

## Autopercepción de Salud, Calidad de vida y Bienestar Psicológico en una muestra de mayores

### Autoperception of Health, Quality of life and Psychological Well-being in a sample of major

María Hinojal Benavente-Cuesta<sup>a</sup>, María Paz Quevedo-Aguado<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Pontificia de Salamanca, España

<sup>b</sup> Facultad de Psicología, Universidad Pontificia de Salamanca, España

#### Resumen

**Introducción:** La OMS (2015) afirma que existe un incremento del envejecimiento en la población mundial al que además se le añaden situaciones de discriminación por motivo de la edad. Estas actitudes negativas, constituyen arraigados estereotipos que perjudican no sólo a la sociedad sino también al propio mayor. Por este motivo, es preciso que todos los agentes sociales y sanitarios trabajen bajo el paradigma del Envejecimiento Activo, que aboga por una vejez integrada en un contexto de desarrollo y participación social. **Objetivos:** Analizar la Autopercepción de salud, Calidad de vida y Bienestar psicológico de los mayores, así como, comparar si existen diferencias en relación al sexo, lugar de residencia (urbano/rural) y forma de percibir la jubilación. **Metodología:** Muestra: 91 sujetos ( $\bar{x}=74,07$  años). Instrumentos: Cuestionario de Salud SF (36) y Escala de Bienestar Psicológico (Díaz et al., 2006). **Resultados:** Los participantes muestran una valoración muy satisfactoria en su Autopercepción de salud y Calidad de vida. En este aspecto se observan tendencias distintas según el hábitat, rural/urbano, donde reside el mayor. Por otro lado, también se hallan diferencias en las dimensiones del Bienestar psicológico según el Sexo de los sujetos y la manera que tienen de percibir el hecho de la jubilación.

Palabras clave: Autopercepción de salud; Calidad de vida; Bienestar psicológico; Envejecimiento; Envejecimiento Activo; Vejez.

#### Abstract

**Introduction:** WHO (2015) states that there is an increase in ageing in the world population, which is further compounded by situations of age discrimination. These negative attitudes constitute entrenched stereotypes that harm not only society but also the elderly themselves. For this reason, all social and health actors need to work under the paradigm of Active Ageing, which advocates an integrated old age in a context of development and social participation. **Objectives:** To analyse the health self perception, quality of life and psychological welfare of the elderly, as well as to compare whether there are differences in relation to sex, place of residence (urban/rural) and how to perceive retirement. **Methodology:** Sample: 91 subjects ( $\bar{x}=74,07$  years). Instruments: Health Questionnaire SF (36) and Psychological Welfare Scale (Díaz et al., 2006). **Results:** The participants show a very satisfactory assessment in their own perception of health and quality of life. In this respect, different trends are observed according to habitat, rural/urban, where the largest resides. On the other hand, there are also differences in the dimensions of psychological welfare according to the sex of the subjects and the way they perceive the fact of retirement.

Key words: Autoperception of health; Quality of life; Psychological Well-being; Aging; Active Aging; Oldness.