



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

**INSTITUTO POLITECNICO DE LA SALUD “LUIS FELIPE MONCADA”**

**DEPARTAMENTO DE NUTRICION**

**MONOGRAFIA PARA OPTAR AL TITULO DE  
LICENCIATURA EN NUTRICION.**

**Tema:**

**Estado nutricional y Calidad de vida en adultos mayores de la casa club “Audilia  
Joaquina Blanco y Rafael Espinoza” ubicado en Ciudad Sandino, en el periodo octubre  
2021-marzo 2022.**

**Autor:**

**Br. Sadrac Eliud Treminio Uriarte.**

**Tutora:**

**MSc: Susana Larios.**

**Managua, Nicaragua Marzo 2022**

**Título:** *Estado nutricional y Calidad de vida en adultos mayores de la casa club “Audilia Joaquina Blanco y Rafael Espinoza” ubicado en Ciudad Sandino, en el periodo octubre 2021-marzo 2022.*

**Autor:** Sadrac Treminio.

### **Resumen**

El presente estudio es de tipo descriptivo, retrospectivo y de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 47 adultos mayores de ambos sexos de edades entre 60 a 99 años de edad, que asisten a la casa club del adulto mayor “Audilia Joaquina Blanco y Rafael Espinoza” con educación básica. La procedencia de los adultos mayores no institucionalizados el 79% habita en la zona urbana de Ciudad Sandino, el 21% habita en zonas aledañas a la ciudad. El objetivo fue evaluar el estado nutricional y calidad de vida de los adultos mayores auxiliándose de herramientas estandarizadas como son la mini encuesta nutricional del anciano (MNA), escala WHOQOL-BREF de la OMS. Se realizó una encuesta a cada adulto mayor que asistía el día que se recolectó la información, los principales resultados que se obtuvieron fueron: asisten a la casa club adultos mayores de edades entre 60-70 años, con un 78% del género femenino. Según el MNA el estado nutricional de los adultos mayores se identificó un 47% tienen un estado nutricional satisfactorio mientras que otro 47% se encuentran clasificados con riesgo de malnutrición situación que amerita replantear las estrategias de alimentación dirigida a los adultos mayores para mejorar su estado nutricional. Sobre su calidad de vida se aplicó el instrumento de calidad de vida de la OMS, WHOQOL-BREF. En la muestra de 47 adultos mayores se observó en los 4 dominios que prevalece un porcentaje mayoritario de personas cuentan con calidad de vida regular según las categorías dadas por la escala.

**Palabras claves:** adulto mayor, estado nutricional, calidad de vida, MNA y WHOQOL-BREF.

## **Introducción**

A lo largo de la vida la nutrición desempeña un papel fundamental en el crecimiento y el desarrollo, así como en la prevención de enfermedades y en la recuperación de la salud. Los hábitos alimentarios del adulto de edad avanzada, adquiridos durante las etapas iniciales de su vida, así como sus costumbres actuales, influyen en gran medida sobre su estado de salud y pueden afectar a las actividades de la vida diaria y a su calidad de vida.

“Calidad de vida” es una expresión lingüística cuyo significado es eminentemente subjetivo; está asociada con la personalidad de la persona, con su bienestar y la satisfacción por la vida que lleva, y cuya evidencia está intrínsecamente relacionada a su propia experiencia, a su salud y a su grado de interacción social y ambiental y en general a múltiples factores.

“Calidad de vida del adulto mayor”, según Velandia (1994) es “la resultante de la interacción entre las diferentes características de la existencia humana (vivienda, vestido, alimentación, educación y libertades humanas); cada una de las cuales contribuye de diferente manera para permitir un óptimo estado de bienestar, teniendo en cuenta el proceso evolutivo del envejecimiento, las adaptaciones del individuo a su medio biológico y psicosocial cambiante, el cual se da en forma individual y diferente; adaptación que influye en su salud física, fallas en la memoria y el temor, el abandono, la muerte, la dependencia o la invalidez” (Vera, 2007)

El envejecimiento humano constituye un proceso multidimensional de los seres humanos que se caracteriza por ser heterogéneo, intrínseco e irreversible; inicia con la concepción, se desarrolla durante el curso de vida y termina con la muerte. Es un proceso complejo de cambios biológicos y psicológicos de los individuos en interacción continua con la vida social, económica, cultural y ecológica de las comunidades, durante el transcurso del tiempo.

Representa una construcción social y biográfica del último momento del curso de vida humano. La vejez constituye un proceso heterogéneo a lo largo del cual se acumulan, entre otros, necesidades, limitaciones, cambios, pérdidas, capacidades, oportunidades y fortalezas humanas. (Ministerio de salud y protección social, 2021)

El envejecimiento se asocia con cambios en la composición corporal, en el funcionamiento de los órganos y en la capacidad física y psíquica, aunque la velocidad con que estos cambios aparecen es muy desigual en los distintos individuos. En ausencia de enfermedades, estas

modificaciones son lentas, pero en presencia de formas agudas y crónicas puede acelerarse el proceso de envejecimiento.

Es muy probable que al alcanzar el límite biológico de la vida se llegue a una situación irreversible, pero este proceso avanza a diferente velocidad dependiendo fundamentalmente de factores genéticos y biológicos (no modificables), pero también ambientales, psicológicos, sociales y de hábitos de vida (modificables). Entre los que figura la alimentación.

Se puede afirmar que un buen estado nutricional es necesario para mantener una salud óptima y evitar el desarrollo de algunas enfermedades cuya sintomatología en la edad avanzada puede complicar las manifestaciones del envejecimiento fisiológico y contribuir a la mortalidad durante esa época de la vida, por lo cual, se decidió realizar un estudio sobre el estado nutricional y calidad de vida en adultos mayores no institucionalizados.

El presente trabajo tiene como intención abordar las variables del estado nutricional y calidad de vida de los adultos mayores no institucionalizados de la casa club de adultos mayores “Audilia Joaquina Blanco y Rafael Espinoza” en Ciudad Sandino en el periodo del 2021-2022, con la finalidad de identificar deterioros en la salud y nutrición de este grupo geriátrico, este aporte a la sociedad se realiza como una forma de documentar la realidad para sensibilizar a distintas autoridades y personas dedicadas a la causa, en sentido que funcione como una herramienta de consulta y sustento para la toma de decisiones y establecimiento de prioridades de atención en promoción del envejecimiento saludable.

Es un estudio de tipo de tipo descriptivo, retrospectivo y de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 47 adultos durante Octubre 2021 – Marzo 2022 mayores de ambos sexos de edades entre 60 a 99 años de edad, que asisten a la casa club del adulto mayor “Audilia Joaquina Blanco y Rafael Espinoza”

Se aplicó el instrumento Mini Encuesta Nutricional (MNA) de cribado que ayuda a identificar a ancianos desnutridos o en riesgo de desnutrición. La valoración total de la escala MNA es de 30 puntos. Si  $< 17$  puntos se considera desnutrición, entre 17-23,5 puntos riesgo de desnutrición y = 24 puntos bien nutridos. Consta de 18 ítems divididos en 4 categorías: parámetros antropométricos, estado general del paciente, encuesta dietética y valoración subjetiva. Y el instrumento WHOQOL-BREF de la OMS que consta de 26 preguntas; 24 de ellas están

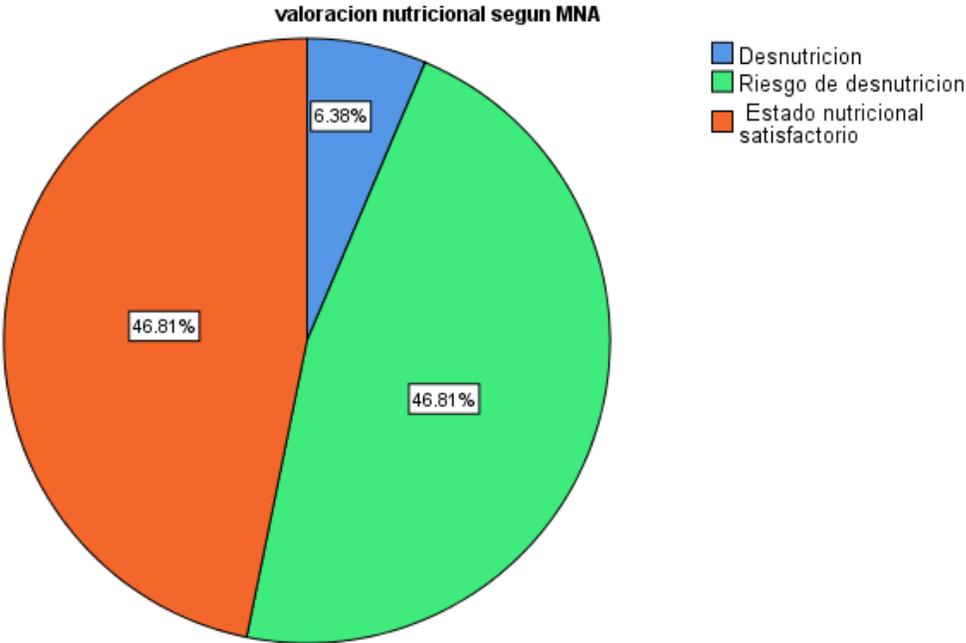
divididas en 4 dominios (físico, psicológico, relaciones sociales y medio ambiente) 2 preguntas son globales, cada una con 4 categorías tipo Likert para evaluar la calidad de vida del adulto mayor. El test proporciona un puntaje general relacionado con la percepción de la calidad de vida total. El análisis de la información se realizó mediante estadística descriptiva utilizando el paquete SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 21.

**Análisis de Resultados**

La población de referencia por sexo en relación con la edad; estuvo constituida por el sexo femenino, el 51% de las féminas se encontraban entre el rango de edad de 60-70 años, mientras que el 40% de la población del género masculino se encuentran en el rango de la misma edad. Por otro lado, el 32% de la población femenina oscilaban entre 71-80 años y el 40% era la población masculina y el 3% de la población femenina se encontraba en el rango edad 90-99 años. Dicho resultado se corrobora con los datos de la OMS, que considera que el envejecimiento y vejez comienza a los 60 años de edad. (Hernández, 2021)

Dicho dato se corresponde con los datos macros de Nicaragua donde la esperanza de vida de los habitantes es de 73,65 años, más o menos la media del resto de los países. (Datos Macro, 2015)

**Figura 1. Valoración según MNA de los adultos mayores**

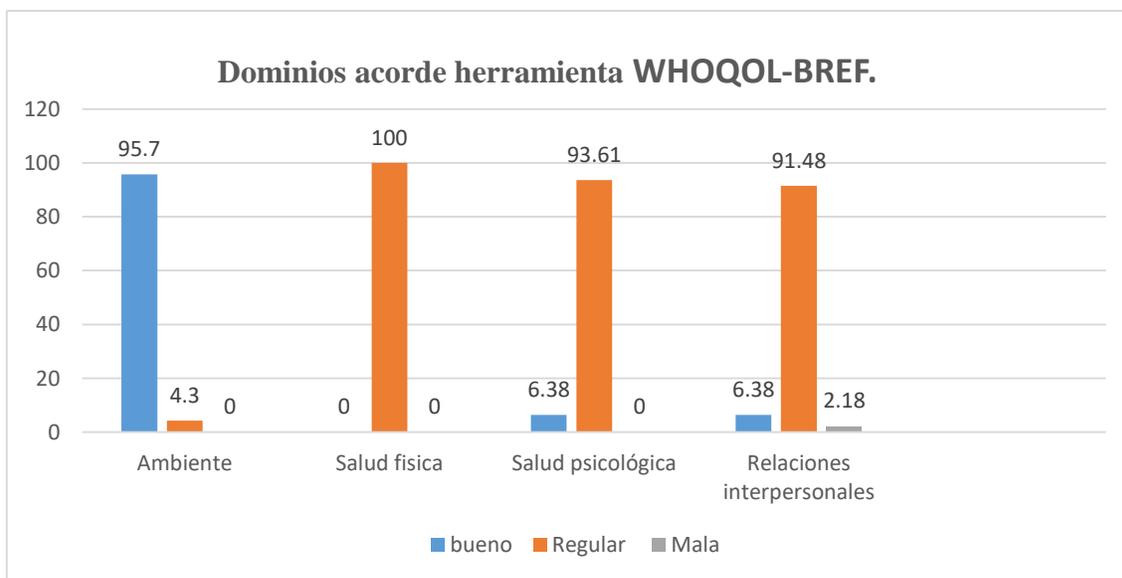


**Fuente: encuesta**

En la figura N° 1, En dicha investigación se obtuvo a partir de la clasificación del MNA versión larga que consta de 18 ítems divididos en 4 categorías: parámetros antropométricos, estado general del paciente, encuesta dietética y valoración subjetiva. En estos resultados se muestra que el 47% de los adultos mayores tienen un estado nutricional satisfactorio tomando en cuenta los aspectos con que evalúa el MNA con un puntaje de >24 puntos; mientras que, por otro lado, un 47% con un puntaje (23-17 puntos) de dicha población en estudio se encuentra en riesgo de desnutrición, solo un 6% de los adultos mayores tiene un estado nutricional inadecuado con puntaje <17.

Se refleja la valoración del estado nutricional según la puntuación del MNA, el cual es un método utilizado con el objetivo de evaluar el estado nutricional de la población geriátrica, del mismo modo es una herramienta fácil y rápida de utilizar tanto en pacientes hospitalizados, institucionalizados o ambulatorios. (Antoquia, 2018)

**Figura 2. Resultados obtenidos de la calidad de vida de los adultos mayores mediante los dominios salud física, psicológica, ambiente y relaciones interpersonales del instrumento WHOQOL-BREF.**



En relación a la valoración realizada a través de la herramienta WHOQOL-BREF se identificó la clasificación de 4 dominios: salud física, Salud Psicológica, Relaciones Interpersonales y ambiente, nos da como resultado que el mayor porcentaje de la población evaluada siendo estos adultos mayores pertenecen a la categoría regular; cabe mencionar que,

aun con la falta de recursos económicos, capacidad para el trabajo y la regular satisfacción en las relaciones interpersonales, se obtienen porcentajes altos de factores que no limitan a los adultos a encontrar satisfacción en su vida que es equivalente a la normalidad en las áreas físicas, psicológicas, sociales y con excepción el área de ambiente que se encuentran entre la media de satisfacción y muy satisfecho que se encuentra representado como “Bueno”.

### **Conclusiones**

La edad predominante fue 60 a 70 años, del mismo modo el predominio y es el del sexo femenino. En cuanto al nivel de escolaridad de los adultos mayores el 47% fue primaria incompleta. La procedencia de los adultos mayores no institucionalizados el 79% habita en la zona urbana de Ciudad Sandino.

El estado nutricional de los adultos mayores tomando la calificación o Cribado nutricional de la Nestlé MNA. Se encontró que el 47% de los adultos mayores tiene un estado nutricional satisfactorio tomando en cuenta los aspectos con que evalúa el MNA, por otro lado, un 47% de dicha población se encuentra en riesgo de desnutrición, solo un 6% de los adultos mayores tiene un mal estado nutricional. Hallazgos importantes para definir y re-direccionar las políticas de alimentación y nutrición dirigidas a este grupo poblacional y de este modo contribuir al mantenimiento de la salud y a una mejor calidad de vida de estas personas, que han logrado llegar a esta etapa de la vida y que merecen vivirla de manera saludable y digna.

El instrumento utilizado para obtener los resultados claves de comportamiento, estado físico y mental nos ayuda a determinar los diferentes dominios en 4 frases: dominio físico, psicológico, social y entorno. La diferencia entre los dominios: salud física, Salud Psicológica, Relaciones Interpersonales y ambiente, nos da como resultado que el mayor porcentaje de la población evaluada siendo estos adultos mayores viven en un rango regular que es equivalente a la normalidad en las áreas físicas, psicológicas, sociales y con excepción el área de ambiente que se encuentran entre la media de satisfacción y muy satisfecho que se encuentra representado como “Bueno”.

Los resultados de esta evaluación se ven ratificados con la observación de vida en el proceso de aplicación concluyendo así que los adultos mayores de la casa club Audilia Joaquina Blanco y Rafael Espinoza poseen una calidad de vida estable y acorde a las circunstancias

que les brinda las diferentes dimensiones incluyendo la familia, los amigos, el entorno y la sociedad como tal acoplándose a cada uno de estos factores que son importantes en la evolución natural del ser humano desde el nacimiento hasta la senectud.

## Bibliografía

- Aguirre, K. D. (2021). *Repositorio UNAN-MANAGUA*. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/15623/1/15623.pdf>
- Antoquia, U. d. (2018). *Repositorio UNAN-MANAGUA*. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/15623/1/15623.pdf>
- CEPAL. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Perspectiva regional y de derechos humanos*. Santiago: Naciones Unidas. Obtenido de Cepal: <https://www.cepal.org/>
- Datos Macro. (2015). *Datosmacro.com*. Obtenido de <https://datosmacro.expansion.com/demografia/indice-global-envejecimiento/nicaragua#:~:text=Nicaragua%20se%20encuentra%20clasificado%20en,un%20nivel%20de%20bienestar%20adecuado>.
- Deossa, G. R. (2016). *Sistema Institucional de Revistas Udenar*. Obtenido de Sistema Institucional de Revistas Udenar: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/3108>
- Escandon, J. (2020). *Universidad catolica de Cuenca*. Obtenido de [https://rraae.cedia.edu.ec/Record/UCACUE\\_d986e65ad10f6111f8d4387051254358](https://rraae.cedia.edu.ec/Record/UCACUE_d986e65ad10f6111f8d4387051254358)
- Guevara, M. C. (2021). *Repositorio Unan-Managua*. Obtenido de Repositorio Unan-Managua: <https://repositorio.unan.edu.ni/15623/1/15623.pdf>
- Hernández, S. (17 de Febrero de 2021). *efeverifica*. Recuperado el 8 de mayo de 2022, de efeverifica: <https://verifica.efe.com/la-oms-no-ha-reclasificado-los-grupos-de-edad-para-incluir-a-la-poblacion-hasta-65-anos-entre-los-jovenes/#:~:text=En%20ese%20mensaje%20una%20flecha,de%20m%C3%A1s%20de%20100%20a%C3%B1os>.
- Ministerio de salud y proteccion social. (2021). *Minsalud*. Obtenido de Minsalud: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>
- Pérez, O. (2019). *Repositorio Unan-Managua*. Obtenido de Repositorio Unan-Managua: <https://repositorio.unan.edu.ni/14267/1/14267.pdf>
- Torrejon, C. M. (2012). *ResearchGate*. Recuperado el 2022, de ResearchGate: [https://www.researchgate.net/publication/329165775\\_Estilo\\_de\\_vida\\_y\\_estado\\_nutricional\\_del\\_adulto\\_mayor](https://www.researchgate.net/publication/329165775_Estilo_de_vida_y_estado_nutricional_del_adulto_mayor)
- Vera, M. (2007). *Scielo*. Obtenido de Scielo: <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3#:~:text=Conclusiones%3A%20Para%2>

0el%20adulto%20mayor,%2C%20decisi%C3%B3n%2C%20comunicaci%C3%B3n%20e%20in  
formaci%C3%B3n.