



Factores biopsicosociales y estado nutricional en adultos mayores: una revisión de literatura

Biopsychosocial factors and nutritional status in older adults: a literature review

MSc. Karla Vanessa Narváez Flores

Centro de Investigaciones y Estudios de la Salud
Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua
<https://orcid.org/0000-0003-3099-9110>
karnarvaez02@yahoo.es

Dra. Zeneyda del Socorro Quiroz

Flores
Recinto Universitario Rubén Darío
Universidad Autónoma de Nicaragua, Managua
<https://orcid.org/0000-0002-0471-7506>
[mail: zqisa@yahoo.com](mailto:zqisa@yahoo.com)

Tutor: PhD. Sergio Gutiérrez

Centro de Investigaciones y Estudios de la Salud. Universidad Autónoma de Nicaragua, Managua

Recibido el 10 de marzo de 2025 / Aceptado el 11 de junio del 2025

<https://doi.org/10.5377/rtu.v14i40.21170>

Palabras clave: adulto mayor, estado nutricional, factores biopsicosociales

Keywords: older adult, nutritional status, biopsychosocial factors

RESUMEN

Los factores biopsicosociales son condiciones que surgen de una combinación de interacciones estructurales, ambientales y funcionales vinculadas al aspecto biológico, psicológico y social. **Objetivo:** analizar cómo los factores biopsicosociales afectan el estado nutricional de los adultos mayores, de acuerdo a la evidencia disponible. **Metodología:** Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica, en forma electrónica, de artículos relacionados con factores biopsicosociales y el estado nutricional en adultos mayores. Comprendió desde el año 2012 hasta el 2022. También se recopiló información relacionada con el concepto de factores biopsicosociales y se reunieron estadísticas disponibles de investigaciones realizadas en la región latinoamericana. **Resultados:** La mayoría de las investigaciones han examinado de manera descriptiva los factores biopsicosociales. El estado nutricional, las prácticas de alimentación y la depresión son los factores más analizados. **Conclusión:** Los adultos mayores son un grupo vulnerable que debe ser investigado de manera específica, para establecer y evaluar programas de intervención integrados y centrados en la persona.

ABSTRACT

Biopsychosocial factors are conditions that arise from a combination of structural, environmental, and functional interactions linked to biological, psychological, and social aspects. **Objective:** To analyze how biopsychosocial factors affect the nutritional status of older adults, according to the available evidence. **Methodology:** A bibliographic search was carried out electronically for articles related to biopsychosocial factors and nutritional status in older adults. It covered the years from 2012 to 2022. Information related to the concept of biopsychosocial factors was also compiled, and available statistics from research carried out in the Latin American region were gathered. **Results:** Most research has examined biopsychosocial factors descriptively. Nutritional status, eating practices, and depression are the most analyzed factors. **Conclusion:** Older adults are a vulnerable group that should be specifically investigated in order to establish and evaluate integrated, person-centered intervention programs.

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud, OMS (2023), indica que, en el año 2030, una de cada seis personas tendrá 60 años o más. En el año 2050, la población mundial de personas en esa edad se habrá duplicado (2100 millones). Se estima que el número de personas de 80 años o más se triplicará entre 2020 y 2050, alcanzando los 426 millones. Este cambio en la distribución de la población hacia edades más avanzadas se conoce como envejecimiento de la población.

De acuerdo con el Instituto Nicaragüense de Desarrollo, INIDE (2021), hay 492,207 personas adultas (mayores de 60 años), que representa el 8 % de la población total, y se espera un aumento en los próximos años, ya que la esperanza de vida al nacer es de 75.7 años. En este contexto, la OMS (2022) describe el envejecimiento desde un enfoque biológico como el resultado de la acumulación de una multiplicidad de daños moleculares y celulares en el tiempo, lo que provoca una disminución gradual de las capacidades físicas, mentales y un mayor riesgo de enfermedad.

El estado nutricional óptimo es esencial para mantener la capacidad física y mental de los adultos mayores. Como lo indica el estudio de Riveros (2015) sobre la importancia de la nutrición para conservar el estado funcional y la calidad de vida. Este grupo poblacional, con mayor riesgo de múltiples enfermedades, experimentan cambios fisiológicos, metabólicos, psicológicos y sociales que pueden afectar la ingesta de alimentos, predisponiendo a desnutrición u obesidad.

Teniendo en cuenta que existen factores biológicos, psicológicos y sociales, que pueden afectar negativamente el estado nutricional, el objetivo de esta revisión es analizar cómo los factores biopsicosociales afectan el estado nutricional de los adultos mayores, de acuerdo a la evidencia disponible.

MATERIAL Y MÉTODO

La revisión se llevó a cabo a través de una búsqueda electrónica de artículos sobre los factores biopsicosociales que afectan el estado nutricional en personas mayores. Se investigaron las bases de datos de SciELO, Biblioteca Virtual en Salud (BVS), Elsevier y MedlinePlus. Los términos de búsqueda utilizados fueron envejecimiento, desnutrición, depresión, factores biológicos y sociales.

La selección de artículos se realizó considerando un período de 10 años, desde 2012 hasta 2022. Los resultados y antecedentes fueron ingresados en una base de datos con el objetivo de identificar similitudes y diferencias para organizar este artículo de revisión.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La OPS (2020) define la capacidad funcional como “los atributos relacionados con la salud que permiten a una persona ser y hacer lo que es importante para ella”. También menciona que la capacidad funcional se compone de la capacidad intrínseca de la persona, del entorno y de la interacción entre la persona y su entorno, y que la capacidad intrínseca es “la combinación de todas las capacidades físicas y mentales que posee una persona”.

En tal sentido, la OMS (2022) menciona que cuando las personas llevan estos años adicionales en buena salud, adoptando estilos de vida saludables, especialmente una alimentación balanceada, ejercitándose regularmente y evitando el tabaco, ayuda a disminuir el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles, a mejorar la capacidad física, mental y social, lo que les permite seguir contribuyendo a su familia, comunidad y lugar de trabajo.

Factores biopsicosociales y estado nutricional en adultos mayores

En la investigación de Arauco et al. (2021) en Tarrasa, España, evaluaron el impacto de una intervención educativa en nutrición sobre el riesgo de malnutrición y depresión en adultos mayores y hallaron que el 63.2% estaba en riesgo de malnutrición y el 7.9% padecía de malnutrición. De la muestra total, el 28.9% presentaba depresión. Se identificó una relación lineal estadísticamente significativa, moderada y negativa entre el grado de depresión y el riesgo nutricional ($\rho = -0.489$; $p < 0.01$). Estos resultados llevan a concluir que el riesgo de malnutrición se asocia significativamente con el de depresión en los adultos mayores.

Espinosa E, abril-Ulloa & Encalada T (2019), del cantón Gualaceo, Ecuador, encontraron que la prevalencia de desnutrición fue del 20.4%, el riesgo de malnutrición del 47.2% y el estado nutricional satisfactorio del 32.4%. También se observó que una quinta parte de la población de adultos mayores tenían desnutrición, la cual estaba asociada a depresión, sedentarismo, bajo nivel socioeconómico y anemia.

Ortiz et al. (2019), en Bolivia, analizaron los patrones sociodemográficos de la desnutrición en adultos mayores y señalaron que la edad promedio fue de 70.71 ± 7.70 años y el 55.7% eran mujeres. La prevalencia de desnutrición fue del 16.0%, 18.9% tenían sobrepeso y 20.7% obesidad. Una mayor probabilidad de presentar desnutrición se asoció significativamente con el sexo femenino, los indígenas, las personas sin seguro de salud y aquellos que viven en la zona andina. Además, se reportó una mayor probabilidad de obesidad en mujeres de 60 a 79 años que residen en áreas metropolitanas.

Gracia-Rebled et al. (2018) en Zaragoza, estudiaron la relación entre la ocupación a lo largo de la vida y el deterioro cognitivo libre de demencia (DCLD) usando el Mini Examen Cognoscitivo, encontrando que la prevalencia de DCLD fue del 28%. El odds ratio de DCLD fue un 53% más alto para los trabajadores de cuello azul, un 77% más alto en mujeres que realizaban tareas del hogar y casi el doble en agricultores. El estudio concluye que la ocurrencia de DCLD está afectada por la ocupación laboral previa de los sujetos, indicando que una ocupación con mayores requerimientos intelectuales puede ayudar a mantener las funciones cognitivas más tiempo.

Asimismo, Barrientos (2014), en Costa Rica, examinó la prevalencia y factores de riesgo en adultos mayores, y encontró que el 39% eran hombres y el 61% mujeres. La edad promedio fue de 76.4 años, con un máximo de 97 años. La prevalencia de riesgo nutricional fue del 34% (IC 95%: 24.2 - 43.8). Los resultados de la regresión logística mostraron que la reducción del apetito, el riesgo de depresión y un índice de masa corporal igual o menor a 23, estaban fuertemente relacionados con el riesgo nutricional.

Deossa-Restrepo L. R.-B.-U.-s. (2016), en Antioquia, Colombia, evaluaron el estado nutricional de adultos mayores con el Mini Nutritional Assessment: MNA. Los resultados mostraron que las mujeres tenían un índice de masa corporal más alto que los hombres; en cuanto al consumo de alimentos, se observó que el 66.8% de los adultos mayores comían tres veces al día, el 21.5% consumía lácteos, legumbres y pescado de manera regular, al 50% les gustaban las frutas y el 16.7% bebía más de tres vasos de agua al día.

Según Raimunda Montejano Lozoya & asociados (2014) en su publicación factores asociados al riesgo nutricional en adultos mayores autónomos no institucionalizados. Mencionan que el 48,33% son hombres y el 51,67% son mujeres, con una edad media de $74,3 \pm 6,57$ años. El 23,33% tiene riesgo de malnutrición. Los factores independientes relacionados con el riesgo de malnutrición incluyeron no tener estudios, sentirse solo, seguir dietas controladas, tener poco apetito, padecer xerostomía, tener problemas para tragar, el número de enfermedades crónicas y haber tenido enfermedades agudas en el último año.

González-Franco et al. (2020), estudiaron la prevalencia de riesgo de desnutrición (RD) en adultos mayores e identificar algunos factores asociados, señalando que el 47,9% (46 sujetos; 37 mujeres y 9 hombres) mostraron RD según la escala de Valoración Mínima del Estado de Nutrición (VMEN) y 52,1% de los participantes fueron clasificados con estado nutricional normal en esta escala. Los promedios de la masa corporal libre de grasa y la masa muscular esquelética en miembros de sujetos con RD, fueron más bajos que en aquellos con buen estado de nutrición ($p < 0,05$). El análisis de regresión logística múltiple ajustado por género sugiere que la edad ($OR=1,08$, $p=0,005$) y la depresión ($OR=3,79$, $p=0,017$) fueron factores predictores relacionados con RD. El 47,9% de los participantes tuvo RD. Estos hallazgos llevan a concluir que se necesitan acciones para diagnosticar y tratar el RD y prevenir que avance una desnutrición.

Puello et al. (2019) en Colombia, evaluaron los sentimientos de depresión en personas mayores, beneficiarios de un Programa de Extensión Solidaria de Salud Familiar, hallando que el 80% de los sujetos de estudio viven en estrato socioeconómico I, y el resto en estrato 2; los sentimientos de depresión se presentaron en 27.9% de los adultos mayores, donde leve correspondió a 21.6% y depresión establecida a 6.3%, siendo más frecuente en el sexo femenino con 18%, el estado civil que mostró mayores porcentajes de depresión fue casadas 9% y unión libre 7.2%. Concluyendo que la mayoría de los adultos mayores no mostraron sentimientos de depresión. Se identificaron como factores protectores tener amigos, pertenecer a grupos sociales, religiosos, buena funcionalidad familiar y, sin duda, ser parte del Programa de Extensión solidaria "Salud Familiar de la Universidad de Córdoba".

Tabla resumen de literatura consultada

Nombre del artículo	Autor	Revista	Año
Prevalencia y factores de riesgo en personas adultas mayores en Costa Rica	Barrientos Calvo, Isabel, Madrigal Leer, Fabián, & Abarca Gómez, Leandra	Revista Costarricense de Salud Pública	2014
Evaluación nutricional de adultos mayores con el Mini Nutritional Assessment MNA	Deossa-Restrepo, Gloria Cecilia, Restrepo-Betancur, Luis Fernando, Velásquez-Vargas, John Edinson, & Varela-Álvarez, Daniela	Revista Universidad y Salud	2016
Prevalencia de malnutrición y factores asociados en adultos mayores.	Espinosa E Hermel, Abril-Ulloa Victoria & Encalada T, Lorena	Revista chilena de nutrición	2019
Influencia de la ocupación en el deterioro cognitivo libre de demencia en adultos mayores	Gracia-Rebled Ana Cristina, Santabárbara Javier; Lopez-Anton Raúl, Tomas Concepción, Lobo Elena, Marcos Guillermo & Lobo Antonio	Revista española de geriatría y gerontología	2018
Riesgo de desnutrición y factores asociados en adultos mayores	González Franco, Luis, González, Rogelio, Ramírez, Maribel, & Alemán, Heliodoro	Archivos Latinoamericanos de Nutrición	2020
Anuario Estadístico	Instituto nacional de Información de Desarrollo INIDE	www.inide.gob.ni	2021

Nombre del artículo	Autor	Revista	Año
Impacto sobre riesgo de malnutrición y depresión en adultos mayores no institucionalizados.	Lozada, A., Patricia, G & Andreu, F.	Nutrición Hospitalaria	2021
Factores asociados al riesgo nutricional en adultos mayores autónomos no institucionalizados	Montejano Lozoya, A. Raimunda, Ferrer Diego, Rosa M. ^a , Clemente Marín, Gonzalo, Martínez-Alzamora, Nieves, Sanjuan Quiles, Ángela, & Ferrer Ferrández, Esperanza	Nutrición Hospitalaria	2014
Guía sobre la evaluación y los esquemas de la atención centrada en la persona en la atención primaria de salud	Organización Panamericana de la Salud	https://www.who.int/es/health-topics/aging#tab=tab_3	2020
Envejecimiento y salud	Organización Mundial de la Salud	https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/aging-and-health	2022
La salud mental y adultos mayores.	Organización Mundial de la Salud	https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults	2023

Nombre del artículo	Autor	Revista	Año
Factores sociodemográficos asociados a la malnutrición del Adulto Mayor	Ortiz Mamani, Illanes Yercin., Elving Daniel, & Luizaga Jenny	Gaceta Médica Boliviana	2023
Depresión en personas mayores, beneficiarios de un Programa de Extensión Solidaria de Salud Familiar	Puello Alcocer, Elsy; Sánchez Caraballo, Álvaro; Rada Sabino, Andrea; Argumedo Seña, Meiry	Revista Avances en Salud	2019
Valoración de factores biopsicosociales determinantes del riesgo de desnutrición en los adultos los adultos mayores en hogares de ancianos	Riveros Ríos M.	Anales de la facultad de Ciencias Médicas. Asunción	2015

CONCLUSIÓN

En la investigación realizada sobre el principal tema de los estudios hechos en la última década sobre la relación entre los factores biopsicosociales y el estado nutricional en adultos mayores, se concluyó que con el envejecimiento de las personas aumentan las posibilidades de sufrir malnutrición, problemas de movilidad y enfermedades crónicas no transmisibles. Además, se encontró que la depresión y las comorbilidades afectan el estado nutricional, la salud física, la salud mental y la calidad de vida.

REFERENCIAS

- Barrientos Calvo, Isabel, Madrigal Leer, Fabián, & Abarca Gómez, Leandra. (2014). Prevalencia y factores de riesgo en personas adultas mayores en Costa Rica. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 23(1), 39-43. Retrieved January 09, 2025, from http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292014000100007&lng=en&tlang=es.6.
- Deossa-Restrepo, L. R.-B.-U.-s. (2016). Evaluación nutricional de adultos mayores con el Mini Nutritional Assessment MNA. *Revista Universidad y Salud*, 18(3):494-504.
- Espinosa, E., abril-Ulloa, H., Victoria, & Encalada T, Lorena. (2019). Prevalencia de malnutrición y factores asociados en adultos mayores del cantón Gualaceo, Ecuador. *Revista chilena de nutrición*, 46(6), 675-682. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000600675>
- Gracia-Rebled Ana Cristina, Santabárbara Javier; Lopez-Anton Raúl, Tomas Concepción, Lobo Elena, Marcos Guillermo & Lobo Antonio. (2018). Influencia de la ocupación en el deterioro cognitivo libre de demencia en adultos mayores. *Revista española de geriatría y gerontología* 53(3):134–140. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2017.07.001>
- González-Franco, L., González, R., Ramírez, M., & alemán, H. (2020). Riesgo de desnutrición y factores asociados en adultos mayores. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición* vol. 70, 30 – 39. <https://doi.org/10.37527/2020.70.1.004>
- Instituto nacional de Información de Desarrollo. (2021). Anuario Estadístico.
- Lozada, A., Patricia, G & Andreu, F. (2021). Impacto sobre riesgo de malnutrición y depresión en adultos mayores no institucionalizados. *Nutrición Hospitalaria*, Volumen 38 N° 2 Páginas 260 – 266.
- Montejano Lozoya, A. Raimunda, Ferrer Diego, Rosa M.ª, Clemente Marín, Gonzalo, Martínez-Alzamora, Nieves, Sanjuan Quiles, Ángela, & Ferrer Ferrández, Esperanza. (2014). Factores asociados al riesgo nutricional en adultos mayores autónomos no institucionalizados. *Nutrición Hospitalaria*, 30(4), 858-

869. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2014.30.4.7829>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2020). Guía sobre la evaluación y los esquemas de la atención centrada en la persona en la atención primaria de salud; Disponible en:https://www.who.int/es/health-topics/ageing#tab=tab_3.
- Organización Mundial de la Salud. (2022, octubre 1). Envejecimiento y salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2017, diciembre 12). La salud mental y adultos mayores. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>
- Ortiz, M., Illanes, Y., Elving, D., & Luizaga, J. (2023, junio 12). Factores sociodemográficos asociados a la malnutrición del Adulto Mayor. *Gaceta Médica Boliviana*, 42(2), 98-105. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-29662019000200002&lng=es&tlng=es.
- Puello Alcocer, Elsy; Sánchez Caraballo, Álvaro; Rada Sabino, Andrea; Argumedo Seña, Meiry. (2019). Depresión en personas mayores, beneficiarios de un Programa de Extensión Solidaria de Salud Familiar. *Revista Avances en Salud* vol. 3, núm. 2.
- Riveros Ríos M.(2015). Valoración de factores biopsicosociales determinantes del riesgo de desnutrición en los adultos los adultos mayores en hogares de ancianos. *An. Fac. Cienc. Méd. (Asunción)*/Vol. 48 - N° 2, 2015