

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**



**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RELIGIOSIDAD EN LOS**  
**ADULTOS MAYORES QUE RESIDEN EN LA CIUDAD DE VILLAZÓN.**

**Por:**

**ITZEL MONTELLANO GAMBOA.**

**TARIJA – BOLIVIA**

*AGRADECIMIENTOS:*

*Te Agradezco a ti Dios por bendecirme para llegar hasta donde he llegado, porque hiciste realidad este sueño anhelado.*

*A mi familia por el apoyo incondicional en todo momento a lo largo de mi vida, por depositar su confianza en mí y brindarme todo lo que estuvo es sus manos para lograr esta meta.*

*A mi docente guía por su esfuerzo y dedicación, quien con sus conocimientos, su experiencia, su paciencia y su motivación me orientó durante la elaboración del presente trabajo.*

*Son muchas las personas que han formado parte de mi vida a lo largo de estos años, a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los momentos más difíciles de mi vida. Algunas están aquí conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón; sin importar en donde estén quiero darles las gracias por formar parte de mí.*

*Para todas ellas: Muchas gracias y que Dios las bendiga.*

*DEDICATORIAS.*

*A Dios, por darme la oportunidad de vivir y por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el periodo de estudio.*

*A mis padres, con mucho respeto y admiración, por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por cada palabra de aliento, comprensión y apoyo, sobre todo por enseñarme a soñar y luchar para alcanzar los sueños, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo.*

*Todo este trabajo ha sido posible gracias a ellos.*

*Al más hermoso de los ángeles allí en el cielo,  
quien iluminó e ilumina mi andar, porque en  
vida me enseñó a levantarme de cada caída y  
empezar de cero, por el amor inmenso a lo  
largo de mis días; a ella, que tantas veces me  
cobijo en su seno cuyas palabras y abrazo  
sincero me dieron la paz y fortaleza que  
necesitaba.*

*Aun habiendo partido de esta tierra y haber  
emprendido su vuelo no me ha abandonado  
nunca, al contrario se fue sin irse y está sin  
estar.*

*Gracias mamá.*

*A mis hermanos:*

*Quienes han llenado mi corazón de amor, por su compañía a travez del tiempo y la distancia, por darme fortaleza cuando más lo necesitaba y dibujar en mi rostro una sonrisa.*

*A todos los adultos mayores, sobre todo a quienes me brindaron su ayuda mientras transcurría este trabajo, a ellos los amados ancianos, quienes han ido dejando frutos en cada uno de sus hogares; aquellos que reconfortaron mi alma con cada palabra de aliento, por sus bendiciones y muestras desprendidas de aprecio.*

*A ustedes gracias, por compartir conmigo sus vivencias, sentimientos y sobre todo su conocimiento, gracias a la vida por haberlos puesto en mi camino.*

*A mis compañeros, quienes a lo largo de nuestra carrera profesional se convirtieron en amigos, con quienes compartimos tarde y noches de desvelo, con quienes nos cobijamos, porque solo nos teníamos los unos a los otros, lejos de nuestros hogares, porque con el tiempo conocí a esos hermanos que la vida nos da.*

*Por haber estado siempre y haber tenido la palabra justa y el aliento necesario, por su apoyo incondicional en cada una de las experiencias vividas, por estar juntos para apoyarnos y festejar nuestros logros y empujarnos tras cada derrota.*

*A ustedes gracias mis amigos.*

## INDICE

CAPÍTULO I.....	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN.....	4
1.1 Planteamiento del problema.....	4
1.2 Justificación del problema.....	6
CAPÍTULO II.....	8
DISEÑO TEÓRICO.....	8
2.1 Problema Científico.....	8
2.2 Objetivo General y Específico.....	8
2.2.1 Objetivo general.....	8
2.2.2 Objetivos Específicos.....	8
2.3 Hipótesis.....	8
2.4 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	9
CAPÍTULO III.....	15
3. MARCO TEÓRICO.....	15
3.1 La tercera edad.....	15
3.1.1 Tercera edad en Bolivia.....	18
3.2 Bienestar.....	19
3.3 Bienestar Psicológico.....	20
3.3.1 El bienestar psicológico en la vejez.....	21
3.4 Bienestar Psicológico desde Carol Ryff.....	23
3.4.1 Autoaceptación.....	26
3.4.2 Relaciones positivas con los otros.....	27
3.4.3 Dominio del ambiente.....	28
3.4.4 Crecimiento personal.....	28
3.4.5 Autonomía.....	29

3.5 Calidad de vida.....	30
3.5.1 Calidad de vida en los adultos mayores.....	31
3.5.2 Dimensiones de la calidad de vida en los adultos mayores.....	33
3.5.2.1 Salud general.....	33
3.5.2.2 Función física.....	33
3.5.2.3 Rol físico.....	34
3.5.2.4 Rol emocional.....	35
3.5.2.5 Rol social.....	36
3.5.2.6 Dolor corporal.....	36
3.5.2.7 Vitalidad.....	37
3.5.2.8 Salud mental.....	38
3.6 La autoestima.....	39
3.6.1. Autoestima en el adulto mayor.....	41
3.6.2. Importancia de la autoestima en los adultos mayores .....	43
3.7 Depresión.....	44
3.7.1 Depresión en los adultos mayores.....	46
3.8. Religión.....	48
3.8.1 Definición de Religiosidad.....	49
3.9. Creencias religiosas.....	50
3.10 Influencia de la espiritualidad en la salud y el bienestar.....	52
3.10.1 Espiritualidad en la Tercera Edad.....	53
CAPÍTULO IV.....	56
METODOLOGÍA.....	56
4.1 Tipificación de la Investigación.....	56
4.2 Población y Muestra.....	57
4.2.1 Población.....	57

4.2.2 Muestra.....	58
4.3 Métodos, Técnicas e Instrumentos.....	59
4.3.1 Métodos.....	59
4.3.2 Técnicas.....	60
4.3.3 Instrumentos.....	61
4.4 Procedimiento.....	69
CAPITULO V.....	71
5.ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	71
6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	118
6.1. Conclusiones:.....	118
6.2 Recomendaciones.....	120

## INDICE CUADROS

5. ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	71
5.1 PRIMER OBJETIVO.....	72
CUADRO N°1.....	72
AUTOACEPTACIÓN.....	72
CUADRO N°2.....	75
RELACIONES POSITIVAS CON LOS OTROS.....	75
CUADRO N°3 .....	77
DOMINIO DEL AMBIENTE.....	77
CUADRO N° 4.....	79
CRECIMIENTO PERSONAL.....	79
CUADRO N° 5.....	81
PROPÓSITO DE VIDA.....	81
CUADRO N°6.....	83
AUTONOMÍA.....	83
5.2. SEGUNDO OBJETIVO.....	86
CUADRO N°1.....	87
SALUD GENERAL.....	87
CUADRO N° 2.....	89
FUNCIÓN FÍSICA.....	89
CUADRO N°3.....	91
ROL FÍSICO.....	91
CUADRO N°4.....	93
ROL EMOCIONAL.....	93

CUADRO N° 5.....	95
FUNCIÓN SOCIAL.....	95
CUADRO N°6.....	97
DOLOR CORPORAL.....	97
CUADRO N°7.....	99
VITALIDAD.....	99
CUADRO N°8.....	101
SALUD MENTAL.....	101
5.3. TERCER OBJETIVO.....	105
CUADRO N°1.....	105
AUTOESTIMA.....	105
5.4 CUARTO OBJETIVO.....	108
CUADRO N° 4.....	108
DEPRESIÓN.....	108
5.5 QUINTO OBJETIVO.....	111
CUADRO N°1.....	111
FACTOR I: CREENCIAS Y PRÁCTICAS RELIGIOSAS Y ESPIRITUALES	111
CUADRO N°2.....	114
FACTOR II: APOYO SOCIAL RELIGIOSO.....	114
CUADRO N°3.....	116
PRESENCIA DEL FACTOR I Y FACTOR II.....	116

## INDICE ANEXOS

ANEXO 1.....	1
CUESTIONARIO DE DATOS PERSONALES.....	1
ANEXO 2.....	2
ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	2
ANEXO 3.....	6
CUESTIONARIO DE SALUD SF-36.....	6
ANEXO 4.....	12
TEST DE DEPRESIÓN DE BECK (DPI-I).....	12
ANEXO 5.....	16
INVENTARIO DE AUTOESTIMA 35B.....	16
ANEXO 6.....	20
INVENTARIO DE SISTEMAS DE CREENCIAS-15R.....	20
ANEXO 7.....	22
MATRIZ DE DATOS.....	22
ANEXO 8.....	24
MAPA DE LA CIUDAD DE VILLAZÓN.....	24
ANEXO 9.....	25
FOTOGRAFIAS.....	25