

REPERCUSIÓN DE LAS RELACIONES FAMILIARES EN LA AUTOESTIMA DE LOS ADULTOS MAYORES

AUTORAS: Olga Haydee Toala de la Cruz¹

Yanet Samada Grasst²

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: haydeetdlc@hotmail.com.ar

Fecha de recepción: 27 - 05 - 2019

Fecha de aceptación: 16 - 07 - 2019

RESUMEN

La familia tiene un papel muy importante, sobre todo en el ámbito de las relaciones socioafectivas ya que es la más idónea para proporcionar sentimientos de arraigo seguridad, utilidad, autoestima, confianza y apoyo social. Llegar a alcanzar la tercera edad sería mucho más fácil y llevadero si se propician las relaciones familiares en un ambiente de consideración, sano y adecuado para el adulto mayor. La presente investigación tiene como objetivo, determinar la repercusión de las relaciones familiares en la autoestima de los adultos mayores. Mediante un estudio descriptivo desde un enfoque de investigación mixta basado en encuestas aplicadas a adultos mayores. Como resultados se obtuvieron las evidencias que conllevan a una profunda reflexión acerca de cómo los sentimientos de soledad, aislamiento y la carga de responsabilidades dentro del hogar traen consecuencias graves para la salud y la baja autoestima de los adultos mayores. Se requiere de propiciar dentro de las relaciones familiares la aceptación de sí mismo del adulto mayor, no cargarle con demasiadas responsabilidades dentro del hogar; propiciarle seguridad cuando cree que por su edad no sirve o es un estorbo, cuando no acepta los cambios en su cuerpo y se deprime, cuando es negativo, pesimista y le cuesta dar y recibir afecto.

PALABRAS CLAVE: Adulto mayor; autoestima; relaciones familiares.

IMPACT OF FAMILY RELATIONSHIPS ON THE SELF-ESTEEM OF OLDER ADULTS

¹ Licenciada en Enfermería. Estudiante de la Especialización en Orientación Familiar Integral del Instituto de Posgrado de la Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo. Manabí. Ecuador.

² Máster en Ciencias de la Educación. Especialista en Orientación Familiar Integral. Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención Educación Inicial. Vicedecana y Docente de la carrera de Educación Inicial de la Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación en la Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo. Manabí. Ecuador. E-mail: yanet.samada@gmail.com

ABSTRACT

The family plays a very important role, especially in the field of socio-emotional relationships, since it is the most suitable to provide feelings of security, usefulness, self-esteem, confidence and social support. Reaching old age would be much easier and more bearable if family relationships are fostered in a considerate, healthy and adequate environment for the elderly. The objective of this research is to analyze the impact of family relationships on the self-esteem of older adults. Through a descriptive study from a mixed research approach based on surveys applied to older adults. As results were obtained the evidences that lead to a deep reflection about how the feelings of loneliness, isolation and the burden of responsibilities within the home bring serious consequences for the health and low self-esteem of the elderly. It is necessary to propitiate within the family relationships the acceptance of oneself of the older adult, not to burden him with too many responsibilities within the home; provide security when he believes that because of his age does not work or is a hindrance, when he does not accept changes in his body and is depressed, when he is negative, pessimistic and hard to give and receive affection

KEYWORDS: Older adults; self-esteem; family relationships.

INTRODUCCIÓN

Uno de las grandes repercusiones de las relaciones familiares en los adultos mayores es un alto índice de baja autoestima, debido a que los paradigmas de las familias han cambiado con el tiempo, la autoestima se va a medir de acuerdo a las relaciones familiares que tiene cada uno de los adultos mayores, y pasan por diferentes etapas como la niñez, la adolescencia, el ser adulto y el envejecer, es muy difícil llegar hacer adulto mayor es un proceso irreversible.

Las relaciones familiares es el vínculo afectivo que existe entre los integrantes de la familia, a veces olvidamos que los adultos mayores son una parte fundamental de cada una de nuestras familias, son seres sensibles susceptibles a todo lo que pasa en su entorno, nosotros como hijos actuamos como ellos fueron como padres y creemos que el dinero reemplaza el tiempo, el amor, la salud, sentarse a conversar unos cuantos minutos es mucho para ellos se sienten valorados importantes.

Mientras que en el año 1950 era igual la proporción de las personas de la tercera edad en países desarrollados y en vías de desarrollo, ya en el 2000, 2 de cada 3 ancianos viven en zonas menos favorecidas económicamente. Se prevé que en los próximos 10 a 15 años, (2015-2025), 8 de los 11 países más envejecidos del mundo serán países en vías de desarrollo. Según cálculos de las Naciones Unidas, hoy existen 600 millones de personas mayores de 60 años en el mundo, cifra que se duplicará para el 2025; se estima que para el 2050 se contará con más personas mayores de 60 años que con niños menores de 15 años. Este mismo comportamiento se evidenciará en todos los países de la región. (ROIG, 2015)

Se considera que los países en vía de desarrollo están en constantes cambios sociales, que cada familia se va desarrollando en lo social, económico cultural, lo que hemos visto un cambio impactante de crecimientos de adultos mayores en los últimos años y disminución de natalidad.

La vejez es sinónimo de inutilidad, improductividad, invalidez, las nuevas concepciones de vida socio familiar se han ido deteriorando a tal punto de prevalecer en los esquemas mentales de las personas conceptos como: la vejez no es tolerable en el ámbito familiar porque los estatus están definidos; por ello es que uno de los campos sobre el que el envejecimiento incide con más trascendencia es el de la salud, entendiéndose como una integralidad físico mental y emocional. (Martínez, 2016)

La vejez es un fenómeno irreversible de constantes cambios biopsicosocial y debido a que hay cambios biológicos, el adulto mayor se considera inútil, la sociedad encasilla que los adultos mayores a cierta edad no sirven para hacer ciertas cosas, lo que les ocasiona a pesar de tener ausencias de patologías, les ocasiona un daño psicológico, como la depresión, baja autoestima porque creen todo lo que la sociedad dice y no creen de lo son capaces; está dañado su autovaloración.

El 1° de octubre se celebra el Día Internacional del Adulto Mayor, para fomentar valores, principios, respeto y atención a los adultos mayores. El envejecimiento de la población mundial, es un fenómeno que marca el siglo XXI, a escala global, cada segundo dos personas cumplen 60 años y al momento existen 810 millones de personas en el mundo mayores de esa edad. En nuestro país existen 1.049.824 personas mayores de 65 años (6.5% de la población) (Fernández, 2009)

Consideramos que cuando se llega a la etapa de adulto mayor, muchas cosas han declinado en nuestra vida, salud vida social, interacción familiar, debido a que se ha cambiado la constitución de la familia, donde tanto la mujer como el hombre trabaja, y se les deja trabajo a los padres como cuidadores de los hijos de sus hijos, esta es una etapa donde los adultos mayores necesitan disfrutar de la libertad y no colocar responsabilidades en ellos.

Sin embargo, en la actualidad los vínculos afectivos que propician buenas relaciones familiares han cambiado debido a los estereotipos de la sociedad, donde la comunicación es por medio de un chat de teléfono, lo cual se hace dificultoso el manejo de chat en los adultos mayores, se sienten marginados, ignorados, porque tienen una familia presente, pero a la vez ausente.

Al sentirse ignorados, invisibles y no tener con quien conversar, se sienten solos, con autoestima baja, mas sus problemas de enfermedades no transmisibles son adultos mayores vulnerables, debido que no hay una buena relación familiar, lo que reduce una vida digna.

En nuestro país en los subcentros de salud se han creado clubes del adulto mayor donde se fomenta actividades recreativas, físicas, bailo terapia,

manualidades charlas sobre la familia y relaciones familiares, se fomenta lo importante que son para la sociedad, y sobre todo para ellos mismo. El propósito es darles una calidad de vida con buena autoestima.

Teniendo en cuenta que la familia juega un papel importante en el desarrollo de la autoestima del adulto mayor, destacando la importancia en la configuración de una vejez plena, se ha considerado como objeto de estudio en el presente trabajo; determinar la repercusión de las relaciones familiares en la autoestima de los adultos mayores del sitio San Agustín, Eloy Alfaro, provincia de Manabí en el Ecuador.

DESARROLLO

La autoestima es la autovaloración, confianza, respeto, así mismo, esto se forma a partir de la infancia, en un hogar, estable, lleno de amor, donde se va moldeando la personalidad y la autovaloración de cada individuo, donde se valoran los triunfos y fracasos de la misma forman, en cambio si un niño crece en una familia disfuncional, este individuo tendrá una autoestima bajo.

Yagosesky, R. (1998) orientador de la conducta y autor del “autoestima en palabras sencilla” considera que la autoestima es un constructo que trasciende la idea básica de autovaloración, y va más allá a incorporar aspecto biopsicosocial pues la debilidad de la autoestima afecta la salud, las relaciones y productividad mientras que su robustecimiento potencia en la persona en su salud, su adaptabilidad social y sus capacidades productivas. (Álvarez, 2013)

La debilidad de la autoestima, afecta la salud, debido a que los estereotipos sociales, culturales están en constantes cambios, puede ser que un individuo este sano con ausencia de enfermedades, pero está muy depresivo lo que ocasiona una autoestima baja, su autovaloración está muy baja.

Autores como Voli (1996), expone que la autoestima está constituida por cinco factores, entre los cuales encontramos: la “seguridad”, la “identidad”, la “integración”, la “finalidad”; y, por último, la “competencia”. Estos cinco elementos tienen la capacidad de actuar de manera conjunta en el establecimiento de la identidad del sujeto. Estos componentes no actúan de manera independiente, es decir, todos y cada uno de ellos están entrelazados, influyéndose mutuamente tanto de forma positiva como negativa. (Álvarez, 2013)

Sin estos cinco factores en conjunto se obtendría una buena autoestima, cada uno de ellos es muy importante para obtener un bienestar, psicológico, social, familiar, todos, estos factores van de la mano, en lo familiar si no hay una buena relación, no va haber un estado psicológico normal, causando diversas emociones y sentimientos de culpa, obteniendo a un adulto mayor con mala calidad de vida y una baja autoestima.

La autoestima consiste en las actitudes del individuo hacia sí mismo. Cuando estas son positivas hablamos de buen nivel o alto nivel de autoestima. Al nombrar la palabra actitudes ya hemos incluido el mundo de los afectos y

sentimientos y no solo el de conocimientos, pues los componentes de la actitud encierran gran variedad de elementos psíquicos. (Orosco, 2015)

Del comportamiento de cada individuo, depende la autoestima de sí mismo, es el que como nos sentimos, como nos ven el resto del mundo, como nos vemos nosotros mismo, nos va definir una autoestima alto o bajo, porque psicológicamente estamos bien y nos sentimos bien tenemos una autoestima alta.

La importancia de la autoestima radica entonces en que dará pauta a nuestras conductas en el andar cotidiano. Para algunos investigadores, la autoestima en el adulto mayor puede ser alta o positiva cuando la persona se reconoce como importante para sí y los demás, tiene deseos propios, los expresa y defiende; cuando enfrenta las crisis, los cambios y las pérdidas, cuando reflexiona, busca apoyo e información y cuando busca autonomía y la disfruta. Pero también puede presentarse una autoestima baja o negativa, como cuando el adulto mayor tiene una poca aceptación de sí mismo, cuando cree que por su edad no sirve o es un estorbo, cuando no acepta los cambios en su cuerpo y se deprime, cuando es negativo, cascarrabias, pesimista y le cuesta dar y recibir afecto.

Antes de llegar a ser adulto mayor hemos pasado por diferentes ciclos de la vida, después de haber sido niño, adolescente adulto y adulto mayor, lo mismo ocurre con nuestra familia, después de tener hijos , los hijos crecen, se van a realizar cada uno su propia familia, muchas veces nos olvidamos que tenemos padres, los que estuvieron día a día, cuidándonos, enseñándonos a caminar, a comer, y sobre todo dándonos amor incondicional, es cuando llegar a ser a adulto mayor es muy triste, y lastimosamente estos factores son una realidad en nuestros país, que provoca una autoestima baja.

Con la llegada de la tercera edad la autoestima puede afectarse y reducirse, porque sus capacidades físicas y mentales disminuyen; sus cónyuges, amigos, o sus conocidos desaparecen de su círculo social, hasta que ellos puedan superar la etapa de duelo, aparece la depresión influida por la baja autoestima, porque ya no pueden mantener el ritmo de vida que llevaban. Algunos, aunque viven con sus familias, sienten que no existen, sufren el síndrome de abuelo fantasma, ya que no se propicia la comunicación y la relación familiar es mala, es cuando ellos no prefieren llegar a ser adulto mayor.

Según la OMS, las personas de 60 a 74 años son consideradas de edad avanzada; de 75 a 90 viejas o ancianas, y las que sobrepasan los 90 se les denomina grandes viejos o grandes longevos. A todo individuo mayor de 60 años se le llamará de forma indistinta persona de la tercera edad.

El envejecer es comúnmente experimentado fisiológicamente como un progresivo decline en las funciones orgánicas y psicológicas como una pérdida de las capacidades sensoriales y cognitivas. Estas pérdidas son bastante diferentes para cada individuo. Evidentemente, las personas de la tercera edad requieren de mayor atención médica que personas de corta edad porque son más vulnerables a enfermedades.

Ser adulto mayor es la etapa más difícil de nuestras vidas, debido a que los roles cambian de una forma drástica, tanto en la salud, social, familiar y economía, desde la salud porque empiezan aparecer enfermedades crónicas no transmisibles, en lo social porque la sociedad están encasillando a los adultos mayores como inútiles, en la familia porque a veces después de tratarlos como inservibles, se les impone responsabilidades que no le corresponde, porque simplemente al ser adulto mayor ya no le dan trabajo, muchas veces dependen de los hijos.

Los adultos mayores no deben ser considerados como personas que solo necesitan de cuidados físicos. Ellos también tienen deseos e intereses en su vida, sin importar la condición en la que se encuentren. El adulto mayor vive una nueva etapa en donde se aferra a aquellas cosas que le produce deleite y que le genera satisfacción. La familia cumple un papel muy importante, ya que también puede ayudar a ubicar y comunicar esos detalles tan singulares que han caracterizado a su ser querido, su personalidad y sus gustos. (Negrete, 2013)

Los adultos mayores son considerados como seres inferiores, inútiles, tanto por la familia como la sociedad, comparto lo que dice el autor anterior, la familia, cumple un papel muy importante, porque ellos son los encargados de la salud, del estado emocional y psicológico del adulto mayor, necesita ser valorado, tratado como una persona, llenas de cualidades y capacidades, ya que ellos son muy capaces de realizar actividades, ellos tienen derechos a ser libres, tomar decisiones propia, tener una vida digna de calidad.

El crecimiento poblacional de los adultos mayores ha sido significativo en las últimas décadas lo que trae retos para mejorar índices de salud en pos del incremento de la calidad de vida. A nivel mundial se ha observado que varios países se encuentran en transición demográfica, y están expuestos a un acelerado proceso de envejecimiento. En proyecciones de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) se prevé para el año 2025 existan 1100 millones de adultos mayores en el mundo, y en Latinoamérica la mayoría de los países cuadruplicarán su población de personas mayores. (Cabeza, 2017).

El envejecimiento ha ido creciendo debido al desarrollo sociocultural de cada familia, cada vez existen familias donde se planifica el nacimiento de un nuevo ser, y muchas veces estas familias están conformadas por un solo niño, a diferencia de la pasada que existían familias numerosas, lo que esto ocasiona es disminución de natalidad y un aumento progresivo de adulto mayores.

Los cambios que se suceden en el hombre a lo largo de su ciclo vital son diferentes, y más significativos y difíciles de afrontar de acuerdo a los recursos psicológicos y sociales con los que se cuente, en especial en la etapa de la adultez mayor donde los cambios se representan muchas veces por la palabra pérdida, como por ejemplo, pérdida de la salud (visión, movilidad, memoria), pérdida del trabajo (por la edad), pérdida de familiares y amigos (por fallecimiento), pérdida de independencia o pérdida de inclusión en la sociedad

(por una cultura que no valora a los adultos mayores); todas ellas comúnmente vivenciadas en la tercera edad provocan estrés. (Álvarez, 2019)

El ser adulto mayor es un proceso irreversible, donde se degeneran cada célula de nuestro cuerpo, afectando biopsicosocial-cultural, disminuyendo la funcionabilidad de nuestro cuerpo, por aparecer enfermedades crónicas no transmisible, pérdida de penetrar en el campo social y laboral, debido a los diferentes estereotipos que adopta la sociedad al llegar a ser viejo.

Para que allá un buen estado dinámico de la salud y el ser adulto mayor no se identifique con la palabra perdida, se debería empezar con la comunicación familiar, ya que si nos tomamos unos cuantos minutos en preguntar como esta, como se siente, que tiene sabríamos todo los que le pasa, lo que piensa, lo que siente , evitaríamos una vida no digna, es tan impresionante como una simple comunicación entre familia, nos dé como resultado un adulto mayor saludable, físico, mental y emocional, debido a que existe una buena relación familiar.

Las relaciones familiares, es una sociedad formada por padre, madre, e hijo, actualmente han cambiado la conformación de la familia por los diversos estereotipos de la sociedad, es el marco fundamental donde los niños adquieren seguridad, respeto y amor indispensable para la identidad y desarrollo de la personalidad. Vivimos en un mundo donde la realidad del concepto de la familia no es esa, es todo lo contrario donde existen diversos tipos de abusos físicos, emocional, sexual y financiero.

La familia es la base fundamental para tener buenas relaciones familiares, desde niños, es donde adquirimos principios y valores para tratar a cada uno de los integrantes de la familia, desde el más pequeño hasta el más adulto, sin embargo en la actualidad las redes sociales y el trabajo nos han ganado la batalla en tener una buena relación familiar, sobre todo en los adultos mayores, ya que ahora la comunicación es por medio de chat, de teléfonos, a pesar de vivir en la misma casa, celebran el cumpleaños de quien sea por un mensaje de texto, es tan difícil comprender que la sociedad nos consume día a día.

Según lo citado por Fuentealba, “Otra característica de la sociedad actual se refiere a la preponderancia de la familia nuclear por sobre las familias extendidas de antaño; con esto se pone un mayor énfasis en el sentimiento de independencia y autonomía, lo cual lleva profesionalmente a una ruptura de la solidaridad entre las generaciones. Es así como una fuente importante de conflictos mantenerse independiente, sea solo o en pareja, cuando necesita ser cuidado” (Quinche., 2016)

Sobre las familias extensa de anteaños, a pesar que existía un liderazgo paternal, las familias eran más unidas, en el sentido del trabajo, de la convivencia familiar, en la comunicación y relación familiar, los adultos mayores en los anteaños eran símbolo de respeto admiración y ejemplo, la sociedad, nos envuelve en la nueva conformación de las familias, actualmente los adultos mayores son abandonados por los hijos, y si los tienen a cargo, les

imponen responsabilidades que no les corresponde, en la actualidad el adulto mayor es símbolo de inutilidad, estorbo, ellos se sienten que están demás en ese lugar, en vez de sentirse a gusto.

El proceso de envejecimiento causa cambios físicos y psicosociales que dificultan la adaptación del adulto mayor al mundo que le rodea; generalmente esta etapa de la vida se relaciona con enfermedad, deterioro y demencia, con el particular, que estas personas ya no pueden desempeñar las funciones familiares o laborales que les corresponden y pierden la autonomía al ser dependiente de sus familiares, lo que puede generar conductas de maltrato en el contexto familiar. El maltrato intrafamiliar puede adoptar diversas formas: la primera es la física, en la que se hace uso de la fuerza para herir, provocar dolor, incapacidad o muerte, para obligar al adulto mayor a hacer lo que no desea; la psicológica, donde se emplean agresiones verbales o gestuales con el objetivo de atemorizar, humillar, prohibir la libertad o aislar al adulto mayor de la convivencia social; la financiera, en la cual existe exploración impropia o ilegal y uso no consentido de recursos económicos. (Véliz, 2019)

Cuando llegamos a ser adulto mayor, esta etapa es irreversible y existen cambios biopsicosocial, que de manera drástica son expulsado de la sociedad, por el simple hecho de llegar a la vejez, debido a que existen paradigmas de la sociedad, donde nos consumen diariamente las redes sociales, a los familiares de cada adulto mayor, este es un factor, de que las relaciones familiares han cambiado dentro de la familia, donde la comunicación es por medio de un chat de teléfono, donde no existe relación familiar, sino comunicación, cabe recalcar que los adultos mayores se les hace muy difícil el manejo de teléfono, sin darnos cuentas que hemos perdido los valores de las relaciones familiares, sin querer estamos haciendo sentir que el adulto mayor no pertenece a ese lugar.

Los paradigmas de la sociedad, nos ha introducido, consumido cada día más, como lo es, la tecnología y el trabajo, es más importante, que el bienestar de cada uno de los integrantes de la familia, desde los niños, hasta los adultos jóvenes, son consumido de la tecnología, donde se ha perdido los valores de una buena relación familiar, en cada uno de los integrantes, siendo los más afectados los adultos mayores, para ellos es tan importante que nos sentemos y conversemos frente a frente sin ningún aparato tecnológico, sintiéndose valorado y amado e importante.

A fin de efectuar un diagnóstico sobre la situación actual de la repercusión de las relaciones familiares en la autoestima de los adultos mayores, se realizó una revisión de literatura sobre las temáticas objeto de investigación; mediante un estudio descriptivo de enfoque mixto, basado en una encuesta aplicada a una población de 90 adultos mayores del sitio San Agustín, Eloy Alfaro de la provincia de Manabí en el Ecuador, entre las edades de 65-84 años, se considera la muestra igual a la población estudiada. Se detectaron evidencias cuyos resultados se presentan a continuación y que conllevan a una profunda reflexión acerca de los motivos que minan la autoestima de algunos adultos

mayores pueden ser muy diversos, pero poco a poco pueden llevarles a un proceso depresivo y al aislamiento. Es importante, que tanto los familiares como los cuidadores mantengan una actitud y un comportamiento que faciliten mantener y potenciar su autoestima.

Los resultados de la aplicación de la encuesta arrojaron que el 51,1 % de los adultos mayores viven con 2 integrantes de familia (hijo-neto) (ver tabla 1), el 50% tiene relaciones familiares regulares (ver tabla 2), el 44,4 el familiar que mayor propicia comunicación son los hijos (ver tabla 3), el 63,3 % se siente en mayor compañía en horarios de 18:00-21:00 (ver tabla 4), el 77,7 % realizan todas las labores del hogar (ver tabla 5), el 100 % manifiesta que vivir en familia es importante (ver tabla 6) 98,8% no prefiere vivir solo .

Tabla 1. ¿Con cuántos miembros de la familia vive usted?

Miembros en la familia	Frecuencia	Porcentaje (%)
1	21	23,3
2	46	51,1
3	12	13,3
4	0	0
Más	9	10
Ninguno	15	16,6

Fuente: elaboración propia.

Las estadísticas tributan que el 51,1% de los adultos mayores viven con dos integrantes de la familia (hija-nietos), lo que evidencia, que los adultos mayores, tienen la gran responsabilidad de atenderlos y cuidarlos.

Tabla 2. ¿Cómo son sus relaciones familiares?

Criterio	Frecuencia	Porcentaje (%)
Buena	32	35,5
Mala	21	23,3
Regular	45	50

Fuente: elaboración propia

Los datos obtenidos evidencian que los adultos mayores en un 50 % sus relaciones familiares son regulares, este conlleva, como se ha analizado en los fundamentos teórico, a que el adulto mayor presente una baja autoestima, ya que no se siente satisfecho en su entorno familiar, ocasionándole un deterioro emocional, sintiéndose que no pertenece a esa familia.

En el 40% de los adultos mayores el familiar que más propicia comunicación son los hijos y a continuación los nietos, la comunicación que es brindada por los hijos, no es comunicación, es más ordenes en relación a las labores del hogar, a diferencia de la relación o comunicación brindada por los nietos, ellos

les brindan confianza, alegría, gesto de agradecimiento, a pesar de sentirse cansados con responsabilidades que no les corresponden, optan por continuar en esta familia por el amor que le brindan los nietos entre las edades (2-7 años).

Tabla 3. ¿Qué miembro de la familia siente que le propicia mayor comunicación?

	Frecuencia	Porcentaje %
Hijo	40	44,4
Yerno	5	5,5
Nieto	30	33,3
Sobrinos	5	5,5
ninguno	20	22,2

Fuente: elaboración propia

Tabla 4. ¿En qué horario del día se siente con mayor compañía?

Horario	Frecuencia	Porcentaje%
8:00-11:00	21	23,3
11:00-15:00	12	13,3
15:00-18:00	0	0
18:00-21:00	57	63,3
Ninguna	15	16,6

Fuente: elaboración propia.

En el horario de 18:00-21:00 se sienten con mayor compañía, porque todos llegan de trabajar, pero no se encuentran con una buena relación familiar ya que compañía no es igual que comunicación, todos llegan comen y se van al cuarto, ellos se sienten solos y sufren el síndrome de abuelo fantasma por la falta de una buena relación y comunicación familiar.

Tabla 5. Responsabilidades del hogar.

Responsabilidad	Frecuencia	Porcentaje
Limpieza de hogar	7	7,7
Compras	0	0
Cuidados de nietos	10	11,1
Todas	70	77,7
Ninguna	3	3,3

Fuente: elaboración propia

Podemos observar, en la tabla 5, que las responsabilidades de hogar recaen en los adultos mayores, ocasionando, sobrecarga de trabajos y ellos se sienten

utilizados, marginados y no satisfechos de la vida, causándoles una autoestima baja.

Tabla 6. ¿Vivir en familia es importante?

Importancia	Frecuencia	Porcentaje %
Si	90	100
No	0	0

Fuente: elaboración propia

Al realizar el cuestionario es impresionante como el 100% manifiestan que vivir en familia es importante, pero la mayoría dice, que esto no es la realidad, ellos manifiestan que los hijos no les llaman, y si viven con ellos, los hacen sentir como que no existieran, no existen un gesto de agradecimiento, a pesar de realizar todas las labores del hogar, como se manifiesta esto causa autoestima baja, y se evidencia la falta de relación familiar.

Tabla 7. ¿Prefiere vivir solo?

Preferencia	Frecuencia	Porcentaje %
Si	1	1,1
No	89	98,8

Fuente: elaboración propia.

En un 98,8% no prefieren vivir solo, la mayoría vive con hijo-nietos, los adultos mayores, realizar las labores de casa y cuidados de nietos ellos se sienten utilizados por sus hijos, pero aun así no prefieren vivir solo tienen miedo a la soledad, al abando de sus hijos, pero 1%, manifiesta que desea vivir solo, este adulto mayor, vive con toda su familia, pero que ellos lo hacen sentir que no pertenece a esa familia, y prefiere mil veces vivir solo, debido a que no hay respeto, ni una buena relación familiar, el prefiere morir.

CONCLUSIONES

Son muchas las maneras en que se puede potenciar la autoestima de un adulto mayor, pero siempre demostrando respeto y cariño. No hay que tratarles y hablarles como un niño, sino como a un adulto capaz de tomar decisiones, asumir responsabilidades y que tiene autonomía y vida propia.

El presente estudio nos revela un abuso por parte de los hijos hacia los adultos mayores, causados por una regular relación familiar, en el cual se ha perdido los valores respeto hacia los padres y fomentando al mismo tiempo a sus hijos, con el ejemplo brindado por ellos, cabe recalcar que compañía no es igual que comunicación o buena relación familiar, el 97,7% de adultos mayores viven en compañía, pero, como son ignorados, utilizados, los hacen sentir solos, provocando una mala calidad de vida, él puede estar sano, ausencia de enfermedades, pero emocionalmente está muy mal, ocasionando el síndrome del abuelo fantasma y baja autoestima.

La ausencia de respeto, valor y admiración a nuestros padres es una problemática que se vive en varios contextos, esta es una realidad grave, que ocasiona, una vida no digna de los adultos mayores y un dolor intenso en el alma, ya que no encuentran explicación, que esos hijos que criaron con mucho amor, se olvidan de lo importante que fueron en su niñez y los dejan con responsabilidades que no les competen; ocasionando una sobrecarga y tristeza en su día a día de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez, I.V. (2019). Afrontamiento al estrés y autoestima del adulto mayor. *Rev UNIANDES Cienc Salud* 2019.

Álvarez, M.D. (Junio de 2013). Cómo influye la autoestima en las relaciones interpersonales.

Asociación Mexicana de Gerontología y Geriatria A.C. (26 de julio de 2019). Obtenido de Asociación Mexicana de Gerontología y Geriatria A.C: <https://amgg.com.mx/sobre-el-envejecimiento/la-importancia-de-la-autoestima-en-el-adulto-mayor/>

Cabeza, M. (2017). Entrenamiento funcional y recreación en el adulto mayor: influencia en las capacidades y habilidades físicas. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*. 2017;36(4):1-13. .

La importancia del autoestima del adulto mayor/Asociación Mexicana de Geriatria y Gerontología. (2019 de julio de 2016). obtenido de <https://amgg.com.mx/sobre-el-envejecimiento/la-importancia-de-la-autoestima-en-el-adulto-mayor/>

Martínez, J. (28 de septiembre de 2016). "Nivel de depresión en el adulto mayor en el hogar de ancianos Esteban Quirola Machala 2015- 2016. Loja, Ecuador.

Negrete, D. (octubre de 2013). <https://www.hogarcorazondejesus.org.ec/blog/item/2-acompanando-adulto-mayor>. Obtenido de <https://www.hogarcorazondejesus.org.ec/blog/item/2-acompanando-adulto-mayor>.

Orosco, C. (2015). Depresión y autoestima en adultos mayores institucionales y no institucionales en la ciudad de Lima. *REDALYC.ORG*.

Quinche., K.M. (10 de 03 de 2016). "El abandono familiar en los adultos mayores que acuden al centro diurno San vicente del cantón Catamayo y la intervención del trabajador social". Loja, Ecuador.

Roig, C. (Julio-Septiembre de 2015). La atención adulto mayor: un reto para la vida contemporánea. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, volumen 31.

Velis, L.A. (2019). Caracterización del adulto mayor maltratado en su medio familiar. Sector Durán. *Rev UNIANDES Cienc Salud*. 2019;2(1):1-13.