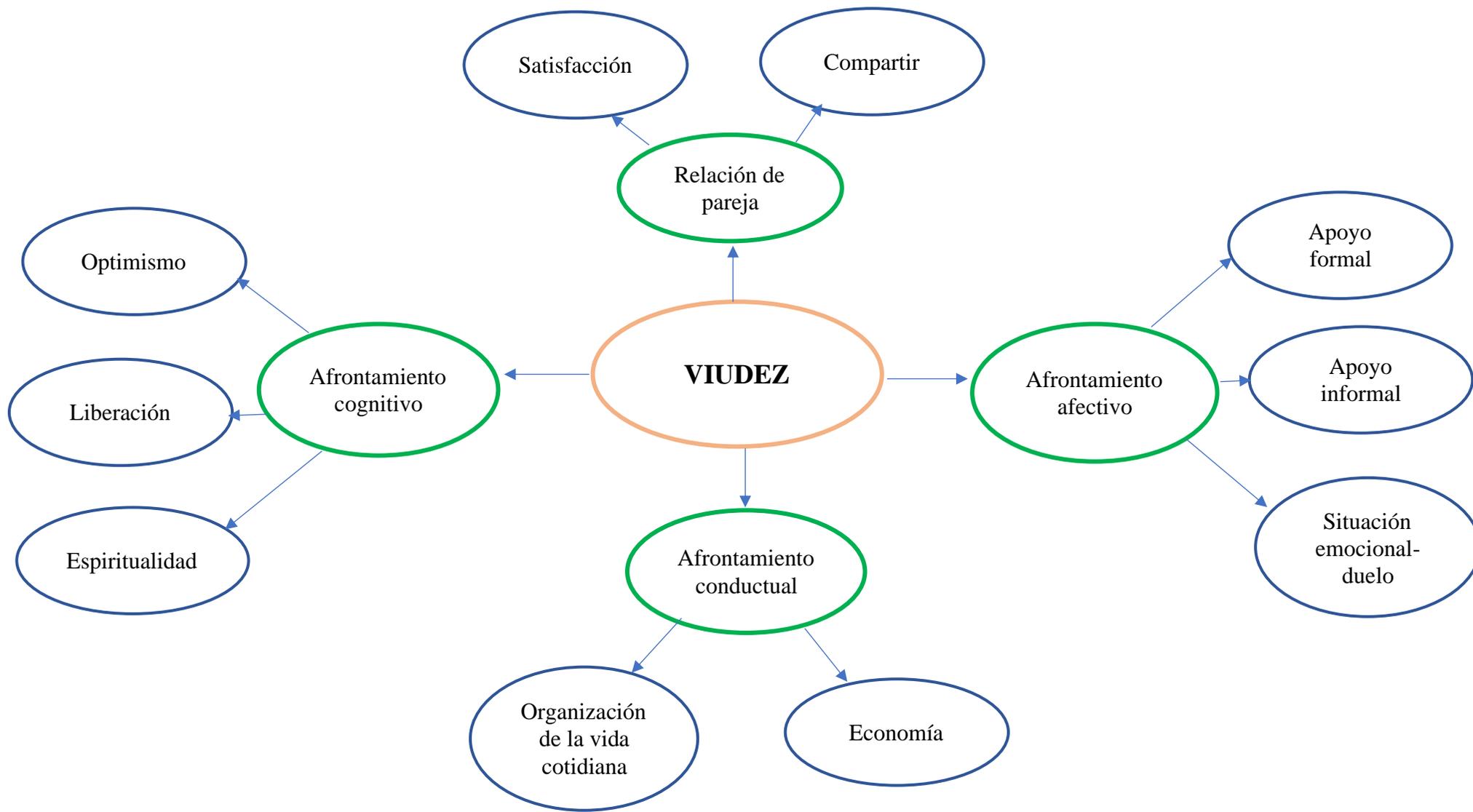
.....
Sra. María Natividad Caiza Tasna
CI 1801904077
0986306038



Anexo (2) Árbol de problemas



Anexo (3) Constelación de ideas



Anexo (4) Operacionalización de la variable

Variable: VIUDEZ

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	PREGUNTAS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
La viudez en adultos mayores es un suceso doloroso sobre todo si la relación de pareja era buena, se relaciona con la presencia de sentimientos de tristeza y añoranza, produciendo cambios drásticos en las circunstancias económicas, sociales y cotidianas del adulto mayor; el fallecimiento de la pareja, además, significa la ausencia	Relación de pareja	Satisfacción	1. ¿Cómo era su relación con su pareja?	Cualitativa Entrevista- Cuestionario inédito
		Compartir	2. Describa una actividad que realizaba con su pareja y cómo se sentía.	
	Afrontamiento conductual	Organización de la vida cotidiana	3. ¿Qué actividades se encuentra realizando?	
		Economía	4. ¿Cuáles son sus fuentes de ingresos actualmente?	
	Afrontamiento cognitivo	Optimismo	5. ¿Cómo reacciona cuando alguien le pregunta sobre el fallecimiento de su pareja?	
		Liberación	6. ¿Qué hace para sobrellevar la pérdida de su esposo o esposa?	

de una persona irremplazable por lo que el afrontamiento para sobrellevar el duelo puede ser: conductual, cognitivo o afectivo.		Espiritualidad	7. ¿Participa de eventos religiosos? ¿Cómo le ha ayudado esto para sobrellevar la pérdida de su pareja?
	Afrontamiento afectivo	Apoyo formal	8. ¿Qué grupos o instituciones le brindaron apoyo a partir del fallecimiento de su pareja? 9. ¿Usted asiste a instituciones o grupos de adultos mayores? ¿Cómo le ayudo el poder asistir a este centro o institución? 10. ¿Le gusta participar en el grupo de adultos mayores?
		Apoyo informal	11. ¿Con quién vive actualmente? 12. ¿Cada cuánto recibe visitas? 13. ¿Cada cuándo visita a sus hijos, amigos o familiares cercanos?
		Situación emocional Duelo	14. ¿Cuáles son sus sueños? 15. ¿Después de este proceso cómo se encuentra?

Anexos (5) Cuestionario sobre la Viudez en Adultos Mayores

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
Trabajo Social

Periodo Académico: Octubre 2022 – Marzo 2023

Dirigido a: Adultos mayores viudos de la Parroquia Pilahuin, cantón Ambato

ENTREVISTA SOBRE LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES

Objetivo: Recopilar información de los adultos mayores viudos para identificar los procesos de afrontamiento de la viudez en la Parroquia Pilahuin, cantón Ambato.

Instrucciones:

- Escuche con atención cada pregunta y conteste, tendrá 4 minutos para responder cada pregunta.
- La respuesta de esta entrevista será utilizada únicamente con fines investigativos, el cuestionario es anónimo.

Datos sociodemográficos:

Género	Masculino		Femenino	
Edad				
Causa de muerte de la pareja				
Número de hijos				
Ocupación				
Estado civil actual:				
Tiempo de viudez				

Cuestionario

1. ¿Con quién vive actualmente?
2. ¿Cada cuánto recibe visitas?
3. ¿Cada cuánto visita a sus hijos, amigos o familiares cercanos?
4. ¿Cómo era su relación con su pareja?
5. Describa una actividad que realizaba con su pareja y cómo se sentía.
6. ¿Qué actividades se encuentra realizando?
7. ¿Cuáles son sus fuentes de ingresos actualmente?
8. ¿Cómo reacciona cuando alguien le pregunta sobre el fallecimiento de su pareja?
9. ¿Qué hace para sobrellevar la pérdida de su esposo o esposa?
10. ¿Participa de eventos religiosos? ¿Cómo le ha ayudado esto para sobrellevar la pérdida de su pareja?
11. ¿Qué grupos o instituciones le brindaron apoyo a partir del fallecimiento de su pareja?
12. ¿Usted asiste a instituciones o grupos de adultos mayores? ¿Cómo le ayudo el poder asistir a este centro o institución?
13. ¿Le gusta participar en el grupo de adultos mayores?
14. ¿Cuáles son sus sueños?
15. ¿Después de este proceso cómo se encuentra?

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexos (6) Validación de contenido por juicio de expertos

- Validación realizada por: Mg. Lcda. Viviana Naranjo



UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
Trabajo Social

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

CUESTIONARIO

Esta entrevista semi estructurada se encuentra enfocada sobre el “Viudez en adultos mayores”

Datos del validador:

Nombre y apellido	Viviana Naranjo
Filiación (ocupación, grado académico y lugar de trabajo)	Magister en Mediación Arbitraje y Resolución de Conflictos Docente UTA.
Email	viviana.naranjo@uta.edu.ec

1. Instrucciones

A continuación, encontrará diferentes criterios sobre la estructura del instrumento de recolección de información (Cuestionario) sobre el tema de investigación:

“LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”

Asigne a cada SI un puntaje de 1 y a cada NO un puntaje de 0.

1: SI

0: NO

N°	CRITERIOS	SI	NO
1	Especificación de la técnica, instrumento y la población o grupo a ser aplicado.	1	
2	De acuerdo con el instrumento, los diferentes enfoques e ítems, tienen la pertinencia con el tema de investigación.	1	
3	Relación de los objetivos de los instrumentos con el tema del proyecto de investigación. Objetivo General • Determinar los procesos de afrontamiento de la viudez en los adultos mayores de la Parroquia Pilahuin Cantón Ambato en el Periodo Octubre 2022- Marzo 2023. Objetivos específicos • Identificar los cambios que se producen en los adultos mayores frente a la pérdida de la pareja.	1	

	<ul style="list-style-type: none"> • Describir las estrategias de afrontamiento que el adulto mayor utilizó frente a la viudez. • Comparar el proceso de afrontamiento de la viudez en función del género. 	1	
4	El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para que los encuestados puedan responderlo adecuadamente.	1	
5	Pertinencia entre objetivos, objeto y campo de estudio, e indicadores con los ítems de los instrumentos.	1	
7	Lenguaje utilizado en la formulación de los ítems.	1	
8	El número de preguntas del cuestionario es excesivo.	1	
9	Las preguntas constituyen un riesgo para el encuestado (en el supuesto de contestar SÍ, por favor, indique inmediatamente abajo cuáles).	1	

Preguntas que el experto considera que pudieran ser un riesgo para el encuestado:	
N.º de la(s) pregunta(s).	
Motivos por los que se considera que pudiera ser un riesgo.	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión).	

	Evaluación general del cuestionario			
	Excelente	Buena	Regular	Deficiente
Validez de contenido del cuestionario.		/		

Observaciones y recomendaciones en general del cuestionario:	
Motivos por los que se considera no adecuada	
Motivos por los que se considera no pertinente	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión)	

F. 

VALIDADOR

C.C. 1408642390

Fecha de validación

05/10/2022

Muchas gracias por su valiosa contribución a la validación de este cuestionario.

- Validación realizada por: Mg. Lcda. Silvia Torres Carrillo



UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
Trabajo Social

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

CUESTIONARIO

Esta entrevista semi estructurada se encuentra enfocada sobre el “Viudez en adultos mayores”

Datos del validador:

Nombre y apellido	SILVIA S. TORRES CARRILLO
Filiación (ocupación, grado académico y lugar de trabajo)	DOCENTE MAGISTER. UTA.
Email	

1. Instrucciones

A continuación, encontrará diferentes criterios sobre la estructura del instrumento de recolección de información (Cuestionario) sobre el tema de investigación:

“LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”

Asigne a cada SI un puntaje de 1 y a cada NO un puntaje de 0.

1: SI

0: NO

Nº	CRITERIOS	SI	NO
1	Especificación de la técnica, instrumento y la población o grupo a ser aplicado.	✓	
2	De acuerdo con el instrumento, los diferentes enfoques e ítems, tienen la pertinencia con el tema de investigación.	✓	
3	Relación de los objetivos de los instrumentos con el tema del proyecto de investigación. Objetivo General • Determinar los procesos de afrontamiento de la viudez en los adultos mayores de la Parroquia Pilahuin Cantón Ambato en el Periodo Octubre 2022- Marzo 2023. Objetivos específicos • Identificar los cambios que se producen en los adultos mayores	✓	

- Validación realizada por: Psicól. Paula Pinto Bayas



UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO

Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales

Trabajo Social

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

CUESTIONARIO

Esta entrevista semi estructurada se encuentra enfocada sobre el “La viudez en adultos mayores”

Datos del validador:

Nombre y apellido	Paula Fernanda Pinto Bayas
Filiación (ocupación, grado académico y lugar de trabajo)	Docente. Licenciada en Psicología Sir William Perkins School
Email	paulabayas2000@gmail.com

1. Instrucciones

A continuación, encontrará diferentes criterios sobre la estructura del instrumento de recolección de información (Cuestionario) sobre el tema de investigación:

“LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”

Asigne a cada SI un puntaje de 1 y a cada NO un puntaje de 0.

1: SI

0: NO

Nº	CRITERIOS	SI	NO
1	Especificación de la técnica, instrumento y la población o grupo a ser aplicado.	1	
2	De acuerdo con el instrumento, los diferentes enfoques e ítems, tienen la pertinencia con el tema de investigación.	1	
3	Relación de los objetivos de los instrumentos con el tema del proyecto de investigación. Objetivo General • Determinar los procesos de afrontamiento de la viudez en los adultos mayores de la Parroquia Pilahuin Cantón Ambato en el Periodo Octubre 2022- Marzo 2023. Objetivos específicos • Identificar los cambios que se producen en los adultos mayores frente a la pérdida de la pareja.	1	

	<ul style="list-style-type: none"> • Describir las estrategias de afrontamiento que el adulto mayor utilizó frente a la viudez. • Comparar el proceso de afrontamiento de la viudez en función del género. 		
4	El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para que los encuestados puedan responderlo adecuadamente.	1	
5	Pertinencia entre objetivos, objeto y campo de estudio, e indicadores con los ítems de los instrumentos.	1	
7	Lenguaje utilizado en la formulación de los ítems.	1	
8	El número de preguntas del cuestionario es excesivo.		0
9	Las preguntas constituyen un riesgo para el encuestado (en el supuesto de contestar SÍ, por favor, indique inmediatamente abajo cuáles).		0

Preguntas que el experto considera que pudieran ser un riesgo para el encuestado:	
N. ° de la(s) pregunta(s).	
Motivos por los que se considera que pudiera ser un riesgo.	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión).	

	Evaluación general del cuestionario			
	Excelente	Buena	Regular	Deficiente
Validez de contenido del cuestionario.	x			

Observaciones y recomendaciones en general del cuestionario:	
Motivos por los que se considera no adecuada	
Motivos por los que se considera no pertinente	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión)	

F. 
VALIDADOR
C.C. 1850304161

Fecha de validación	06 de octubre, 2022
----------------------------	---------------------

Muchas gracias por su valiosa contribución a la validación de este cuestionario.

- Validación realizada por: Lic. Flavio Silva



UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
Trabajo Social

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

CUESTIONARIO

Esta entrevista semi estructurada se encuentra enfocada sobre el “Viudez en adultos mayores”

Datos del validador:

Nombre y apellido	Flavio Silva
Filiación (ocupación, grado académico y lugar de trabajo)	Licenciado en Trabajo Social Gad Municipal de Sigchos Técnico de discapacidades
Email	Flavios9323@gmail.com

1. Instrucciones

A continuación, encontrará diferentes criterios sobre la estructura del instrumento de recolección de información (Cuestionario) sobre el tema de investigación:

“LA VIUDEZ EN ADULTOS MAYORES”

Asigne a cada SI un puntaje de 1 y a cada NO un puntaje de 0.

1: SI

0: NO

Nº	CRITERIOS	SI	NO
1	Especificación de la técnica, instrumento y la población o grupo a ser aplicado.	1	
2	De acuerdo con el instrumento, los diferentes enfoques e ítems, tienen la pertinencia con el tema de investigación.	1	
3	Relación de los objetivos de los instrumentos con el tema del proyecto de investigación. Objetivo General • Determinar los procesos de afrontamiento de la viudez en los adultos mayores de la Parroquia Pilahuin Cantón Ambato en el Periodo Octubre 2022- Marzo 2023. Objetivos específicos • Identificar los cambios que se producen en los adultos mayores frente a la pérdida de la pareja.	1	

	<ul style="list-style-type: none"> • Describir las estrategias de afrontamiento que el adulto mayor utilizó frente a la viudez. • Comparar el proceso de afrontamiento de la viudez en función del género. 		
4	El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para que los encuestados puedan responderlo adecuadamente.	1	
5	Pertinencia entre objetivos, objeto y campo de estudio, e indicadores con los ítems de los instrumentos.	1	
7	Lenguaje utilizado en la formulación de los ítems.	1	
8	El número de preguntas del cuestionario es excesivo.		0
9	Las preguntas constituyen un riesgo para el encuestado (en el supuesto de contestar SÍ, por favor, indique inmediatamente abajo cuáles).		0

Preguntas que el experto considera que pudieran ser un riesgo para el encuestado:

N. ° de la(s) pregunta(s).	
Motivos por los que se considera que pudiera ser un riesgo.	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión).	

Evaluación general del cuestionario

	Excelente	Buena	Regular	Deficiente
Validez de contenido del cuestionario.	X			

Observaciones y recomendaciones en general del cuestionario:

Motivos por los que se considera no adecuada	
Motivos por los que se considera no pertinente	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión)	


 F.
VALIDADOR

Lic. Flavio Silva
C.C. 1804766739

Fecha de validación	07 de octubre del 2022
----------------------------	------------------------

Muchas gracias por su valiosa contribución a la validación de este cuestionario.