



Factores Influyentes en la Malnutrición del Adulto Mayor e Impacto en su Calidad de Vida

Factors Influencing Malnutrition in Older Adults and Their Impact on Their Quality of Life

Fatores que influenciam a malnutrição nos idosos e o seu impacto na qualidade de vida

Carla Madeline Alvaro-Guerrero ^I
calvaro1@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-8380-2894>

Mishelle Katherine Gadway-Requelme ^{II}
mgadway1@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-8876-4823>

Kerly Isamary Encalada-Cedillo ^{III}
kencalada4@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0000-1425-6910>

Naommy Rashell Capelo-López ^{IV}
ncapelo1@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0005-1264-430X>

Mayra Anayelly Sumba-Ramón ^V
msumba3@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0002-7887-0148>

Saira Alexandra Ullaguari-Cuenca ^{VI}
sullaguar1@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-2376-0173>

Sheila Ximena Cruz-Quezada ^{VII}
scruz5@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-8269-4311>

Gianella Jamileth Centeno-Loayza ^{VIII}
gcenteno3@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0001-1916-959X>

María José Banchón-Torres ^{IX}
mbanchon3@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0009-9855-8179>

Victor Euclides Briones-Morales ^X
vbriones@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-2394-4624>

Alexis Widinson Vargas-Granda ^{XI}
wvargas2@utmachala.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0001-6772-3276>

Correspondencia: calvaro1@utmachala.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 13 de noviembre de 2024 ***Aceptado:** 21 de diciembre de 2024 * **Publicado:** 09 de enero de 2025

- I. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- II. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- III. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- IV. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- V. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- VI. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- VII. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- VIII. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- IX. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- X. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- XI. Universidad Técnica de Machala, Ecuador.

Resumen

La desnutrición, definida como un desequilibrio entre la ingesta y las necesidades de nutrientes debido a factores fisiológicos, sociales y de salud, es un problema grave en los adultos mayores. La desnutrición es la más común en este grupo y afecta hasta al 50% de las personas mayores ingresadas en el hospital. Los principales factores son la depresión, el aislamiento social, la falta de alimentación y las enfermedades crónicas, que aumentan el riesgo de comorbilidades y reducen la calidad de vida. El artículo destaca que la desnutrición conduce a fragilidad, sarcopenia y mayor dependencia funcional, lo que a su vez aumenta los costos de salud y la mortalidad. La mala salud bucal, el uso de medicamentos y el deterioro cognitivo son otros factores que empeoran la afección. A nivel comunitario, se ha demostrado que los programas comunitarios y las evaluaciones nutricionales periódicas son eficaces para mejorar el estado nutricional y el funcionamiento de los adultos mayores. Se concluyó que un enfoque integrado que combine estrategias clínicas y comunitarias es esencial para prevenir y tratar la desnutrición en esta población vulnerable, mejorar su calidad de vida y reducir la carga económica y de salud asociada.

Palabras clave: Factores Influyentes; Malnutrición del Adulto Mayor; Impacto en su Calidad de Vida.

Abstract

Malnutrition, defined as an imbalance between nutrient intake and needs due to physiological, social and health factors, is a serious problem in older adults. Undernutrition is the most common in this group, affecting up to 50% of older people admitted to hospital. The main factors are depression, social isolation, lack of nutrition and chronic diseases, which increase the risk of comorbidities and reduce quality of life. The article highlights that malnutrition leads to frailty, sarcopenia and increased functional dependence, which in turn increases health costs and mortality. Poor oral health, medication use and cognitive decline are other factors that worsen the condition. At the community level, community-based programs and regular nutritional assessments have been shown to be effective in improving the nutritional status and functioning of older adults. It was concluded that an integrated approach combining clinical and community strategies is essential to prevent and treat malnutrition in this vulnerable population, improve their quality of life and reduce the associated economic and health burden.

Keywords: Influencing Factors; Malnutrition in Older Adults; Impact on Quality of Life.

Resumo

A malnutrição, definida como um desequilíbrio entre a ingestão e as necessidades de nutrientes devido a fatores fisiológicos, sociais e de saúde, é um problema grave nos adultos mais velhos. A malnutrição é a mais comum neste grupo e afeta até 50% dos idosos internados em hospitais. Os principais fatores são a depressão, o isolamento social, a subnutrição e as doenças crônicas, que aumentam o risco de comorbidades e reduzem a qualidade de vida. O artigo sublinha que a malnutrição leva à fragilidade, sarcopenia e aumento da dependência funcional, o que por sua vez aumenta os custos de saúde e a mortalidade. A má saúde oral, o uso de medicamentos e o declínio cognitivo são outros fatores que pioram a condição. A nível comunitário, os programas comunitários e as avaliações nutricionais periódicas demonstraram ser eficazes na melhoria do estado nutricional e do funcionamento dos adultos mais velhos. Concluiu-se que uma abordagem integrada que combine estratégias clínicas e comunitárias é essencial para prevenir e tratar a

malnutrição nesta população vulnerável, melhorar a sua qualidade de vida e reduzir a carga económica e de saúde associada.

Palavras-chave: Factores de influência; Desnutrição em Idosos; Impacto na sua qualidade de vida.

Introducción

La malnutrición, definida como un desbalance entre la ingesta de nutrientes y aquellos requeridos por el organismo, representa una problemática de salud pública que repercute de manera significativa en los adultos mayores en el ámbito global. Este fenómeno puede manifestarse de dos maneras principales: obesidad y desnutrición. Sin embargo, en el caso de los adultos mayores, la desnutrición es la forma más común y preocupante, razón por la cual será el enfoque de este artículo (Guaminga et al., 2018).

Este grupo, especialmente vulnerable por los cambios fisiológicos relacionados con el proceso de envejecimiento, enfrenta obstáculos como la deficiente absorción de nutrientes, la eficiencia metabólica, y la pérdida progresiva de masa muscular (Cederholm et al., 2019). Todo ello, combinado con barreras sociales como falta de ayuda social, el acceso reducido a sistemas de salud y patologías preexistentes, dificultan su acceso a una alimentación adecuada convirtiendo el nivel nutricional de los adultos mayores en un factor determinante de su salud general y operatividad (Vidaña et al., 2019).

En términos epidemiológicos, la proporción de casos detectados de malnutrición o la probabilidad de padecerla en adultos fluctúa significativamente entre el 20% y el 33% en pacientes atendidos en consultas externas, mientras que en contextos hospitalarios podría superar el 50% (Volkert et al., 2019). Estos datos evidencian una problemática compleja que además de afectar al bienestar físico a nivel individual, también conlleva repercusiones relevantes en su salud emocional, en las esferas cognitivas y de interacción social (Arauco Lozada et al., 2021). La desnutrición contribuye de manera directa en un aumento en la incidencia de condiciones crónicas de salud (Angulo et al., 2024), incrementa los índices de fragilidad, dependencia funcional y mortalidad precoz, repercutiendo considerablemente en los costos para los sistemas de salud (Norman et al., 2021).

La influencia de factores clínicos y sociales destaca la naturaleza multifactorial de los estados carenciales nutricionales en esta población. En el ámbito médico, se ha observado que las personas de edad avanzada con desnutrición presentan mayores índices de hospitalización, un compromiso inmunológico marcado y una recuperación más prolongada de las enfermedades (López, 2020).

Desde un enfoque social, el aislamiento y la falta de alimentos adecuados incrementan los factores de riesgo, particularmente en poblaciones de niveles socioeconómicos bajos y en regiones con sistemas de salud insuficientes. Además, la creciente pérdida de autonomía funcional dificulta la ingesta de alimentos y disminuye la capacidad para mantener patrones dietéticos saludables (Giraldo Giraldo et al., 2017).

A pesar de estos obstáculos, existen intervenciones alentadoras para abordar la desnutrición en adultos mayores (Martinez, 2024). Los programas de apoyo comunitario, que combinan la educación nutricional con redes de asistencia social, han mostrado resultados prometedores en la mejora de la calidad de vida y la autosuficiencia de esta población (Vesga, 2019). Se han implementado iniciativas de monitoreo nutricional en centros de atención primaria de países desarrollados, integrando herramientas para la detección temprana de la desnutrición como la Mini Evaluación Nutricional (MNA), la cual aborda un enfoque multidisciplinario que incluye fisioterapeutas, nutricionistas y empleados (Zambrano, 2018).

Todavía existen lagunas en la investigación sobre la malnutrición en los adultos mayores, especialmente en los países de ingresos bajos y medios, donde la carga de la malnutrición suele ser mayor y los recursos son más escasos (Bonilla-Barrera et al., 2025). La brecha resalta la necesidad de un enfoque integral y coordinado que combine intervenciones clínicas con estrategias preventivas y comunitarias. Para asegurar la aplicabilidad y escalabilidad de estas intervenciones, se necesitan estudios que evalúen su efectividad en diversos contextos culturales y económicos (Martinez, 2024).

El presente trabajo aborda exclusivamente la descripción de los factores que influyen a la desnutrición en este grupo social, ofreciendo una base teórica que permita una comprensión holística de esta cuestión, por ello este artículo tiene como objetivo analizar la evidencia científica disponible sobre la desnutrición en adultos mayores, con un enfoque en sus efectos sobre la calidad de vida desde perspectivas clínicas y sociales.

Métodos

El presente estudio es de diseño no experimental, de tipo no prospectivo y enfoque exploratorio, basado en una revisión de alcance. Para su desarrollo, se utilizó el marco metodológico propuesto por Arksey y O'Malley (2005), complementado con las recomendaciones de Levac et al. (2010). Este enfoque permite mapear la literatura existente de manera sistemática y transparente, con el fin

de identificar la evidencia científica relacionada con la desnutrición en adultos mayores, su impacto en la calidad de vida.

La revisión se orientó por la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué evidencia existe sobre los factores influyentes en el desarrollo de malnutrición en adultos mayores y cuál es su impacto en la calidad de vida desde una perspectiva clínica y social? Para responder a esta pregunta, se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicos reconocidos, incluyendo PubMed, Scopus, Web of Science y Google Scholar. La búsqueda incluyó términos claves y combinaciones en inglés y español, tales como "Malnutrition AND old adultes", "Quality of life AND desnutrition AND senior", y "Desnutrición AND adultos mayores".

Para la selección, se determinan criterios de inclusión y exclusión claros. Los estudios incluidos debían haberse publicado en el rango temporal de [5 años] y estar disponibles en inglés o español. Además, debían abordar la desnutrición en adultos mayores (mayores de 60 años) desde perspectivas clínicas, o sociales. Por otro lado, se excluyeron estudios que no estuvieran relacionados con población adulta mayor, publicaciones no revisadas por pares o no académicos, y artículos en idiomas distintos al inglés o español.

La extracción de información se realizó mediante una tabla estructurada diseñada específicamente para este propósito, en la que se registraron aspectos clave de cada estudio, tales como: autor, año, país, objetivo del estudio, características de la población, metodología, resultados principales y conclusiones relevantes. Posteriormente, se realizó un análisis descriptivo y temático, lo que permitió identificar patrones recurrentes, enfoques metodológicos utilizados y vacíos en la literatura científica.

Resultados y discusión

La malnutrición en los adultos mayores es un problema de salud pública de creciente preocupación, dado su impacto significativo en la calidad de vida y en la aparición de comorbilidades. Diversos estudios han explorado esta relación, proporcionando evidencia sólida sobre la prevalencia de la malnutrición y sus consecuencias en esta población.

Según Velasco, J., & Velásquez, C mencionan que la población adulta mayor representa el 7,17% del total de la población total. Además de que “uno de cada tres adultos mayores presenta algún tipo de enfermedad crónica, lo que lleva a que a nivel mundial, se le considere como un

grupo vulnerable prioritario de políticas y acciones de salud integral” (Velasco Espinosa & Velásquez Calderón, 2023).

La prevalencia de la malnutrición varía según el entorno en el que se encuentran los adultos mayores. Según una revisión sistemática, se estima que la desnutrición afecta aproximadamente al 6,9-7,8% de los ancianos que viven en la comunidad, incrementándose al 20,8-28,4% en residencias geriátricas y alcanzando el 24,6-40% en ancianos hospitalizados (Gorroñoigoitia Iturbe et al., 2020). Complementando, un estudio realizado entre agosto y octubre de 2023 en adultos mayores con hipertensión arterial en Sigsig reveló que la malnutrición afecta principalmente a las mujeres (64,6%) y el riesgo de padecerla aumenta con la edad (Cabrera, 2023).

Por otro lado, (Garfias et al., 2020) realizaron un estudio en 33 adultos mayores residentes en un asilo en México en el cual el 48% de los participantes evaluados presentaban desnutrición o estaban en riesgo de padecerla, dando lugar a consecuencias como mayor fragilidad, pérdida de funcionalidad y vulnerabilidad frente a infecciones.

Diversos factores de riesgo contribuyen al desarrollo de la desnutrición en los adultos mayores. Una revisión identificó que la depresión, la soledad y la inseguridad alimentaria son determinantes clave en la aparición de desnutrición en esta población (Luis-Pérez et al., 2021). Estos factores, a menudo interrelacionados, pueden exacerbar el deterioro nutricional y, por ende, afectar negativamente la calidad de vida.

De acuerdo con un estudio, en personas mayores con hipertensión arterial, factores como la movilidad limitada y la baja ingesta de frutas y verduras se asocian a un mayor riesgo de malnutrición, lo que impacta perjudicialmente en la salud general de estos pacientes (Cabrera, 2023). Asimismo, en adultos mayores con diabetes, los factores de riesgo alimentarios incluyen una ingesta inadecuada de nutrientes, el consumo excesivo de azúcares y grasas, problemas como la pérdida de apetito y dificultades para masticar, lo que afecta el control glucémico y aumenta el riesgo de complicaciones (González et al., 2018).

Existe una compleja interrelación entre el estado nutricional y diversos aspectos de la salud. (Giraldo-Giraldo et al., 2019) identificaron que los síntomas depresivos aumentan ocho veces el riesgo de malnutrición, mientras que la presencia de caries dental y una mala salud bucal lo triplican, observándose además que cada medicamento adicional incrementa este riesgo en un 23%, con una notable limitación entre la malnutrición y un mayor número de comorbilidades; por su parte, (Fonseca González et al., 2020) complementan estos hallazgos al señalar que la desnutrición

puede manifestarse también como sobrepeso y obesidad, conduciendo al desarrollo de condiciones como hipertensión arterial, dislipidemias y diabetes, lo que en conjunto representa no solo una disminución significativa en la calidad de vida de los pacientes, sino también un incremento sustancial en los gastos tanto para los individuos afectados como para las autoridades sanitarias, evidenciando así que los problemas nutricionales, ya sean por deficiencia o por exceso, tienen importantes repercusiones en la salud individual y colectiva.

La relación entre malnutrición y calidad de vida ha sido ampliamente documentada. Un metaanálisis reciente indica que las personas mayores con desnutrición tienen una probabilidad significativamente mayor de experimentar una calidad de vida pobre, con un odds ratio de 2,85 (Rasheed & Woods, 2013). Lo cual a su vez contribuye a mayores necesidades de atención, hospitalización y un incremento en los costos de atención médica (Dahl, 2022).

La malnutrición en adultos mayores se asocia con una serie de consecuencias negativas, entre estas se incluyen la disminución de la movilidad, mayor riesgo de pérdida de autonomía y un incremento en la morbilidad y mortalidad. La desnutrición puede estar relacionada con la sarcopenia, una condición caracterizada por la pérdida de masa muscular y fuerza, que a su vez contribuye a la fragilidad y dependencia en las actividades diarias (Rasheed & Woods, 2013). No solo afecta en la salud física, sino que también tiene repercusiones significativas en la calidad de vida. Estudios recientes han demostrado que la desnutrición se asocia con una disminución en la funcionalidad general, incrementando el riesgo de caídas, fracturas y enfermedades infecciosas, lo que deteriora aún más la calidad de vida de esta población (Iglesias et al., 2020).

Además, la malnutrición puede exacerbar enfermedades crónicas preexistentes, como la insuficiencia cardíaca, aumentando la mortalidad y reduciendo la capacidad de los adultos mayores para realizar actividades diarias. Un estudio en pacientes ancianos con insuficiencia cardíaca avanzada encontró que la malnutrición se asociaba significativamente con una peor calidad de vida y una mayor limitación en las actividades de la vida diaria (Verdu-Rotellar et al., 2024).

Por último, la malnutrición en adultos mayores está estrechamente relacionada con una mayor mortalidad y un deterioro significativo en la funcionalidad. El estudio realizado por (Verdu-Rotellar et al., 2024) en pacientes con insuficiencia cardíaca avanzada reveló una mortalidad del 51,2% en los desnutridos, similar a los hallazgos de (Han et al., 2023) que identificaron tasas bajas de supervivencia en un 80% de adultos mayores con desnutrición y deterioro físico, especialmente en aquellos con fracturas de cadera (68% sin recuperación funcional).

Las intervenciones nutricionales, como un sistema de monitoreo integral con evaluaciones periódicas, han mejorado la detección y prevención de la desnutrición, promoviendo la calidad de vida en adultos mayores (Ministerio de Salud Colombia, s/f).

A nivel comunitario, programas de intervención que promueven hábitos saludables han mostrado resultados positivos. En España, un programa para mayores de 65 años logró que 98 de los 107 participantes, es decir el 91,5% mejoraran su adherencia a la dieta mediterránea y al ejercicio, con beneficios en la funcionalidad física y cognitiva (Sánchez, 2024). Estos resultados enfatizan la importancia de las intervenciones comunitarias en la promoción de la salud y la prevención de la malnutrición en los adultos mayores.

Las investigaciones futuras sobre malnutrición en adultos mayores proponen programas educativos para profesionales de salud, adultos mayores y cuidadores. Un enfoque incluye capacitar a enfermeras para evaluar el estado nutricional y, tras sesiones educativas, realizar seguimientos a 3 o 6 meses para medir mejoras, demostrando la efectividad de la educación nutricional (Cuéllar Marcos, 2019). Se resalta la importancia de tecnologías innovadoras para prevenir la desnutrición, como el sistema integral del Centro CART en el Hospital Universitario de Toulouse, Francia. Este recopila datos clínicos y cuantitativos mediante evaluaciones nutricionales bianuales y mediciones físicas, proporcionando un enfoque holístico para el diagnóstico y prevención en adultos mayores (Derouiche et al., 2023).

Conclusiones

La malnutrición en los adultos mayores representa un desafío importante para la salud pública, afectando negativamente su calidad de vida y aumentando el riesgo de enfermedades concurrentes. Esta varía significativamente según el entorno, siendo más prevalente en residencias geriátricas y hospitales, lo que resalta la necesidad de intervenciones específicas.

La desnutrición en adultos mayores es un problema multifacético influenciado por factores como la depresión, la soledad y la inseguridad alimentaria, que no solo incrementan el riesgo nutricional, sino que también deterioran significativamente la calidad de vida de esta población.

Las intervenciones nutricionales y programas comunitarios han demostrado ser efectivos para mejorar el estado nutricional y, por ende, la calidad de vida en esta población vulnerable. La implementación de sistemas de monitoreo integral y educación nutricional para profesionales y cuidadores es crucial para detectar y prevenir la desnutrición en este grupo etario.

Referencias

1. Angulo, A. A., Rodríguez, D., & García, M. A. (2024). Estado nutricional y calidad de vida del adulto mayor: revisión sistemática. *Revista Gregoriana de Ciencias de la Salud*, 1(2), 165–177. <https://doi.org/10.36097/rgcs.v1i1.3149>
2. Arauco Lozada, T., Garrido Carrasco, P., & Farran Codina, A. (2021). Impacto sobre el riesgo de malnutrición y depresión en un ensayo clínico con intervención educativa nutricional en adultos mayores no institucionalizados, receptores de un servicio de teleasistencia en la ciudad de Tarrasa (España). *Nutrición Hospitalaria*, 38(2), 260–266. <https://doi.org/10.20960/nh.03269>
3. Bonilla-Barrera, C. H., Bea Berges, L., & Seco-Calvo, J. (2025). Desnutrición y obesidad en mayores autónomos y determinantes de salud relacionados con ambos trastornos nutricionales. *Atencion Primaria*, 57(1). <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2024.103078>
4. Cabrera, U. (2023). Prevalencia de malnutrición en pacientes mayores a 65 años con hipertensión arterial que asisten a los dispensarios del SSC en Sigsig durante el periodo de agosto - octubre del año 2023 [Universidad de Las Américas]. <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/15536>
5. Cederholm, T., Jensen, G. L., Correia, M. I. T. D., Gonzalez, M. C., Fukushima, R., Higashiguchi, T., Baptista, G., Barazzoni, R., Blaauw, R., Coats, A. J. S., Crivelli, A. N., Evans, D. C., Gramlich, L., Fuchs-Tarlovsky, V., Keller, H., Llido, L., Malone, A., Mogensen, K. M., Morley, J. E., ... Compher, C. (2019). GLIM criteria for the diagnosis of malnutrition – A consensus report from the global clinical nutrition community. *Journal of Cachexia, Sarcopenia and Muscle*, 10(1), 207–217. <https://doi.org/10.1002/jcsm.12383>
6. Cuéllar Marcos, L. (2019). Desnutrición en adultos mayores de 65 años [Grado en Enfermería, Universidad de Valladolid]. https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/36662/TFG-H1523.pdf?sequence=1&utm_source
7. Dahl, W. J. (2022). Malnutrición y los Adultos Mayores. <https://edis.ifas.ufl.edu>.
8. Derouiche, A., Bouaziz, G., Brulin, D., Campo, E., & Piau, A. (2023). Empowering health in aging: innovation in undernutrition detection and prevention through comprehensive

- monitoring. *International Journal on Computer Science and Information Systems*, 18(2), 93–112. https://arxiv.org/abs/2312.13660?utm_source
9. Fonseca González, Z., Quesada Font, A. J., Meireles Ochoa, M. Y., Cabrera Rodríguez, E., & Boada Estrada, A. M. (2020). La malnutrición; problema de salud pública de escala mundial. *Multimed Revista Médica Granma*, 24(1), 237–246. <http://scielo.sld.cu/pdf/mmed/v24n1/1028-4818-mmed-24-01-237.pdf>
 10. Garfias, J., Salgado, J., Álvarez, M. E., & Gómez, V. (2020). Malnutrición en personas adultas mayores pertenecientes a una Casa de Día en Toluca. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 5, 1–14. <https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v8nspe5/2007-7890-dilemas-8-spe5-00005.pdf>
 11. Giraldo Giraldo, N. A., Paredes Arturo, Y. V., Idarraga Idarraga, Y., & Aguirre Acevedo, D. C. (2017). Factores asociados a la desnutrición o al riesgo de desnutrición en adultos mayores de San Juan de Pasto, Colombia: Un estudio transversal. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 21(1), 39–48. <https://doi.org/10.14306/renhyd.21.1.288>
 12. Giraldo-Giraldo, N. A., Estrada-Restrepo, A., & Agudelo-Suárez, A. A. (2019). Malnutrición y su relación con aspectos de salud en adultos mayores. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 39(2), 156–164. <https://doi.org/10.12873/392giraldo>
 13. González, J., Valdés, R., Álvarez, A., Toirac, K., & Casanova, M. (2018). Factores de riesgo alimentarios y nutricionales en adultos mayores con diabetes mellitus. *Universidad Médica Pinareña*, 14(3), 1–7. <https://www.redalyc.org/journal/6382/638268503004/638268503004.pdf>
 14. Gorroñoigoitia Iturbe, A., López-Torres Hidalgo, J., Lesende, I. M., Herreros Herreros, Y., Acosta Benito, M. Á., Hoyos Alonso, M. del C., Baena Díez, J. M., Magán Tapia, P., & García Pliego, R. (2020). Actualización PAPPS GdT Mayor 2020. *Atencion Primaria*, 52(2), 114–124. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.09.005>
 15. Guaminga, J. M., Brito, M., Durán, A., & Escobar, I. (2018). La Exclusión Social y la Calidad De Vida del Adulto Mayor desde el Enfoque de la Interculturalidad. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 1–30. www.eumed.net/rev/caribe/2018/06/adulto-mayor-interculturalidad.html

16. Han, S., Zhao, D., Ping, P., Zhang, P., Zhao, Y., Yang, K., Wang, X., & Fu, S. (2023). Prevalence and correlates of malnutrition risk among Chinese centenarians and oldest-old adults. *iScience*, 26(7), 1–19. <https://doi.org/10.1016/j.isci.2023.107076>
17. Iglesias, L., Bermejo, J. C., Vivas, Á., León, R., & Villaceros, M. (2020). Estado nutricional y factores relacionados con la desnutrición en una residencia de ancianos. *Gerokomos*, 31(2), 76–80. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-928X2020000200004&script=sci_arttext&utm_source
18. López, R. (2020). Relación del fenotipo de fragilidad y del estado nutricional con aspectos sociales y de calidad de vida en personas mayores [Tesis doctoral, Universidade da Coruña]. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/26465/LopezLopez_Rocio_TD_2020.pdf
19. Luis-Pérez, C., Hernández-Ruiz, Á., Hernández-Ruiz, C., & Niño-Martín, V. (2021). Factores de riesgo asociados a desnutrición en personas mayores que viven en la comunidad: una revisión rápida. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 56(3), 166–176.
20. Martínez, P. (2024). Variaciones en la musculatura del muslo evaluadas por ecografía en adultos mayores hospitalizados: estudio de casos y controles entre aquellos que realizan actividad física y los que no la realizan [Hospital Regional Monterrey]. <http://eprints.uanl.mx/28863/7/28863.pdf>
21. Ministerio de Salud Colombia. (s/f). Prevención de la malnutrición o desnutrición. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/CA/prevenir-la-malnutricion-o-desnutricion.pdf>
22. Norman, K., Haß, U., & Pirlich, M. (2021). Malnutrition in Older Adults - Recent Advances and Remaining Challenges. En *Nutrients* (Vol. 13, Número 8, pp. 1–20). MDPI. <https://doi.org/10.3390/nu13082764>
23. Rasheed, S., & Woods, R. (2013). Malnutrition and quality of life in older people: A systematic review and meta-analysis. *Ageing Research Reviews*, 12(2), 561–566. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.arr.2012.11.003>
24. Sánchez, E. (2024). El programa en salud psicofísica de la UMH de Elche muestra mayor adherencia en hábitos saludables en la población mayor. *Cadena SER*. <https://cadenaser.com/comunitat-valenciana/2024/11/18/el-programa-en-salud->

- psicofisica-de-la-umh-de-elche-muestra-mayor-adherencia-en-habitos-saludables-en-la-poblacion-mayor-radio-elche/?utm_source
25. Velasco Espinosa, J. S., & Velásquez Calderón, C. A. (2023). Riesgo nutricional y hábitos alimentarios en adultos mayores del centro de atención integral para grupos prioritarios, Ibarra 2023. Horizontes de Enfermería, 13, 91–104. <https://doi.org/10.32645/13906984.1232>
 26. Verdu-Rotellar, J. M., Calero, E., Duran, J., Navas, E., Alonso, S., Argemí, N., Casademunt, M., Furió, P., Casajuana, E., Vinyoles, E., & Muñoz, M. A. (2024). Impacto de la malnutrición en la calidad de vida de los pacientes ancianos con insuficiencia cardíaca avanzada. Revista Clínica Española, 224(2), 105–113. <https://doi.org/10.1016/j.rce.2024.01.001>
 27. Vesga, N. (2019). Programas comunitarios para promover calidad de vida en adulto mayor con dolor crónico en Iberoamérica: Una revisión narrativa [Proyecto de Grado II, Univerdad Cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/d4c5aa46-f69d-445c-8680-01d04c20c4bb/content>
 28. Vidaña, M. E., González, M. N., Rodríguez, A., Martínez, N. del R., & Urquidez, R. (2019). Calidad de Vida del adulto mayor desamparado, asilado en Ciudad Juárez Chihuahua, México. Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social, 12, 177–190. <https://doi.org/10.15257/ehquidad.2019.0014>
 29. Volkert, D., Beck, A. M., Cederholm, T., Cruz-Jentoft, A., Goisser, S., Hooper, L., Kiesswetter, E., Maggio, M., Raynaud-Simon, A., Sieber, C. C., Sobotka, L., van Asselt, D., Wirth, R., & Bischoff, S. C. (2019). ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics. Clinical Nutrition, 38(1), 10–47. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.05.024>
 30. Zambrano, R. (2018). Validación de la herramienta de tamizaje de malnutrición graz versus la mini evaluación nutricional (MNA), en pacientes adultos hospitalizados y elaboración de una nueva herramienta de cribado nutricional [Escuela Superior Politécnica de Chimborazo]. <http://dspace.espoch.edu.ec/bitstream/123456789/8084/1/20T00974.PDF>