

## TRABAJO FIN DE GRADO EN TRABAJO SOCIAL

# “Evaluación del apoyo social de la población mayor de Villamuriel de Cerrato (Palencia)”

**Autor/a:**

D<sup>ª</sup>. Soraya Andrés Sánchez

**Tutor/a:**

D<sup>ª</sup> Teresa del Álamo Martín

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

CURSO 2014 - 2015

FECHA DE ENTREGA: 20 de julio de 2015

*“Jamás un hombre es demasiado viejo para recomenzar su vida y no hemos de buscar que lo que fue le impida ser lo que es o lo que será”.*

*Miguel de Unamuno.*

### **AGRADECIMIENTOS**

Mis agradecimientos al Hogar del Pensionista del municipio Villamuriel de Cerrato y a todas aquellas personas que me han orientado al desarrollo de la presente investigación.

## **ÍNDICE**

RESUMEN.....	5
INTRODUCCIÓN.....	6
1. MARCO TEÓRICO.....	7
1.1 El concepto de redes sociales.....	8
1.1.1 Tipología de las redes sociales.....	9
1.2 Definición apoyo social.....	12
1.2.1 Redes sociales y apoyo social en la tercera edad. Estudios sobre el apoyo social en la tercera edad.....	17
1.3 Objeto.....	21
2. METODOLOGÍA.....	22
2.1 Participantes.....	22
2.2 Criterios de inclusión y exclusión.....	22
2.3 Procedimiento del estudio.....	22
2.4 Variables estudiadas.....	23
2.5 Instrumentos de medida.....	23
3. RESULTADOS.....	27
4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	45
BIBLIOGRAFÍA.....	48
ANEXOS.....	49

## **ÍNDICE DE GRÁFICAS**

Gráfica 1. Estado civil.....	27
Gráfica 2. ¿Vive su cónyuge en la residencia?.....	27
Gráfica 3 ¿Con qué frecuencia salió de su residencia para visitar a la familia o amigos en fines de semana, de vacaciones, de compras o de excursión?.....	28
Gráfica 4 ¿Con cuántas personas tiene la suficiente confianza para visitarlos en su casa?.....	28
Gráfica 5 ¿Cuántas veces habló (amigos, familiares u otros) por teléfono durante la última semana?.....	29
Gráfica 6. ¿Cuántas veces durante la semana pasada le visitó alguien que no vive con usted?.....	30
Gráfica 7. ¿Hay alguna persona en la que tenga confianza?.....	30
Gráfica 8. ¿Con qué frecuencia se siente sólo?.....	31
Gráfica 9. ¿Ve a sus familiares y amigos tan a menudo como quisiera?.....	31
Gráfica 10. ¿Existe alguien que le ayude en caso de caer enfermo?.....	32
Gráfica 11. Hay una persona que está cerca cuando estoy en una situación difícil.....	33
Gráfica 12. Existe una persona especial con la cual yo puedo compartir penas y alegrías.....	34
Gráfica 13. Mi familia realmente intenta ayudarme.....	35
Gráfica 14. Obtengo de mi familia la ayuda y el apoyo que necesito.....	36
Gráfica 15. Existe una persona que realmente es una fuente de bienestar.....	37
Gráfica 16. Mis amigos realmente tratan de ayudarme.....	38
Gráfica 17. Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal.....	39
Gráfica 18. Puedo hablar de mis problemas con mi familia.....	40
Gráfica 19. Tengo amigos con los que puedo compartir penas y alegrías.....	41
Gráfica 20. Existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos.....	42
Gráfica 21. Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones.....	43
Gráfica 22. Puedo hablar de mis problemas con mis amigos.....	44

## **RESUMEN**

Es en la etapa de la vejez en la cual las redes más próximas tienden a desaparecer, las relaciones sociales se ven debilitadas, a ello se suman sentimientos de soledad, frustración, por lo general sentimientos de vacío en el anciano. En este punto debemos hablar del papel del apoyo social como aspecto clave en la vida de dichas personas, cumpliendo la función de ayuda, viéndose como un factor positivo para la obtención de un mayor bienestar en la etapa de la vejez.

## **ABSTRACT**

It is at the stage of old age in which the closest networks tend to disappear, social relationships are weakened to it feelings of loneliness, frustration are added, usually feelings of emptiness in the elderly person. At this point we must discuss the role of social support as a key aspect in the life of these people, fulfilling the role of aid, looking like a positive to obtain greater welfare at the stage of aging factor.

## **INTRODUCCIÓN**

El envejecimiento de la población es un fenómeno global en las sociedades industrializadas. Como afirma Hugman (1994) esta tendencia puede caracterizarse por tres factores: a) un crecimiento en el porcentaje de personas mayores de 65 años, b) un incremento en el número absoluto de personas mayores, c) un aumento en la esperanza de vida. Por ejemplo, en España, la esperanza de vida de una persona al nacer es de 73,2 años para los hombres y de 79,8 para las mujeres (Eurostat, 1991).

Es interesante destacar que la Organización Mundial de la Salud propone la implementación de estrategias y programas que estimulen la participación activa de la persona mayor en la vida comunitaria, y así promover un proceso de envejecimiento más saludable mediante cambios en los estilos de vida, a través de contextos y entornos apoyativos, y proporcionen servicios y apoyo suficientes para satisfacer las necesidades de las personas ancianas. La Organización Mundial de la Salud reconoce el importante rol que la integración y el apoyo social desempeñan en la promoción y mantenimiento del bienestar físico y psicológico de las personas en la tercera edad. De hecho, ésta y otras organizaciones (por ejemplo, Gordon y Donald, 1991; Stewart, 1993; Denman, 1993; Jamieson, 1994; OCDE, 1994), ante el reto que supone para la red asistencial el rápido crecimiento y mayor esperanza de vida de la población anciana, confieren una particular importancia a la prevención del aislamiento social de las personas mayores como un medio efectivo para mantener la capacidad funcional y promover un proceso de envejecimiento más saludable.

No se habla sólo de prolongar la esperanza de vida, sino que es primordial incrementar las expectativas de las personas a continuar siendo miembros activos en la vida social y cultural de la sociedad a la que pertenecen. En definitiva se trata no sólo de añadir años a la vida, sino también de añadir vida a los años.

## **1. MARCO TEÓRICO**

Hoy en día nos encontramos con que la esperanza de vida cada vez es mayor y a su vez existe un gran incremento de la población mayor. Lo que se pretende es conocer el grado de bienestar de dicha población, concediendo especial atención a los mecanismos de apoyo social formales e informales con los que esta población pueda contar. *“El sistema formal de apoyo posee una organización burocrática, un objetivo específico en ciertas áreas determinadas y utilizan profesionales o voluntarios para garantizar sus metas”* (Sánchez Ayendez, 1994). Mientras que en el sistema informal de apoyo destacan lo que son las redes sociales, resaltando aquí la importancia de éstas en el desarrollo de cualquier individuo. Y es que la creación de vínculos, ya sea con los diferentes familiares, amigos, vecinos o compañeros de trabajo, etc. juegan un papel imprescindible a lo largo de nuestro ciclo vital.

En la etapa de la vejez se producen diversas modificaciones morfológicas, fisiológicas, bioquímicas, psicológicas y sociales que dependerán del contexto temporo-espacial en el que se desarrollaron los individuos en las etapas anteriores de su vida, resultado del paso del tiempo.

En Europa nos encontramos con países en los que el Estado es incapaz de financiar diferentes políticas y programas para poder contribuir a mejorar o mantener tanto el estado físico como material de las personas mayores. Aunque también hay que destacar que países como es el caso de Suecia ha sido definido durante muchos años como un modelo de estado de bienestar avanzado, donde rigen principios como son el acceso universal, una redistribución efectiva de la riqueza y por un gran abanico de prestaciones sociales para toda la población en su conjunto. Suecia es cierto que cuenta con un sistema de protección muy sólido..

Así es que la responsabilidad política, administrativa y financiera de la Seguridad Social sueca depende del Estado, es el Estado el responsable casi en su totalidad de la provisión y financiación de los servicios sociales para el conjunto de la sociedad. Este hecho será el que diferencie a Suecia de otros países en los cuales predominarán los seguros privados.

También sería correcto hacer una breve mención sobre los modelos de política de Finlandia, y es que en el libro titulado *Los tres mundos del Estado de Bienestar*, Esping-Andersen nos dice que *“El modelo escandinavo se caracteriza por el hecho de que la población accede a derechos fundamentales, a veces garantizados por la Constitución, sobre una base universal y sin vinculación con cotizaciones. La institución dominante de la protección social es el Estado”*.

Así, tanto Suecia como Finlandia, entre otros países nórdicos, el sistema de bienestar se articula en base a la intervención político-económica del Estado para cubrir necesidades mediante prestaciones desde la infancia hasta la vejez.

Según McNicoll (1987), *“la organización histórica de asistencia a la población y los recursos económicos para mantenerla, en el futuro cercano, se ven amenazados por el cambio que ha experimentado la estructura productiva de las sociedades”*. Nos encontramos en una sociedad la cual está en continuo cambio afectando directamente a cada uno de los individuos que formamos parte de la sociedad. En momentos como estos es donde predomina la familia o las redes más directas y es que ante la incapacidad o falta de respuesta por parte del Estado, es la familia o las redes más cercanas en las que, en la medida de todo lo posible, se van a ofrecer el tan necesario apoyo tanto emocional como material.

No encontramos ante un proceso rápido y reciente de envejecimiento, y es debido a una serie de condiciones socioeconómicas históricas por las cuales no se han podido adoptar medidas suficientes para cubrir las necesidades de la población en cuestión.

En muchos casos, por cuestiones como son la deficiencia en los servicios de salud, una cobertura limitada de los planes de pensión o el cese de la población mayor del mercado laboral formal, indican que en algunos casos esta población no pueda satisfacer de manera plena sus necesidades, por lo que necesitan de su familia para su supervivencia diaria.

En el siguiente apartado se elucidará una serie de conceptos relacionados con el tema de las redes de apoyo social de la personas mayor. Comenzando y entrando más a fondo en conocer qué es y de qué se trata la red social, en este caso desviando el tema en cuestión y centrándonos en las redes sociales de la persona mayor.

### **1.1. El concepto de redes sociales**

Una definición clásica de red social es la de Lopata (1975) que la identifica con *“la red informal entendida como un sistema de apoyo primario integrado para dar y recibir objetos, servicios, apoyo social y emocional considerado por el receptor y el proveedor como importantes”*.

Nos encontramos en la literatura definiciones de red social que ponen el acento en la relación. Walker y otros (1977) entienden las redes sociales como *“la serie de contactos personales a través de los cuales el individuo mantiene su identidad social y recibe apoyo emocional, ayuda material, servicios e información”*. Sin embargo, Maguire (1980) se refirió a las redes como *“fuerzas preventivas que asisten a los individuos en caso de estrés, problemas físicos y emocionales”*.

Finalmente, Gottlieb (1983) planteó que *“tales interacciones conllevaban beneficios emocionales y efectos en la conducta de los individuos”*.

La interacción entre dos o más individuos se basa en que existan contactos entre ellos, y la reciprocidad entre los individuos lo que les posibilita la continuidad y la permanencia de esas relaciones sociales. La necesidad innata de relación entre unos y otros ayuda a los individuos a identificarse con otras personas y a construir su propia identidad, favoreciendo su propio desarrollo y a alcanzar un mayor índice de bienestar personal.

Requena (1991) diferencia entre *la red personal* entendida como *las relaciones que una persona mantiene con otras personas y de éstas entre sí en todos los ámbitos institucionales que conforman su vida social*; de las redes sociales que aluden a las relaciones que se producen en un contexto institucional *y que unen “a todos los actores posibles de un conjunto de estudio”*. A este grupo de redes sociales algunos autores las han denominado *redes institucionales o redes formales*.

Otros autores como André y Rego (2003) cuando estudian las redes institucionales diferencian entre las Redes de proximidad encargadas de reforzar los lazos locales, esencialmente la identidad local y el sentido de pertenencia local y las Redes de larga distancia, que conducen a la integración de lugares y comunidades locales en espacios regionales, nacionales y globales.

#### 1.1.1. *Tipología de las redes sociales*

No existe un concepto unívoco de red social. En la literatura encontramos diferentes clasificaciones de redes sociales atendiendo a diferentes criterios. De acuerdo al tipo de intercambio. Dos clasificaciones clásicas las hicieron Polanyi y Dalton (1968) diferencian entre:

#### REDES SEGÚN EL TIPO DE INTERCAMBIO

- Redes basadas en la **reciprocidad**, en las cuales se produce un intercambio paritario de bienes y servicios como parte integral de una relación social duradera.
- Redes basadas en la **redistribución de bienes y servicios**, que se centran primero en un individuo o institución para luego distribuirse en la comunidad o sociedad.
- Redes basadas en el **mercado**, en las que los bienes y servicios se intercambian sobre la base de la ley de oferta y demanda, sin implicaciones sociales de largo plazo.

Los mismos autores cuando estudian la interconexión del individuo con su entorno identifican:

### REDES SEGÚN EL GRADO DE INTERCONEXIÓN

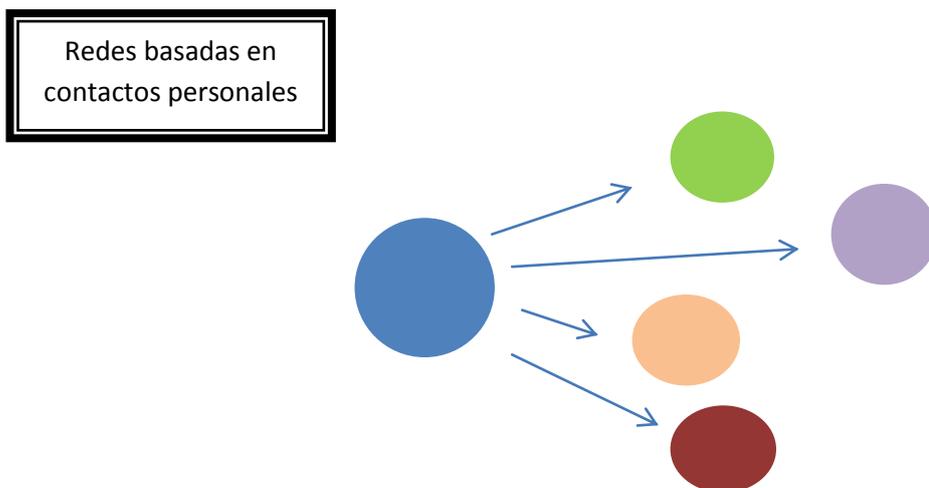
- Redes basadas en **contactos personales**. Esta red es conocida también por el nombre red egocéntrica, se va a basar en las relaciones personales de cada individuo, favoreciendo las relaciones diádicas, entendida ésta como la relación que hay entre un líder y sus seguidores.
- Redes basadas en **contactos grupales**. La persona se relaciona con miembros de grupos estructurados en torno de agrupaciones y organizaciones de las cuáles forma parte. Se asemeja a las redes de intercambio recíproco, pueden ser redes dirigidas por uno más miembros del grupo.

Estos dos tipos de redes suelen ser complementarias en la práctica.

Los diagramas 1 y 2 muestran gráficamente el tipo de interconexión que puede darse en los individuos y su entorno.

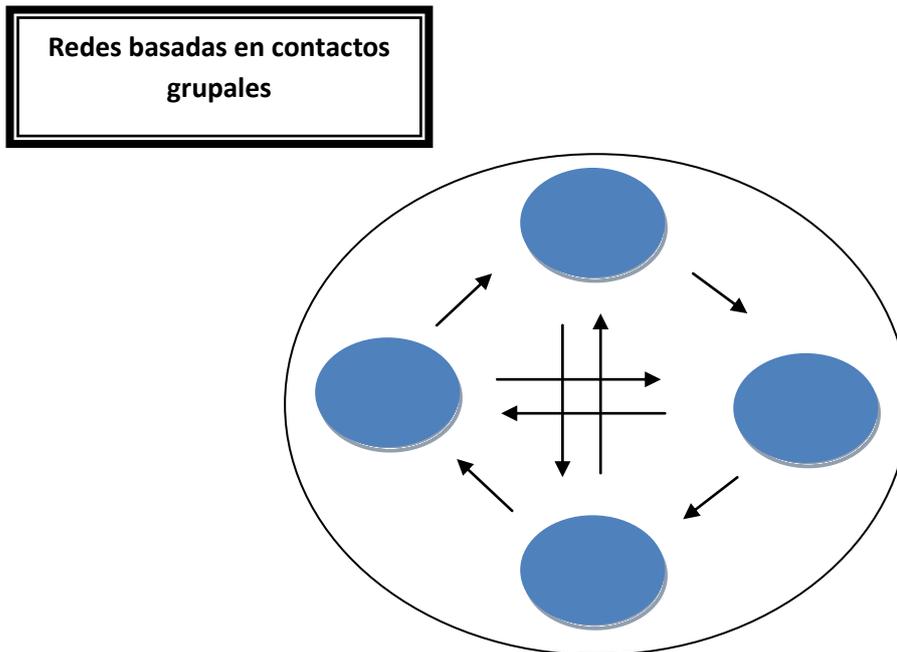
Diagrama 1

### REDES SEGÚN TIPOS DE INTERCONEXIÓN



**Nota Diagrama 1.** Fuente: basado de Guzmán, J.M., Huenchuan, S., Montes de Oca, V. *Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual.*

Diagrama 2



**Nota** Diagrama 2. Fuente: Diagrama 2. Basado de Guzmán, J.M., Huenchuan, S., Montes de Oca, V. *Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual*.

El hecho de que desaparezca un miembro conlleva consecuencias diversas en ambos tipos de redes. En las redes que están basadas en contactos personales se puede dar el caso que un miembro desaparezca, pero aún así, esta red seguirá existiendo, incluso se puede dar el caso en el que el miembro sea sustituido. Sin embargo, en las redes basadas en contactos grupales, ésta puede desaparecer si el miembro que desaparece desempeñaba un papel fuerte e importante para el grupo.

Para Félix Requena Santos (1989), en la formación de las redes sociales se evidencian dos tipos de relación:

- **Relación concreta:** Son aquellas relaciones que implican un considerable nivel de especificidad. El contenido de la red son unos vínculos concretos y específicos encaminados a un fin determinado.
- **Relación difusa:** Es aquella que implica soporte y servicios de naturaleza general, tal como los que conllevan las relaciones de vecindad o parentesco.

También en una red social pueden existir **vínculos potenciales**. Es decir, no todos los vínculos que una persona puede tener tienen que estar activados en todos los momentos. Estos pueden permanecer durante un tiempo indeterminado en estado latente. Así las relaciones potenciales de un actor pueden estar inactivas o latentes hasta que llegue el momento de ser necesitadas para una acción social. (Requena Santos, 1989)

El mismo autor (1994) establece a su vez otro tipo de clasificación de las redes sociales.

- **Red afectiva:** realmente se da y se percibe apoyo.
- **Red extendida:** puede prestar apoyo de forma menos frecuente, y con alguna persona de intermedio.

Asimismo Requena Santos (1996) establece otra clasificación de red social, diferencia entre:

- **Redes de primer orden:** relación directa con el punto central.
- **Redes de segundo y tercer orden:** a medida que se va alejando del punto central y existen nodos intermedios.

Según Marcela Troncoso (1995), según el alcance de nuestra mirada, las redes sociales pueden ser:

- a) **Totales:** El conjunto de conexiones que establecen las personas entre sí en una comunidad, institución o lugar dado.
- b) **Personales:** Incluyen las redes de una persona dada, esto es, todos los nexos que establece en el ejercicio de sus roles o en alguna de sus áreas de actividad.

Según Chadi (2000) distingue entre:

- **Redes primarias:** relaciones íntimas, más cercanas.
- **Secundarias:** aquellas que tienes que ver con el tema de aficiones, estudios, trabajo.
- **Institucionales:** forma parte de los servicios de empleo, salud.

## 1.2. Definición de apoyo social

Son varias las disciplinas y paradigmas que se han centrado en tratar de explicar lo que es el concepto de apoyo social:

Por un lado, respecto a las disciplinas que se han preocupado por el apoyo social, por el objeto de atención se pueden destacar:

- Desde el trabajo social: se defiende que no solo hay que centrarse en el individuo, sino que en el entorno, en el grupo. El grupo puede ayudar al individuo a mejorar. En los años 30, aparece el trabajo social grupal. En los años 50 y 60, aparece el trabajo social comunitario.

- Desde la sociología: E. Durkheim, su obra “El suicidio” y la escuela de Chicago. Trataban de explicar los cambios en los lazos sociales, los sentimientos de comunidad de esta época, todo ello enmarcado en un período de grandes transformaciones.
- Desde la psicología: Freud, decía que los lazos sociales de los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo de la personalidad. Se ha ocupado del apoyo social casi desde los propios orígenes de la psicología. Los lazos sociales son importantes para nosotros.

Por otro lado, los paradigmas que han influido en el apoyo social son:

Un paradigma, es un marco muy amplio de explicación y reflexión. Es un guía para el conocimiento. Es un marco de desarrollo de las teorías. No pertenece a una disciplina concreta, son interdisciplinarias. Son asumidas por muchas disciplinas.

A continuación vamos a hablar de varios paradigmas:

#### 1. TEORIA SISTEMICA:

La perspectiva sistémica parte de la concepción de la realidad como algo único en donde se entiende el sistema cognoscitivo como un conjunto de elementos que se interrelacionan conforme a un modelo específico. Cada una de las partes está en conexión con las demás y algún cambio provocado en una de las partes, produce un cambio en el conjunto. (Holismo, sinergia, recursividad, inputs, relación sistema-entorno, entropía, homeostasis, retroalimentación).

#### 2. ENFOQUE ECOLOGICO:

Surge en el S. XIX, las personas estamos en continua relación, interacción con el ambiente, el entorno. E. Haeckel, en 1869 define la ecología como “estudio de las relaciones entre un ser y su entorno”. La ecología social estudia la relación del hombre con el medio ambiente, las relaciones de depredación, pero también las de cooperación, las crisis y su reflejo en las relaciones sociales.

#### 3. CAPITAL SOCIAL:

Cabe mencionar tres autores. R. Putman, que explica cómo han cambiado las relaciones sociales. P. Bourdieu, es uno de los autores más importantes del capital social y J. Coleman, que inventó la inteligencia emocional.

El capital social se valora desde una dimensión individual y colectiva; redes, estructuras, valores, asociaciones y voluntarios. Se puede definir como “múltiples manifestaciones: donaciones, filantropía, voluntariado, redes sociales, entramado comunitario, asociaciones...”.

Cabe mencionar la existencia de una serie de perspectivas que estudian el apoyo social, que son:

- **En primer lugar, la perspectiva estructural** se fija en las redes, lazos y contactos que tiene la persona, con independencia de la función que cumplan. Para evaluar el apoyo social se utilizan variables como el tamaño, la densidad, la homogeneidad, la multiplicidad, la frecuencia y distribución geográfica.
- **En segundo lugar, la perspectiva funcional** se centra en las funciones que cumplen las relaciones y lazos sociales, enfatizando los aspectos cualitativos del apoyo. Debe distinguirse entre **recursos** que se intercambian, como por ejemplo recursos materiales, dinero, favores, tiempo, o recursos simbólicos como es la escucha, dar consejos. Y **funciones** que cumplen los intercambios. Estas funciones pueden ser:
  - ❖ Emocional: conocer gente y tener amigos, sirve para reír, desahogarte, llorar. En este sentido, el bienestar, es sentirse aceptado y valorado es importante para la autoestima. Compartir los problemas con los demás disminuye la gravedad percibida.
  - ❖ Material o instrumental: En este sentido, el bienestar disminuye la sobrecarga de las tareas, dejando tiempo libre. Este tipo de apoyo es efectivo siempre que sea percibido como adecuado. Sin embargo, hay veces que no quieres recibir la ayuda si luego tienes que dar algo a cambio, o no la quieres porque te genera un sentimiento de deuda hacia la otra persona.
  - ❖ Informativo o estratégico: donde el bienestar nos ayuda a comprender el mundo y/o ajustarnos a los cambios que existen en él. Nos ayuda a alcanzar otro tipo de recursos.
  - ❖ Otras funciones:
    - Apoyo de status: dar / recibir apoyo social que permite sentirte parte del grupo.
    - Compañía social: deporte, excursiones.
    - Reconocemos nuestra capacidad de dar apoyo, lo que es muy importante para nuestro bienestar.
- **En tercer lugar, la perspectiva contextual:** el contexto, el ambiente influye de forma determinante en el apoyo social: como se da, como se recibe, como se percibe.
  - ❖ Características de los participantes: depende de la necesidad, se requiere diferente apoyo.

- ❖ Momento en el que se da el apoyo: depende del momento, el apoyo es diferente. Por ejemplo, si necesitas apoyo de una persona y esta no está económicamente bien porque tiene muchos gastos.
- ❖ Duración del apoyo: muchas veces el cuidador está sometido a desgastarse poco a poco, por lo que el apoyo a veces se ve reducido.
- ❖ Finalidad del apoyo: depende de los problemas el apoyo y los fines son diferentes.

El apoyo social, es “la ayuda accesible o disponible por una persona a través de los lazos sociales que mantiene con otras personas, grupos o con la comunidad en su conjunto”(Nan Lin y cols, 1981).

Para autores como Wasserman y Danforth (1988), el apoyo social constituye un fenómeno “familiar” y un “lugar común” de la interacción humana que ocurre con frecuencia de forma espontánea entre las personas. Existe un amplio impacto entre los investigadores en distinguir al menos tres funciones fundamentales del apoyo social: el **apoyo emocional**, el **apoyo instrumental** (también denominado apoyo material o tangible o ayuda práctica) y el **apoyo informacional** (que incluye además el consejo, orientación o guía). Otros autores incluyen, además, otras funciones como el apoyo de estima, apoyo de evaluación (afirmación o feedback), compañía social o la oportunidad que nos ofrecen las relaciones sociales para ser capaces de proporcionar apoyo a otros (Weiss, 1974).

No obstante, este conjunto de funciones puede agruparse en dos grandes dimensiones propuestas por Lin (1986). La ayuda que presta el apoyo social puede ser:

- Instrumental se refiere a la medida en que las relaciones sociales son un medio para conseguir objetivos o metas, tales como conseguir trabajo, obtener un préstamo, ayuda en el cuidado del hogar o de los hijos, etc.
- Expresiva hace referencia a las relaciones sociales tanto como un fin en sí mismas, como un medio por las que el individuo satisface necesidades emocionales y afirmativas, tales como sentirse amado, compartir sentimientos o problemas emocionales, sentirse valorado y aceptado por los demás, o resolver frustraciones.

Según Lareiter y Baumann (1992), la ayuda social incluye 5 componentes:

1. Integración social, es decir, formar parte de una sociedad.
2. Red de apoyo.
3. Clima de apoyo.
4. Apoyo proporcionado y recibido.
5. Apoyo percibido, es la percepción que una persona tiene respecto a la posibilidad de recibir apoyo. Es decir, lo que una persona espera de otra.

Según Antonucci y Depner (1982) se centran en la distinción del apoyo percibido y recibido, relacionando ambos componentes con el bienestar y los posibles efectos directos e indirectos que producen en la persona:

- Efectos directos: A mayor nivel de apoyo social menor malestar psicológico, y a menor grado de apoyo social mayor incidencia de trastornos, independientemente de los acontecimientos vitales estresantes. Esto no quiere decir que en presencia de estresores sociales deje de actuar, sino que el apoyo social ejerce una influencia independiente (Gottlieb, 1983).
- Efectos indirectos: Cuando las personas están expuestas a estresores sociales, estos tendrán efectos negativos sólo entre los sujetos cuyo nivel de apoyo social sea bajo. Sin embargo, sin estresores sociales el apoyo social no tiene influencia sobre el bienestar, su papel se limita a proteger a las personas de los efectos patogénicos del estrés, es esencialmente un moderador de los efectos de los acontecimientos vitales estresantes (Cohen y McKay, 1984; Cohen y Ashby, 1985; Cohen y Syme, 1985).

Podemos nombrar diferentes factores que influyen en el apoyo social:

- Personales: son los rasgos de la personalidad (timidez, ansiedad).
- Recursos personales y habilidades.
- Contextuales: que movilizan el apoyo social.
- Estresores: dependiendo del problema existe diferentes tipos de apoyo social.
- Familia.
- Roles sociales.
- Comunidad.

Finalmente, diversos autores han coincidido en establecer tres fuentes o contextos principales donde tiene lugar el apoyo social. Así, por ejemplo, de acuerdo con la revisión y síntesis realizada por Lin (1986), las fuentes de apoyo social pueden representarse en tres niveles que se corresponden con tres estratos distintos de las relaciones sociales, cada uno de los cuales indica vínculos entre los individuos y su entorno social con características y connotaciones diferentes.

1. **Comunitario**: Es el más externo y general de ellos, consiste en las relaciones sociales que se establecen con la comunidad y reflejaría la integración en la estructura social más amplia. Estas relaciones indican el grado y extensión con el que el individuo se identifica y participa en su entorno social constituyendo un indicador del sentido de pertenencia a una comunidad. Se trata de una relación más distante, es el apoyo que te pueden prestar conocidos, profesores o vecinos.

2. El siguiente estrato, más cercano al individuo, consiste en las **redes sociales** a través de las cuales se accede directa e indirectamente a un número relativamente amplio de personas. Estas relaciones de carácter más específico (relaciones en el trabajo, amistad, parentesco) proporcionan al individuo un sentimiento de vinculación, de significado o impacto mayor que el proporcionado por las relaciones establecidas en el anterior nivel.
3. Las **relaciones íntimas** y de confianza constituyen para el individuo el último y más central y significativo de los estratos o categorías de relaciones sociales propuestas. Esta clase de relaciones implican un sentimiento de compromiso, en el sentido de que se producen intercambios mutuos y recíprocos y se comparte un sentido de responsabilidad por el bienestar del otro.

Actualmente, dado el carácter complejo y multidimensional de este constructo, el término apoyo social se utiliza para designar una característica abstracta de las personas, conductas, relaciones o sistemas sociales (Veiel y Baumann, 1992) y, en ese sentido puede considerarse que representa más bien un metaconcepto que un concepto susceptible de definición y medición (Vaux, 1992).

Es importante clarificar el significado de red social y apoyo social. Ambos conceptos son complementarios y se interrelacionan, no obstante cada término tiene su propia función. Entendemos red social como el conjunto de personas que son capaces de aportar ayuda o apoyo a un individuo o familia, es en este punto donde interviene el apoyo social aludiendo este término como función de la red social.

#### 1.2.1. *Redes sociales y apoyo social en la tercera edad. Estudios sobre el apoyo social en la tercera edad.*

Es cierto que en la tercera edad ocurren cambios que son importantes en la configuración, en las características y también en el uso de la red social y de apoyo, se produce una transformación en el papel social que hasta esos momentos ha desarrollado la persona. Son diferentes características y factores las que explican como las personas se han desarrollado a lo largo de su vida, y que relaciones sociales y de apoyo han llegado a establecer hasta entonces. (Blau, 1961; Townsend, 1981; Johnson, 1989; Allan y Adams, 1989; Gracia y otros, 1995) hacen afirmar que *“son diversos factores sociales y estructurales también son importantes determinantes de las redes sociales de la persona mayor”*.

Factores culturales, modificaciones en la red social que tienen lugar como resultado de la jubilación, sucesos vitales como la muerte de la pareja, de cualquier familiar u otras posibles relaciones que la persona ha entablado a lo largo de su vida, influirán de forma directa e importante en las redes sociales y de apoyo de la persona anciana.

Es cierto que durante el período de la vejez existen numerosos cambios independientemente del declive físico de la propia persona, es cierto que la persona mayor comienza a formar parte de un nuevo estrato social asignándole por tanto un rol característico como consecuencia de la edad.

La edad se convierte como señala Kending (1986) en un *“marcador social que estructura y determina derechos, privilegios y expectativas acerca de lo que constituye una conducta apropiada”* (Kendig, 1986).

El hecho de que una persona mayor quede fuera del mercado laboral a consecuencia de la jubilación trae un cambio en lo que son sus redes sociales, ya que además de abandonar lo que es ámbito laboral, también abandona al mismo tiempo las relaciones que allí establecía.

La ausencia de las relaciones sociales y más aún la ausencia del apoyo social influirá negativamente en la salud de las personas mayores, constituyéndose en un factor de riesgo de padecer enfermedades.

Encontramos numerosos estudios que señalan que *“el apoyo social no disminuye necesariamente durante la tercera edad, contestando así a la imagen tradicional de las personas ancianas como una población dependiente, desasistida, inactiva, aislada y con una vida en constante declive”* (Gottlieb, 1983; Kendig, 1986; Allam y Admas, 1989; Gracia y otros, 1995).

Existen concepciones en las cuales se entienden que antiguamente eran las familias las que se encargaban del cuidado directo de las personas más ancianas de la familia, comparando la situación de antiguamente con la de ahora entienden que actualmente a las personas ancianas se les deja a cargo de personas que son auténticas desconocidas para ellos, y esto vendría a ser debido a que las familias no dispondrían de tiempo necesario para hacerse cargo de ellos. Sin embargo Laslett, (1972) afirma que *“en este contexto actual caracterizado por el debilitamiento de los vínculos familiares , donde las obligaciones familiares de cuidado mutuo no se reconocen, dejando el cuidado de la persona anciana a personas extrañas, es justamente eso, un mito”*. Y siguiendo con la idea de que las familias no tienen apenas contacto con la persona mayor, un abundante número de investigaciones han demostrado precisamente lo contrario, expresando que *“la gran mayoría de las personas mayores mantienen un contacto frecuente con la familia de la que reciben apoyo y diversos servicios”* (INSERSO, 1982, 1990; Shore, 1985; Hanson y Sauer, 1985; Sundström, 1994). En lo que se refiere al apoyo más importante en casos como dependencia o necesidad, es la familia la que se convierte en la fuente primordial en estos casos.

Junto a la familia, el grupo de amistades para la persona mayor son fuente de apoyo instrumental, como emocional. Estas relaciones van a proporcionar intimidad emocional además de compañía. La persona mayor con frecuencia acude a sus amistades cuando se encuentra preocupada o se siente sola.

En el momento de pedir consejo también son las amistades las que proporcionan esa ayuda y a las que acudimos como primera opción en muchos casos, actuando así como principales confidentes.

Asimismo, las relaciones de amistad van a proporcionar ayuda en tareas del día a día o en situaciones de emergencia.

Si se hace una breve comparación entre las relaciones familiares y las relaciones de amistad es que, éstas últimas *“se desarrollan en un contexto voluntario y menos normativo, y se caracterizan por la igualdad y el consenso”* (Kendig, 1986; Crohan y Antonucci, 1989). Por otro lado, Jani-Le Bris (1993) afirma que *“los vínculos familiares en la tercera edad, sin embargo, en parte debido a normas culturales o a las necesidades económicas y de salud de la persona mayor, pueden producir sentimientos de obligación en los miembros de la familia”*. Cualquier persona cuando entabla una relación de amistad proporciona apoyo de manera opcional, y viceversa. Estas relaciones están basadas en la reciprocidad, en el cariño y el afecto, sin embargo en las relaciones familiares parece que ese apoyo o afecto es más como una obligación. Es por ello que no resulta sorprendente, el hecho de que los resultados de numerosos estudios sugieran que *“el ajuste, autoestima y estado de ánimo de las personas de edad avanzada depende más de las calidades de las relaciones con los iguales y las relaciones de amistad que de las relaciones con la familia”*, tal y como afirman (Gottlieb, 1983; Lee y Ishii-Kuntz, 1987; Crohan y Antonucci, 1989).

Son las amistades para las personas mayores una de las fuentes de satisfacción más valiosas, y en ese sentido, tienden a tener un gran impacto en los sentimientos de bienestar de la persona mayor, a medida que la persona mayor dispone de una red de amistad que le proporcione un apoyo de calidad, tendrá consecuencias más beneficiosas en lo que se refiere a su bienestar individual. Existen estudios llevados a cabo por Crohan y Antonucci (1989) en los cuales este autor confirma esta relación positiva entre el apoyo recibido de las relaciones de amistad y el bienestar de la persona mayor. Así, *“la presencia de una persona de confianza en la red social no sólo se encuentra relacionada con una buena salud mental y una moral elevada, sino que también parece actuar como un mecanismo protector, reduciendo la ansiedad y la tensión que producen los sucesos vitales estresantes”*. El relacionarte con otros individuos y saber que perteneces a un mismo grupo social, en el cual compartes aficiones e ideas, es decir, compartes confidencias con otras personas a las que consideras amigos crea en uno mismo un sentimiento de mayor autoestima y valía personal en la tercera edad. Una buena relación de amistad protege de autoevaluaciones que son negativas, por lo tanto, hay que destacar que el mantenimiento de dichas relaciones hace sentir a la persona mayor competente, valiosa y útil.

Las relaciones de amistad repercuten en la moral de las personas positivamente, crean en la persona mayor unos sentimientos de mayor bienestar y todo indica que dichas relaciones provocan efectos más positivos que las relaciones que se mantiene con la propia familia. Así se ha observado que, contar con un número de amistades y el hecho de tener contactos y poder así compartir actividades con ellos, se relaciona con el sentimiento de una gran satisfacción vital y una elevada moral, haciendo además que la persona mayor no sienta a menudo esos momentos de soledad que pueden estar provocados por la pérdida del cónyuge, familiares o amigos.

La amistad lleva consigo la valoración mutua y permite compartir necesidades, intereses, además de confidencias. Hablamos de roles que sólo pueden ser satisfechos adecuadamente por los iguales. Asimismo, proporcionar apoyo a una amistad puede ser agradable y gratificante ya que permite a la persona sentir que puede contribuir al bienestar de los demás y que, en caso de necesidad, ese apoyo también se encontrará disponible para ella, será un apoyo recíproco entre iguales.

Lo anterior no significa que el apoyo y la disponibilidad de relaciones familiares no tengan ningún efecto en el bienestar de la persona mayor. Por ejemplo, estar casado se ha considerado como un factor fundamental en la configuración de las relaciones informales en la tercera edad. No sólo el matrimonio proporciona un conjunto de experiencias compartidas y un nivel de interdependencia que no tiene paralelo en ningún otro tipo de relación, sino, que, además, proporciona un conjunto potencial de vínculos con hijos y otros familiares (Kendig, 1986). Además, el estatus marital en la tercera edad se ha considerado como un factor protector para la salud, aunque con efectos más significativos para los hombres que para las mujeres (Jefferys y Thane, 1989). La familia proporciona el apoyo complementario a las relaciones basadas en la amistad (que satisfacen fundamentalmente necesidades de socialización, proporcionan información, consejos prácticos y responden rápidamente a situaciones de emergencia limitadas en el tiempo).

La familia fundamentalmente proporciona cuidados durante largos períodos de tiempo, apoyo económico, y proporciona aliento y apoyo emocional de forma continuada. Además la familia sostiene la vida comunitaria de la persona anciana, desempeñando así un rol fundamental en la prevención y el retraso de su institucionalización. De hecho, la disponibilidad de una red de apoyo familiar y capacidad para proporcionar los cuidados necesarios son las variables que discriminan más poderosamente (más que el grado de discapacidad) entre la población anciana institucionalizada y la que reside en la comunidad. A pesar de los cambios que han tenido lugar en la estructura familiar tradicional de las sociedades occidentales, los vínculos afectivos y la solidaridad familiar, valores asociados a la familia tradicional, no han disminuido.

Como refleja un estudio sobre el rol de la familia en el cuidado de las personas ancianas dependientes en los países miembros de la Unión Europea (Jani-Le Bris, 1993), la familia continúa constituyendo la piedra angular en el cuidado de la población anciana más dependiente.

Otro tipo de fuente que proporciona apoyo a las personas mayores es el grupo de los vecinos. Constituyen una fuente esencial de apoyo y ayuda para la persona mayor, sobre todo para aquellas que han vivido durante largos períodos de tiempo en el mismo vecindario. Además, dada su aproximación física, *“los vecinos pueden ser uno de los recursos más importantes en situaciones de emergencia”* (Hooyman, 1983; Biegel y otros, 1984; Penning, 1990).

Las personas mayores, al igual que cualquier otro grupo de edad, prefieren acudir a la red informal de apoyo (familia, amigos, vecinos) en búsqueda de ayuda antes que acudir a los servicios profesionales. De hecho, la presencia o ausencia de esa red es un predictor fundamental del nivel de autonomía y bienestar de una persona anciana (Hooyman, 1983; Bowling, 1994). Por otra parte, diversos estudios han señalado la influencia que la disponibilidad y satisfacción con la red de apoyo social tienen en la percepción de la propia salud (Craney, 1985; Wan, 1985; Krause, 1987; Heikkinen y otros, 1989) y en conductas de salud preventivas y estilos de vida saludables (Heikkinen, 1989; Dean y Holstein, 1991; Potts y otros, 1992). Además, la red social informal es un importante determinante del conocimiento y uso que la persona mayor hace de los servicios formales que existen a su disposición (Ward y otros, 1984; Chapleski, 1989). Finalmente, como indican los resultados de un estudio encargado por la Organización Mundial de la Salud (Heikkinen, 1989), una vida socialmente activa durante la tercera edad, en comparación con la de aquellas personas que mantienen escasos contactos sociales, se encuentra asociada a una mayor satisfacción con la propia vida, así como con una mayor capacidad funcional.

### **1.3. Objeto**

El objeto de estudio de esta investigación es el de conocer cómo viven y qué es lo que sienten las personas mayores del municipio de Villamuriel de Cerrato, se trata de averiguar o analizar cuál es el apoyo y redes más próximas con las que cuenta la persona mayor con el fin de dar a conocer dichos resultados y en el caso de que lo necesitaran crear estrategias de intervención para una mejora en su calidad de vida.

## Contexto del estudio

La población estudiada son las personas mayores del municipio de Villamuriel de Cerrato (Palencia). Conforman este municipio, además de esta localidad, el lugar de Calabazanos y su monasterio de Santa Clara, el despoblado medieval de Albueros, y las urbanizaciones de la ciudad jardín de la Virgen del Milagro, los Olmillos y Gómez Manrique más la factoría de Fasa-Renault. Se trata de un pueblo rural situado a 7km de la capital de provincia de Palencia, en el que destacan una serie de actividades principales como son la de la industria, agricultura, sector servicios y ganadería. Cuenta con una población en torno a 6.411 habitantes (actualizado a 01/01/2014).

La sociedad de Villamuriel de Cerrato presenta una evolución positiva, a lo largo que pasan los años la población aumenta. Lo que es cierto es que las construcciones de parcelas han aumentado por lo que más familias se deciden a quedarse. Podría decirse que es un pueblo joven, en el cual existe un alto grado de juventud pero en este caso, mi intención es reflejar que no podemos olvidarnos de nuestros mayores.

## **2. METODOLOGÍA**

### **2.1 Participantes**

Ofrecimos la posibilidad de participar en el estudio a 60 personas mayores de 65 años que acudieron al hogar del pensionista de Villamuriel de Cerrato.

### **2.2 Criterios de inclusión y exclusión**

Entre los criterios de inclusión del estudio consideramos: ser mayor de 65 años y acudir al hogar del pensionista.

Como criterio de exclusión utilizamos el padecer deterioro cognitivo que les impidiera rellenar los cuestionarios.

No se ha tenido en cuenta el sexo de las personas encuestadas.

### **2.3 Procedimiento del estudio**

Para captar a los participantes de este estudio en primer lugar se contacto con el Presidente del Hogar del pensionista. Mantuvimos una reunión en la que se explicaron los objetivos y finalidad del estudio. Garantizando la confidencialidad de los datos obtenidos.

A continuación se procedió a pasar los dos instrumentos a aquellos participantes que mostraron su interés.

Tras la recogida de datos, procedimos a su análisis estadístico con el programa SPSS (programa informático cuya función es la de obtener estadísticas y resultados de los cuestionarios que se pasaron).

#### **2.4 Variables estudiadas:**

Entre las variables estudiadas son:

- Los recursos sociales a través de la Escala OARS.
- El apoyo social percibido de la escala multidimensional de apoyo social percibido (MSPSS)

#### **2.5 Instrumentos de medida**

Los instrumentos de medida utilizados en nuestra investigación fueron dos:

La **Escala de Recursos Sociales (OARS) Duke University Center (1978)**, sirve como de instrumento para medir el tipo de relaciones que mantiene la persona mayor y valora con qué frecuencia la persona mantiene contacto o realiza diversas actividades ya sea con familiares o amigos. Se trata de un cuestionario sencillo de rellenar, en el que se formula una pregunta y aparecen diferentes alternativas de respuesta.

Apellidos _____		Nombre _____	
Entrevistador/a _____		Fecha _____	
Me gustaria que respondiese algunas preguntas acerca de su familia y amigos:			
<b>¿Cual es su estado civil?</b>			
1. Soltero	<input type="checkbox"/>		
2. Casado	<input type="checkbox"/>		
3. Viudo	<input type="checkbox"/>		
4. Separado	<input type="checkbox"/>		
No responde	<input type="checkbox"/>		
<b>¿Vive su cónyuge en la residencia?</b>			
1. Si	<input type="checkbox"/>		
2. No	<input type="checkbox"/>		
No responde	<input type="checkbox"/>		
<b>Durante el último año, ¿con qué frecuencia salió de la residencia para visitar a la familia o amigos en fines de semana o vacaciones, de compras o de excursión?</b>			
1. Una vez a la semana o mas	<input type="checkbox"/>		
2. Una a tres veces al mes	<input type="checkbox"/>		
3. Menos de una vez al mes o solo en vacaciones	<input type="checkbox"/>		
0. Nunca	<input type="checkbox"/>		
No responde	<input type="checkbox"/>		
<b>¿Con cuántas personas tiene la suficiente confianza para visitarlos en su casa?</b>			
3. Cinco o mas	<input type="checkbox"/>		
2. Tres o cuatro	<input type="checkbox"/>		
1. Una o dos	<input type="checkbox"/>		
0. Ninguna	<input type="checkbox"/>		
No responde	<input type="checkbox"/>		
<b>¿Cuántas veces habló (amigos, familiares u otros) por teléfono durante la última semana? (Si la persona no tiene teléfono la pregunta también es válida.</b>			
3. Una vez al día o mas	<input type="checkbox"/>		
2. Dos veces	<input type="checkbox"/>		
1. Una vez	<input type="checkbox"/>		
0. Ninguna	<input type="checkbox"/>		
No responde	<input type="checkbox"/>		

<p><b>¿Cuántas veces durante la semana pasada le visitó alguien que no vive con usted, fue usted de visita o realizó alguna actividad con otra persona?</b></p> <p>3. Una vez al día o más <input type="checkbox"/></p> <p>2. De dos a seis veces <input type="checkbox"/></p> <p>1. Una vez <input type="checkbox"/></p> <p>0. Ninguna <input type="checkbox"/></p> <p>No responde <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Hay alguna persona en la que tenga confianza?</b></p> <p>2. Sí <input type="checkbox"/></p> <p>0. No <input type="checkbox"/></p> <p>NS/NC <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Con qué frecuencia se siente solo?</b></p> <p>0. Bastante a menudo <input type="checkbox"/></p> <p>1. Algunas veces <input type="checkbox"/></p> <p>2. Casi nunca <input type="checkbox"/></p> <p>3. NS/NC <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Ve a sus familiares y amigos tan a menudo como quisiera o está algunas veces triste por lo poco que vienen a verle?</b></p> <p>1. Tan a menudo como deseo <input type="checkbox"/></p> <p>2. Algunas veces me siento triste por lo poco que vienen <input type="checkbox"/></p> <p>No responde <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Hay alguien que le ayudaría en cualquier cosa si se pusiera enfermo o quedara incapacitado (por ejemplo, marido/mujer, otro familiar, amigo)? (Ancianos en residencias: la persona debe ser ajena al centro)</b></p> <p>1. Sí <input type="checkbox"/></p> <p>0. Nadie dispuesto y capaz de ayudarme <input type="checkbox"/></p> <p>No responde <input type="checkbox"/></p> <p>Si es «Sí», preguntar a y b.</p> <p>a) <i>¿Hay alguien (ancianos en residencias: ajeno a la residencia) que cuidara de usted tanto tiempo como lo necesitase o solo por un corto espacio de tiempo u ocasionalmente (por ejemplo, acompañarle al médico)?</i></p> <p>1. Alguien que cuidara de mí indefinidamente.</p> <p>2. Alguien que me cuidara durante un breve espacio de tiempo.</p> <p>3. Alguien que me ayudara de vez en cuando.</p> <p>No responde.</p> <p>b) <i>¿Quién es esa persona?</i></p> <p>Nombre _____</p> <p>Relación _____</p>

**Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)** de que valida y adapta al castellano Multidimensional Scale of Perceived Social Support de Zimet et al. (1988).

Se trata de un instrumento dirigido a la evaluación subjetiva del apoyo social, tratándose de una importante alternativa frente a las escalas que prestan su atención en medidas del apoyo social más objetivas o cuantitativas (Dona Id y Ware, 1994). Muchos autores afirman que la medida de apoyo social percibido es un mejor predictor del estado psicológico de la persona que la medida objetiva de apoyo social (Zimet et al., 1988). Es un informe fácil de manejar y breve a la hora de aplicarlo. El MSPSS se trata de un instrumento que se utiliza en diversos estudios con diversas poblaciones. El informe está compuesto por doce ítems.

Es una escala de tipo Likert desde “1 (totalmente en desacuerdo)” hasta “7 (totalmente de acuerdo), de fácil manejo dándonos información sobre tres fuentes diferentes de apoyo social percibido, hablamos del apoyo social percibido proporcionado por la familia; apoyo social percibido proporcionado por los amigos; y apoyo social percibido proporcionado por otras personas significativas, entre las que destaca la pareja sentimental del encuestado/a.

Una vez realizada la encuesta se suman los valores, siendo las puntuaciones más altas las que nos indiquen una mayor percepción de apoyo social.

### ESCALA DE APOYO SOCIAL PERCIBIDO

Lee cada una de las siguientes frases cuidadosamente. Indica tu acuerdo con cada una de ellas empleando esta escala:

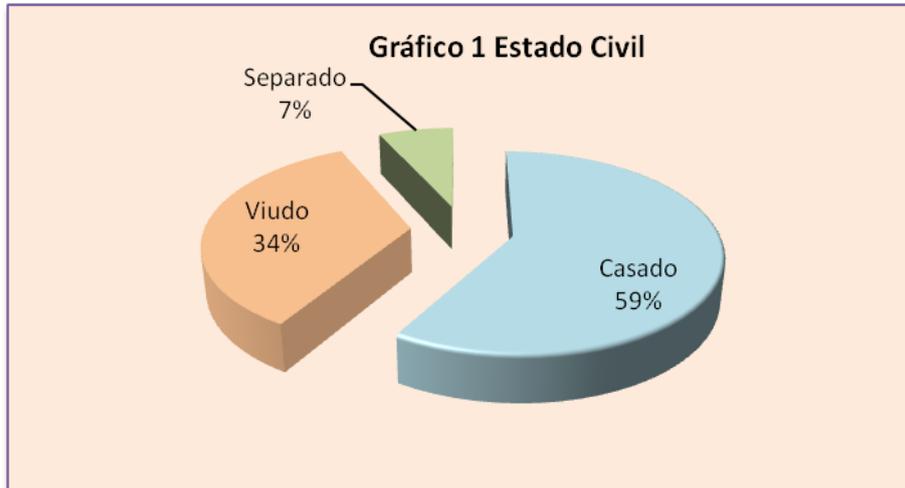
1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en Desacuerdo	Bastante en Desacuerdo	Más Bien en Desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Más Bien de Acuerdo	Bastante de Acuerdo	Totalmente de Acuerdo

1. Hay una persona que está cerca cuando estoy en un situación difícil 1 2 3 4 5 6 7
2. Existe una persona especial con la cual yo puedo compartir penas y alegrías 1 2 3 4 5 6 7
3. Mi familia realmente intenta ayudarme 1 2 3 4 5 6 7
4. Obtengo de mi familia la ayuda y el apoyo emocional que necesito 1 2 3 4 5 6 7
5. Existe una persona que realmente es una fuente de bienestar para mí 1 2 3 4 5 6 7
6. Mis amigos realmente tratan de ayudarme 1 2 3 4 5 6 7
7. Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal 1 2 3 4 5 6 7
8. Yo puedo hablar de mis problemas con mi familia 1 2 3 4 5 6 7
9. Tengo amigos con los que puedo compartir las penas y alegrías 1 2 3 4 5 6 7
10. Existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos 1 2 3 4 5 6 7
11. Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones 1 2 3 4 5 6 7
12. Puedo hablar de mis problemas con mis amigos 1 2 3 4 5 6

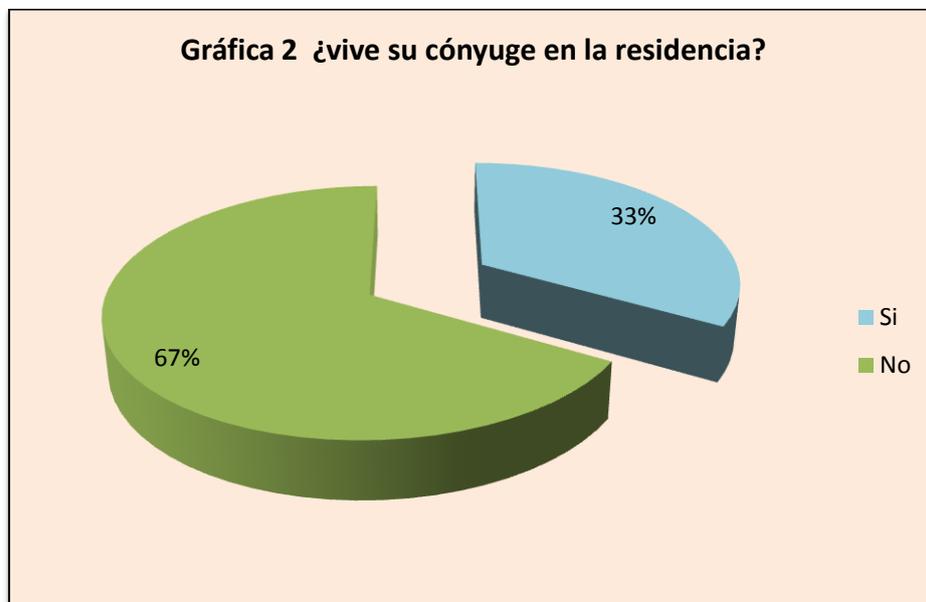
Adaptación al castellano: Landeta, O. & Calvete, E. (2002). Adaptación y Validación de la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido. *Revista de Ansiedad y Estrés*, 8(2-3), 173-182.

### 3. RESULTADOS

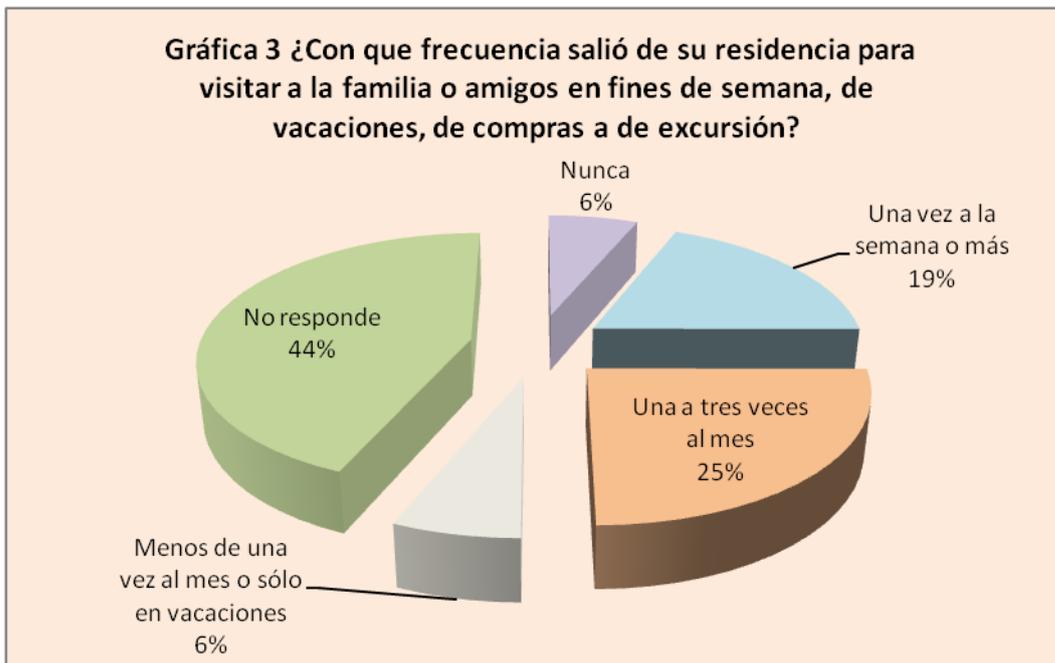
El gráfico 1 muestra la distribución de participantes en nuestro estudio por estado civil.



La mayoría de los participantes están casados 58,6%, mientras que el 34,5% son viudos y un 6,9% están separados.



La mayoría de los participantes viven solos 66,7%, mientras que el 33,3% residen con su cónyuge en su residencia.



A la pregunta “durante el último año, ¿con qué frecuencia salió de su residencia para visitar a la familia o amigos en fines de semana o vacaciones, de compras o de excursión? Aquí llama la atención que el 43,8% de los encuestados no responde a dicha pregunta. Centrándonos en esas personas que si lo hacen, destaca el 25% de personas que salió de la residencia desde una a tres veces al mes. Una vez a la semana o más salió un 18,8% de los encuestados, y un 6,3% que no han salido nunca en este último año.

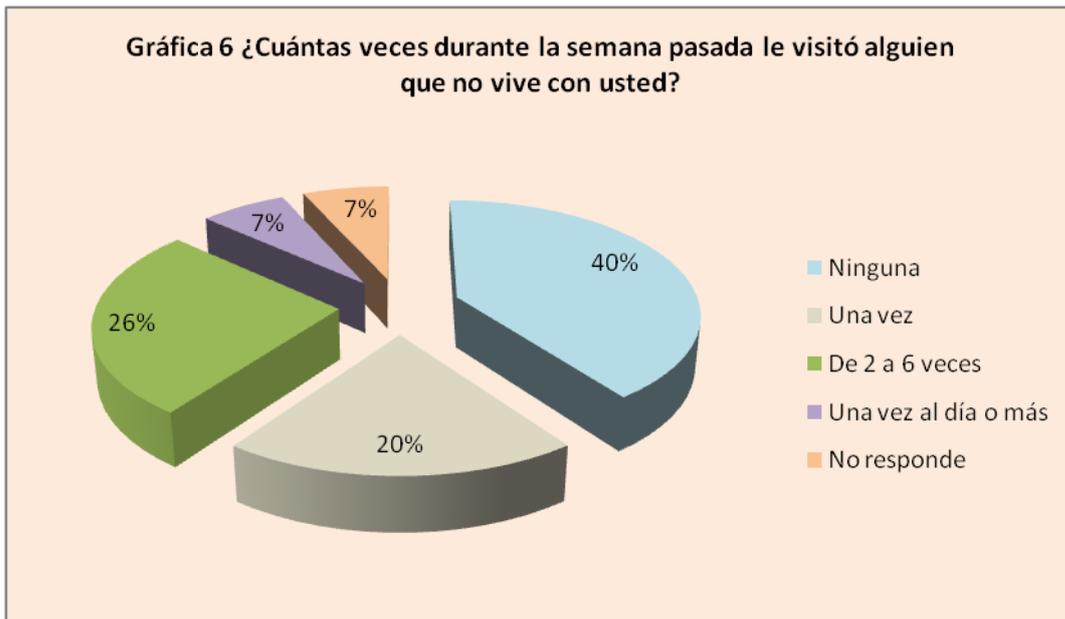


A la pregunta “¿con cuántas personas tiene la suficiente confianza para visitarlos en su casa?”, se puede observar con los resultados obtenidos que en la mayoría de los casos, los encuestados tienen una confianza suficiente como para visitarlos en sus casas, hablamos de un 46,7%. El siguiente porcentaje más alto sería el de un 20% en el que se

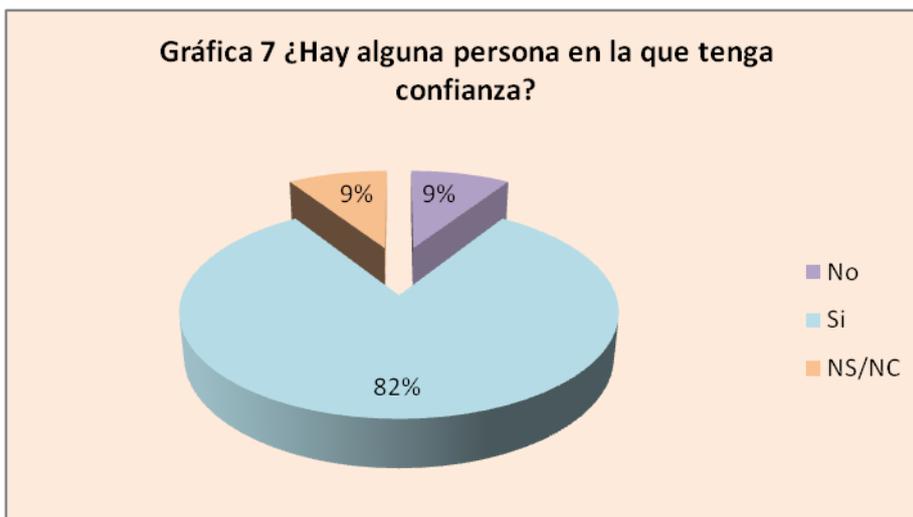
afirma que cuentan con una o dos personas de confianza para visitarlos en sus casas. Por lo general, lo que se destaca de estos resultados es que si se cuenta con personas de confianza.



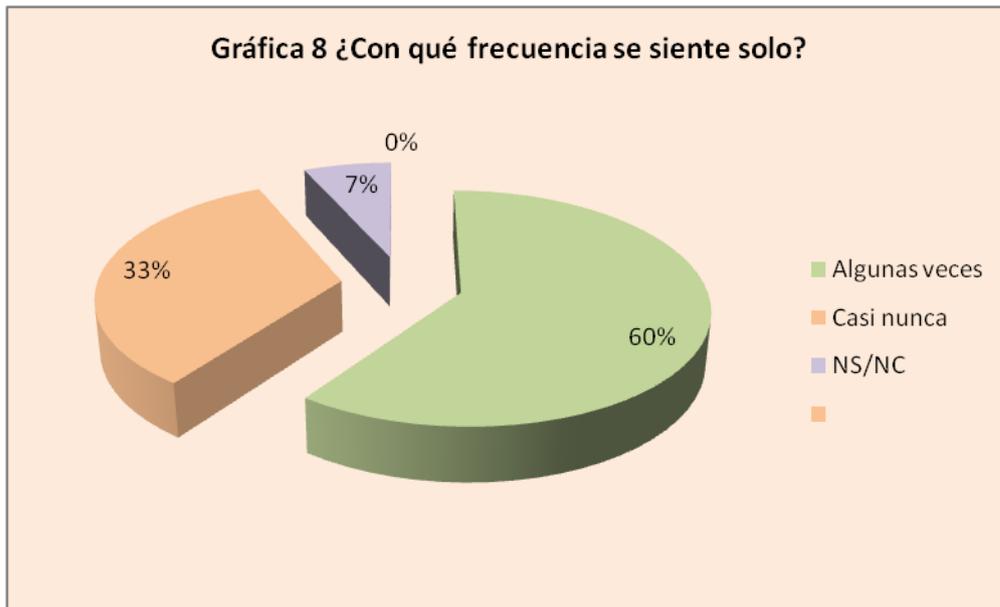
Aquí se hace referencia a cuántas veces habló la persona entrevistada por teléfono durante la última semana, ya sea con familiares, amigos u otros. El 58,3% afirman que hablaron por teléfono durante la última semana con amigos o familiares una vez al día o más. Con un porcentaje menor el 16,7% mantuvieron una conversación telefónica hasta dos veces al día. Y con el menos de los porcentajes un 4,2% hablaron por teléfono sólo una.



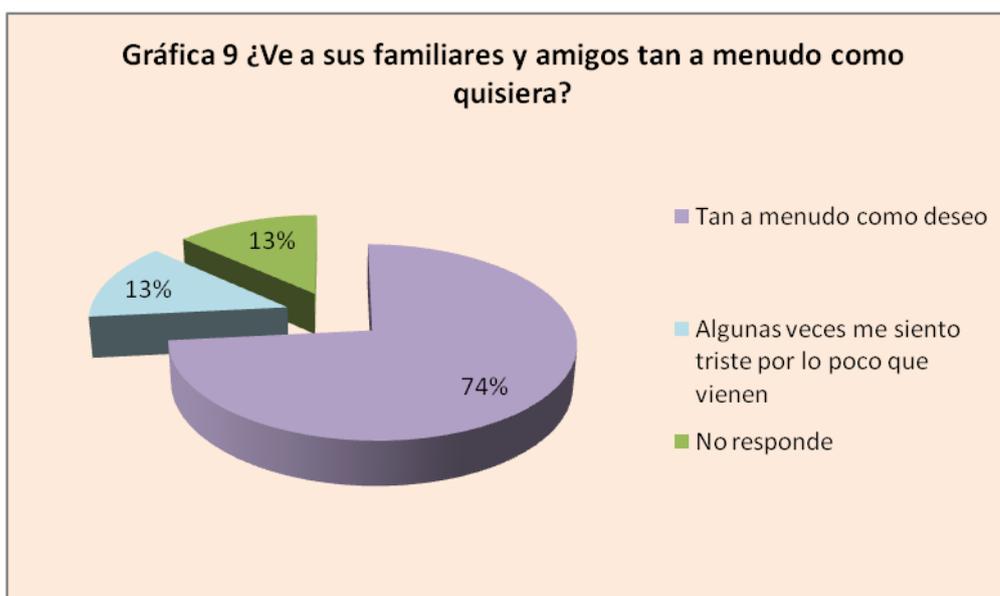
A la pregunta “¿cuántas veces durante la semana pasada le visitó alguien que no vive con usted, fue usted de visita o realizó alguna actividad con otra persona?”, el dato que aquí sobresale es que un 40% de las personas encuestadas no tuvo ninguna visita la semana antes de pasar la encuesta. Aunque también cabe mencionar que un 26 % tuvo visita o él mismo realizó alguna actividad con otra persona de dos a seis veces durante la semana, por lo tanto, no es un dato muy negativo. Y un 20% realizó una actividad o tuvo una visita al menos una vez en esa semana.



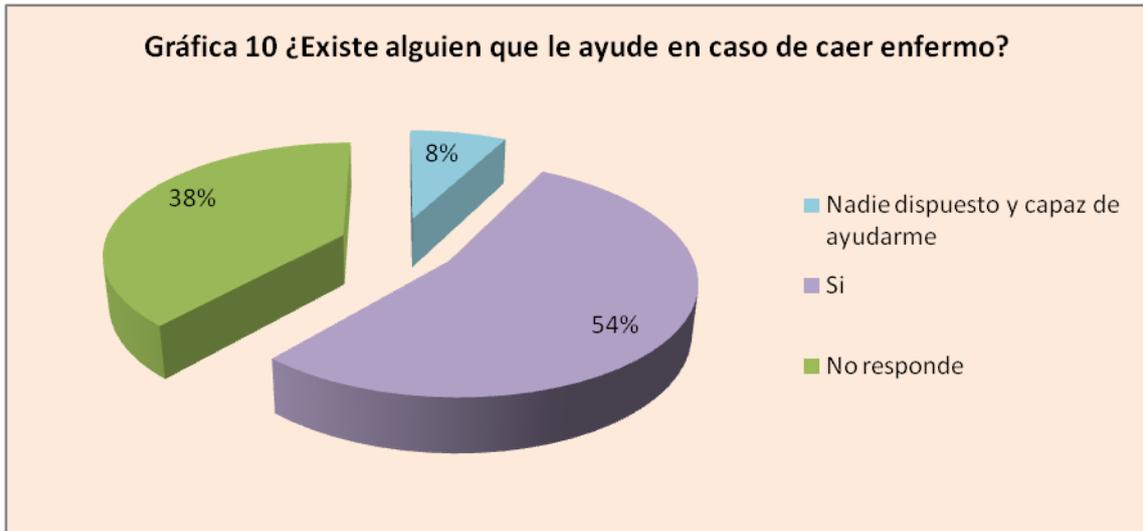
Según los resultados presentes el 81% de las personas a las que se les ha pasado el cuestionario afirma que existe en su vida alguna persona en la que deposite su confianza. Frente al 9,1% que responden con una negativa.



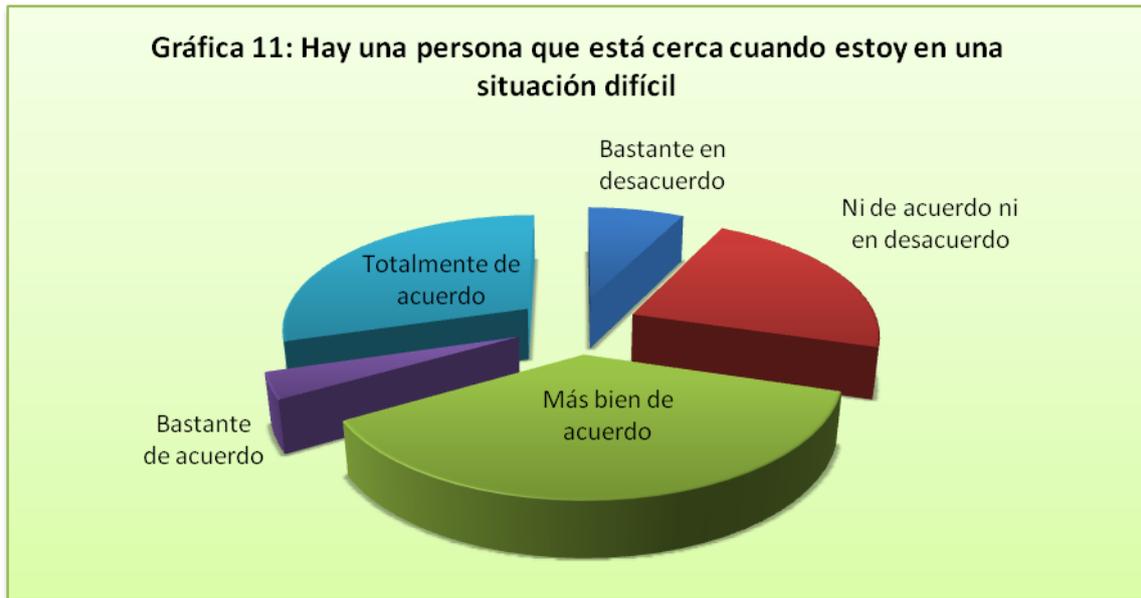
Estos resultados indican con qué frecuencia las personas encuestadas se sienten solas, y es que, el 60% indican que algunas veces tienen este sentimiento de soledad, mientras que en el 33,3% de los casos reflejan que casi nunca se sienten solas.



A la pregunta de “¿ve a sus familiares y amigos tan a menudo como quisiera o está algunas veces triste por lo poco que vienen a verle? En general, están satisfechos ya que el 73,3% afirman que ven a sus familiares tan a menudo como desean. En el caso contrario es un 13,3% el que indica que a veces se sienten solos por las pocas visitas que recibe.



En esta pregunta se hace referencia si existe alguien que le ayudara al propio encuestado en el caso de ponerse enfermo, o quedar incapacitado. Es con el 53,8% con el que se confirma que si, mientras que en el 7,7% de los casos no se produciría este hecho.



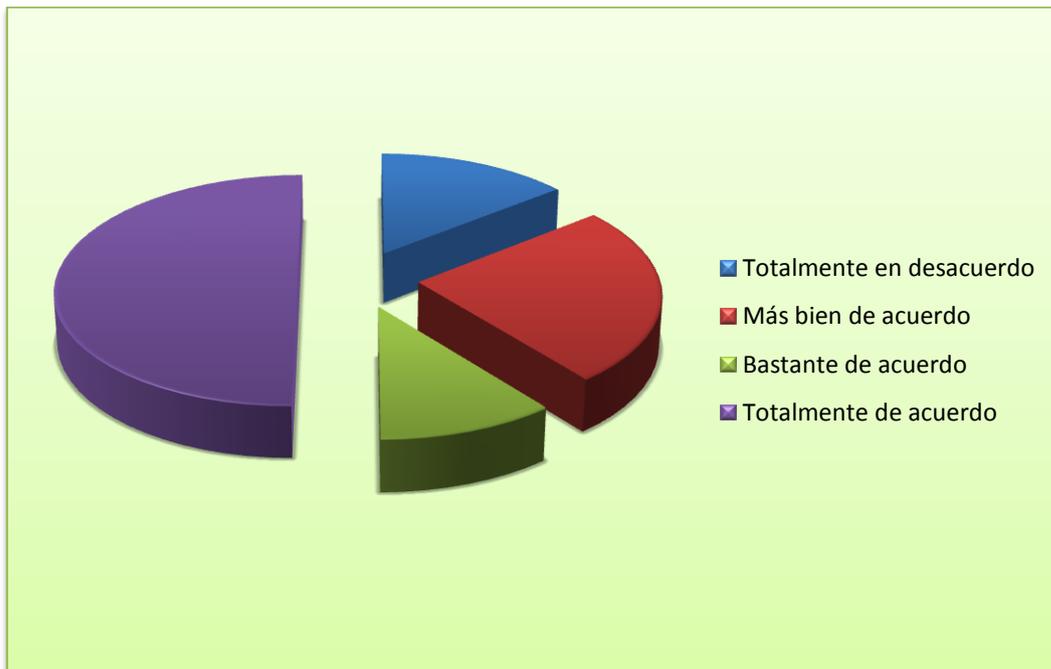
A la pregunta de si “hay una persona que está cerca cuando estoy en una situación difícil”, podemos destacar que por lo general que el 34,5% de los participantes contestaron que están “más bien de acuerdo”, es decir, este porcentaje de encuestados tienen a una persona cerca en caso de encontrarse ante una situación difícil para ellos. El 27,6% de los encuestados, muy cerca al dato anterior, están totalmente de acuerdo. Y hay un punto intermedio con un 20,7% en el que no están ni de acuerdo ni en desacuerdo del todo.

El porcentaje de las personas que están bastante en desacuerdo con la pregunta, es decir, no tienen del todo a una persona cerca en caso de necesitar algo es bajo, hablamos de un 6,9%.

A continuación mostramos los resultados del apoyo social percibido:

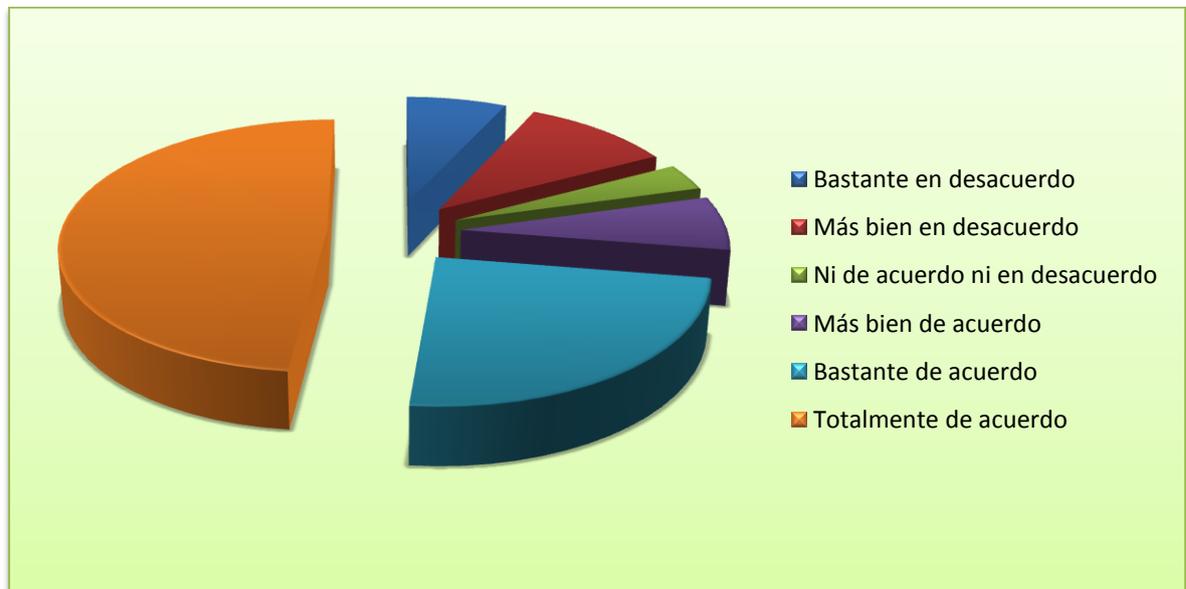
<b>APsocialp2. Existe una persona especial con la cual yo puedo compartir penas y alegrías</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	4	13,3	14,3	14,3
	Más bien de acuerdo	7	23,3	25,0	39,3
	Bastante de acuerdo	3	10,0	10,7	50,0
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	50,0	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

A la pregunta “si existe una persona especial con la cual yo puedo compartir penas y alegrías”, los resultados reflejan que con un 50% de personas que han respondido afirmativamente, contrasta con un 14,3% de personas que refieren que no tienen esa persona especial.



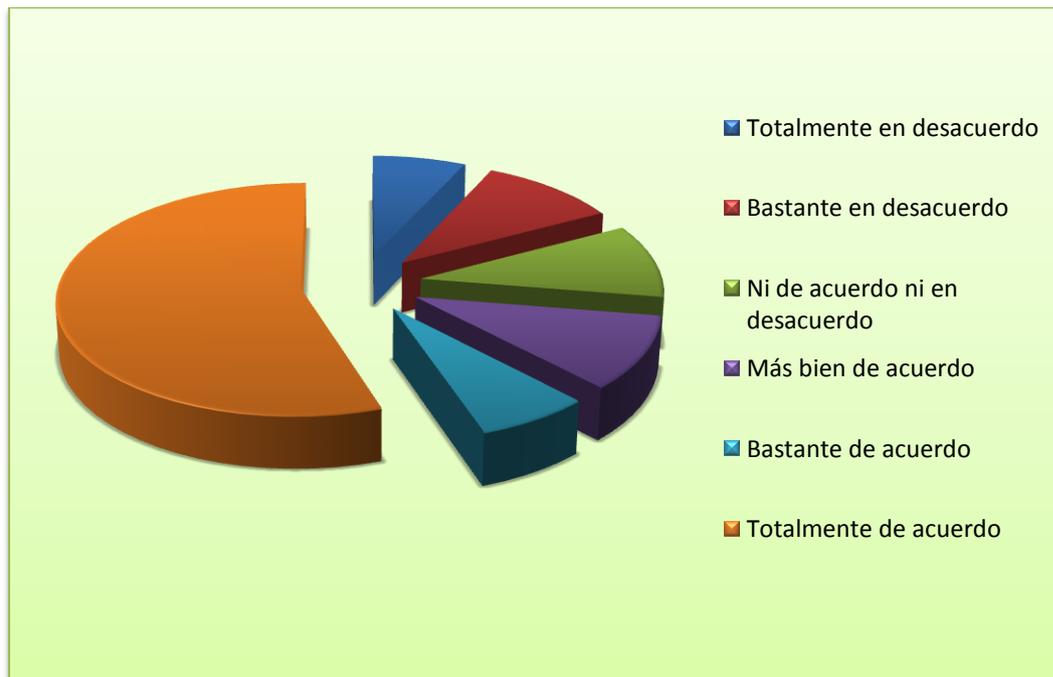
APsocialp3. Mi familia realmente intenta ayudarme					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Bastante en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
	Más bien en desacuerdo	3	10,0	10,3	17,2
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	3,3	3,4	20,7
	Más bien de acuerdo	2	6,7	6,9	27,6
	Bastante de acuerdo	7	23,3	24,1	51,7
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	48,3	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

A la pregunta de “mi familia realmente intenta ayudarme”, lo que destaco en esta pregunta es que el 48,3% de los encuestados están totalmente de acuerdo. Por lo general, no existen unas respuestas negativas ante esta pregunta.



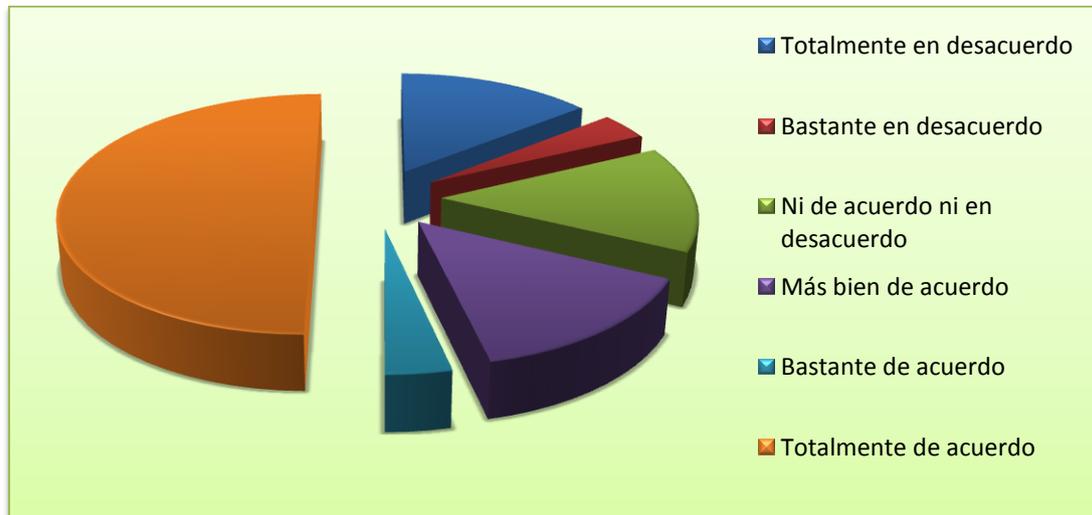
APsocialp4. Obtengo de mi familia la ayuda y el apoyo que necesito					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
	Bastante en desacuerdo	3	10,0	10,3	17,2
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10,0	10,3	27,6
	Más bien de acuerdo	3	10,0	10,3	37,9
	Bastante de acuerdo	2	6,7	6,9	44,8
	Totalmente de acuerdo	16	53,3	55,2	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

Ante la pregunta de “obtengo de mi familia la ayuda y el apoyo emocional que necesito”, se puede destacar como el 55,2% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo, es decir, se sienten satisfechos en cuanto a ayuda y apoyo emocional satisfechos por su familia. Por el contrario es un porcentaje bajo el que piensa que no, que no obtienen ni ayuda ni apoyo emocional, un 6,9%.



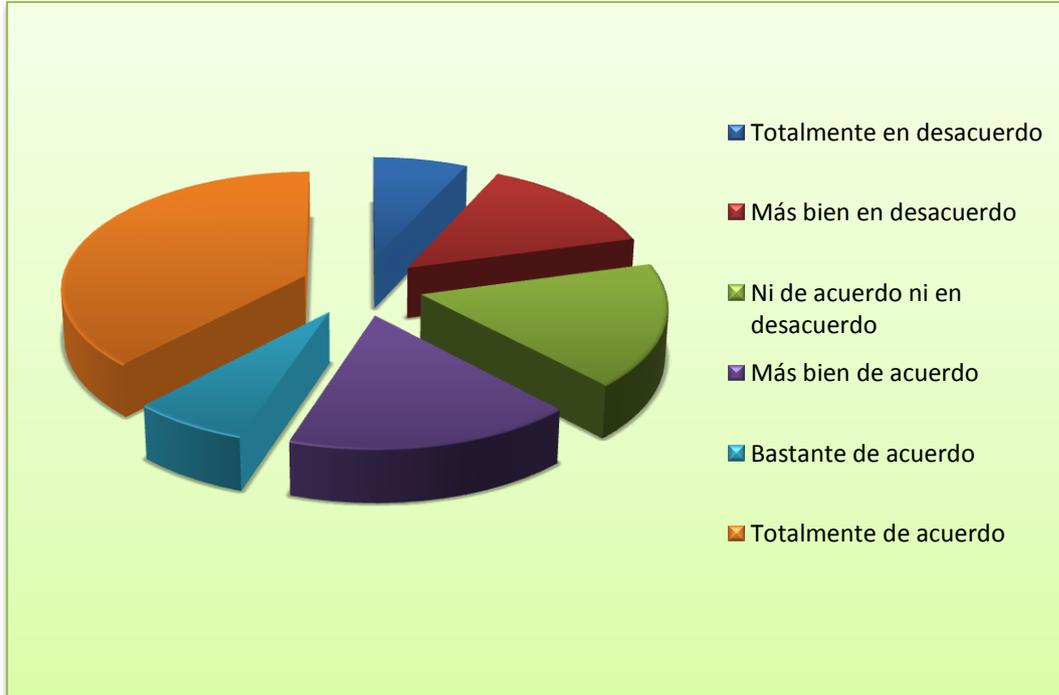
APsocialp5. Existe una persona que realmente es una fuente de bienestar					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	4	13,3	14,3	14,3
	Bastante en desacuerdo	1	3,3	3,6	17,9
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	13,3	14,3	32,1
	Más bien de acuerdo	4	13,3	14,3	46,4
	Bastante de acuerdo	1	3,3	3,6	50,0
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	50,0	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

A la pregunta “existe una persona que realmente es una fuente de bienestar para mí”, un 50% de personas que están totalmente de acuerdo frente a los demás resultados confirman que tienen una persona que la crea bienestar en su vida cotidiana.



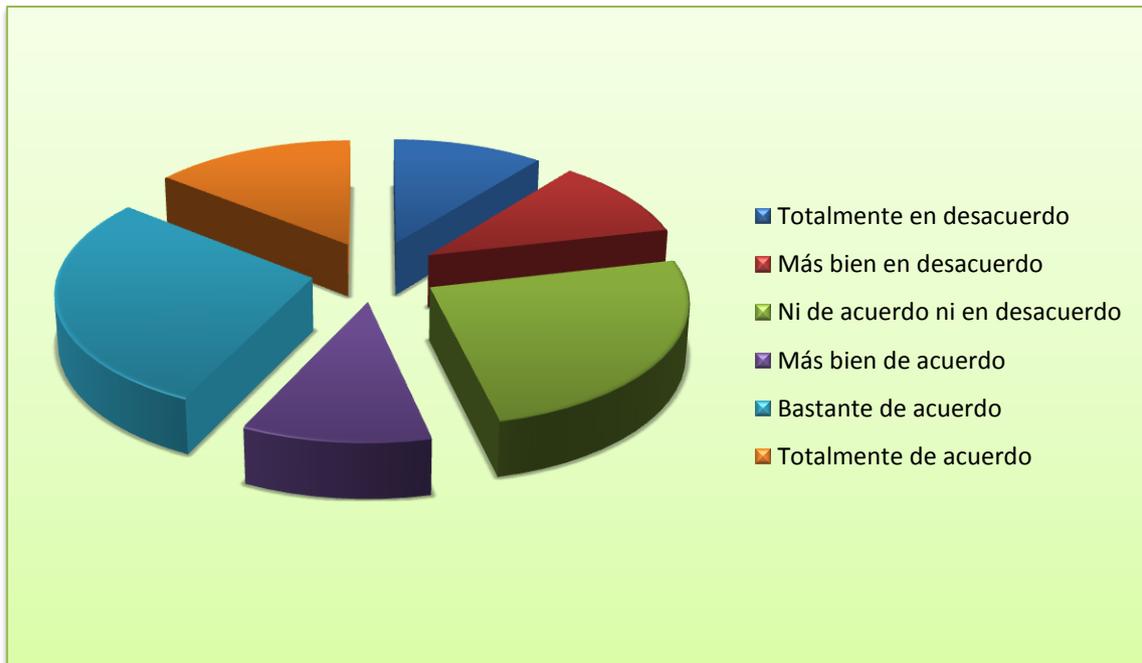
APsocialp6. Mis amigos realmente tratan de ayudarme					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
	Más bien en desacuerdo	4	13,3	13,8	20,7
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	16,7	17,2	37,9
	Más bien de acuerdo	5	16,7	17,2	55,2
	Bastante de acuerdo	2	6,7	6,9	62,1
	Totalmente de acuerdo	11	36,7	37,9	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

A la pregunta “mis amigos realmente tratan de ayudarme” las respuestas están un poco más repartidas pero en general, con el 37,9% los encuestados están totalmente de acuerdo. Destaco además un 17,2% en el que están más bien de acuerdo, frente a un 6,9% que no están de acuerdo.



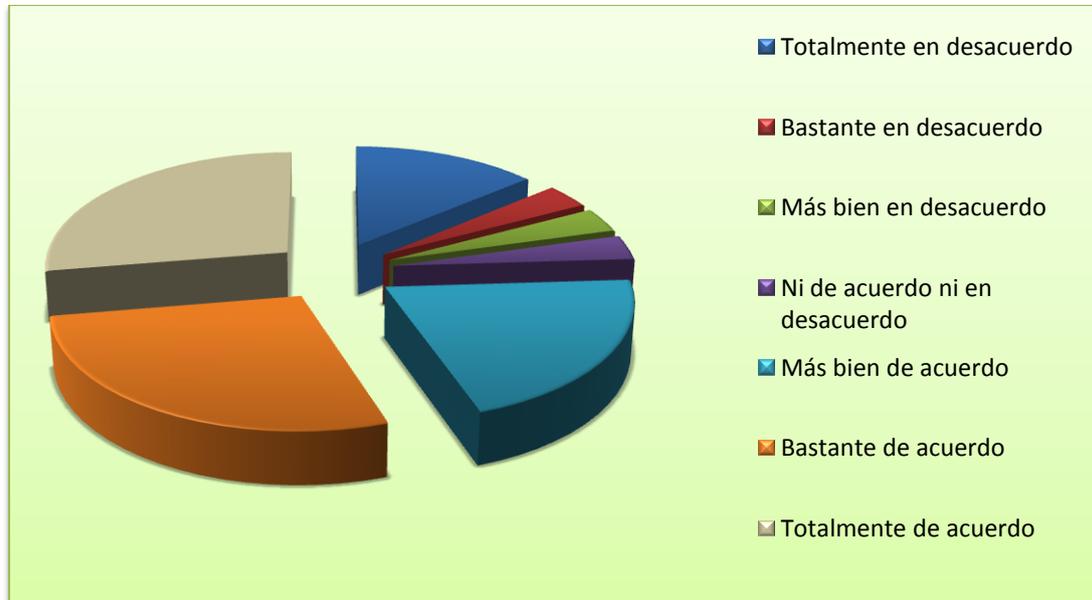
APsocialp7. Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	3	10,0	10,7	10,7
	Más bien en desacuerdo	3	10,0	10,7	21,4
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	7	23,3	25,0	46,4
	Más bien de acuerdo	3	10,0	10,7	57,1
	Bastante de acuerdo	8	26,7	28,6	85,7
	Totalmente de acuerdo	4	13,3	14,3	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

“Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal”, ésta es la pregunta que se formula en el cuestionario en séptimo puesto. Por lo general no existe una idea globalizada, un 28,6% opina que están bastante de acuerdo, pueden contar con sus amigos cuando las cosas van mal. Frente a un 10,7% que opina todo lo contrario. Y un 25% de personas se mantienen al margen, no están ni de acuerdo ni en desacuerdo.



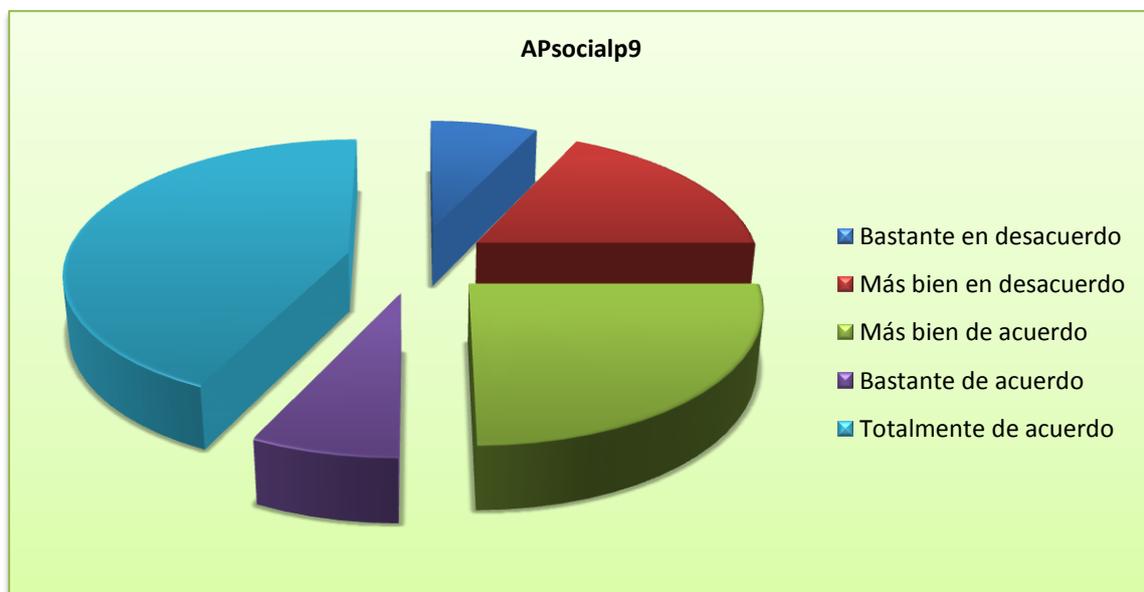
APsocialp8. Puedo hablar de mis problemas con mi familia					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	4	13,3	13,8	13,8
	Bastante en desacuerdo	1	3,3	3,4	17,2
	Más bien en desacuerdo	1	3,3	3,4	20,7
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	3,3	3,4	24,1
	Más bien de acuerdo	6	20,0	20,7	44,8
	Bastante de acuerdo	8	26,7	27,6	72,4
	Totalmente de acuerdo	8	26,7	27,6	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

En la pregunta número 8 se hace referencia a “Yo puedo hablar de mis problemas con mi familia”. Por lo general existe un amplio porcentaje de personas encuestadas que lo afirman, siendo los valores positivos en la mayoría de los casos.



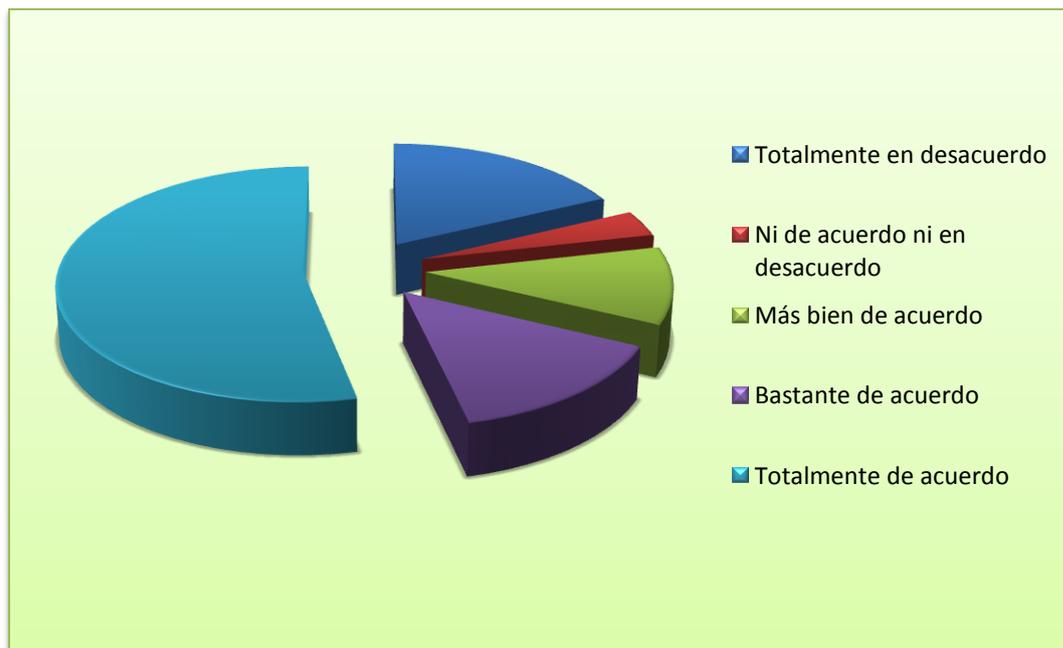
<b>APsocialp9. Tengo amigos con los que puedo compartir penas alegrías</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Bastante en desacuerdo	2	6,7	7,1	7,1
	Más bien en desacuerdo	5	16,7	17,9	25,0
	Más bien de acuerdo	7	23,3	25,0	50,0
	Bastante de acuerdo	2	6,7	7,1	57,1
	Totalmente de acuerdo	12	40,0	42,9	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

A la pregunta “tengo amigos con los que puedo compartir las penas y alegrías”, un 42,9% de los encuestados afirman que sí, que comparten las penas y alegrías con otros individuos semejantes a ellos, sus amigos. Un 25% expresan que están más bien de acuerdo, mientras que los porcentajes más bajos son de aquellos que niegan el hecho de disponer de amigos con los que compartir penas y alegrías, siendo un 17,9% los que están más bien en desacuerdo y un 7,1% que refieren que están totalmente en desacuerdo.



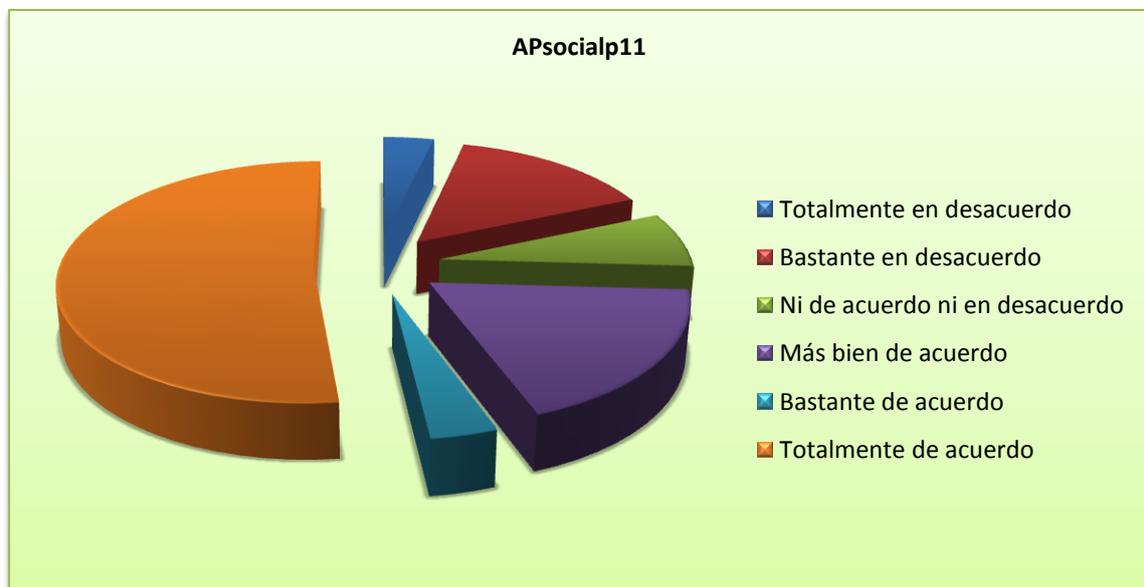
<b>APsocialp10. Existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	5	16,7	17,9	17,9
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	3,3	3,6	21,4
	Más bien de acuerdo	3	10,0	10,7	32,1
	Bastante de acuerdo	4	13,3	14,3	46,4
	Totalmente de acuerdo	15	50,0	53,6	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

A la pregunta “existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos”, un 53,6% afirma y está totalmente de acuerdo, frente a un 17,9% que está totalmente en desacuerdo. En general, existe una persona que se preocupa por los sentimientos de los encuestados.



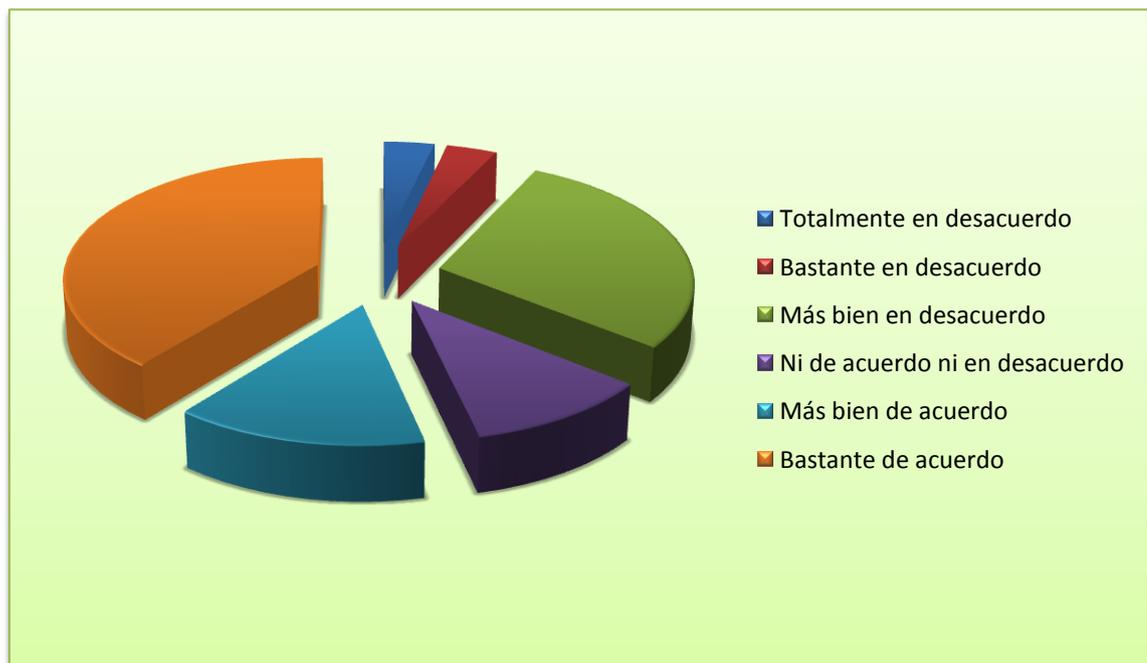
APsocialp11. Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	1	3,3	3,7	3,7
	Bastante en desacuerdo	4	13,3	14,8	18,5
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	6,7	7,4	25,9
	Más bien de acuerdo	5	16,7	18,5	44,4
	Bastante de acuerdo	1	3,3	3,7	48,1
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	51,9	100,0
	Total	27	90,0	100,0	
Perdidos	Sistema	3	10,0		
Total		30	100,0		

“Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones”, ante esta pregunta destaco datos positivos al respecto, ya que un 46,7% de los encuestados están totalmente de acuerdo, afirmando que su familia siempre que necesitan de su ayuda se muestra dispuesta.



APsocialp12. Puedo hablar de mis problemas con mis amigos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	1	3,3	3,6	3,6
	Bastante en desacuerdo	1	3,3	3,6	7,1
	Más bien en desacuerdo	8	26,7	28,6	35,7
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10,0	10,7	46,4
	Más bien de acuerdo	4	13,3	14,3	60,7
	Bastante de acuerdo	11	36,7	39,3	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

A la pregunta “puedo hablar de mis problemas con mis amigos”, el porcentaje más alto, siendo un 39,3% opinan que están bastante de acuerdo al respecto o más bien de acuerdo con un 28,6%. Sin embargo, con un porcentaje muy bajo 3,6% están totalmente en desacuerdo con dicha afirmación.



A continuación en la tabla 13 mostramos las puntuaciones obtenidas en las subescalas de apoyo social proporcionado por la familia, amigos y otros

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Apoyo Social proporcionado por la familia	29	6,00	28,00	21,3448	7,32060
Apoyo Social proporcionados por los amigos	29	6,00	28,00	19,8276	6,80897
Apoyo Social proporcionado por otros	29	4,00	28,00	20,5517	7,62789

Una vez obtenidos los datos descriptivos, procedimos a analizar las posibles relaciones entre diferentes variables.

En primer lugar, relacionamos la pregunta 1 del OARS relativa al estado civil de los participantes, diferenciando entre casados y no casados con las puntuaciones obtenidas en las subescalas familia, amigos y otros no encontramos diferencias significativas.

Cuando relacionamos la pregunta 4 del OARS relativa al tamaño de la red con la media de las puntuaciones obtenidas en las subescalas familia, amigos y otros comprobamos que cuanto mayor era el tamaño de la red social mayor el apoyo proporcionado por la familia ( $p=0,0001$ ), los amigos ( $p=0,0001$ ) y otros ( $p=0,001$ )

#### **4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

Una vez realizado el presente estudio, los resultados obtenidos son favorables. Indican un alto nivel de apoyo social proporcionado a las personas mayores de 65 años por parte de sus redes más próximas.

De acuerdo con otros estudios, se puede observar como el apoyo familiar es la forma de apoyo fundamental de las personas mayores (Help Age International, 2002). Es por parte de la familia más próxima en general por la que mayor apoyo percibe el anciano, debido principalmente a los patrones socioculturales que están presentes en nuestra sociedad. También la contemplan otros estudios que reflejan el papel predominante que desempeña la familia como principal fuente de apoyo social en

personas mayores, siendo las hijas las principales cuidadoras (Bazo y Domínguez, 1996; IMSERSO, 1995). Otros estudios también han destacado que son los hijos los principales proveedores de apoyo, y también receptores tanto del apoyo emocional (confianza, compañía, etc.) como instrumental (financiero, ayuda en las tareas del hogar, etc.) (Sussman, 1976).

Otros autores (Cava y Musitu, 2000) también concluyen que el bienestar psicosocial se logra principalmente a través del incremento de los recursos personales y sociales, junto a datos (IMSERSO, 1995) muestran que el mayor porcentaje de apoyo recibido proviene del familiar (cónyuge e hijo 63,8%), y de parientes, amistades y vecinos el 8,1%. El presente estudio confirma que los no familiares ocupan el segundo lugar como proveedores de apoyo social, algo también informado por Barros (1994).

Otros estudios han confirmado los efectos beneficiosos del apoyo durante la vejez, ya que ayudan a hacer frente las diversas situaciones estresantes y actúan como protector ante los problemas físicos y psicológicos (Salgado et al., 2005), de manera que los resultados concuerdan con otros estudios sobre el apoyo social considerado como un reductor de experiencias vitales estresantes, mejora del bienestar, reducción de la severidad de enfermedades y recuperación de los trastornos de salud cuando acontecen (Seeman, 1996; Thoits, 1995). Es una evidencia que en nuestro estudio los participantes muestran un nivel de apoyo social percibido alto, y de alguna manera puede influir en su estado emocional.

El apoyo social se relaciona con el bienestar emocional. La posibilidad de disponer de otras personas con las que comunicarse y a las que manifestar cariño y empatía, además de poseer un adecuado estado emocional, ayuda a afrontar con una actitud positiva los problemas que se le presentan a la persona mayor. Por lo tanto, a mayor apoyo percibido, menos problemas emocionales padece el anciano.

En la comparación que establecen Herrero y Gracia (2005) en su estudio, analizaron las variables de ajuste biopsicosocial en dos grupos de ancianos (70-85 años) tanto en contexto residencial como comunitario. Los resultados confirmaron el importante papel que juegan las redes sociales, el estado emocional y la salud percibida en la vida de la persona mayor. Los que residían en su contexto comunitario disfrutaban de un mejor ajuste psicosocial reflejado en un mayor apoyo social percibido y una mejor autoestima, mientras que los residentes tenían peores estados de salud física y anímica, con bajos niveles de autoestima, y sus amistades representaban su principal fuente de apoyo. Centrándonos en el presente estudio cabe mencionar que los participantes cuentan con un apoyo social percibido alto, debido a que éstos residen en sus casas, estos datos coinciden con el presente estudio realizado por Herrero y Gracia (2005).

En Santiago de Chile se ha llevado a cabo un estudio sobre personas mayores de 65 años que viven en su propio hogar, lúcidos, a través de una serie de entrevistas llevadas a cabo en profundidad y grupos de discusión, se ha encontrado que el hecho de pertenecer a una organización de adultos mayores contribuye al intercambio de información para cuidarse mejor, proporcionan compañía y afectos y contribuyen al mejoramiento de las relaciones familiares pues las personas mayores se hacen más independientes (Barros, 1991). Por lo tanto, destacar que el apoyo social alto percibido en los participantes de este estudio se puede deber a que acuden al centro de personas mayores, relacionándose, compartiendo experiencias e intercambiando información como ocurre en los estudios de Barros y Arias. Datos que deberían de comparar en un futuro los resultados entre los que acuden y no acuden al centro de personas mayores.

La participación en organizaciones sociales es una oportunidad para generar o reforzar vínculos entre personas de edad similar. Ya que mantener relaciones con personas de la misma edad ayudan a compartir sucesos de la vida, genera una gran gratificación a partir del reconocimiento y confirmación mutua, así como la posibilidad de recordar tiempos pasados”(Arias, 2002).

En el presente trabajo los resultados obtenidos son positivos, la mayoría de las personas mayores de 65 años que han participado en el trabajo, cuentan con una red de apoyo amplia, proporcionándoles por lo general gran apoyo social, repercutiendo éste en un bienestar en la vida de la persona mayor. Por otro lado, hemos podido comprobar cómo la familia es un pilar fundamental en el día a día de estas personas, siendo a su vez muy importante las relaciones vecinales y de amistad. Todas a su vez cumplen un papel primordial en la vida del anciano.

La mayoría de los ancianos tienen familia o amigos que les ayudan en actividades básicas de la vida diaria. Cabe mencionar que toda persona necesita alguien en quien confiar asuntos personales y con quien establecer una corriente afectiva intensa. La información y orientación en la resolución de problemas es, finalmente, otra área en la que los miembros de las redes informales pueden ayudar.

Es posible concluir que los participantes manifiestan una actitud positiva en cuanto a la vejez se refiere, aceptan su etapa de ciclo vital y disfrutan de ella, sin apreciar discriminación por su edad; percibiendo el apoyo de sus familiares y amistades, y considerándose aceptados por los demás grupos sociales.

Finalizar diciendo que la Organización Mundial de la Salud defiende el concepto de salud como el equilibrio bio-psico-social del individuo completo, es decir, la salud no sólo es un estado físico, siendo que también es muy importante gozar de buena red social que proporcione ese apoyo tan fundamental para que el anciano consiga un bienestar pleno.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Arancón, F. (2014). *El modelo de bienestar nórdico*. El orden Mundial en el S.XXI
- Bergmar, A. (2011). *El trabajo social en Suecia*. Educación social, nº 48, pp 101-116.
- Calvete Zumalde, E. (1994). *Apoyo social y ancianos en residencias*. Instituto Foral de Asistencia Social de Bizkaia.
- Guzmán, J.M., Huenchuan, S. y Montes de Oca, V. (2003, julio, 14-18). *Redes de apoyo social de personas mayores: marco teórico conceptual* Celade- división de población de la CEPAL. Ponencia presentada en el Simposio Viejos y Viejas. Participación, Ciudadanía e Inclusión Social 51 Congreso Internacional de Americanistas Santiago de Chile.
- Gracia Fuster, E. (1997). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Paidós de Trabajo Social. Barcelona.
- Gracia Fuster, E., Herrero Olaizola, J. y Musitu Ochoa, G. (1995). *El apoyo social*. Promociones y publicaciones universitarias. Barcelona.
- Knud, G. y Andersen, E. (1993). *Los tres mundos del estado de bienestar*. España: Edicions Alfons El Magnànim.
- Margarida André, I. y Rego, P. (2003). *Redes y desarrollo local: la importancia del capital social y de la innovación*. Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles.
- Molina, J.M. (2001). *El análisis de redes sociales. Una introducción*. Edicions Bellaterra, S.L. Navas de Tolosa: Barcelona.
- Montes de Oca, V. (2003). *Redes comunitarias, género y envejecimiento*. Notas de población, nº 77.
- Requena Santos, F.(1989). *El concepto de red social*. Málaga: Revista española de investigaciones sociológicas, nº48, pp137-152.
- Troncoso, M., Álvarez, C. y Sepulveda, R. (1995). *Redes sociales, salud mental y esquizofrenia. Una revisión del tema*. santiago de Chile: Revista de psiquiatría. Vol.2 nº 3/4. Pp. 163-72
- Urteaga, E. (2011). *El modelo escandinavo y su transposición en los países europeos*.
- Villegas Castrillo, e. y Bellido Alonso, J.A. (1992). *La teoría sistémica en trabajo social. Criterios de aplicación y observaciones críticas*. Alicante.

## **ANEXOS**

### **Anexo 1: Escala de Recursos Sociales (OARS)**

Apellidos _____ Nombre _____	
Entrevistador/a _____ Fecha _____	
Me gustara que respondiese algunas preguntas acerca de su familia y amigos:	
<b>¿Cual es su estado civil?</b>	
1. Soltero	<input type="checkbox"/>
2. Casado	<input type="checkbox"/>
3. Viudo	<input type="checkbox"/>
4. Separado	<input type="checkbox"/>
No responde	<input type="checkbox"/>
<b>¿Vive su cónyuge en la residencia?</b>	
1. Si	<input type="checkbox"/>
2. No	<input type="checkbox"/>
No responde	<input type="checkbox"/>
<b>Durante el último año, ¿con qué frecuencia salió de la residencia para visitar a la familia o amigos en fines de semana o vacaciones, de compras o de excursión?</b>	
1. Una vez a la semana o mas	<input type="checkbox"/>
2. Una a tres veces al mes	<input type="checkbox"/>
3. Menos de una vez al mes o solo en vacaciones	<input type="checkbox"/>
0. Nunca	<input type="checkbox"/>
No responde	<input type="checkbox"/>
<b>¿Con cuántas personas tiene la suficiente confianza para visitarlos en su casa?</b>	
3. Cinco o mas	<input type="checkbox"/>
2. Tres o cuatro	<input type="checkbox"/>
1. Una o dos	<input type="checkbox"/>
0. Ninguna	<input type="checkbox"/>
No responde	<input type="checkbox"/>
<b>¿Cuántas veces habló (amigos, familiares u otros) por teléfono durante la última semana? (Si la persona no tiene teléfono la pregunta también es válida.</b>	
3. Una vez al día o mas	<input type="checkbox"/>
2. Dos veces	<input type="checkbox"/>
1. Una vez	<input type="checkbox"/>
0. Ninguna	<input type="checkbox"/>
No responde	<input type="checkbox"/>

<p><b>¿Cuántas veces durante la semana pasada le visitó alguien que no vive con usted, fue usted de visita o realizó alguna actividad con otra persona?</b></p> <p>3. Una vez al día o más <input type="checkbox"/></p> <p>2. De dos a seis veces <input type="checkbox"/></p> <p>1. Una vez <input type="checkbox"/></p> <p>0. Ninguna <input type="checkbox"/></p> <p>No responde <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Hay alguna persona en la que tenga confianza?</b></p> <p>2. Sí <input type="checkbox"/></p> <p>0. No <input type="checkbox"/></p> <p>NS/NC <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Con qué frecuencia se siente solo?</b></p> <p>0. Bastante a menudo <input type="checkbox"/></p> <p>1. Algunas veces <input type="checkbox"/></p> <p>2. Casi nunca <input type="checkbox"/></p> <p>3. NS/NC <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Ve a sus familiares y amigos tan a menudo como quisiera o está algunas veces triste por lo poco que vienen a verle?</b></p> <p>1. Tan a menudo como deseo <input type="checkbox"/></p> <p>2. Algunas veces me siento triste por lo poco que vienen <input type="checkbox"/></p> <p>No responde <input type="checkbox"/></p>
<p><b>¿Hay alguien que le ayudaría en cualquier cosa si se pusiera enfermo o quedara incapacitado (por ejemplo, marido/mujer, otro familiar, amigo)? (Ancianos en residencias: la persona debe ser ajena al centro)</b></p> <p>1. Sí <input type="checkbox"/></p> <p>0. Nadie dispuesto y capaz de ayudarme <input type="checkbox"/></p> <p>No responde <input type="checkbox"/></p> <p>Si es «Sí», preguntar a y b.</p> <p>a) <i>¿Hay alguien (ancianos en residencias: ajeno a la residencia) que cuidara de usted tanto tiempo como lo necesitase o solo por un corto espacio de tiempo u ocasionalmente (por ejemplo, acompañarle al médico)?</i></p> <p>1. Alguien que cuidara de mí indefinidamente.</p> <p>2. Alguien que me cuidara durante un breve espacio de tiempo.</p> <p>3. Alguien que me ayudara de vez en cuando.</p> <p>No responde.</p> <p>b) <i>¿Quién es esa persona?</i></p> <p>Nombre _____</p> <p>Relación _____</p>

## Anexo 2: Escala de Apoyo Social Percibido

### ESCALA DE APOYO SOCIAL PERCIBIDO

Lee cada una de las siguientes frases cuidadosamente. Indica tu acuerdo con cada una de ellas empleando esta escala:

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en Desacuerdo	Bastante en Desacuerdo	Más Bien en Desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Más Bien de Acuerdo	Bastante de Acuerdo	Totalmente de Acuerdo

- |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Hay una persona que está cerca cuando estoy en un situación difícil          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Existe una persona especial con la cual yo puedo compartir penas y alegrías  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Mi familia realmente intenta ayudarme  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Obtengo de mi familia la ayuda y el apoyo emocional que necesito             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Existe una persona que realmente es una fuente de bienestar para mí          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Mis amigos realmente tratan de ayudarme                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Yo puedo hablar de mis problemas con mi familia                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. Tengo amigos con los que puedo compartir las penas y alegrías                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. Puedo hablar de mis problemas con mis amigos                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |   |

Adaptación al castellano: Landeta, O. & Calvete, E. (2002). Adaptación y Validación de la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido. *Revista de Ansiedad y Estrés*, 8(2-3), 173-182.

### Anexo 3: Resultados obtenidos (SPSS)

Estadísticos			
	N		Media
	Válidos	Perdidos	
Apoyo social percibido	29	1	4,8966
apsocialp2	28	2	5,5357
apsocialp3	29	1	5,7586
apsocialp4	29	1	5,4828
apsocialp5	28	2	5,2143
apsocialp6	29	1	5,1034
apsocialp7	28	2	4,6786
apsocialp8	29	1	5,0690
apsocialp9	28	2	5,3571
apsocialp10	28	2	5,4643
apsocialp11	27	3	5,4074
apsocialp12	28	2	4,4643
OARSp1	29	1	2,4828
oarsp2	24	6	1,6667
oarsp3	16	14	2,6250
oarsp4	15	15	2,4000
oarsp5	24	6	2,9583
oarsp6	15	15	1,2000
oarsp7	11	19	1,9091
oarsp8	15	15	1,4667
oarsp9	15	15	1,4000
oarsp10	13	17	1,6923

APsocialP1					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Totalmente en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
	Bastante en desacuerdo	2	6,7	6,9	13,8
	ni deacuerdo ni en desacuerdo	6	20,0	20,7	34,5
Válidos	Más bien deacuerdo	10	33,3	34,5	69,0
	Bastante deacuerdo	1	3,3	3,4	72,4
	Totalmente deacuerdo	8	26,7	27,6	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

## Evaluación del apoyo social de la población mayor de Villamuriel de Cerrato (Palencia)

**apsocialp2**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	4	13,3	14,3	14,3
	Más bien de acuerdo	7	23,3	25,0	39,3
	Bastante de acuerdo	3	10,0	10,7	50,0
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	50,0	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

**apsocialp3**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Bastante en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
	Más bien en desacuerdo	3	10,0	10,3	17,2
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	3,3	3,4	20,7
	Más bien de acuerdo	2	6,7	6,9	27,6
	Bastante de acuerdo	7	23,3	24,1	51,7
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	48,3	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

**apsocialp4**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
	Bastante en desacuerdo	3	10,0	10,3	17,2
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10,0	10,3	27,6
	Más bien de acuerdo	3	10,0	10,3	37,9
	Bastante de acuerdo	2	6,7	6,9	44,8
	Totalmente de acuerdo	16	53,3	55,2	100,0
Total	29	96,7	100,0		
Perdidos	Sistema	1	3,3		
Total		30	100,0		

**apsocialp5**

## Evaluación del apoyo social de la población mayor de Villamuriel de Cerrato (Palencia)

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Totalmente en desacuerdo	4	13,3	14,3	14,3
Bastante en desacuerdo	1	3,3	3,6	17,9
ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	13,3	14,3	32,1
Válidos Más bien de acuerdo	4	13,3	14,3	46,4
Bastante de acuerdo	1	3,3	3,6	50,0
Totalmente de acuerdo	14	46,7	50,0	100,0
Total	28	93,3	100,0	
Perdidos Sistema	2	6,7		
Total	30	100,0		

**apsocialp6**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Totalmente en desacuerdo	2	6,7	6,9	6,9
Más bien en desacuerdo	4	13,3	13,8	20,7
ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	16,7	17,2	37,9
Válidos Más bien de acuerdo	5	16,7	17,2	55,2
Bastante de acuerdo	2	6,7	6,9	62,1
Totalmente de acuerdo	11	36,7	37,9	100,0
Total	29	96,7	100,0	
Perdidos Sistema	1	3,3		
Total	30	100,0		

**apsocialp7**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Totalmente en desacuerdo	3	10,0	10,7	10,7
Más bien en desacuerdo	3	10,0	10,7	21,4
ni de acuerdo ni en desacuerdo	7	23,3	25,0	46,4
Válidos Más bien de acuerdo	3	10,0	10,7	57,1
Bastante de acuerdo	8	26,7	28,6	85,7
Totalmente de acuerdo	4	13,3	14,3	100,0
Total	28	93,3	100,0	
Perdidos Sistema	2	6,7		
Total	30	100,0		

**apsocialp8**

## Evaluación del apoyo social de la población mayor de Villamuriel de Cerrato (Palencia)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	4	13,3	13,8	13,8
	Bastante en desacuerdo	1	3,3	3,4	17,2
	Más bien en desacuerdo	1	3,3	3,4	20,7
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	3,3	3,4	24,1
	Más bien de acuerdo	6	20,0	20,7	44,8
	Bastante de acuerdo	8	26,7	27,6	72,4
	Totalmente de acuerdo	8	26,7	27,6	100,0
	Total	29	96,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	3,3		
	Total	30	100,0		

**apsocialp9**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Bastante en desacuerdo	2	6,7	7,1	7,1
	Más bien en desacuerdo	5	16,7	17,9	25,0
	Más bien de acuerdo	7	23,3	25,0	50,0
	Bastante de acuerdo	2	6,7	7,1	57,1
	Totalmente de acuerdo	12	40,0	42,9	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
	Total	30	100,0		

Evaluación del apoyo social de la población mayor de Villamuriel de Cerrato (Palencia)

apsocialp10

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	5	16,7	17,9	17,9
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	3,3	3,6	21,4
	Más bien de acuerdo	3	10,0	10,7	32,1
	Bastante de acuerdo	4	13,3	14,3	46,4
	Totalmente de acuerdo	15	50,0	53,6	100,0
	Total	28	93,3	100,0	
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

apsocialp11

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	1	3,3	3,7	3,7
	Bastante en desacuerdo	4	13,3	14,8	18,5
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	6,7	7,4	25,9
	Más bien de acuerdo	5	16,7	18,5	44,4
	Bastante de acuerdo	1	3,3	3,7	48,1
	Totalmente de acuerdo	14	46,7	51,9	100,0
Total	27	90,0	100,0		
Perdidos	Sistema	3	10,0		
Total		30	100,0		

apsocialp12

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Totalmente en desacuerdo	1	3,3	3,6	3,6
	Bastante en desacuerdo	1	3,3	3,6	7,1
	Más bien en desacuerdo	8	26,7	28,6	35,7
	ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10,0	10,7	46,4
	Más bien de acuerdo	4	13,3	14,3	60,7
	Bastante de acuerdo	11	36,7	39,3	100,0
Total	28	93,3	100,0		
Perdidos	Sistema	2	6,7		
Total		30	100,0		

OARSp1

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	casado	17	56,7	58,6
	viudo	10	33,3	93,1
	separado	2	6,7	100,0
	Total	29	96,7	100,0
Perdidos	Sistema	1	3,3	
Total		30	100,0	

oarsp2

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	si	8	26,7	33,3
	no	16	53,3	100,0
	Total	24	80,0	100,0
Perdidos	Sistema	6	20,0	
Total		30	100,0	

oarsp3

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	nunca	1	3,3	6,3
	una vez a la semana o más	3	10,0	18,8
	una a tres veces al mes	4	13,3	25,0
	menos de una vez al mes o solo en vacaciones	1	3,3	56,3
	no responde	7	23,3	100,0
	Total	16	53,3	100,0
Perdidos	Sistema	14	46,7	
Total		30	100,0	

oarsp4

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	ninguna	1	3,3	6,7	6,7
	una o dos	3	10,0	20,0	26,7
	tres o cuatro	2	6,7	13,3	40,0
	5 ó más	7	23,3	46,7	86,7
	no responde	2	6,7	13,3	100,0
Total		15	50,0	100,0	
Perdidos	Sistema	15	50,0		
Total		30	100,0		

oarsp5

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	una vez	1	3,3	4,2	4,2
	dos veces	4	13,3	16,7	20,8
	una vez al día o más	14	46,7	58,3	79,2
	no responde	5	16,7	20,8	100,0
Total		24	80,0	100,0	
Perdidos	Sistema	6	20,0		
Total		30	100,0		

oarsp6

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	ninguna	6	20,0	40,0	40,0
	una vez	3	10,0	20,0	60,0
	de 2 a 6 veces	4	13,3	26,7	86,7
	una vez al día o más	1	3,3	6,7	93,3
	no responde	1	3,3	6,7	100,0
Total		15	50,0	100,0	
Perdidos	Sistema	15	50,0		
Total		30	100,0		

## Evaluación del apoyo social de la población mayor de Villamuriel de Cerrato (Palencia)

**oarsp7**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	no	1	3,3	9,1	9,1
	si	9	30,0	81,8	90,9
	ns/nc	1	3,3	9,1	100,0
	Total	11	36,7	100,0	
Perdidos	Sistema	19	63,3		
Total		30	100,0		

**oarsp8**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	algunas veces	9	30,0	60,0	60,0
	casi nunca	5	16,7	33,3	93,3
	ns/nc	1	3,3	6,7	100,0
	Total	15	50,0	100,0	
Perdidos	Sistema	15	50,0		
Total		30	100,0		

**oarsp9**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	tan amenudo como deseo	11	36,7	73,3	73,3
	algunas veces me siento triste por lo	2	6,7	13,3	86,7
	poco que vienen	2	6,7	13,3	100,0
	NR	2	6,7	13,3	100,0
Total		15	50,0	100,0	
Perdidos	Sistema	15	50,0		
Total		30	100,0		

oarsp10

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	nadie dispuesto y capaz de ayudarme	1	3,3	7,7	7,7
Válidos	si	7	23,3	53,8	61,5
	NR	5	16,7	38,5	100,0
	Total	13	43,3	100,0	
Perdidos	Sistema	17	56,7		
Total		30	100,0		

Estadísticos descriptivos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
familia	29	6,00	28,00	21,3448	7,32060
amigos	29	6,00	28,00	19,8276	6,80897
otros	29	4,00	28,00	20,5517	7,62789
N válido (según lista)	29				