



ORIGINAL

El significado de las relaciones sociales como mecanismo para mejorar la salud y calidad de vida de las personas mayores, desde una perspectiva interdisciplinar

Luis Miguel Rondón García^{a,*}, Blanca Aranzazu Aguirre Arizala^b y Francisco José García García^c

^a Facultad de Trabajo Social, Universidad de Granada, Granada, España

^b Residencia Toledo I, Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, Toledo, España

^c Hospital Virgen del Valle, Toledo, España

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 22 de febrero de 2017

Aceptado el 19 de enero de 2018

On-line el xxx

Palabras clave:

Apoyo social

Personas mayores

Calidad de vida

Relaciones sociales

Contacto social

R E S U M E N

Introducción: Este artículo analiza los efectos de las relaciones sociales positivas como determinantes en el estado de salud de las personas mayores, desde un punto de vista interdisciplinar.

Materiales y métodos: Se realizó en la provincia de Toledo un muestreo en el que participaron 2.332 sujetos, donde se aplicaron diversas escalas relacionadas. Para el análisis multivariante de los datos, se calculó la recta de regresión, junto a la bondad de ajuste con las pruebas de Cox, Snell y R-cuadrado de Nagelkerke, para averiguar la correlación entre las relaciones sociales, las redes y los contactos con la salud.

Resultados: Las buenas relaciones sociales redundan en un mejor estado de salud, porque permiten sentirse bien y añadir vida a los años. El tamaño de la red social, y la frecuencia de los contactos, aunque disminuyen con la edad, cobran vital importancia en esta etapa de la vida. Todos estos factores constituyen estímulos para mejorar la percepción de salud y proporcionar apoyo social tanto en actividades de la vida diaria como en las instrumentales o de gestión de la enfermedad.

Conclusiones: El principal resultado de este estudio es que las relaciones sociales positivas pueden considerarse como un determinante en la salud de las personas mayores, pero no todas estas interacciones influyen en la misma medida. El factor de la relación humana en cuanto a la proximidad emocional, junto con la frecuencia o cantidad de estos encuentros, también están correlacionados con la salud, debido al impacto emocional que implican.

© 2018 SEGG. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

The importance of social relationships as a mechanism to improve the health and quality of life of the elderly, from an interdisciplinary perspective

A B S T R A C T

Introduction: This study presents an analysis on the effects of positive social relationships as determining factors on the health status of the elderly, from an interdisciplinary point of view.

Materials and methods: A survey was carried out on a total of 2,332 subjects in the province of Toledo, Spain, using several scales related to the study objectives. For the multivariable analysis of the data, the linear regression, along with goodness of fit, as well as the tests of Cox, Snell and R-squared of Nagelkerke, were calculated to determine the correlation between the networks and the social contacts with the health.

Results: Good social relationships result in better health, because they allow us to feel good and add life to the years. The size of the social network, and the frequency of contacts, although decreasing with age, become vitally important at this stage of life. All these factors constitute stimuli to improve the perception of health, to provide social support in activities of daily living, as well as for instrumental or disease management.

Keywords:

Social support

Elderly people

Quality of life

Social relations

Social contact

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: lmrondon@ugr.es (L.M. Rondón García).

Conclusions: The main outcome of this study is that positive social relationships can be considered as a determining factor in the health of the elderly, but not all these interactions influence the same extent. The factor of the human relationship in terms of emotional proximity, together with the frequency or quantity of these encounters, are also correlated with health, due to the emotional impact they imply.

© 2018 SEGG. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Introducción

Las relaciones sociales junto con el apoyo social tienen una importancia central en el bienestar de las personas mayores, proporcionando empoderamiento, percepción de calidad de vida, que son elementos cruciales para desarrollar un envejecimiento positivo¹. Como punto de partida, podemos definir el apoyo social desde el paradigma cuantitativo estructural, que analiza la cantidad de los vínculos o relaciones de la persona mayor en función de su red social. Este paradigma mide sobre todo la existencia de relaciones en sí y su frecuencia, como desarrollamos en adelante.

Centrándonos en nuestro objeto de estudio, la interacción social toma una importancia central a la hora de evaluar la salud de las personas mayores, al actuar como amortiguador del estrés, mejorando la sensación de satisfacción social con la vida^{2,3}. Como es obvio, el adulto conforme avanza en edad, también lo hace en enfermedades. Por ello, desde la perspectiva de este trabajo, sostenemos que unas adecuadas redes sociales que posibiliten la comunicación y las relaciones humanas de la persona mayor con su entorno pueden lograr un mayor equilibrio en el binomio salud-enfermedad^{4,5}. De esta forma, se puede promover una óptima percepción de salud subjetiva, tomando como referencia el apoyo social percibido. Nos referimos al contacto con amigos, familiares y otros grupos sociales^{6,7}.

A estos factores sociales, cabe añadir otras variables sociodemográficas como la edad o el género, que pueden ser también explicativas para evaluar el tipo de relación social y la percepción de salud⁸. Pero en nuestra investigación, nos adentramos en averiguar cómo las relaciones sociales son clave para que exista un soporte social efectivo y una percepción positiva de la calidad de vida. Es decir, las interacciones que se producen entre las personas mayores, con sus grupos sociales de referencia, donde la comunicación se convierte en un vehículo trascendental para compartir vivencias, para empatizar con otros la situación que se está viviendo. En palabras de Luong et al.: «Los adultos mayores suelen reportar mayores niveles de satisfacción con sus relaciones sociales que los adultos más jóvenes»⁹. También reportan emociones más positivas. A pesar de que se producen pérdidas de miembros cercanos de la red, para muchos adultos mayores, el número de confidentes cercanos y la cantidad de apoyo social permanecen durante la edad adulta. De hecho, con la edad, los adultos buscan activamente las relaciones que son más gratificantes y disuelven los lazos que lo son menos, al tener más libertad para generar los lazos sociales, una vez finalizados los compromisos de la vida laboral y adulta.

Por otra parte, en el tiempo y el espacio actuales, los adultos mayores viven más tiempo que en cualquier otro momento de la historia reciente, lo cual tiene implicaciones importantes para sus relaciones sociales. Generalmente disminuyen en tamaño a lo largo de la vida útil, pero hay un potencial considerable para expandir las redes sociales y formar nuevas relaciones en la vida posterior. En este sentido, las políticas sanitarias deben tener en cuenta el papel que juegan las redes sociales como vector de apoyo en los cuidados y apoyo a la salud¹⁰.

Continuando con el análisis anterior, los diversos estudios han evidenciado que las personas mayores se sienten mejor, más sanas, satisfechas con sus vidas, cuando tienen interrelaciones sociales

óptimas y a su vez se benefician de estas redes sociales. Desde el enfoque del soporte social, se ha consolidado en las últimas décadas de la pasada centuria una línea de investigación que correlaciona estos factores sociales con la calidad de vida, especialmente en las personas mayores¹¹⁻¹⁶.

Además de los beneficios descritos, una adecuada gestión del apoyo social con la red social, familiar, implica también una ayuda emocional, instrumental, que resulta necesaria para la gestión de la enfermedad en estas edades (realización del seguimiento al tratamiento, visitas al centro de salud, etc.). Como deducimos de las distintas prácticas discursivas^{17,18}, existen tres ámbitos en los que se desarrolla el apoyo social: la comunidad, las redes sociales y las relaciones íntimas o relaciones interpersonales. Cada una de estas esferas desarrolla diversas funciones sociales a modo de vínculos afectivos.

Por estas razones, en este artículo apuntamos los aspectos de nivel mesosocial de las redes sociales, que implica las relaciones sociales con los grupos de amigos, conocidos, vecinos. Pero también la red microsocia, es decir, las relaciones íntimas y de compromiso, que aporta fundamentalmente la familia de primer o segundo grado. En estas redes, encontramos estímulos específicos que pueden influir en función de la proximidad, el número de miembros, la frecuencia y tipos de contactos sociales.

Las publicaciones más recientes apuntan que ciertas características de la red social, como el tamaño, la composición, y la satisfacción con la vida, pueden ser determinantes. Una red social mayor, consolidada, puede aumentar la satisfacción con la vida, puesto que facilita el hecho de relacionarse y construir lazos sociales. Estas características pueden considerarse como una forma de seguro informal contra los choques negativos, como los problemas de salud, y complementar la actuación de los servicios institucionales¹⁹.

Por otra parte, queremos constatar que, para el adecuado abordaje de estos elementos, es fundamental interpretarlos desde la perspectiva interdisciplinar. El envejecimiento, y el hecho de envejecer bien, conlleva aspectos psicológicos, sociales, de salud, competencia cognitiva, emocionalidad positiva y participación social. Ante este cambio que se produce en sus vidas²⁰, las personas mayores a menudo sienten que el mundo les resulta extraño, que las interacciones sociales, el modo de vida, han cambiado, lo cual dificulta el sentimiento de pertenencia comunitaria. Este puede aumentar si la persona no tiene adecuadas relaciones humanas; si no se siente ser social, que recibe afecto, apoyo, reciprocidad, donde pueda compartir los aspectos vitales con otras personas.

Si profundizamos en la dimensión social de la salud en los mayores, las relaciones sociales se convierten en el colchón de apoyo necesario que estas personas necesitan para adaptarse a los cambios propios del proceso de envejecimiento. En estas interacciones, la familia, al tratarse del grupo primario más cercano y al ser el que mejor satisface las necesidades afectivas, se convierte en una referencia trascendental. Este rol de la familia también ha sido estudiado en las recientes publicaciones de Tomini et al. Estos investigadores determinan que la población relativamente mayor obtiene más satisfacción de tener más miembros de la familia en la red social que de tener más amigos.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8954525>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8954525>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)