

Título: Grado de resiliencia del adulto mayor que está en proceso de rehabilitación musculo esquelética

Autores: Martin Pantoja Herrera y María Alberta García Jiménez Instituto Nacional de Rehabilitación, Universidad Autónoma Metropolitana

Introducción: Las personas tienen que afrontar a lo largo de la vida numerosas situaciones que pueden convertirse en estresores crónicos e influir en su bienestar psicológico. La vejez, se caracteriza por ser una de las etapas de la vida en la que las personas tienden a afrontar un mayor número de retos adaptativos dado el cambio gradual de las condiciones de salud, tanto físicas, fisiológicas, psicológicas y sociales; así como también de la presencia de dificultades para desarrollar las actividades de la vida diaria y las restricciones a la participación social, la pérdida de seres queridos y, en muchos casos también el decremento en la situación económica, entre otras. La resiliencia es el convencimiento que tiene un individuo o equipo en superar los obstáculos de manera exitosa sin pensar en la derrota a pesar de que los resultados estén en contra, al final surge un comportamiento ejemplar a destacar en situaciones de incertidumbre con resultados altamente positivos. **Objetivo:** Identificar el grado de resiliencia en el adulto mayor (AM) en proceso de rehabilitación musculo-esquelética. **Método:** se realizó una investigación de tipo exploratorio, transversal y cuantitativa, con adultos mayores de 60 años en fase de rehabilitación musculo esquelética atendidos en una institución de tercer nivel al sur de la Cd. de México a los que se les aplicó un cuestionario de preguntas mixtas que consta de 10 ítems con una puntuación que va de 0 a 4 puntos por pregunta y así identificar el grado de resiliencia de manera temprana, y valorar las respuestas de los adultos. Los autores de esta escala son Connor & Davidson, 2003, que fue adaptada y validada por Campbells-Sills & Stein en el año 2007. La información recabada se procesó mediante el programa Microsoft Office Excel 2010. **Resultados:** El 46% de los AM presentó un grado de resiliencia moderado y de este un 42% es capaz de adaptarse a los cambios que se le presentan, un 50% se encuentra en el rango de edad de 60 a 70 años y de el total el 60% corresponde al género femenino. **Conclusiones:** el grado de resiliencia obtenido en los adultos mayores nos indica que los factores protectores propios de una persona resiliente están presentes, aunque en menor grado, de manera opuesta el tener factores de riesgo de la resiliencia, como un bajo nivel económico y educativo, tener conflictos con la familia o no contar con su apoyo, entre otros puede alterar el grado de resiliencia. Otra causa que se asocia al resultado obtenido es el desarrollo de habilidades de la resiliencia tales como la convicción de ser amado, tener la capacidad de imaginar un futuro mejor, responsabilidad en la toma de decisiones entre otras.

Palabras clave: Adulto Mayor, Resiliencia, Rehabilitación, factores de riesgo

Bibliografía

1. Forés, A y Grané, J. (2008). La resiliencia. Crecer desde la adversidad. Barcelona: Plataforma Editorial.
2. *Perfil Epidemiológico del Adulto Mayor en México* . (2010). Recuperado el 19 de Octubre de 2016, de www.epidemiologia.salud.gob.mx
3. *Situación de las personas adultas mayores en México*. (2014). Recuperado el 19 de Octubre de 2016, de cedoc.inmujeres.gob.mx
4. *Organización Mundial de la Salud (OMS)*. (2014). Recuperado el 19 de Octubre de 2016, de <http://www.who.int/topics/mortality/es/>
5. Beers, H. y. (2009). Manual Merck de Geriatria. España: Editorial Pearson educación.
6. Rubio Olivares, D. Y., Rivera Martínez, L., Borges Oquendo, L., & González Crespo, F. V. (2015). Calidad de vida en el adulto mayor. *Revista Científico- Metodológica* (61), 3-5.
7. Vera, M. (2007). Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. *Anales de la Facultad de Medicina*, 68(3), 285.
8. Rubio Olivares, D. Y., Rivera Martínez, L., Borges Oquendo, L., & González Crespo, F. V. (2015). Calidad de vida en el adulto mayor. *Revista Científico- Metodológica* (61), 3-5.
9. Gil, G. E. (2010). La resiliencia: conceptos y modelos aplicables al entorno escolar. Gran canaria.
10. Moreno, B. G. (2010). Resiliencia individual y familiar. CDMX, México.
11. Becoña, E. (2006). RESILIENCIA: Definición, Características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146.
12. Bermejo, R. C. (2010). Resiliencia, una vision positiva para la prevncion e intervencion desde los servicios sociales. *Revista Critica de Ciencias sociales y Juridicas*(27).
13. García-Vesga, M. C. & Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 11 (1), 63-77.
14. Recabal, J. E. (2010). LA RESILIENCIA: UNA MIRADA DESDE LA ENFERMERÍA. *Ciencia y enfermería*, 16(3), 27-32.
15. D'Alessio, L. (2009). *Mecanismos Neurobiologicos*. Buenos Aires: Ed.Polemos.
16. Vázquez, C. (2003). Emociones positivas, trauma y resistencia. *Ansiedad y estrés*, 9(2):231 -254.
17. Uriarte, J. de D. (2006). Construir la resiliencia en la escuela. *Revista de Psicodidáctica*, 11 (1), 7-23.
18. Tomasini, G. (2012). Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de Yucatán: elementos para favorecer la adaptación escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 15 (2) ,53-64.
19. Amar Amar, J., Martínez González, M., & Utria Utria, L. (2013). Nuevo abordaje de la salud considerando la resiliencia. *Salud Uninorte*, 29(1), 130.