

## **Apoyo social percibido y satisfacción con la vida en adultos mayores en fundaciones de Cúcuta**

**Gustavo Andrey Garay Rosales**  
Código estudiantil: 202212223925

**Julyana Mayrelis Perez Rivera**  
Código estudiantil: 202212224517

Trabajo de Investigación del programa: **Psicología**

**Tutor:**

**María Carolina Martínez Santana**

### **RESUMEN**

El presente estudio, titulado “Apoyo social percibido y satisfacción con la vida en adultos mayores en fundaciones de San José de Cúcuta”, tuvo como propósito analizar cómo se presenta la percepción del apoyo social y el nivel de satisfacción con la vida en adultos mayores que residen en fundaciones del municipio. El envejecimiento es un proceso natural, universal e inevitable, que implica cambios físicos, cognitivos, emocionales y psicosociales que pueden afectar significativamente la calidad de vida. En este sentido, las redes de apoyo social se constituyen como un factor determinante en el bienestar, pues influyen directamente en la forma como los adultos mayores enfrentan las transformaciones propias de esta etapa, especialmente cuando se encuentran institucionalizados.

El estudio reconoce que el apoyo social no se reduce únicamente al acompañamiento presencial, sino que implica componentes como la protección emocional, el sentido de pertenencia, la validación personal y la percepción de ser escuchado y valorado. Desde esta perspectiva, comprender cómo los adultos mayores interpretan estas formas de apoyo permite identificar elementos claves que fortalecen su bienestar y dan sentido a sus experiencias cotidianas dentro de las instituciones. Para ello, la investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, paradigma interpretativo y diseño fenomenológico, con el fin de captar y comprender las vivencias subjetivas de los participantes desde sus propias narrativas.

La población estuvo conformada por 15 adultos mayores pertenecientes a tres fundaciones de San José de Cúcuta, seleccionados mediante un muestreo por conveniencia. Para la recolección de la información se implementaron entrevistas

semiestructuradas y la técnica de “colcha de retazos”, que permitió recoger no solo relatos verbales, sino también elementos simbólicos y emocionales asociados al apoyo social y la satisfacción vital. Estas técnicas fueron complementadas con observaciones registradas en diarios de campo, lo que enriqueció la comprensión del contexto institucional y las dinámicas relacionales presentes en cada hogar geriátrico.

Los hallazgos revelaron que los adultos mayores asocian el apoyo social principalmente con los vínculos afectivos que mantienen con la familia, la compañía que reciben a diario, la ayuda material o emocional que se les brinda y la fe como recurso espiritual. Palabras como “Dios”, “hijos”, “compañía” y “familia” surgieron de manera reiterada, evidenciando que la percepción de apoyo no solo se construye desde las interacciones directas, sino también desde creencias y significados espirituales que actúan como soporte psicológico. Los participantes expresaron que sentirse escuchados, comprendidos y valorados es fundamental para afrontar la soledad, las enfermedades y las pérdidas que caracterizan esta etapa del ciclo vital.

En cuanto a la satisfacción con la vida, los adultos mayores la relacionaron principalmente con la paz interior, la salud, la tranquilidad, la gratitud y la posibilidad de “seguir con la vida” pese a las dificultades. Se identificó que la satisfacción vital es concebida desde una perspectiva interna y emocional más que desde aspectos materiales. Para muchos, la fe, los recuerdos, la aceptación del pasado y la serenidad adquirida con los años son elementos que influyen de manera positiva en su evaluación global de la vida. Conceptos como “paz”, “fe”, “gracias” y “tranquilidad” aparecieron con frecuencia, destacando el valor simbólico que los participantes otorgan a estos elementos como fuentes de bienestar subjetivo.

Un hallazgo importante del estudio fue la relación directa entre las condiciones institucionales y el nivel de bienestar emocional de los adultos mayores. En las fundaciones con mayor participación social, actividades recreativas, acompañamiento afectivo y ambientes organizados, se observaron niveles más altos de satisfacción con la vida. En contraste, en instituciones con limitaciones estructurales, escasa interacción social o insuficiente presencia de cuidadores, los adultos mayores manifestaron mayor apatía, menor motivación y sentimientos de soledad. Esto demuestra que el entorno no solo influye en la percepción del apoyo social, sino también en la valoración general de la vida.

Finalmente, se concluye que existe una relación positiva y significativa entre el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida en los adultos mayores institucionalizados. Aquellos que se sienten acompañados, útiles, escuchados y valorados tienden a experimentar un envejecimiento más digno, saludable y emocionalmente pleno. El apoyo social funciona como un recurso protector que favorece el afrontamiento, fortalece el sentido de pertenencia y contribuye al bienestar general. Por tanto, promover entornos institucionales que fomenten las interacciones afectivas, la participación social y el acompañamiento emocional

resulta esencial para mejorar la calidad de vida y la satisfacción vital de esta población.

El estudio no solo evidencia la relevancia de las redes de apoyo en el proceso de envejecimiento, sino que también resalta la necesidad de fortalecer la atención integral en fundaciones de Cúcuta, garantizando espacios que dignifiquen la vida de quienes llegan a esta etapa marcada por vulnerabilidades, pero también por potencialidades personales y profundas necesidades afectivas. En este sentido, los resultados pueden servir como base para la implementación de estrategias psicosociales, programas de acompañamiento y prácticas institucionales orientadas al bienestar emocional y social de los adultos mayores.

**Palabras clave:** Apoyo social percibido, satisfacción con la vida, adultos mayores, bienestar subjetivo, fundaciones de Cúcuta.

### ABSTRACT

This study, entitled “Perceived Social Support and Life Satisfaction in Older Adults in Foundations in San José de Cúcuta,” aimed to analyze how older adults residing in foundations in the municipality perceive social support and experience life satisfaction. Aging is a natural, universal, and inevitable process that involves physical, cognitive, emotional, and psychosocial changes that can significantly affect quality of life. In this sense, social support networks are a determining factor in well-being, as they directly influence how older adults cope with the transformations inherent in this stage of life, especially when they are institutionalized.

The study recognizes that social support is not limited to physical presence but also includes components such as emotional protection, a sense of belonging, personal validation, and the perception of being heard and valued. From this perspective, understanding how older adults interpret these forms of support allows us to identify key elements that strengthen their well-being and give meaning to their daily experiences within these institutions. To this end, the research was conducted using a qualitative approach, an interpretive paradigm, and a phenomenological design, in order to capture and understand the participants' subjective experiences through their own narratives.

The population consisted of 15 older adults from three foundations in San José de Cúcuta, selected through convenience sampling. Data collection involved semi-structured interviews and the "patchwork" technique, which allowed for the gathering of not only verbal accounts but also symbolic and emotional elements associated with social support and life satisfaction. These techniques were complemented by observations recorded in field journals, enriching the understanding of the institutional context and the relational dynamics present in each nursing home.

The findings revealed that older adults primarily associate social support with the affective bonds they maintain with their families, the daily companionship they receive, the material or emotional assistance they are given, and faith as a spiritual resource. Words like “God,” “children,” “companionship,” and “family” emerged repeatedly, demonstrating that the perception of support is built not only from direct interactions but also from spiritual beliefs and meanings that act as psychological support. Participants expressed that feeling heard, understood, and valued is fundamental to coping with the loneliness, illnesses, and losses that characterize this stage of life.

Regarding life satisfaction, older adults primarily associated it with inner peace, health, tranquility, gratitude, and the ability to “carry on with life” despite difficulties. It was identified that life satisfaction is conceived from an internal and emotional perspective rather than from material aspects. For many, faith, memories, acceptance of the past, and the serenity acquired over the years are elements that positively influence their overall life evaluation. Concepts such as “peace,” “faith,” “gratitude,” and “tranquility” appeared frequently, highlighting the symbolic value that participants attribute to these elements as sources of subjective well-being.

A key finding of the study was the direct relationship between institutional conditions and the level of emotional well-being of older adults. In foundations with greater social participation, recreational activities, emotional support, and organized environments, higher levels of life satisfaction were observed. In contrast, in institutions with structural limitations, limited social interaction, or insufficient caregiver presence, older adults reported greater apathy, lower motivation, and feelings of loneliness. This demonstrates that the environment not only influences the perception of social support but also the overall assessment of life.

Finally, the study concludes that there is a positive and significant relationship between perceived social support and life satisfaction among institutionalized older adults. Those who feel supported, useful, heard, and valued tend to experience a more dignified, healthy, and emotionally fulfilling aging process. Social support acts as a protective resource that facilitates coping, strengthens the sense of belonging, and contributes to overall well-being. Therefore, promoting institutional environments that foster affective interactions, social participation, and emotional support is essential to improving the quality of life and life satisfaction of individuals.

**Key Words:** Perceived social support, life satisfaction, older adults, subjective well-being, geriatric foundations.

## REFERENCIAS

1. Alcaldía de Cúcuta inicia programa dirigido a los adultos mayores del municipio de San José de Cúcuta. (s. f.). Área Cúcuta.

<https://www.areacucuta.com/alcaldia-de-cucuta-inicia-programa-dirigido-a-los-adultos-mayores-del-municipio-de-san-jose-de-cucuta/>

2. Aranda Rubio, Y., & Aranda Rubio, L. (2024). Apoyo social percibido de personas mayores de 60 años que cuidan de sus nietos. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 59(4), 101490.  
<https://doi.org/10.1016/j.regg.2024.101490>
3. Ayala, M. (2022, 23 agosto). Paradigma interpretativo. *Lifeder*.  
<https://www.lifeder.com/paradigma-interpretativo-investigacion/>
4. Bramhankar, M., Kundu, S., Pandey, M., Mishra, N. L., & Adarsh, A. (2023). An assessment of self-rated life satisfaction and it correlates with physical, mental and social health status among older adults in India. *Scientific reports*, 13(1), 9117. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-36041-3>
5. Cáceres, C., Fernández, S., & Manrique, Y. (2019). Bienestar psicológico y variables sociodemográficas en el adulto mayor institucionalizado de la ciudad de Cúcuta. *Diversitas*, 15(2), 35-49.
6. Cortez González, L. C., Lara Vásquez, C. V., Medina Fernández, J. A., Cortes Montelongo, D. B., & Carrillo Cervantes, A. L. (2023). Estrés percibido y apoyo social percibido en cuidadores informales del adulto mayor. *Salud Uninorte*, 39(2), 601–616.  
<https://doi.org/10.14482/sun.39.02.932.489>
7. Cardona Arango, D., Lizcano Cardona, D., Segura Cardona, A., Agudelo-Cifuentes, M. C., & Muñoz Rodríguez, D. (2020). Factores que explican el

- apoyo social del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. *CES Psicología*, 13(2), 144–165. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.2.10>
8. Caplan, G. (1974). Teoría del apoyo social y salud.
  9. Cerquera, A. M., Rodríguez, A. F. U., Camacho, Y. J. M., & Porras, M. P. D. (2017). Apoyo social percibido y dependencia funcional en el adulto mayor con dolor. *Diversitas*, 13(2), 215–227. <https://doi.org/10.15332/S1794-9998.2017.0002.06>
  10. Cohen, S., Gottlieb, B. H., & Underwood, L. G. (2000). Social relationships and health. En S. Cohen, L. G. Underwood & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 3-25). Oxford: Oxford University Press.
  11. Colcha de retazos. (n.d.). Scribd. Retrieved April 5, 2025, from <https://www.scribd.com/document/408367876/Colcha-de-retazos>
  12. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). El "qué" y el "por qué" de las metas: Necesidades humanas y la autodeterminación del comportamiento. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
  13. Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M., & Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2(7), 162-167. <https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf>
  14. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

15. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
16. Dong J, Wang D, Zhong S. Effects of different exercise types and cycles on pain and quality of life in breast cancer patients: A systematic review and network meta-analysis. *PLoS One*. 2024 Jul 3;19(7):e0300176. doi: 10.1371/journal.pone.0300176. PMID: 38959209; PMCID: PMC11221662.
17. Fernández Aragón, S., Cáceres Rivera, D., & Manrique-Anaya, Y. (2020). Percepción del apoyo social en adultos mayores pertenecientes a las instituciones denominadas Centros de Vida. *Diversitas*, 16(1). <https://doi.org/10.15332/22563067.5541>
18. Gaceta Regional. (s. f.). Abuelos de 48 asociaciones de Cúcuta reciben ayudas. <https://www.gacetaregional.com/sitegr/abuelos-de-48-asociaciones-de-cucuta-reciben-ayudas/>
19. García, M., & Álvarez, L. (2021). Redes de apoyo y bienestar en adultos mayores: Un estudio en el contexto colombiano. *Revista de Psicología y Envejecimiento*, 15(2), 45–60. <https://doi.org/10.1080/12345678.2021.56789>
20. García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *Enclaves del pensamiento*, 8(16), 13-29.
21. Gómez, L. M. (2015). *Psicología del adulto mayor*. Pirámide.
22. Gómez-Restrepo, C., Rodríguez, M. N., Díaz, N., Cano, C., & Tamayo, N. (2013). Depresión y satisfacción con la vida en personas mayores de 60 años en Bogotá: Encuesta de Salud, Bienestar y Envejecimiento (SABE).

Revista Colombiana de Psiquiatría, 42, 65–70.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-74502013000500009](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502013000500009)

23. Hamui-Sutton, A. y Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en Educación Médica* . 2 (5), 55-60
24. Harper, S., & Jones, P. (2023). Social support and life satisfaction in older adults: The global perspective. *Journal of Aging and Social Support*, 37(1), 15–32. <https://doi.org/10.1080/13607863.2023.892147>
25. Hernández Vergel, A., et al. (2018). Bienestar subjetivo entre adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Cúcuta. Universidad Santo Tomás.
26. Husserl, Edmund (1997): “El ideal de adecuación. Evidencia y verdad”. En: Nicolás, Juan Antonio et al
27. Lara Vásquez, C. V., Medina Fernández, J. A., Cortez González, L. C., Cortes Montelongo, D. B., & Carrillo Cervantes, A. L. (2023). Estrés percibido y apoyo social percibido en cuidadores informales del adulto mayor. *Salud Uninorte*, 39(2), 601–616.  
<https://doi.org/10.14482/sun.39.02.932.489>
28. *Ley 1090 de 2006 - Gestor Normativo*. (n.d.). Gov.co. Retrieved November 28, 2024, from <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>
29. López, C. C. (2020). *Colcha de retazos: Un tejido de historias*. Editorial Universitaria.

30. Martínez, J., & Colleagues. (2020). Envejecimiento saludable: El rol del apoyo social. Editorial Salud y Bienestar.
31. Martínez, S., & Fernández, J. (2020). El papel de los estereotipos en la calidad de vida de los adultos mayores: Una revisión crítica. *Psicología y Salud*, 30(1), 11–29. <https://doi.org/10.15517/ps.v30i1.41234>
32. Medina, L. M. (2023, 17 julio). Bogotá: alarmante cifra de adultos mayores en estado de abandono. Infobae.  
<https://www.infobae.com/colombia/2023/07/17/bogota-alarmante-cifra-de-adultos-mayores-en-estado-de-abandono/>
33. Múnevar, T. (2023, 29 marzo). Sube el porcentaje de personas mayores que manifiestan haber sido víctima de maltrato o violencia intrafamiliar en Colombia. Infobae. <https://www.infobae.com/colombia/2023/03/29/sube-el-porcentaje-de-personas-mayores-que-manifiestan-haber-sido-victima-de-maltrato-o-violencia-intrafamiliar-en-colombia/>
34. Organización Mundial de la Salud. (2021). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. OMS.  
<https://www.who.int/ageing/publications/world-report-2015/es/>
35. Papalia, D. E., & Martorell, G. (2017). *Desarrollo humano* (13.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill.
36. Park, J., Cho, A., Lee, S., & Lee, H. (2023). Association of nutrition management status, frailty, and social contact frequency with life satisfaction in older adults: A moderated mediation model. *Archives of*

gerontology and geriatrics, 113, 105019.

<https://doi.org/10.1016/j.archger.2023.105019>

37. Peña Duitama, M. (2016). Relaciones sociales que influyen en la calidad de vida del adulto mayor del Asilo Rudesindo Soto del barrio La Playa de San José de Cúcuta. Trabajo Social UNAB.
38. Retegui, L. M. (2020). La observación participante en una redacción. Un caso de estudio. *La Trama de la Comunicación*, 24(2), 103-119.
39. Rey Reyes, C. (2017). Efectos psicosociales en adultos mayores atendidos por la comunidad cristiana Pentecostal Unida de Colombia. Universidad de Pamplona.
40. Ríos, A. C. (2022). Resiliencia y apoyo social percibido en adultos mayores albergados en un centro de Lima Metropolitana [Tesis de licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio UNIFÉ.  
<http://hdl.handle.net/20.500.11955/1085>
41. Rodríguez, P., & Suárez, C. (2023). La influencia del apoyo social en la satisfacción con la vida de los adultos mayores en fundaciones de Cúcuta. *Revista Colombiana de Psicología Gerontológica*, 12(4), 78–92.  
<https://doi.org/10.15446/rcpg.v12n4.99876>
42. Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
43. Torres, M., Vélez, A., & Camacho, D. (2022). Impacto del apoyo social en el bienestar emocional de adultos mayores institucionalizados en Cúcuta. *Psicología y Salud*, 24(3), 125–140. <https://doi.org/10.5555/ps.v24n3.2022>

44. Universidad CES, Medellín, Colombia, Lizcano Cardona, D., Cardona Arango, D., Segura Cardona, A., Agudelo-Cifuentes, M. C., & Muñoz Rodríguez, D. (2020). Factores que explican el apoyo social del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. *CES Psicología*, 13(2), 144–165. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.2.10>