



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

Artículo original

Impacto de la actividad física en la calidad de vida de los adultos mayores

Impact of the physical activity in the quality of the grown-ups' life

Impacto da atividade física na qualidade de vida de idosos

Niurka Siomara Castañer Jorrín.

Universidad de Matanzas Camilo Cienfuegos. Facultad de Ciencias de la Cultura Física, Matanzas, Cuba.

ID: <https://orcid.org/0000-0003-3963-8442>

Correo electrónico: niurka.castaner@umcc.cu

Abel Gallardo Sarmiento

Universidad de Matanzas Camilo Cienfuegos. Facultad de Ciencias de la Cultura Física, Matanzas, Cuba.

ID: <https://orcid.org/0000-0002-6120-0992>

Correo electrónico: abel.gallardo@umcc.cu

Onix Edelma Pestana Mercader

Formatur de Varadero, Matanzas, Cuba.

ID: <https://orcid.org/0000-0001-8218-7662>

Correo electrónico: onix.pestana@umcc.cu

Idelmis Edilia Sánchez Sánchez

Universidad de Matanzas Camilo Cienfuegos. Facultad de Ciencias de la Cultura Física, Matanzas, Cuba.

ID: <http://orcid.org/0000-0002-0681-9549>

Correo electrónico: idelmis.sanchez@umcc.cu



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

* Autor para correspondencia: Niurka Siomara Castañer Jorrín.

Correo electrónico: niurka.castaner@umcc.cu

Resumen

La inactividad física en los adultos mayores está asociada a las enfermedades crónicas no transmisibles, aspectos que deben ser abordados debido a su gran importancia para promover un envejecimiento saludable, de ahí que los autores se propongan como objetivo evaluar el impacto de la actividad física en la calidad de vida de los adultos mayores, para ello se emplean métodos teóricos y empíricos entre los que se declaran, el análisis de documentos, la entrevista y la encuesta. Se llevó a cabo un estudio transversal en el municipio de Unión de Reyes, a 55 adultos mayores, tanto practicantes como no practicantes de ejercicio físico. Entre sus principales resultados están el establecimiento de los referentes teóricos y metodológicos, conformación de los pasos que guían el estudio científico y presentación de los resultados de los instrumentos aplicados, como vía para solucionar el problema declarado.

Palabras clave: actividad física, calidad de vida, adultos mayores.

Abstract

The physical inactivity in the grown-ups is not associated to the chronic illnesses transferable, aspects that should be approached due to its great importance to promote a healthy aging, with the result that the authors intend as objective to evaluate the impact of the physical activity in the quality of the grown-ups' life, for they are used it theoretical and empiric methods among those that are declared, the Analysis of documents, the Interview and Survey. It was carried out a traverse study in the municipality of Union of Kings, to 55 grown-ups, so much practitioners as not practitioners of physical exercise. The theoretical and methodological establishment of the relating ones are among their main results, conformation of the steps that guide the scientific study and presentation of the results of the applied instruments, as via to solve the declared problem.



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

Key words: physical activity, quality of life, grown-ups.

Resumo

A inatividade física em idosos está associada a doenças crônicas não transmissíveis, aspectos que devem ser abordados devido à sua grande importância na promoção do envelhecimento saudável, daí o objetivo dos autores avaliar o impacto da atividade física na qualidade de vida dos idosos, para isso são utilizados métodos teóricos e empíricos, dentre os quais estão declarados, análise documental, entrevistas e inquéritos. Foi realizado um estudo transversal no município de Unión de Reyes, com 55 idosos, praticantes e não praticantes de exercício físico. Entre seus principais resultados estão o estabelecimento de referenciais teóricos e metodológicos, formação das etapas que norteiam o estudo científico e apresentação dos resultados dos instrumentos aplicados, como forma de solucionar o problema declarado.

Palavras-chave: atividade física, qualidade de vida, idosos.

Recibido: 25.11.2024

Aprobado: 10.02.2025

Introducción

En la actualidad, la población mundial tiene una esperanza de vida igual o superior a los 60 años. Todos los países están experimentando un incremento en la cantidad y la proporción de adultos mayores en la población (Organización Mundial de la Salud-OMS, 2022). En Cuba, la dinámica demográfica ha sido especialmente intensa. “La lanza”, es un asentamiento poblacional del plan turquino del municipio de Unión de Reyes, es considerado el territorio más envejecido de la provincia Matanzas y el tercero a nivel de país con un 28,2 % de personas que sobrepasan los 60 años, existe una preocupación por el bienestar de esta población, lo que plantea importantes desafíos en el ámbito de la salud pública (OMS, 2022).



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

El aumento de la esperanza de vida, sumado a la disminución de la tasa de natalidad, ha llevado a un crecimiento en el número de adultos mayores en la sociedad con un incremento en la prevalencia de enfermedades crónicas y discapacidades relacionadas con la edad, demandando mayor servicio de salud y cuidado para este grupo etario. En tal sentido, la definición de calidad de vida, es ampliamente utilizada en el ámbito científico y está directamente relacionada con la manera en que los individuos envejecen (Herrera & Guzmán, 2012, como se citó en Acosta et al., 2024). Según (OMS, 1995) se refiere a la percepción del individuo sobre su posición en la vida en el contexto de la cultura y el sistema de valores en los que vive.

Los autores de este estudio, tomando en consideración las definiciones antes planteadas, establecen como calidad de vida relacionada con la salud, a la capacidad de una persona para llevar una vida plena, satisfactoria, tanto a nivel físico, mental, como emocional, lo que implica disfrutar de una buena salud física y mental, mantener un buen equilibrio emocional, tener relaciones sociales satisfactorias, vivir en un entorno seguro, saludable y contar con acceso a la atención médica cuando sea necesario. Se basa además en la capacidad para realizar las actividades de la vida diaria de manera independiente, sentirse feliz y realizado.

La autopercepción de salud es un indicador importante del estado general de salud en los adultos mayores. Esta autopercepción, pese a ser un indicador subjetivo, integra factores biológicos, sociales y psicológicos del individuo y resulta ser un buen predictor de morbilidad y mortalidad (Alfonso & Mena (1999, como se citó en Cintra et al., 2022).

En este contexto, la actividad física se sitúa como una de las estrategias más efectivas para promover la salud y el bienestar en las personas mayores. Numerosos estudios (OMS, 2010; Alcívar & Laínez, 2015; OMS, 2022; Cintra, 2022; Andrade & Balda, 2022; Castellanos & Cobo, 2023; Luna, 2024) han demostrado que la actividad física regular puede ayudar a prevenir y controlar enfermedades crónicas. Además,



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

permite mejorar la calidad de vida relacionada con la salud en su función física, lo que posibilita vivir más tiempo de manera autónoma e independiente. Resulta pertinente abordar este tema en la actualidad para desarrollar acciones asociadas a la actividad física efectiva, adaptada a las necesidades y características de los adultos mayores.

Los autores del estudio definen la actividad física como movimientos corporales que favorecen la salud, el bienestar y la calidad de vida. Este tipo de actividades abarca caminar, correr, nadar, practicar deportes, bailar, hacer yoga, entre otras. Esta ayuda a las personas a conectarse con su cuerpo, a liberar tensiones, a mejorar la condición física, salud mental, emocional y disfrutar del tiempo libre. Contribuye a elevar la autoestima, incrementar la energía, vitalidad, mantener un equilibrio físico, mental y emocional en la vida diaria, impactando de modo positivo en la calidad de vida y la salud, estos elementos se encuentran en correspondencia con lo planteado por Devís (2000) como se citó en Flores (2024).

El objetivo de la presente investigación es evaluar el impacto de la actividad física en la calidad de vida de los adultos mayores.

Materiales y métodos

La investigación se realizó en el asentamiento poblacional "La Lanza", perteneciente al plan Turquino, en el municipio Unión de Reyes, provincia de Matanzas, Cuba. Este enfoque de campo fue esencial para obtener información directa para poder evaluar el impacto asociado al nivel de actividad física y preferencias de los adultos mayores que residen en esta comunidad. Se llevó a cabo un estudio cuali-cuantitativo, de diseño no experimental, transversal y de tipo descriptivo y causal.

Los datos recolectados se analizaron con el programa estadístico SPSS 24.00, sobre plataforma de WINDOWS 10. Se emplearon métodos descriptivos y se reportaron los resultados en términos porcentuales. Todas las variables fueron analizadas para



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

determinar su relación con la calidad de vida de los participantes. La significación estadística fue establecida en un nivel de $p < 0.05$, calculados por el método de significación porcentual por el algoritmo de Bukac.

La muestra está compuesta por 55 adultos mayores (entre los 60- 89 años), 40 del sexo femenino y 15 del masculino. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo aleatorio simple, asegurando que fueran tanto practicantes, como no practicantes de actividades físicas. Intervienen a su vez, cuatro actores comunitarios y tres directivos de la Dirección municipal del INDER en Unión de Reyes Matanzas. En la investigación se aplicaron los métodos teóricos: histórico lógico, el analítico-sintético y el inductivo-deductivo. En los métodos empíricos se seleccionan: el análisis de documentos, la entrevista y la encuesta.

Resultados

Para evaluar el impacto de la actividad física en la calidad de vida de los adultos mayores, se emplearon diferentes métodos que contribuyeron en gran medida a la obtención de los resultados alcanzados. Los mismos fueron creados adaptando elementos previamente validados en la literatura (referencia bibliográfica).

Resultados del análisis de documentos.

Como resultados del análisis de documentos se detectaron deficiencias en las visitas realizadas. Estos resultados evidenciaron: que no existe una planificación de los docentes (25 % de los casos), escasa atención individualizada a los adultos mayores, no existe chequeo de la presión arterial en diferentes momentos de la clase. En los informes sobre los resultados alcanzados en las visitas efectuadas por diferentes instancias, no existe correspondencia entre los informes dejados y la cantidad de visitas planificadas, donde solo se registran 2 evaluaciones de regular, 3 de bien y ninguna excelente, de 8 planificadas para la etapa. En ninguno de los casos se dejan recomendaciones para solucionar los problemas detectados. En los registros de

asistencia y evaluación revisados a los tres directivos, se evidencia de manera general el control de la asistencia, pero no se realiza de igual forma en el segundo aspecto, en el 50 % de los casos no existe el control de las enfermedades crónicas no transmisibles como forma de control priorizada, estos resultados no son significativos según el algoritmo de Bukac.

Resultados de la entrevista aplicada a los directivos del INDER y actores comunitarios

Tabla 1. Resultados de la entrevista aplicada a los directivos y actores comunitarios.
 N=7

No.	Interrogantes realizadas	A	%	b	%	c	%
1	Realizan actividades físicas regularmente los adultos mayores de su comunidad. a-Sí b-No c-En ocasiones	1	33,33	0	0,00	6	85,71
2	Frecuencia semanal con que realizan actividades físicas. a-Diariamente b- 3 a 2 veces c- Nunca	0	0,00	6	85,71	1	33,33
3	Tiempo que llevan realizando actividades físicas. a-Menos de 6 meses b- Más de 6 meses c- Más de 1 año	5	71,42	1	33,33	1	33,33
4	Enfermedades crónicas no transmisibles a-Sí b-No c-Varias	6	85,71	0	0,00	1	33,33

En la entrevista aplicada a los directivos y actores comunitarios se evidencian como resultados, que el 85,71 % de ellos es del criterio que los adultos mayores de su poblado, solo realizaban actividades físicas en ocasiones. Esto indica una baja participación en comparación con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, que sugiere que los adultos mayores deberían acumular al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana. Los que la realizan lo hacen de tres a dos veces por semana, refieren que estos participan, pero a veces no se sienten motivados, otros por la movilidad limitada o miedo a caerse o lesionarse, lo cual no permite cumplir con las recomendaciones mínimas de frecuencia de actividad física, según la OMS,



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

reconociendo que no se produce los beneficios necesarios en mejora de salud, distribuido al o largo de toda la semana.

El 71,42 % llevan menos de seis meses efectuándolas, planteando que los mismos, manifiestan llevar poco tiempo debido a sentirse frecuentemente limitados por problemas de salud, que su salud física afecta bastante su capacidad para disfrutar de estas actividades, poca confianza para manejar su salud y mantener un estilo de vida saludable, consideran que su estado emocional afecta bastante su calidad de vida, exponen fatigarse, manifestar dolor o malestar durante la realización del ejercicio, lo que incide en el tiempo que llevan realizando estas actividades, algunos plantean que le ha faltado motivación y otros por falta de tiempo, lo que es un indicador de baja adherencia a la actividad física de manera regular, además el 85,71 % padecen enfermedades crónicas no transmisibles como la: hipertensión arterial, diabetes mellitus, obesidad, depresión, siendo este aspecto muy significativo para un nivel de alfa de 0,05. Los resultados que se exponen demuestran la necesidad de realizar un estudio profundo de la situación actual de los adultos mayores, que habitan en el territorio que se investiga.

Resultados del Cuestionario SF-36 aplicado a los adultos mayores

El cuestionario está compuesto por 11 preguntas con 36 ítems que pretenden recoger todos los aspectos relevantes para caracterizar la salud de un individuo. Con estas preguntas se trató de cubrir, al menos, ocho aspectos o dimensiones: función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y salud mental.

En el análisis del cuestionario SF-36, se puede evidenciar que los adultos mayores de modo general poseen una calidad de vida relacionada con la salud regular. Estos resultados los avalan los resultados de las puntuaciones promedios y los valores de la escala transformada. Los peores resultados se manifiestan en las dimensiones de función social, el rol físico y el emocional.

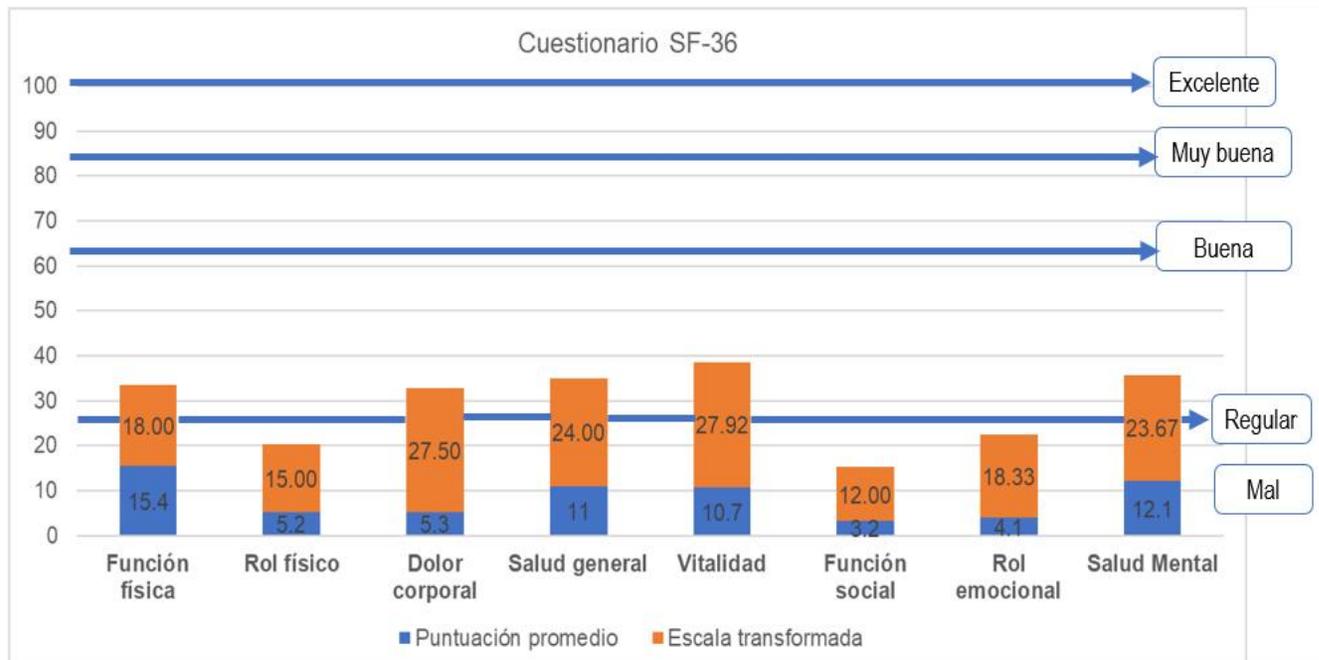


Figura 1: Resultados del resumen de las puntuaciones promedios y la determinación de las escalas transformadas por cada una de las dimensiones de la calidad de vida relacionada con la salud de los adultos mayores.

En los resultados de la figura 2 se pudo observar que en siete de las ocho dimensiones predominan los % en la escala evaluación de mal, lo que denota una calidad de vida relacionada con la salud deficiente de los adultos mayores que integran la muestra de estudio. Desde el punto de vista cualitativo, se pudo evidenciar que los adultos mayores perciben su salud como regular y mala, se sienten a veces con energía para hacer las actividades de la vida diaria, catalogan de regular y mala su capacidad para realizar actividades físicas. Predominan las personas que se sienten a veces felices y bastante preocupados por su salud. Consideran que su estado emocional afecta su calidad de vida y que su salud física afecta bastante su disfrute de actividades diarias. Tienen poca confianza para manejar su salud. De modo general, se sienten frecuentemente limitados y consideran su salud importante.

Los adultos mayores enfrentan dificultades en sus respuestas, lo que se relaciona con una percepción negativa de su salud debido a enfermedades crónicas, falta de energía por inactividad física, mala alimentación y problemas psicológicos. Estas preocupaciones limitan sus interacciones sociales y afectan su salud mental. Además, hay una falta de confianza en la capacidad para gestionar su salud, sugiriendo una carencia de educación o recursos adecuados. Todos estos datos indican una baja participación en comparación con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, que sugiere que los adultos mayores deberían acumular al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana, lo que sería de gran utilidad trabajar en mejorar los programas de este tipo.

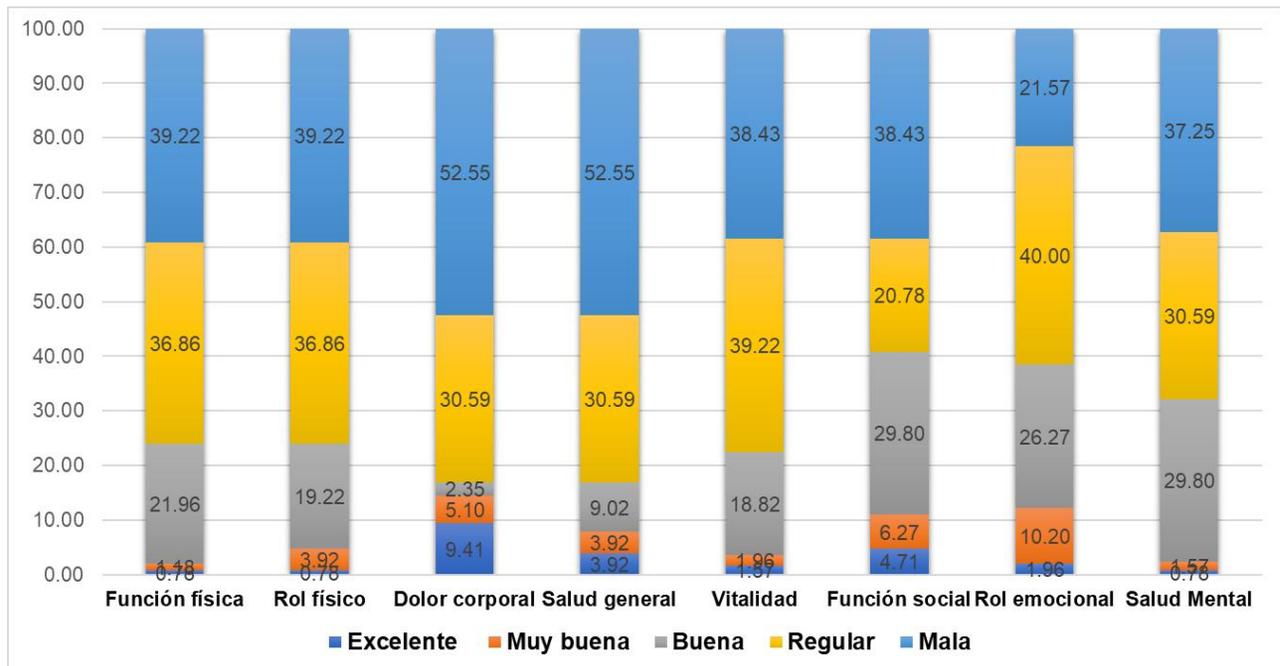


Figura 2: Resultados del cuestionario SF-36 según las escalas transformadas.

Discusión

Los resultados de esta investigación proporcionan necesidad de realizar urgentes intervenciones, para incrementar la participación de los adultos mayores en los



Acción VOL 21/2025, publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

programas de actividad física comunitaria. Esto coincide con las evidencias encontradas y sugieren que la población mayor tiende a realizar menos actividad física, en comparación con grupos más jóvenes (Rico et al., 2020; Torre et al., 2024). Esto resalta la importancia de realizar estrategias que fomenten un aumento en la frecuencia y duración de la actividad física dentro de este grupo etario. Estudios realizados (Fuertes, 2023; Muñoz et al., 2024) demuestran que una buena calidad de vida en los adultos mayores es determinada por los niveles de actividad física que realiza periódicamente, el cual con el pasar del tiempo se convierte en un hábito saludable, por tanto, la inactividad física fomenta malos hábitos y es perjudicial para la salud. Señalan además que la actividad física moderada ayuda a prevenir enfermedades no transmisibles.

La alta prevalencia de comorbilidades en los sujetos estudiados, plantea una preocupación significativa y apoya la recomendación de personalizar las rutinas de ejercicios físicos sistemáticos, esto coincide con lo planteado en los estudios de Muñoz et al. (2024), Fuertes (2023) y Rico et al. (2020). Zavala et al. (2024) muestran que la obesidad y el sobrepeso son un problema de salud a nivel global que afecta a los adultos mayores y están asociados a múltiples factores que se llevan a cabo en la vida diaria. El análisis de comorbilidades que restringen la actividad física entre las personas investigadas, es útil para ajustar programas a las necesidades individuales, lo que incrementa la participación de la población mayor.

Dentro de los beneficios de la actividad física, están las mejoras en la movilidad, salud cardiovascular y bienestar emocional de los adultos mayores (Torre et al., 2024). Se sugiere el empleo de campañas informativas para motivar a un mayor número de adultos mayores a participar regularmente en actividades físicas. Los hallazgos realizados confirman la necesidad de evaluar el impacto de las actividades físicas en la salud de los adultos mayores, elaborando resultados de investigación científica que contribuyan al incremento de la calidad de vida de la población estudiada, favoreciendo la posibilidad de adecuarlos a las características y preferencias individuales de cada sujeto, para asegurar una mayor participación.



Acción VOL 21/2025. publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

Conclusiones

Se abordaron los referentes teóricos, asociados al proceso de las actividades físicas por los adultos mayores atendiendo al posicionamiento de diferentes autores nacionales e internacionales.

Los métodos aplicados permitieron identificar las insuficiencias que limitan esta práctica, evidenciadas en los resultados alcanzados. Esto determina la necesidad de ofrecer atención individualizada y multidisciplinar a los sujetos investigados, por parte del personal que labora en la Dirección municipal de deportes de Unión de Reyes, para brindar servicios de calidad y contribuir al fomento de la calidad y salud de los mismos.

Referencias

- Alcívar, J & Laínez, M. (2015). *La pérdida de la autonomía personal y su influencia en los niveles de ansiedad en la ancianidad del centro de atención a los adultos mayores de la Capilla Narcisca de Jesús del cantón*. La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena [Archivo PDF]. <http://repositorio.upse.edu.ec>
- Acosta, E., Lache, M.A., Fernández, M.B_ & Herrera, M.S. (2024). Calidad de vida de las personas mayores. Avances y desafíos para su medición y monitoreo en Chile y Cuba [Archivo PDF]. DOI <https://doi.org/10.56650/9786289561258>
- Andrade, L & Balda, H. (2022). Actividad física para mejorar el equilibrio de los adultos mayores del programa de envejecimiento activo del cantón Chone. *Revista Sinapsis*. Año 22 vol.1 N° 21, 1-8. <https://www.itsup.edu.ec/sinapsis>
- Castellanos, R. del P, R., & Cobo, E.A. (2023). Efectos de la actividad física en la calidad de vida relacionada con la salud en personas mayores con diabetes mellitus. Revisión sistemática de la literatura y meta análisis. *Revista Retos*, 2023; 47, 859-865. DOI <https://doi.org/10.4719/retos.v47.96068>



Acción VOL 21/2025. publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

Cintra, D., Fernández, A.E., George, P.L., & Oubiña, J.M. (2022). Envejecimiento saludable en Cuba. [Internet]. La Habana, Cuba: Editorial Ciencias Médicas. INFOMED. ISBN: 978-959-316-014-8.
<http://www.bvscuba.sld.cu/libro/envejecimiento-saludable-en-cuba>

Flores, H. (2024). Aislamiento social, situación social y actividad física relacionados a la depresión en pacientes adultos mayores del centro de salud Aparicio Pomares, Huánuco-2022. (Tesis para optar el Título profesional de médico cirujano). Universidad de Huánuco. Perú.
<https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/9845/Tesis>

Fuertes, J. (2023). Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor: revisión sistemática. *Revista Científica GADE*, 2023; 3(1). ISSN: 2745-2891.
<https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/190>

Luna. D.P. (2024). Impacto del ejercicio físico en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en la población de 20 a 40 años de Quito. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades LATAM*, 2024; (5)5, 208. ISSN: 2789-3855. DOI: [10.56712/latam.v5i5.2601](https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2601)

Muñoz, M.S., López, M.G., Villavicencio, D.M., & Ponce, J.A. (2024). Enfermedades crónicas no transmisibles en la persona mayor: Reflexiones de sus abordajes desde la atención primaria de salud. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades LATAM*, 2024; (5)1, 854. ISSN: 2789-3855. DOI: [10.56712/latam.v5i1.1638](https://doi.org/10.56712/latam.v5i1.1638)

Organización Mundial de la Salud (1995). WHOQOL: Measuring quality of life. Ginebra: WHO. <https://iris.who.int/handle/10665/63482>

Organización Mundial para la Salud (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. <https://www.who.int/dietphys>



Acción VOL 21/2025. publicación continua con E-ISSN: 1812-5808
<https://accion.uccfd.cu>

Organización Mundial para la Salud (2022). Envejecimiento y salud. Recuperado el 13 de abril de 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Rico, C., Vargas, G., Poblete, F.A., Carrillo, J.L., Rico, J., Mena, B., Chaparro, D.K., & Reséndez, J.M. (2020). Hábitos de actividad física y estado de salud durante la pandemia por COVID-19. *Revista Espacio*, 2020; 41(1).
<https://www.revistaespacios.com>

Torres, J.C., Tárraga, P.J., Ramírez, I., Tárraga, A., López, A.A., & Ramírez, J.L. (2024). Relación entre actividad física y riesgo cardiovascular: Una revisión sistemática. *Academic Journal of Health Science*, 2024; 39(4), 26-40. ISSN: 2255-0569.
https://ibdigital.uib.es/greenstone/sites/localsite/collect/medicinaBalear/index/assoc/AJHS_Medicina_Balear_2024v39n4p0/26.dir/AJHS_Medicina_Balear_2024v39n4p026.pdf

Zavala, A.N., Pincay, M.J., Ponce, L.D., & Pozo, M.E. (2024). Factores de riesgo y estrategias de prevención asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global. *Revista Cientific MQRInvestigar*, 2024; 8(1), 1409-1426. ISSN: 2588-0659. DOI:[10.56048/MQR20225.8.1.2024.1409-1426](https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.1409-1426)

Declaración de conflicto de intereses: Los autores declaran no tener conflictos de intereses sobre el artículo.

Contribución de autoría:

Conceptualización: Niurka Siomara Castañer Jorrín, Abel Gallardo Sarmiento.
Investigación: Niurka Siomara Castañer Jorrín, Abel Gallardo Sarmiento, Onix Edelma Pestana Mercader y Idelmis Edilia Sánchez Sánchez. *Conceptualización y análisis formal:* Niurka Siomara Castañer Jorrín, Abel Gallardo Sarmiento, Onix Edelma Pestana Mercader y Idelmis Edilia Sánchez Sánchez. *Validación:* Onix Edelma Pestana Mercader y Idelmis Edilia Sánchez Sánchez. *Redacción-borrador original:* Niurka Siomara Castañer Jorrín, Onix Edelma Pestana Mercader y Idelmis Edilia Sánchez Sánchez. *Redacción-revisión final:* Niurka Siomara Castañer Jorrín, Abel Gallardo Sarmiento.