

Resilience in empty nest syndrome among older adults of indigenous ethnicity. Review article.

Resiliencia en el síndrome del nido vacío en adultos mayores de etnia indígena. Artículo de Revisión.

Autores:

Guamán-Ramos, Vinicio Wladimir
UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR
Maestría en Salud Pública
Guaranda-Ecuador



viguaman@mailes.ueb.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0003-6770-6374>

Olalla-García, María Humbelina
UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR
Doctora en Enfermería
Docente Tutor del área de Maestría en Salud Pública
Guaranda-Ecuador



molalla@ueb.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-8358-9273>

Fechas de recepción: 05-DIC-2025 aceptación: 09-ENE-2026 publicación: 31-MAR-2026



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>

Resumen

Introducción: El síndrome del nido vacío (SNV) es una condición emocional que afecta a padres cuando sus hijos se independizan, generando sentimientos de soledad, ansiedad y pérdida de propósito. Aunque ha sido estudiado principalmente en contextos urbanos y no indígenas, en adultos mayores de etnias indígenas esta experiencia se entrecruza con elementos culturales, sociales y espirituales. **Objetivo:** Analizar el papel de la resiliencia en el afrontamiento del síndrome del nido vacío en adultos mayores indígenas, identificando factores protectores y desafíos específicos y proponiendo estrategias de intervención culturalmente pertinentes para fortalecer su salud mental y bienestar emocional. **Metodología:** Se realizó una revisión narrativa de literatura publicada entre 2020 y 2025 en bases de datos como PubMed, PMC, DSpace, Scielo, Redalyc y Google Scholar. Se emplearon términos en inglés y español relacionados con resiliencia, síndrome del nido vacío y adultos mayores indígenas. **Resultados:** Los estudios sobre el SNE en contextos indígenas, aunque limitados, evidencian un incremento de síntomas depresivos y soledad, especialmente en procesos de migración rural-urbana. La resiliencia se nutre de la identidad cultural, espiritualidad, uso de la lengua ancestral, rituales y transmisión de saberes, fortaleciendo la autoestima y el sentido de pertenencia. **Conclusiones:** El SNV en adultos mayores indígenas debe comprenderse desde una perspectiva intercultural: no solo como crisis individual, sino como transición hacia nuevos roles de guía y transmisor cultural.

Palabras clave: resiliencia; síndrome del nido vacío; adultos mayores; etnias indígenas; salud mental; cultura.

Abstract

Introduction: Empty nest syndrome (ENS) is an emotional condition that affects parents when their children become independent, generating feelings of loneliness, anxiety, and loss of purpose. Although it has been studied primarily in urban and non-Indigenous contexts, this experience intersects with cultural, social, and spiritual elements in Indigenous older adults. **Objective:** To analyze the role of resilience in coping with empty nest syndrome in Indigenous older adults, identifying protective factors and specific challenges, and proposing culturally relevant intervention strategies to strengthen their mental health and emotional well-being. **Methodology:** A narrative review of literature published between 2020 and 2025 was conducted in databases such as PubMed, PMC, DSpace, Scielo, Redalyc, and Google Scholar. Terms in English and Spanish related to resilience, empty nest syndrome, and Indigenous older adults were used. **Results:** Studies on NVS in Indigenous contexts, although limited, show an increase in depressive symptoms and loneliness, especially in rural-urban migration processes. Resilience is fueled by cultural identity, spirituality, use of ancestral languages, rituals, and the transmission of knowledge, strengthening self-esteem and a sense of belonging. **Conclusions:** NVS in Indigenous older adults must be understood from an intercultural perspective: not only as an individual crisis, but also as a transition toward new roles as guides and cultural transmitters.

Keywords: resilience; empty nest syndrome; older adults; Indigenous ethnic groups; mental health; culture.

Introducción

El síndrome del nido vacío (SNE) se identifica como un factor de riesgo para síntomas depresivos, ansiedad y sensación de pérdida de propósito. Sin embargo, en adultos mayores indígenas, su impacto está mediado por la cosmovisión comunitaria y la identidad cultural. (Hammood, Yasir Mohammed et al., 2025) Este fenómeno se produce cuando los hijos abandonan el hogar, generando en los padres sentimientos de soledad, inutilidad y vacío existencial. (Santiago, 2022) Se ha observado que este síndrome es prevalente a nivel urbano, donde las estructuras familiares tienden a ser nucleares y el valor social del envejecimiento está en declive. En muchas poblaciones indígenas, la partida de los hijos puede interpretarse de distintas formas, influida por cosmovisiones colectivas que otorgan al adulto mayor un lugar privilegiado como centinela del conocimiento ancestral y guía espiritual de las nuevas generaciones. Así, el proceso de envejecimiento y la transición a una vida con menos contacto filial directo no necesariamente conllevan sufrimiento o pérdida, sino que pueden resignificarse como etapas de sabiduría y autoridad en el tejido comunitario. (Khatir et al., 2024)

El concepto de “adulto mayor” hace referencia, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), a toda persona mayor de 60 años, y en Ecuador, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2023), este grupo etario representa aproximadamente el 11,7 % (23.272) de la población total, con una tendencia creciente debido al envejecimiento demográfico. Este segmento enfrenta retos particulares en salud, inclusión social y garantía de derechos, por lo cual ha sido reconocido como grupo de atención prioritaria en la Constitución de la República del Ecuador de 2008. En su art. 35 se establece que las personas adultas mayores recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado, especialmente en los campos de la inclusión social y económica, la salud, la educación, la cultura y la recreación. Además, el art. 36 establece que el Estado garantizará a las personas adultas mayores el derecho a la seguridad social, a una vida digna, a la participación social y a la protección frente al abandono, la discriminación y la violencia.

No obstante, esta visión contrasta en ocasiones con la realidad social contemporánea. Los cambios en los patrones familiares, la migración rural o urbana, el debilitamiento de los vínculos intergeneracionales han comenzado a erosionar las formas tradicionales de acompañamiento al adulto mayor indígena, generando nuevas vulnerabilidades psicosociales. (Cotonieto & Rodríguez, 2021) El abandono de los padres por parte de los hijos es un fenómeno cada vez más visible; genera en los adultos mayores sentimientos de desvalorización, tristeza y aislamiento.

En este contexto, la resiliencia, entendida como la capacidad de adaptarse positivamente frente a la adversidad, la pérdida o el cambio, se convierte en un eje fundamental para comprender cómo las personas mayores enfrentan el síndrome del nido vacío desde una perspectiva cultural. (Kingdom of Bahrain & Ubaidi, 2021) La resiliencia en adultos mayores indígenas no puede analizarse únicamente desde marcos clínicos o psicológicos convencionales, ya que su construcción está profundamente unida a elementos culturales, espirituales y comunitarios. En muchas comunidades, esta capacidad se expresa a través de la participación en rituales, el uso del idioma ancestral, la transmisión oral de saberes y la pertenencia a redes de apoyo intergeneracionales. (Yáñez, 2024) Estas prácticas fortalecen

la autoestima, promueven el sentido de continuidad cultural y ofrecen un espacio simbólico para resignificar las pérdidas familiares. (Shi et al., 2025) Sin embargo, la discriminación cultural, la pérdida del idioma materno, la separación familiar prolongada y la marginación social aumentan la vulnerabilidad emocional de este grupo, afectando su salud mental y su calidad de vida.

A pesar de estos elementos protectores, existe literatura académica que aborde de manera específica el síndrome del nido vacío en adultos mayores de etnia indígena. La mayoría de los estudios sobre SNE han sido realizados en poblaciones urbanas no indígenas, invisibilizando las experiencias y necesidades particulares de este grupo social. Por ello, se vuelve urgente un enfoque intercultural en la salud mental del adulto mayor, que reconozca y valore la diversidad de formas en que se vive el envejecimiento y las transiciones familiares. El objetivo de esta revisión es, por tanto, investigar el papel de la resiliencia en el afrontamiento del síndrome del nido vacío en adultos mayores indígenas, identificando factores protectores y los desafíos específicos que enfrentan dentro de sus contextos socioculturales. Se busca, además, aportar a la construcción de propuestas de intervención

Material y métodos

Mediante una búsqueda sistematizada de la información, se planteó la pregunta orientadora: **¿Cómo influye la resiliencia en el afrontamiento del síndrome del nido vacío en adultos mayores indígenas?** Para su estructuración se utilizó la estrategia PICO, definiendo como P: adultos mayores indígenas que experimentan síndrome del nido vacío; I: resiliencia expresada en factores culturales, espirituales y comunitarios que fortalecen el afrontamiento; C: adultos mayores indígenas con baja resiliencia o ausencia de factores protectores; y O: bienestar emocional, reducción de sintomatología depresiva y fortalecimiento de su rol social y cultural.

Tras aplicar los criterios de búsqueda establecidos, se recuperaron 23 referencias procedentes de diversas bases de datos: PubMed (6), PCM (4), Redalyc (5), SciELO (2), DSpace (3) y Google Scholar (3). Una vez reunidas, se eliminaron los artículos duplicados y se aplicaron los criterios de inclusión y exclusión definidos para la revisión.

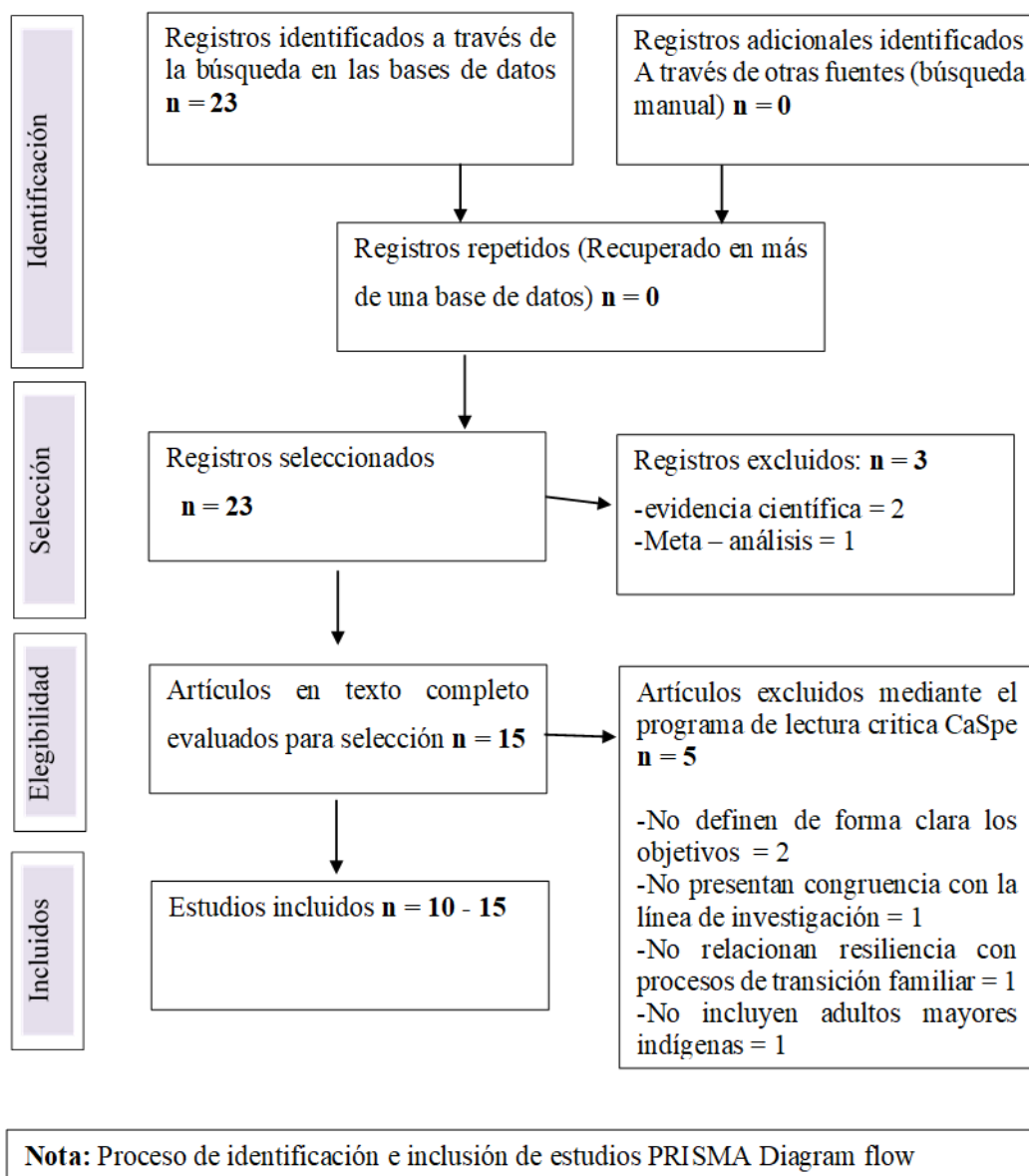
Con el apoyo de la guía PRISMA, fue posible depurar la información y seleccionar los estudios que cumplieran con los requisitos metodológicos y temáticos. Se consideraron únicamente artículos publicados entre 2020 y 2025, en inglés, español o portugués. Los términos de búsqueda utilizados fueron: “resilience”, “empty nest syndrome”, “indigenous elders”, “cultural coping”, “adultos mayores indígenas”, “resiliencia” y “síndrome del nido vacío”.

En total, se identificaron 23 artículos relevantes. De ellos, 15 cumplieron con los criterios de inclusión, relacionados con la pertinencia temática, el enfoque cultural, la similitud de la población estudiada y la relación entre resiliencia y procesos de transición familiar. Se excluyeron los estudios centrados exclusivamente en adultos mayores urbanos no indígenas o que no abordaban factores culturales de afrontamiento.

Finalmente, se seleccionó un conjunto de entre 10 y 15 estudios para el análisis profundo. Este número se considera adecuado y justificado para una revisión narrativa con enfoque

cuantitativo, antropológico y psicológico orientado a comprender las experiencias y significados culturales del síndrome del nido vacío en población indígena.

Figura 1. Flujograma de la identificación y selección de los estudios



Resultados

1. Experiencias del nido vacío en poblaciones indígenas

Aunque la literatura específica sobre nido vacío en adultos mayores indígenas es escasa, investigaciones en países como China y algunas zonas de Latinoamérica indican que esta etapa incrementa síntomas depresivos, soledad y deterioro de percepción de salud

(Hammood, Yasir Mohammed et al., 2025) Estudios de análisis latente en China identificaron grupos de adultos mayores con nido vacío de baja resiliencia, asociándose a menor contacto con hijos, baja actividad física y menor educación (Salazar; García; Cecchini & Shaw. 2022)
Resiliencia cultural en adultos mayores indígenas

La resiliencia en ancianos indígenas está profundamente integrada en su identidad cultural y espiritualidad. En ocho ancianos nativos americanos, esta resiliencia fue descrita como parte de su cosmovisión de unidad con la creación, un “cosmosystem” más allá de modelos ecológicos convencionales (Mota Dos Santos et al., 2021). En la revisión de salud indígena en EE. EE. UU. y Alaska, el compromiso con prácticas culturales tradicionales, espiritualidad y participación ceremonial aparece como factor protector central de salud mental y bienestar. (Bernardo, 2022) Las conexiones culturales aumentaron autoestima, cohesión comunitaria y resiliencia en adultos indígenas (Gutiérrez, 2024)

2. El síndrome del nido vacío en contextos indígenas

Diversos estudios han documentado que el SNE se manifiesta de manera diferente entre los adultos mayores indígenas. En comunidades donde predomina la familia extendida y la convivencia intergeneracional, el impacto emocional de la partida de los hijos puede ser menor. (Miranda, 2021). Sin embargo, los procesos de migración rural-urbana han incrementado la separación familiar, provocando sentimientos de abandono y pérdida de rol social (Naranjo & Guillermo, 2022).

3. Resiliencia cultural y espiritual

La resiliencia en adultos mayores indígenas no se limita a un proceso individual, sino que se construye colectivamente a través del sentido de comunidad, los rituales tradicionales y la pertenencia cultural. (León, 2025) El conocimiento ancestral, la conexión con la tierra y la participación en actividades comunitarias son recursos que favorecen la adaptación emocional. (Madrigal, 2023)

En una investigación cualitativa con ancianos mapuches, se observó que la narrativa cultural fortalecía el sentido de propósito, incluso después de la partida de los hijos (Hammood, Yasir Mohammed et al., 2025). La resiliencia también se relaciona con la espiritualidad indígena, que interpreta los ciclos de vida como parte de un orden natural, lo que ayuda a aceptar las transiciones vitales.

4. Solidaridad intergeneracional y participación comunitaria

Los adultos mayores indígenas participan activamente en su comunidad mediante roles de asesoría, voluntariado, transmisión de conocimientos y guía espiritual, favoreciendo su

bienestar individual y colectivo. (Yáñez, 2024) Estudios también muestran que la solidaridad intergeneracional “tiempo compartido con mayores por jóvenes indígenas” se asocia con menor ansiedad y pensamientos suicidas entre mujeres, reforzando el apoyo social como factor de resiliencia. (Urzúa & Caqueo, 2020)

5. Comunicación familiar y resiliencia

La calidad de la comunicación en familias indígenas favorece la cohesión y la capacidad de resiliencia en el sistema familiar (Hernández & Fernández, 2024). La familia actúa como espacio de aprendizaje emocional, cultural y de resolución conjunta de dificultades, clave para afrontar transiciones como el nido vacío.

6. Factores protectores y de riesgo

Entre los factores protectores más relevantes se encuentran: el reconocimiento del rol de los adultos mayores en la comunidad, la transmisión intergeneracional de saberes, la participación en rituales y la cohesión familiar (Fonseca et al., 2022). Por el contrario, la discriminación cultural, la desvalorización del idioma materno, y la migración forzada de los jóvenes contribuyen al aislamiento y al deterioro emocional (Badiani & Sousa, 2021)

7. Efectos de factores demográficos y estilo de vida

Un análisis en adultos con nido vacío mostró que quienes tenían mejor salud física, práctica regular de ejercicio, mayor educación y mejor relación familiar exhibían niveles más altos de resiliencia (Andrade et al., 2024). Esto sugiere que el envejecimiento activo y relaciones positivas.

Tabla 1

Resumen de los estudios revisados sobre el síndrome del nido vacío y la resiliencia en adultos mayores indígenas.

Autor(es) y año	Población / Contexto	Enfoque del estudio	Hallazgos relevantes	Aporte para adultos mayores indígenas
Andrade, M. J. R. D. A., Nunes, J. F., & López Júnior, H. M. P. (2024)	Madres experimentando nido vacío	Impactos emocionales	Ansiedad, tristeza, redefinición del rol materno	Aporta comprensión emocional básica que puede compararse con contextos indígenas.

Badiani, F., & Sousa, A. D. (2021)	Adultos mayores en clínica	Consideraciones clínicas	El nido vacío puede ser riesgo o crecimiento personal	Útil para entender la variabilidad emocional según el contexto sociocultural.
Bernardo, J. L (2022)	Padres mayores	Percepción del nido vacío	Cambios en identidad parental	Base para comparar con estructuras familiares indígenas.
Castro Pinto, J. M., & Looor Lino, L. E. (2024)	Adultos mayores rurales, Ecuador	Relaciones familiares y bienestar	La familia extensa influye en el bienestar y sentido	Directamente relevante para comunidades indígenas andinas.
Salazar, J; García, R; Cecchini, S; Shaw, S. (2022)	América Latina y el Caribe	Derechos y envejecimiento	Importancia del apoyo comunitario y cultural	Destaca el rol protector de la comunidad y cultura indígena.
Ubaidi, B. A. (2021)	Adultos mayores	Análisis del nido vacío	Puede conducir a resiliencia o deterioro	Refuerza la importancia del contexto para la adaptación.
Cotonieto Martínez, E., & Rodríguez Terán, R. (2021)	Comunidades	Salud comunitaria	Participación social fortalece salud y resiliencia	Altamente aplicable al modelo comunitario indígena.
Fonseca, A. G., Godas, A. G. D. L., Carvalho, G. B. D. A., Caldeira, J. V. C., Candido, M. T., & Moreira, A. S. (2022)	Adultos mayores	Revisión del nido vacío	Factores psicosociales como apoyo social modulan impacto	Útil para entender dinámicas afectivas en comunidades.
Gutiérrez Domingo, T (2024)	Personas mayores	Envejecimiento saludable	Promoción del bienestar y participación activa	Vinculable a prácticas comunitarias indígenas.

Hammood, Yasir Mohammed et al., 2025	Comunidades indígenas	Teoría de resiliencia multigeneracional	La resiliencia se transmite cultural y espiritualmente	Altamente relevante para la resiliencia indígena.
Khatir et al. (2024)	Adultos mayores	Análisis conceptual	Define dimensiones emocionales del nido vacío	Sirve como marco conceptual aplicable interculturalmente.
León Enríquez & Quilum. T, B. (2025)	Adultos mayores rurales	Acompañamiento familiar	La familia influye en resiliencia y bienestar	Similar a estructuras indígenas.
Madrigal León, T. B. (2023)	Comunidades rurales	Envejecimiento y vulnerabilidad	El entorno comunitario actúa como factor protector	Aporta evidencia contextual compatible con pueblos indígenas.
Miranda, J. G. (2021)	Adultos mayores	Ocio y tiempo libre	Actividades sociales mejoran bienestar	Las actividades comunitarias indígenas fortalecen la resiliencia.
Mota Dos Santos et al. (2021)	Adultos mayores en universidad comunitaria	Experiencia del nido vacío	La participación social reduce malestar emocional	Relevante para programas culturales indígenas.
Naranjo & Guillermo (2022)	Familias cuidadoras	Intervención psicosocial	Cambios en creencias y roles familiares	Ayodos útiles para fortalecer redes en comunidades indígenas.
Santiago, D. E. (2022)	Adultos mayores	Reflexiones teóricas	El nido vacío es un proceso subjetivo influido por cultura	Respalda el análisis diferenciado por identidad indígena.
Shi, C., Long, X., Xia, S., Zhao, H., Wu, C., Zhang, Y., Tang, X., & Li, C. (2025)	Adultos mayores en China	Resiliencia y envejecimiento	La resiliencia protege salud mental en nido vacío	Relevante para extrapolar a grupos indígenas.

Upasen, R., Saengpanya, W., Awae, W., & Prasitvej, P. (2024)	Adultos mayores comunitarios	Resiliencia y apoyo social	El soporte social predice bienestar mental	Aplica directamente a estructuras comunitarias indígenas.
Urzúa & Caqueo-Urizar (2020)	Enfoque teórico	Calidad de vida	Influencia del contexto, cultura y apoyo social	Ayuda a comprender el bienestar en pueblos originarios.
Vázquez, J. (2021)	Madres con hijos migrantes	Nido vacío y migración	Duelo migratorio y redefinición de roles	Similar al nido vacío indígena por movilidad de hijos.
Yáñez, F. (2024)	Modelo de cuidado	Cuidado integral centrado en la persona	Importancia del acompañamiento comunitario	Relevante para prácticas de salud intercultural.

Nota. Datos tomados de los diferentes artículos analizados

En los estudios revisados, se evidencia que el síndrome del nido vacío en adultos mayores es un fenómeno complejo, que se encuentra influenciado por factores emocionales individuales como: tristeza, ansiedad o la redefinición de roles, también por factores socioculturales. Varios autores coinciden que el síndrome de nido vacío al no ser valorado inmediatamente, en el futuro puede ser un riesgo a nivel de salud mental, ya que esto llevaría, tomando en cuenta eso, la resiliencia sería un factor protector clave, en donde modula elementos por ejemplo la participación social, sentido de pertenencia y continuidad con los roles evidentes en la vejez. (Yáñez, 2024)

Se debe tener en cuenta que, en el caso de los adultos mayores de población indígena, los hallazgos de la investigación resaltan la importancia de tener una familia extensa, la comunidad, la transmisión cultural y espiritual como pilares importantes para la resiliencia. Todos los estudios aplicables a las zonas rurales e indígenas conllevan las prácticas comunitarias y el respeto a la cosmovisión propia que fortalecerán el bienestar emocional de las personas. Por tanto, el análisis conjunto sugiere que las acciones dirigidas a los adultos mayores deben ser priorizadas en el ámbito intercultural y comunitario, donde van a tener un reconocimiento cultural como un recurso central para la adaptación al envejecimiento. (Vázquez, 2021)

Discusión

Los hallazgos de esta revisión reafirman que el síndrome del nido vacío (SNE) en adultos mayores indígenas no puede entenderse únicamente como una respuesta emocional individual, sino como un fenómeno sociocultural que refleja transformaciones profundas en las dinámicas familiares, los valores comunitarios y la continuidad de los saberes ancestrales. Estudios recientes confirman que la resiliencia cultural constituye un factor protector clave frente a la soledad, la depresión y la pérdida de sentido vital asociadas al SNE (Upasen, 2024).

En comunidades indígenas, la resiliencia trasciende la noción occidental de adaptación individual y se manifiesta como un proceso colectivo, sostenido por la identidad cultural, la espiritualidad y las redes de apoyo intergeneracional (León & Quilumba, 2025). La conexión con la tierra, los rituales tradicionales y la práctica de la lengua ancestral son recursos psicosociales que fortalecen el bienestar y la autoestima de los adultos mayores, permitiendo resignificar la partida de los hijos como una transición hacia roles de consejeros y guardianes del conocimiento (Gutiérrez, 2021).

La evidencia reciente sugiere que los procesos de migración rural-urbana han incrementado el aislamiento y la pérdida de vínculos familiares, afectando de forma particular a las comunidades indígenas en América Latina (Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas, 2021; Vázquez). No obstante, la solidaridad intergeneracional “por ejemplo, la convivencia o colaboración entre jóvenes y mayores” emerge como un medio eficaz para mantener el bienestar emocional y la continuidad cultural (Hammood, Yasir Mohammed et al., 2025)

Asimismo, investigaciones transculturales han identificado que los adultos mayores que participan activamente en actividades comunitarias o espirituales exhiben mayor satisfacción vital y menor prevalencia de síntomas depresivos, lo cual refuerza la importancia del rol social del anciano indígena como transmisor cultural y fuente de cohesión comunitaria (Naranjo & Guillermo, 2020). De hecho, los modelos de envejecimiento activo con base comunitaria y terapias culturalmente adaptadas (que integran prácticas tradicionales, espiritualidad y lenguaje propio) han demostrado ser más efectivos para prevenir el deterioro emocional que las intervenciones convencionales (Cotonieto & Rodríguez, 2021).

Por otro lado, la literatura también advierte que los procesos de aculturación, discriminación lingüística y pérdida del territorio ancestral debilitan la resiliencia y aumentan la vulnerabilidad psicosocial (Castro & Loor, 2024). Estos factores, sumados al cambio de estructuras familiares nucleares, pueden amplificar la percepción de vacío emocional y pérdida de rol parental. Por ello, las políticas públicas deben reconocer que el bienestar de los adultos mayores indígenas depende no solo de la atención psicológica, sino del fortalecimiento de las condiciones socioculturales que sustentan su identidad colectiva.

Conclusiones

1. El síndrome del nido vacío en adultos mayores indígenas representa un fenómeno profundamente contextual su vivencia difiere de la observada en culturas individualistas donde este grupo poblacional no se configura únicamente como una crisis emocional individual, sino como una transición simbólica que marca la reorganización del rol dentro de la familia y la comunidad, este proceso puede significar el paso hacia nuevos roles de guía cultural, consejería espiritual, portador de saberes ancestrales y referente comunitario, favoreciendo una reintegración en el tejido social, de ahí la necesidad de que el nido vacío debe entenderse principalmente como una etapa de redefinición y reconfiguración del propósito vital, más que como un quiebre emocional aislado.
2. La resiliencia en adultos mayores indígenas se consolida como un mecanismo de afrontamiento colectivo y culturalmente nutrido, más que individual, surge desde la identidad étnica, la espiritualidad, la cosmovisión ancestral, la solidaridad intergeneracional y la participación activa en dinámicas sociales y comunitarias, estos factores permiten resignificar la sensación de pérdida asociada a la salida de los hijos del hogar, transformándola en una oportunidad de fortalecimiento personal, familiar y social, afianzándose cuando se promueven y preserven prácticas culturales, vínculos comunitarios, elementos esenciales para sostener el bienestar emocional, mental y social en esta etapa de la vida.

Referencias bibliográficas

- Andrade, M. J. R. D. A., Nunes, J. F., & Lopes Júnior, H. M. P. (2024). Síndrome do ninho vazio: impactos emocionais maternos. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 10(5), 1851-1860. <https://doi.org/10.51891/rease.v10i5.13896>
- Badiani, F., & Sousa, A. D. (2021). The Empty Nest Syndrome: Critical Clinical Considerations. *Indian Journal of Mental Health(IJMH)*, 3(2), 135. <https://doi.org/10.30877/ijmh.3.2.2016.135-142>
- Bernardo, J. L., Bernhoeft, J. F., de L. R., & Correia, L. (2022). Síndrome do ninho vazio sob a ótica de pais idosos. 54. Disponible en: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/13896/6908/28742>
- Castro Pinto, J. M., & Loo Lino, L. E. (2024). Relaciones familiares y bienestar psicosocial de los adultos mayores de la parroquia San Isidro. *Arandu UTIC*, 11(2), 1466-1481. <https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.348>
- Salazar, J; García, R; Cecchini, S; Shaw, S. (2022). Envejecimiento en América Latina y el Caribe: Inclusión y derechos de las personas mayores. *NACIONES UNIDAS*, 50-61,

187. CEPAL.

- Ubaidi, B. A. A. (2021). Empty-Nest Syndrome: Pathway to «Construction or Destruction». *Journal of Family Medicine and Disease Prevention*, 3(3). <https://doi.org/10.23937/2469-5793/1510064>
- Cotonieto Martínez, E., & Rodríguez Terán, R. (2021). Salud comunitaria: una revisión de los pilares, enfoques, instrumentos de intervención y su integración con la atención primaria. *Journal of Negative and No Positive Results*, 6(2), 393-410. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3816>
- Fonseca, A. G., Godas, A. G. D. L., Carvalho, G. B. D. A., Caldeira, J. V. C., Candido, M. T., & Moreira, A. S. (2022). Perspectivas Psicossociais da “Síndrome do Ninho Vazio”: Uma Revisão Integrativa. *ARCHIVES OF HEALTH INVESTIGATION*, 11(1), 29-37. <https://doi.org/10.21270/archi.v11i1.5629>
- Gutiérrez Domingo, T. (2024). Reto Mundial: Decenio del Envejecimiento Saludable 2021-2030. *Análisis y Modificación de Conducta*, 50(182), 3-19. <https://doi.org/10.33776/amc.v50i182.8098>
- Hammood, Yasir Mohammed, Ismail, Sayed M., Ismail, Sayed M., Khasawneh, Mohamad Ahmad Saleem, & Naeim, Mahdi. (2025). Multigenerational resilience: A novel theory on the psychological transmission of resilience and the role of culture and spirituality in indigenous communities: A narrative review. *Asian Journal of Psychiatry*, 107(2), 104-485. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2025.104485>
- Hernández Sampieri, R., & Fernández Collado, C. F. (2024). *Metodología de la investigación* (P. Baptista Lucio, ed.; sexta edición). McGraw-Hill Education.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) de Ecuador (2023). Más de 2.700 personas son centenarias en Ecuador según el Censo. Disponible en: <https://www.censoecuador.gob.ec/mas-de-2-700-personas-son-centenarias-en-ecuador-segun-el-censo/>
- Khatir, M. A., Modanloo, M., Dadgari, A., Yeganeh, L. T., & Khoddam, H. (2024). Empty nest syndrome: A concept analysis. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(1). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_874_23
- León Enríquez, T. B., & Quilumba Tumbaco, M. P. (2025). Acompañamiento familiar y bienestar social de los adultos mayores de la parroquia rural de Guaytacama. *MQR-Investigiar*, 9(3), e822. <https://doi.org/10.56048/MQR2025.9.3.2025.e822>
- Madrigal León, D. Y. (2023). Envejecimiento en espacios rurales. Expresiones de vulnerabilidad social en entornos comunitarios del oriente de Cuba. 113. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252022000300097
- Miranda, J. G. (2021). Envejecimiento, tiempo libre y gestión del ocio. *Universidad de La Rioja*, 55 (12), 45-49
- Mota Dos Santos, R. I., Celis De Cárdenas, A. M., Da Silva Isla Chamilco, R. A., Santos Da Mata, N. D., De Sousa Prudêncio, L., & Filgueiras De Assis Mello, M. V. (2021). Síndrome do ninho vazio: experiências de idosos integrantes da Universidade da Maturidade do Amapá. *Ciencia y enfermería*, 27. <https://doi.org/10.29393/cs27-14sdra60014>
- Naranjo, M., & Guillermo, S. (2022). Diseño de un programa de intervención psicosocial en el funcionamiento familiar y en el cambio de creencias de los perfiles de género para el personal de salud y las familias cuidadoras de las personas adultas mayores que pertenecen al proyecto de atención domiciliaria del cantón Santa Isabel. Periodo julio –

- diciembre de 2022. Disponible en: <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/25742>
- Santiago, D. E. (2022). A síndrome do ninho vazio: reflexões e aproximações teóricas ao conceito. Edição 20. Disponible en: <https://publicaciones.unirioja.es/catalogo/monografias/inv55.shtml>
- Shi, C., Long, X., Xia, S., Zhao, H., Wu, C., Zhang, Y., Tang, X., & Li, C. (2025). Healthy ageing and psychological resilience among the empty-nest older adults: A cross-sectional survey in China. *BMC Geriatrics*, 25(1), 421. <https://doi.org/10.1186/s12877-025-06081-7>
- Upasen, R., Saengpanya, W., Awae, W., & Prasitvej, P. (2024). The influence of resilience and social support on the mental health of older adults living in the community: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 12(1), 397. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01892-6>
- Urzúa M, A., & Caqueo-Urizar, A. (2020). Calidad de vida: una revisión teórica del concepto. *Terapia Psicológica*, 30(1), 61-71. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082012000100006>
- Vázquez, J. (2021). Síndrome del Nido Vacío en madres con hijos migrantes. Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Estado Zulia. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/items/6dd0ac7b-6443-444e-b192-ece95d0aef8e>
- Yanez, F. (2024). Estrategia de Cuidado Integral Centrado en las Personas. *Revista Salud Comunitaria UANDES*, 2(10), 93. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872022000600782

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.