



**PLANTILLA PARA EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL  
 PROGRAMA DE FISIOTERAPIA**

<b>Título</b>	Calidad de vida relacionada con la salud y resistencia aeróbica de los adultos mayores del centro de vida la sierra
<b>Tipo de documento</b>	Trabajo de investigación.
<b>Nivel</b>	Pregrado
<b>Año /Mes</b>	Junio - 2015
<b>Programa</b>	Fisioterapia
<b>Resumen</b>	<p><b>Introducción:</b> El impacto del envejecimiento de la población será especialmente importante en los países en desarrollo donde en los próximos años el proceso ocurrirá más rápido que el que registraron en sus días los países industrializados, es por esto que la dependencia funcional en la persona mayor tiene implicaciones en su autoestima así como en el bienestar auto percibido, generando maltrato, marginación y abandono con devastadores efectos en la calidad de vida, La cual en las personas mayores parece estar asociada a sus niveles de dependencia, estado mental y a la funcionalidad incluyendo la resistencia aeróbica. <b>Objetivos:</b> Identificar las dimensiones de la calidad de vida relacionada con la salud y su relación con la resistencia aeróbica en los adultos mayores del centro de vida La sierra. <b>Materiales y método:</b> Es un estudio descriptivo transversal, realizado durante los meses de agosto y octubre de 2013. La población está conformada por 130 adultos mayores que asisten al centro de vida La Sierra, tomando como muestra 67 adultos mayores que cumplieron los criterios de inclusión como ser independiente en la marcha, sin enfermedades neurológicas como Parkinson, Enfermedad Cardio Vascular, sin deterioro cognitivo y que accedieron a participar en el estudio. Los datos se obtuvieron mediante el cuestionario sf-36 y el test de marcha estática de 2 minutos.</p> <p><b>Resultados:</b> Se observa que el género de mayor frecuencia es el masculino con un porcentaje de 77,6%, se identificó que el régimen de salud subsidiado es el de mayor frecuencia con un 97,1% al igual que el estrato socioeconómico 1 con un 70,1%. Las edades oscilan entre 60 a 93 años.</p> <p><b>Conclusión:</b> Se encontró nivel deficiente en la resistencia aeróbica en la mayoría de las personas. Los mejores puntajes de la CVRS se obtuvieron en la función social.</p>
<b>Palabras Claves</b>	Adulto mayor, calidad de vida, actividad física (fuente: DeCS).
<b>Autores</b>	Maira Alejandra polo payares, Sandy Sajéis De armas Solano, Sandrid Marcela Pion Tuirán, Olga Lucia Piña López, Julián Palacio
<b>Tutores</b>	María Victoria Quintero Cruz
<b>ISBN/ISSN</b>	Aplica solo para <b>LIBROS</b>



	<p>1. Organización de Naciones Unidas (ONU). Alerta envejecimiento de la población Junio 2007. Consultado: Septiembre 2011.</p>
	<p>2. Vaquero-Cristóbal R, González-moro I, Ros E, Alacid F. Evolución de la fuerza, flexibilidad, equilibrio, resistencia y agilidad de mujeres mayores activas en relación con la edad. Motricidad. European journal of human movement. 2012. 29: 29-47</p>
	<p>3. Urzúa A, Caqueo-Urizar A. Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. Terapia Psicológica. 2012. 30(1): 61-71</p>
	<p>4. Pinillos Y, Prieto E. Funcionalidad física de personas mayores institucionalizadas y no institucionalizadas en Barranquilla, Colombia. Revista de salud pública. 2012; 14(3): 436-445</p>
	<p>5. Melguizo Herrera E, Acosta López A, Castellano Pérez B. Factores asociados a la calidad de vida de adultos mayores. Salud Uninorte. 2012; 28(2): 251 - 263.</p>
	<p>6. Colegio Americano de Medicina del Deporte. Directrices del ACSM para la prueba de esfuerzo y de la prescripción (2000) Lip pincott Williams &amp; Wilkins, Philadelphia.</p>
	<p>7. Rey Caoa A, Canales La cruz I, Táboas Pais M. Calidad de vida percibida por las personas mayores. Consecuencias de un programa de estimulación cognitiva a través de la motricidad «Memoria en movimiento. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2011: 46(2):74–80</p>
	<p>8. Lorca Navarro M, Lepe Leiva M, Díaz Narváez V, Araya Orellana E. Efectos de un programa de ejercicios para evaluar las capacidades funcionales y el balance de un grupo de adultos mayores independientes sedentarios que viven en la comunidad. Salud Uninorte. 2011; 27(2): 185-197</p>
	<p>9. Sartor-Glittenberg C, Lehmann S, Okada M, Rosen D, Brewer K, R. Curtis Bay. Variables Explaining Health-Related Quality of Life in Community-Dwelling Older Adults. Journal of geriatric Physical Therapy. 2014; 37(2):83-91</p>
	<p>10. Vidarte J, Quintero MV, Herazo Y. Efectos del ejercicio físico en la condición física funcional y la estabilidad en adultos mayores. Hacia la Promoción de la Salud, 2012; 17(2): 79 – 90</p>
	<p>11. Zaranza Monteiro L, VazFiani C, Foss de Freitas M, Zanetti M, Foss M. Reducción de la presión arterial, del IMC y de la glucosa tras entrenamiento aeróbico en mujeres adultas mayores con diabetes tipo 2. Arquivos brasileiros de cardiología. 2010; 95 (5): 563- 570</p>



	12. Nuñez Rojas A, Tobón S, Arias Henao D, Hidalgo Rasmussen C, Santoyo Téllez F, Hidalgo Sanmartín A, Rasmussen Cruz B. Calidad de vida, salud y factores psicológicos asociados. Perspectivas en Psicología. 2010; 13: 11- 32
	13. Araújo C. Manucussi e Faro A. La práctica de actividad física en personas mayores del Valle del Paraíba, São Paulo, Brasil. Enferm. glob. 2012; 11(28): 204-212.
	14. Botero de mejía B, Pico M. Calidad de vida relacionada con la salud (cvrs) en adultos mayores de 60 años: una aproximación teórica. Hacia la promoción de la Salud. 2007; 12: 11 - 24
	15. Cancela Carral J, Ayan Pérez C, Varela Martínez S. La condición física saludable del anciano. Evaluación mediante baterías validadas al idioma español. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2009; 44(1):42-46.
	16. Marín Monroy C, Castro Molinares S. Adulto mayor en Santa Marta y calidad de vida. Revista Nacional de Investigación – Memorias. 2011; 9(16):120-129