




Validación de una Escala de Experiencia de Vida en Adultos Mayores pertenecientes a clubes comunitarios

Validation of a Life Experience Scale of Older Adults from community clubs

Validação de uma Escala de Experiência de Vida em Idosos de clubes comunitários

María Elena Flores Villavicencio^{I*} , Verónica Rodríguez Sánchez^{II} , José Raúl Robles Bañuelos^{III} 

^I Universidad de Guadalajara. México.

^{II} Centro Metropolitano del Adulto Mayor. México.

^{III} Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara. México.

*Autora para la correspondencia: mariaelenaflores77@yahoo.com.mx

Recibido: 23-05-2024 Aprobado: 26-01-2025 Publicado: 30-01-2025

RESUMEN

Introducción: los clubes comunitarios son un modelo de atención participativa que dan respuesta a diversas necesidades de las personas mayores, cuya finalidad es promover la continuidad de su participación dentro de la sociedad con el desarrollo de actividades para mantener una calidad de vida mediante un envejecimiento activo y con éxito. **Objetivo:** validar una escala de experiencia de vida en los adultos mayores que acuden a los clubes comunitarios adscritos al Centro Metropolitano del Adulto Mayor (CEMAN) en Zapopan, Jalisco, México. **Método:** participaron 120 adultos mayores de 60 años y más. Se diseñó una escala de 54 preguntas distribuidas en cuatro dimensiones: participación, sentido de pertenencia, redes sociales y sentido de vida. Se empleó el método de cálculo del coeficiente de fiabilidad alfa de Cronbach. Para analizar la validez del cuestionario se realizó un análisis factoriales exploratorios de cada ítem.

Resultados: con el análisis de la matriz de componentes rotados se eliminaron ocho preguntas que no lograron ser factibles, por presentar un valor menos al 0,5 quedando un total de 46 reactivos. La escala en su totalidad mostró una fiabilidad de $\alpha=0,96$, mostrando tener un nivel alto de acuerdo a esta población de estudio. **Conclusión:** la escala permitió registrar las experiencias de vida de los adultos mayores miembros de un club comunitario en relación a sus actividades familiares, sociales, afectivas y de ocio que fueron perdiendo durante el proceso de envejecimiento, se registró cómo compensan las actividades que han perdido para sentirse integrados en la sociedad, lo que favorece su calidad de vida.

Palabras clave: club comunitario; experiencia de vida; adulto mayor; envejecimiento; calidad de vida



ABSTRACT

Introduction: community clubs are a participatory care model that responds to various needs of older people, whose purpose is to promote the continuity of their participation within society with the development of activities to maintain a quality of life through active aging and with success. **Objective:** to validate a life experience scale in older adults who attend community clubs attached to the Metropolitan Center for the Elderly (CEMAN) in Zapopan, Jalisco, Mexico. **Method:** 120 older adults aged 60 and over participated. A scale of 54 questions distributed in four dimensions was designed: participation, sense of belonging, social networks and meaning of life. The Cronbach's alpha reliability coefficient calculation method was used. To analyze the validity of the questionnaire, an exploratory factor analysis of each item was carried out. **Results:** with the analysis of the matrix of rotated components, eight questions that were not feasible were eliminated because they had a value less than 0.5, leaving a total of 46 items. The scale as a whole showed a reliability of $\alpha=0.96$, showing a high level of agreement with this study population. **Conclusion:** the scale allowed us to record the life experiences of older adult members of a community club in relation to their family, social, emotional and leisure activities that they were losing during the aging process, it was recorded how they compensate for the activities they have lost. to feel integrated into society, which favors their quality of life.

Keywords: community club; life experience; older adult; aging; quality of life

RESUMO

Introdução: os clubes comunitários são um modelo de cuidado participativo que responde às diversas necessidades dos idosos, cujo objetivo é promover a continuidade da sua participação na sociedade com o desenvolvimento de atividades para manter a qualidade de vida através do envelhecimento ativo e com sucesso. **Objetivo:** validar uma escala de experiência de vida em idosos que frequentam clubes comunitários vinculados ao Centro Metropolitano para Idosos (CEMAN) em Zapopan, Jalisco, México. **Método:** participaram 120 idosos com 60 anos ou mais. Foi elaborada uma escala de 54 questões distribuídas em quatro dimensões: participação, sentimento de pertencimento, redes sociais e sentido da vida. Foi utilizado o método de cálculo do coeficiente de confiabilidade alfa de Cronbach. Para analisar a validade do questionário foi realizada uma análise fatorial exploratória de cada item. **Resultados:** com a análise da matriz de componentes rotacionados, foram eliminadas oito questões que não eram viáveis por apresentarem valor inferior a 0,5, restando um total de 46 itens. A escala como um todo apresentou confiabilidade de $\alpha=0,96$, demonstrando alto nível de concordância com a população deste estudo. **Conclusão:** a escala permitiu registrar as experiências de vida dos idosos integrantes de um clube comunitário em relação às atividades familiares, sociais, emocionais e de lazer que foram perdendo durante o processo de envelhecimento, registrou-se como eles compensam as atividades que realizam. perderam para se sentirem integrados na sociedade, o que favorece a sua qualidade de vida.

Palavras-chave: clube comunitário; experiência de vida; idoso; envelhecimento; qualidade de vida

Cómo citar este artículo:

Flores Villavicencio ME, Rodríguez Sánchez V, Robles Bañuelos JR. Validación de una Escala de Experiencia de Vida en Adultos Mayores pertenecientes a clubes comunitarios. Rev Inf Cient [Internet]. 2025 [citado Fecha de acceso]; 104:e4686. Disponible en: <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/4686>



INTRODUCCIÓN

México vive una transición demográfica que ha entrado en lo que se denomina envejecimiento poblacional como consecuencia de la disminución progresiva de la tasa de natalidad y un incremento de la esperanza de vida, traducida en experiencia de años vividos con control y calidad de vida, reflejado en la proporción de población mayor con un envejecimiento activo, pleno, saludable y exitoso, y que representa uno de los grandes desafíos para los servicios sociales y de salud.^(1,2,3)

El progresivo aumento del envejecimiento poblacional implica cambios sustanciales en los rubros de seguridad social, servicios de salud y servicios sociales para intervenir en el proceso del ciclo vital del adulto mayor y así lograr una vejez plena y satisfactoria. Estos cambios suceden a nivel biológico, psicológico y social, y están determinados por la historia, la cultura y las condiciones socioeconómicas de los grupos y las personas. Por ello, la forma de envejecer es diferente en cada persona.^(1,4)

El envejecimiento es un proceso directamente relacionado con la exploración de factores que influyen en la forma cómo cada adulto mayor con expectativas distintas, consciente de sus derechos y participante activo, experimenta lo que observa, lo que hace y lo que vive en la sociedad, por lo que necesita continuar vinculado a la sociedad, ejerciendo nuevos roles, su participación debe destacar en todas las esferas de su vida, como las cuestiones sociales, físicas, económicas, culturales, familiares, espirituales entre otras. Mantenerse activo en cada una de estas áreas contribuye a preservar un estado equilibrado de bienestar personal, asociado a un incremento en la calidad de vida.^(3,5)

La experiencia de vida es equiparada a la experiencia de envejecer, es la relación del avance de la edad con el paso de los años, las vivencias acumuladas a través del tiempo, se describe como un proceso de reorganización de la vida personal, acompaña de sentimientos de discontinuidad, de identidad, rupturas y transición a una nueva etapa de vida. También es considerada como el desarrollo de nuevas actitudes y actividades ante la presencia de discapacidades que se van presentando en el cuerpo acorde al avance de la edad, enfrentándose a un cambio del estatus social y familiar que lo va separando de una vida activa en la sociedad, conocido como el tiempo que "no concuerda del todo" con esta época.⁽⁶⁾

Una verdadera experiencia de vida es considerada también, como la historia de vida del adulto mayor donde ha recopilado información subjetiva de la vida entera, donde refleja algunos factores personales y acontecimientos vitales que más han influido a lo largo de su desarrollo vital y que en realidad se trata de momentos que la persona tiene para adaptarse a nuevas situaciones, a cambios de rol, y a nuevas responsabilidades que debe de asumir y de enfrentar conflictos, sucesos, hechos, procesos, causas y efectos secuenciales que ocurren y se presentan en el curso de la vida.⁽⁷⁾

El adulto mayor se encuentra en una sociedad que ignora una historia de sabiduría cargada de experiencias y valores, ya no se analiza lo vivido y se dejan de hacer actividades que por mucho tiempo se realizaron, se experimentan pérdida de familiares, amigo, y trabajo, que le provocan ser menos saludables, participativos y seguros, que le impiden envejecer de manera activa y plena en la sociedad.^(8,9)



Los clubes comunitarios son espacios donde se responde a diversas necesidades de las personas mayores y ofrecen múltiples alternativas de formación y desarrollo humano, de corte educativo, cultural, deportivo y social, fomentando la organización e intervención en la solución de sus problemas, al tiempo que propicia su permanencia en la comunidad, con la intención de buscar su bienestar físico y emocional. La finalidad es promover la continuidad de su participación dentro de la sociedad.⁽¹⁰⁾

Dichos clubes son un entorno que permiten a los adultos mayores mantener su integración social y continuar con el sentido de pertenencia a una red social de apoyo para cubrir las necesidades afectivas y de comunicación que se perdiendo durante del envejecimiento, con la viudez, jubilación y roles familiares, considerándose como factores protectores para un envejecimiento activo y exitosos, que son los indicadores principales para el logro de la calidad de vida y salud.⁽¹¹⁾

Se podría abundar además, que los clubes comunitarios “son un modelo de atención participativa para las personas adultas mayores, que surge en primera instancia por el incremento de esta población, y como una estrategia que permite proporcionar un servicio para mejorar la calidad de vida de este sector”.⁽¹²⁾

Este modelo de atención participativa, es una de las alternativas para que esta población continúe realizando actividades que permitan un envejecimiento activo y exitoso para continuar su participación en sociedad, mediante la integración a un club, a una estancia de día, o bien asociaciones e instituciones para adultos mayores, que les permitan un espacio para compartir y construir experiencias que resignifiquen sus historias y a todo lo vivido, dándoles un nuevo sentido de identidad y pertenencia en la sociedad y la familiar, para mejorar su calidad de vida.⁽¹³⁾

El adulto mayor al integrarse a un club comunitario participará en nuevas actividades sociales, culturales, espirituales y recreativas, mismas que le permitirán continuar manteniendo su individualidad y seguir gozando de respeto y de estima de sus familiares. Estas son algunas de las razones que ocasionan que el adulto mayor mantenga un sentido de pertenencia a sus redes sociales, que le permitan seguir interactuando con otras personas con la misma afinidad y con quienes tendrá la posibilidad de compartir experiencias semejantes y continuar su crecimiento que lo lleve a un bienestar personal, y continuar con un sentido a su vida.^(7,14,15)

Es importante señalar que la participación del adulto mayor dentro de un club comunitario depende del papel que tiene en el grupo ya sea pasivo o activo y este varía de acuerdo al rol que se juegue durante su estancia en el club, es decir, es activo cuando participa en las actividades que se desarrollan en cada una de las reuniones, o pasivo cuando el adulto mayor solo hace acto de presencia sin participar de las actividades que se imparten, pero sigue manteniendo un envejecimiento activo.

El objetivo de este estudio consiste en validar una escala de experiencia de vida de los adultos mayores que acuden a los clubes comunitarios adscritos al Centro Metropolitano del Adulto Mayor (CEMAN) en Zapopan Jalisco, México.



MÉTODO

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, participaron voluntariamente 120 adultos mayores de 60 años más, que acuden a los Clubes Comunitarios adscritos al Centro Metropolitano del Adulto Mayor del Sistema Municipal DIF Zapopan, Jalisco. Se seleccionaron a los adultos mayores que se encontraban en el momento del estudio y que tenían más de un año de participación en los clubes, excluyendo a los adultos mayores que manifestaron sufrir algún tipo de deterioro cognitivo, o alguna patología auditiva o visual que los limitara en la integración a las actividades del club, y quienes no cumplían con la edad establecida.

Instrumento

Se diseñó una escala de 54 preguntas que surgieron de una revisión teórica exhaustiva, evaluada por expertos que laboran en el área comunitaria, quienes confirmaron las características para evaluar la experiencia de vida, distribuidas en cuatro dimensiones: de Participación, Sentido de pertenencia, Redes sociales primarias y Sentido de vida.

Las respuestas son de opción múltiple, quedando en una escala de valor del 1 al 7. Con la finalidad de apoyar al adulto mayor para facilitar la comprensión y claridad en las respuestas de la escala, se utilizó la colorimetría de grises a oscuros, asignado un valor de acuerdo a la intensidad del color, donde el color más claro significa Nada⁽¹⁾ y el más fuerte Muchísimo.⁽⁷⁾

Procedimiento

El diseño del cuestionario se realizó en dos momentos. Inicialmente se presentó a cinco jueces profesionales de gerontología que laboran directamente con la población adulta mayor en centros de atención y clubes comunitarios, para evaluar la pertinencia de los ítems respecto a la experiencia de los adultos mayores en los clubes comunitarios, así como la adecuación de su construcción y la claridad de la redacción.

En el segundo momento se realizaron los cambios al cuestionario a partir de las recomendaciones de los jueces, se reestructuró el cuestionario, rechazando las preguntas no relevantes en la escala.

Antes de la aplicación de la escala a los adultos mayores se les informó el objetivo del estudio, y una vez que aceptaron ser parte del estudio y firmaron la carta de consentimiento informado, se les explicó cómo sería la forma de responder las preguntas del cuestionario. La aplicación de la encuesta fue personalizada con una duración entre 10 a 20 minutos.

Análisis estadístico

Se utilizó el Paquete estadístico para ciencias sociales (*Statistical Package for Social Sciences*, SPSS) y el AMOS Vs 21. Se realizó el análisis descriptivo de las variables sociodemográficas para obtener frecuencias y porcentajes. Se aplicó la prueba Ji cuadrado de Pearson para conocer las diferencias por edad y género.



Se evaluó la confiabilidad del cuestionario con el empleo de alfa de Cronbach para determinar el promedio de correlación entre dimensiones y preguntas, obteniendo un valor a partir de 0,70 como aceptable.

Para analizar la validez del cuestionario se realizó un análisis factoriales exploratorios de cada ítem para identificar los componentes de las distintas dimensiones de la Experiencia de Vida, se optó por la realización de análisis factorial versus análisis de componentes principales. Previo al análisis factorial, se empleó la prueba de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y la prueba de especificidad de Bartlett para comprobar la pertinencia del análisis dimensional de datos.

Por último, se realizó la matriz de componentes rotados para conocer los factores de cada componente y decidir si existe alguna pregunta que merecen ser discriminada.

RESULTADOS

La prueba se aplicó a 120 adultos mayores del Centro Metropolitano del Adulto Mayor, con un promedio de edad de 71,4 años DS=7,014 distribuidos por género en un 24,20 % (N=29) del sexo masculino y el 75,80 % (N=91) del sexo femenino.

El grupo de edad con mayor participación fue el de 65 a 74 años.

Respecto al estado civil, el 64,80 % de las mujeres están solas, mientras que del sexo masculino el 62,10 %, se encuentran casados. Se identificó que quienes ya no tienen pareja (38,5 %), viven con sus hijos.

En el grado de escolaridad de ambos sexos predominó el nivel primario con el 57,10 % de las mujeres y el 37,90 % de los hombres. Se destacó que el grado medio y superior lo superan con predominio los hombres por el 31,0 % y solo el 6,6 % de las mujeres alcanzaron este nivel de escolaridad. Tanto las mujeres como los hombres viven en casa propia.

El 92,30 % de las mujeres se dedican a labores del hogar, mientras que el 69,0 % de los varones mencionó no dedicarse a nada. El 82,80 % de hombres son pensionados, mientras que el 35,20 % de las mujeres tienen pensión en su gran mayoría por viudez.

Finalmente, un porcentaje considerable tanto de mujeres como los hombres refirió estar afiliada al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y al seguro popular, además el 34,2 % manifestó ser beneficiado del programa de desarrollo social 65 y más. El 55,8 % no cuentan con ningún beneficio económico (Tabla 1).



Tabla 1. Distribución de variables sociodemográficas

Variable	Categoría	No.	%
Sexo	Femenino	91	75,8
	Masculino	29	24,2
Edad	60-64	21	17,5
	65-74	59	49,2
	75 y +	40	33,3
Estado civil	Soltero, Divorciado o Viudo.	70	58,3
	Casado, Unión libre	50	41,7
Escolaridad	Sin escolaridad	17	14,2
	Primaria	63	52,5
	Secundaria	25	20,8
	Media o Superior	15	12,5
Vivienda	Propia	98	81,7
	Rentada	3	2,5
	Prestada	19	15,8
Hijos	Sí	116	96,7
	No	4	3,3
Con quién vive	Solo	26	21,7
	Pareja	47	39,2
	Hijos	40	33,3
	Otro	7	5,8
Ocupación	Hogar	87	72,5
	Empleado	12	10,0
	Ninguna	21	17,5
Pensión	Sí	56	46,7
	No	64	53,3
Seguridad social	IMSS	77	64,2
	ISSSTE	9	7,5
	Seguro Popular	25	20,8
	Otro	9	7,5
Tipo de apoyo	65 y más+	41	34,2
	Dispensa	6	5,0
	Ambos	6	5,0
	Ninguno	67	55,8

IMSS: Instituto Mexicano del Seguro Social.

ISSSTE: Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado.

Análisis factorial

La fiabilidad obtenida con el índice alfa de Cronbach fue adecuada para cada dimensión, la escala en su totalidad mostró una fiabilidad de $\alpha=0,96$ mostrando un nivel alto de acuerdo a esta población. Sin embargo, la escala abarca cuatro dimensiones, por lo que fue necesario analizar cada dimensión y corroborar la fiabilidad por separado, identificándose una fiabilidad menor en las dimensiones de participación y redes sociales de $\alpha=0,77$ (Tabla 2).



Tabla 2. Promedio de fiabilidad por dimensión de la escala de Experiencia de Vida

Dimensión	No. de reactivos	Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach Tipificado
Participación	8	0,773	0,805
Sentido de pertenencia	20	0,877	0,917
Redes sociales	12	0,779	0,813
Sentido de vida	14	0,914	0,924

El análisis factorial de la escala total reveló una medida general de Káiser-Meyer-Olkin $KMO=0,693$ y el análisis KMO de cada dimensión demostraron ser factibles. Con la prueba de especificidad de Bartlett se demostró una es significativa ($p<0,05$), esto comprobó que la matriz de correlaciones se ajuste a la matriz idéntica (Tabla 3).

Tabla 3. Índice de pertinencia del análisis factorial de la escala de Experiencia de Vida

KMO y prueba de Bartlett	Participación	Sentido de pertenencia	Redes sociales	Sentido de vida
Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin	0,774	0,719	0,787	0,873
Ji cuadrado aproximado	308,712	719,072	366,607	1147,168
Prueba de especificidad de Bartlett gl	28	190	66	91
Sig.	0,000	0,000	0,000	0,000

En la Tabla 4 se describe el análisis de componentes rotados por cada dimensión, se muestra la extracción de componentes principales de acuerdo a la relación de los 54 ítems que conformaron la escala y con el análisis de los componentes rotados se determinó la distribución de los ítems en cuatro dimensiones, estructurándose en diez componentes.

El análisis de la matriz de componentes rotados de las 54 preguntas, se identificaron que ocho preguntas no lograron ser factibles, por tener un valor menos al 0,5 del considerado adecuado en la literatura, probablemente por semejanza entre las preguntas o por inadecuadas a las dimensiones ubicadas, por lo que fueron eliminadas, quedando un total de 46 reactivos.

Del componente Participación activa se eliminaron las preguntas 6 - Me gusta participar en las actividades ocupacionales que se imparten en mi club y 7 - Me gusta participar en los ejercicios físicos que se imparten en mi club. Mientras que del componente Pertenencia a un club, se eliminó la pregunta 10 - Es agradable estudiar el tema de la reunión.

Mientras que del componente Pertenencia a un club o grupo afectivo de amigos, se eliminaron las preguntas 17 - Me gusta participar en los ejercicios físicos que se imparten en mi club, 22 - Cuando hay conflictos en mi club, sé que se resolverán de la mejor manera, 20 - Comparto mis tristezas con mis compañeros y amigos del club, y la 25 - Tal vez algún día yo pueda ser coordinador o líder de mi club. Finalmente, del componente Autoestima se eliminó la pregunta 41 - Desde que asisto a un club de adultos mi vida tiene un sentido positivo (Tabla 4).



Tabla 4. Matriz de componentes rotados de la escala de Experiencia de Vida

Dimensiones	Componente	Preguntas (50)	Valor		
Participación	Pasiva	Me gusta participar en un club de adultos mayores	0,673		
		Las actividades que se desarrollan en mi club son acordes para los adultos mayores	0,915		
		Pienso seguir participando en mi club.	0,644		
	Activa	Me gusta participar en los festejos de mi club.	0,820		
		Me gusta participar en las pláticas que se realizan en mi club.	0,703		
		Me agrada participar en las actividades recreativas que se realizan en mi club.	0,642		
Sentido de pertenencia	A un club	Es agradable reunirse cada semana en mi club.	0,842		
		Pertenecer a un club, ha mejorado mi sentido del humor.	0,684		
		Asistir a un club, influye para tener más amigos.	0,870		
		Asistir a mi reunión me entusiasma.	0,891		
		Espero con agrado a que llegue la siguiente fecha de mi reunión.	0,903		
		Desde que asisto al club siento más confianza con mis amigos.	0,757		
		Comparto mis alegrías con mis compañeros y amigos del Club.	0,584		
	A grupo afectivo de amigos	El club me brinda confianza.	0,522		
		Me siento totalmente aceptado por mis compañeros.	0,602		
		La relación con mis compañeros del club es cordial.	0,641		
		Acepto a mis compañeros tal y como son.	0,746		
		Les brindo mi amistad a los miembros del club.	0,563		
		Los miembros comparten sus alegrías en el Club.	0,735		
		Los miembros comparten sus tristezas en el club.	0,628		
Redes sociales (apoyo total percibido)	Confianza en sí mismo	Desde que asisto al club tengo más amigos.	0,802		
		Desde que asisto al club tengo más confianza con mi familia.	0,890		
		Desde que asisto al club tengo más confianza con mis amigos.	0,828		
		Desde que asisto al club mis amigos y vecinos me dicen que soy más sociable.	0,675		
	Apoyo afectivo/emocional	He aprendido a respetar a mi familia cuando no está de acuerdo en mis decisiones.	0,760		
		Cuando me siento agredido o lastimado acudo con mis amigos del club.	0,507		
		Desde que asisto al club y me siento triste busco a mis familiares para platicar.	0,511		
		Cuando me siento triste acudo con mis amigos del club.	0,767		
		Recibo apoyo de mis compañeros cuando me siento triste.	0,833		
		Salgo a pasear con mis compañeros del club.	0,787		
	Interacción social	Me reúno con mis compañeros y amigos del club para platicar en días diferentes a la reunión.	0,781		
		Visito a mis compañeros y amigos cuando no pueden asistir a la reunión.	0,561		
		Sentido de vida	Realización/afectiva	Sé que estoy dejando huella en mi club.	0,8,16
				Sé que soy un ser humano agradable.	0,676
Sé que nunca me van a olvidar.	0,837				
A través del club estoy dando un nuevo significado a mi vida.	0,697				
Motivación para la vida	Desde que asisto al club me siento contento con lo que hago.		0,706		
	El club me ayuda a aceptar con madurez todo lo que he vivido.		0,733		
	Desde que asisto al club puedo disfrutar cada día.		0,715		
	Desde que asisto a mi club es más fácil aceptar las pérdidas emocionales.		0,804		
Desde que asisto a mi club es más fácil aceptar la pérdida de un ser querido.	0,755				



	Desde que asisto al club tengo la oportunidad para transmitir mi experiencia.	0,661
	El club de adultos, me ayuda a ver mi vida plena y feliz.	0,662
Autoestima	Desde que asisto al club es más fácil aceptar mis limitaciones físicas.	0,646
	Es fácil dedicar tiempo para mí.	0,884

Una vez realizado el análisis de los componentes que conforman cada una de las dimensiones, se integró una interpretación de cada dimensión en relación al comportamiento de los adultos mayores que asisten a un club comunitario.

Con respecto a la dimensión de Participación se estructuraron seis preguntas que se distribuyeron en dos componentes: el primero corresponde a la Participación pasiva que tiene el adulto mayor en el club comunitario, que le permite ser una personas más seguras y confiadas de sí mismas, valorando sus capacidades. El segundo se refiere a la Participación activa que evidencia la autonomía al participar en la ejecución de las actividades propuestas en el grupo como actividades recreativas, físicas, espirituales, de alfabetización y manualidades, que le permiten superar temores y mantener su independencia y seguridad para llegar a un envejecimiento activo y exitoso.

En la dimensión Sentido de pertenencia solo quedaron 15 preguntas que se fraccionaron en dos componentes: el primero, estructura el Sentido de pertenencia a un club, donde el adulto mayor se identifica con otros miembros de grupo que presentan las mismas características en relación a la edad, comorbilidades y pérdidas psicosociales. El segundo componente determina el Sentido de pertenencia a un grupo afectivo de amigos con características similares, se fundamenta en el mantenimiento de amistades para sentirse identificado con el resto de sus miembros, con la finalidad de compartir experiencias, emociones y considerarlo un sostén de apoyo afectivo y pertenecer a un grupo.

Para la dimensión de Redes sociales de apoyo se integraron doce preguntas, divididas en tres componentes que evaluaron los diferentes apoyos que perciben los adultos mayores que asisten a clubes comunitarios: el primer componente Confianza en sí mismo, permite que los adultos mayores al asistir al grupo, puedan expresar su opinión, tengan la capacidad de comunicarse positivamente diciendo cómo se sienten o qué desean y hacer amigos con facilidad, permitiendo con ello una mejor integración.

El segundo componente de esta tercera dimensión Apoyo afectivo/emocional, genera en los adultos mayores dentro del grupo un sentido de solidaridad y empatía, mediante el intercambio de experiencias vividas en relación a su rol dentro de la familia con otros integrantes del grupo, acciones que permiten contar con un apoyo mutuo en su estado emocional para recuperar sus proyectos de vida. Mientras que el tercer componente correspondió a la interacción social con otros adultos mayores para la realización de actividades de recreación, de lectura, físicas y religiosas que mantienen al adulto mayor vinculado con el medio y la comunidad, de manera activa y exitosa.

Con respecto a la dimensión Sentido de vida, en el adulto mayor es la capacidad para establecer metas y encontrar motivaciones que le permita continuar reconociendo los aspectos afectivos, de realización personal y toma de decisiones, para continuar con las actividades y actitudes cotidianas en la vida. Se



compuso por 13 reactivos distribuidos en tres componentes: Realización/afectiva relacionado con las necesidades y aspiraciones activas, que se reflejan cuando el adulto mayor acepta integrarse a las actividades grupales y comunicarse con los demás, con la finalidad de disfrutar del tiempo para la realización de tareas que le agradan y le ayudan a mantener un envejecimiento activo.

El segundo componente de esta cuarta dimensión fue Motivación para la vida, representa una gran energía impulsora que permite realizar cosas en la vida y disfrutarla, compartir sus experiencias y cambiar el ambiente manteniéndose activos y participativos, en la realización de actividades básicas de la vida diaria y en actividades de ocio que les permitan hacer frente los cambios que se producen durante el proceso de envejecimiento.

Y el último componente Autoestima, evalúa el concepto que tiene el adulto de sí mismo, la interacción con otras personas, mediante la realización de diversas actividades de ocio, invirtiendo su tiempo para continuar su identidad como adulto mayor en la etapa de envejecimiento, con el fin mantener su calidad de vida.

DISCUSIÓN

La construcción de la escala permitió registrar la experiencia de vida de los adultos mayores que son miembros de un club comunitario, ayudo a conocer sobre el tipo de participación activa o pasiva que tenían durante su estancia en el club, además de conocer actividades que le permiten canalizar adecuadamente su tiempo libre, y sobre todo que compensan los cambios familiares, físicos y sociales que sufren durante el proceso de envejecimiento que contribuyen a mejorar su calidad de vida.

De manera similar, Salazar⁽¹²⁾ analizó en su estudio sobre la integración del adulto mayor al club comunitario, este depende del tipo de contacto que previamente tienen con sus pares, de las actividades que realizaban en su vida cotidiana para ocupar su tiempo libre y de la disponibilidad que tiene para participar en las actividades nuevas que suplen las que se van perdiendo al no interactuar más en los contextos familiares y sociales durante el transcurso del envejecimiento.

Igualmente, Guerrero-Castañeda, et al.⁽³⁾ concluyeron que las experiencias de vida positivas que tiene el adulto mayor al integrarse a un club comunitario les han permitido llegar al envejecimiento con plenitud, con amor, con gozo, con disposición activa y creativa, con un sentido de identidad, que le abona a un sentido de vida que les ayuda ser personas autónomas e independiente y con un envejecimiento activos y exitoso.

Las características sociodemográficas que predominaron en los adultos mayores en este estudio fueron: ser una población femenina, entre 65 a 74 años de edad, con un estado civil entre solteros y viudos, con una escolaridad de primaria básica, la mayoría vive con sus hijos o esposo, su ingreso económico depende de una pensión o de programas de apoyos de desarrollo social, ya no tienen empleo y solo se dedican a su hogar. Estas características son consideradas por los adultos mayores como factores que los van aislando y perdiendo su rol activo en su grupo familiar y social, provocando perder el sentido que tiene de su vida y de pertenencia a un grupo social.



En el estudio de Alba⁽⁷⁾ se demuestra que la vulnerabilidad que acompaña al proceso de envejecimiento es gravemente afectada por las condiciones sociodemográficas y de pobreza que padece una proporción importante de adultos mayores reflejándose en las particularidades de la experiencia de envejecer en distintos contextos y situaciones de su vida cotidiana.

Se demostró en este estudio que los adultos mayores al ingresar por primera vez a un club comunitario mantenían una participación pasiva, pero que posteriormente con el paso del tiempo en el club, y su involucración en las actividades que se desarrollan en cada sesión su participación se vuelve activa. Dato que se reafirma en el estudio de Carmona-Valdés⁽⁸⁾ quien sostiene que la participación en actividades durante la vejez depende de las experiencias vividas anteriormente y se asocia con el sentimiento de pertenencia a un grupo, le favorece a la socialización, a mantener una salud física y mental, y sobre todo les permite su continuidad dentro de la sociedad.

Por otro lado, se evidenció en este estudio que el adulto mayor al integrarse a un club comunitario, busca encontrar nuevas relaciones sociales con la finalidad de seguir recibiendo afecto y sentir que aún pertenece a un grupo, para seguir activos e interactuando con nuevos amigos y familiares que a su vez les ayuda a recobrar sus afectos, metas y actividades que se van perdiendo paulatinamente, durante la vejez. Lo que coincide con el estudio de Martínez⁽¹⁵⁾ quien sostiene que el sentido de vida no solo se limita a tener metas, propósitos y satisfacciones, sino que también se relaciona con los aspectos afectivos y de pertenencia a un grupo social, que le permite mantenerse coherente consigo mismo y su entorno.

Igualmente Intriago-Guzmán⁽¹¹⁾ consideró que los clubes comunitarios son contextos que permiten a los adultos mayores mantener una integración social, continuar con el sentido de pertenencia a una red apoyo para cubrir las necesidades afectivas y de comunicación, elementos esenciales para el logro de una buena calidad de vida y salud.

CONCLUSIONES

Este cuestionario de experiencias de vida permitió conocer y orientar las dimensiones de mayor importancia que los adultos mayores expresan durante su participación en clubes comunitarios y permitió identificar las actividades y aprendizajes de vida que ayudarán a dar solución a sus problemas que se presenten durante los cambios físicos, emocionales y sociales durante el proceso de envejecimiento.

Cada una de las preguntas aportó información descriptiva sobre el sentir de los adultos mayores al estar dentro del grupo que, si bien no era el objetivo de este estudio, pero permitió tener un acercamiento sobre la experiencia de vida que desarrolla al asistir y pertenecer a un grupo que le permite integrarse a actividades sociales y de ocio, generando nuevos lazos afectivos y de convivencia.



Dada la importancia de construir instrumentos con una metodología lo más rigurosa posible, fueron detectados algunos errores en la escala propuesta, por lo que es necesario incluir un mayor número de ítems negativos que ofrezcan más amplitud de significancia y comparación entre los componentes que se sugirieron, haciendo más énfasis en las dimensiones de integración social, sentido de vida y de pertenencia a una sociedad que los va relegando por la pérdida de la independencia y autonomía.

Esta escala de experiencia de vida en adultos mayores aporta elementos para que futuros estudios puedan validar el cuestionario propuesto a esta población en diferentes contextos sociales y económicos, además, proporciona elementos a los profesionales de la salud para orientar a esta población en la participación de grupos comunitarios y redes de apoyo, otorgándoles un sentido de vida diferente mediante el cambio de su ciclo de vida, logrando así un envejecimiento activo y exitoso.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Klein A. Los desafíos, aún pendientes, de la sociedad de envejecimiento. Forum Rev [Internet]. 2024 [citado 18 Ene 2025]; 25:225-240. DOI: <https://doi.org/10.15446/frdcp.n25.113453>
2. Araya AJ, Herrera MS, Rubio M. Develando la experiencia de un grupo de personas mayores en un centro de día. Gerokomos [Internet]. 2017 [citado 21 Mar 2024]; 28(3):131-134. Disponible en: <https://repositorio.uc.cl/handle/11534/28718>
3. Guerrero-Castañeda RF, Prado ML, Menezes TMO, Galindo-Soto JA, Ojeda-Vargas MG. Experiencias de vida que favorecen la plenitud y trascendencia del ser adulto mayor: estudio fenomenológico-hermenéutico. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2019 [citado 21 Mar 2023]; 53:e03476. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018029303476666>
4. Hernández-Salazar P. Situación de las Personas Adultas Mayores en México. (2022). En: Hernández-Salazar P. Comportamiento informativo de personas adultas mayores en México. 1ra ed. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas y de la Información (pp. 61-106) Disponible en: https://ru.iibi.unam.mx/jspui/bitstream/IIBI_UNAM/435/1/comportamiento_informativo.pdf
5. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Envejecimiento y salud: un cambio de paradigma. Rev Panam Salud Pub [Internet]. 2000 [citado 18 Ene 2025]; 7(1):60-67 Disponible en: <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2000.v7n1/60-67/es>
6. Membrado M. Experiencias de envejecer y experiencias urbanas: un estudio en el suroeste francés. Alteridades [Internet]. 2010 [citado 15 Mayo 2023]; 20(39):57-65. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/alte/v20n39/v20n39a5.pdf>
7. de Alba-González M. Representaciones sociales y experiencias de vida cotidiana de los ancianos en la Ciudad de México. Estudios Demográficos Urbanos [Internet]. 2017 [citado 13 Mayo 2023]; 32(1):9-36. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/educm/v32n1/2448-6515-educm-32-01-00009.pdf>



8. Carmona-Valdés SE, Ribeiro-Ferreira M. Actividades sociales y bienestar personal en el envejecimiento. Pap poblac [Internet]. 2010 [citado 29 Mayo 2023]; 16(65):163-185. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252010000300006&lng=es&tlng=es
9. Castillo-Riquelme V, Cifuentes-Aguayo E, Órdenes- Órdenes D, Gatica Parra J. Depresión y aislamiento social en personas mayores, análisis del rol de la participación tecnológica. Rev Inv Psicológ [Internet]. 2023 [citado 18 Ene 2025]; 26(1):77-96. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v26i1.24798>
10. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM). Reglamento de clubes para personas adultas mayores incorporados al INAPAM. México: Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores; 2023 [citado 18 Ene 2025]. Disponible en: https://www.bienestar.gob.mx/pb/images/INAPAM/Norm4t3ca/Norm4sIntSus/RCPAM_2023.pdf
11. Intriago-Guzmán AV, Velastegui-Hernández RS, Saltos-Salazar LF, Altamirano-López LF. La disminución de las habilidades sociales y la calidad de vida en el grupo de adultos mayores y sus afectaciones. 593 Digital Publisher CEIT [Internet]. 2024 [citado 18 Ene 2025]; 9(1-1):99-111, DOI: <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2264>
12. Rodríguez Román FJ, Salazar Jiménez MC, Carrera García KJ. Manual para la formación y activación de redes de apoyo social en personas adultas mayores. México: Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores INAPAM. 2023 [citado 18 Ene 2025]; 1-32. Disponible en: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/893920/ManualFARAPAM.pdf>
13. Salazar Jiménez MC, Carrera García KJ. Guía para la Participación Comunitaria de las Personas Adultas Mayores Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. México: Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores INAPAM. 2024 [citado 18 Ene 2025]; 1-23. Disponible en: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/906279/Guia para la participacion comunitaria de las PAM.pdf>
14. Arias CJ. La Red de Apoyo Social en la Vejez: Aportes para su Evaluación. Rev Psicología IMED [Internet]. 2009. [citado 13 Mayo 2023]; 1(1):147-158. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5154987>
15. Martínez Ortiz E, Trujillo AM, Díaz del Castillo JP, Jaimes Osma J. Desarrollo y estructura de la escala dimensional del sentido de vida. Acta Colombiana de Psicología [Internet]. 2011 [citado 13 Mayo 2023]; 14(2):113-119. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79822611011>

Declaración de conflictos de intereses:

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

María Elena Flores Villavicencio: conceptualización, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, visualización, redacción borrador original, redacción-revisión y edición.

Verónica Rodríguez Sánchez: curación de datos, investigación, metodología, supervisión, visualización, redacción borrador original, redacción-revisión y edición.

José Raúl Robles Bañuelos: redacción borrador original, redacción-revisión y edición.



Financiación:

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

Archivo complementario (*Open Data*):

[Escala de Experiencia de Vida en Adultos Mayores](#)

