

Sostenibilidad para adultos mayores con calidad de vida ,un reto Generacional: Una revisión narrativa .

Dra Silvia Rosa Cortes Atencio. Docente Titular Depto de Salud de adultos Universidad de Panamá. Centro Regional Universitario de Azuero . Silvia. Cortes up.ac.pa Orcid <https://orcid.org/0000-0003-1575-270X>

Introducción : A nivel mundial, el 11 % de la población son personas mayores de 60 y en nuestro país representan el 12.7 % (INEI 2020), los índices de crecimiento poblacional de adultos mayores vienen aumentando, tal y cual evidencian países en América . **Propósito.** Desarrollar una revisión bibliográfica sobre la Sostenibilidad de adultos mayores para la calidad de vida. **Metodología:** Se utilizo la declaración prisma para la selección de artículos .se realizó búsqueda en PubMed, Scielo , Medline, Redalyc . de una revisión de 100 artículos se seleccionaron 10 , los descriptores de búsqueda fueron calidad de vida en adultos mayores and sostenibilidad, artículos que incluyera del 2019 al 2024. Fueron excluidos artículos en referencia a adultos mayores con fragilidad o vulnerabilidad, dependencia. **Resultados** De un total de 10 artículos sobresale la sostenibilidad relacionada a crear organizaciones en grupos a través de teletrabajo, realizando el monitoreo, de tal manera que se fortalezca la esfera psicológica independencia social ,Se resalta el aspecto habitacional, económico y de salud tanto física como mental, dando así la idea que nuestros adultos mayores, constituyen una generación que debe tener necesidades satisfechas **Discusión :** Los autores Juan Erices Olivo, et al(2023) han coincidido que para una buena salud ,la actividad física a través de un entrenamiento tradicional . *Ciertamente la OMS (2015) el envejecimiento es un reto para la sociedad por lo que las políticas publicas, deben estar dirigidas a mejorar el máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, la población de docentes universitarios mayores de 60 años no escapan a esta realidad , ameritándose estrategias para mantener salud estable, con controles de profesionales para actuar preventivamente.* **Conclusiones :** Para sostenibilidad de la calidad de vida en adultos mayores es inherente lograr el equilibrio entre salud ,seguridad económica y entornos favorables propicios ,

Palabras claves : sostenibilidad Calidad de vida ,personas adultas mayores , (Decs)