

III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2011.

## **La amistad en la vejez. Funciones de apoyo y atributos del vínculo.**

Arias, Claudia Josefina y Polizzi, Luciana.

Cita:

Arias, Claudia Josefina y Polizzi, Luciana (2011). *La amistad en la vejez. Funciones de apoyo y atributos del vínculo. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-052/350>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eRwr/Oo0>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# LA AMISTAD EN LA VEJEZ. FUNCIONES DE APOYO Y ATRIBUTOS DEL VÍNCULO

Arias, Claudia Josefina; Polizzi, Luciana

Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina

## RESUMEN

Diversos estudios han mostrado la importancia que los vínculos tanto familiares como no familiares que brindan algún tipo de apoyo tienen en el bienestar integral durante la vejez. Entre ellos, las relaciones de amistad han sido identificadas entre los vínculos centrales que conforman la red en esta etapa de la vida. Los objetivos de este trabajo consisten en: 1) explorar la inclusión de vínculos de amistad dentro de las redes de apoyo de personas mayores de 60 a 90 años de edad, 2) identificar las funciones de apoyo que cumplen y 3) caracterizar los atributos de dicho vínculo en lo referido a: multidimensionalidad, intimidad y frecuencia de contacto. Se implementó un diseño de tipo no experimental descriptivo. A una muestra seleccionada intencionalmente de 140 casos se le administró la Entrevista Estructurada de fuentes de apoyo social. Los datos relevados fueron analizados de manera cuantitativa. Los resultados muestran la importancia de la relación de amistad en la vejez, tanto por la elevada frecuencia en que este tipo de vínculo es incluido en las redes de las personas mayores como por brindar compañía social y su elevada intimidad.

### Palabras clave

Vejez Amistad

## ABSTRACT

FRIENDSHIP IN OLD AGE. SUPPORT FUNCTIONS AND ATTRIBUTES

Studies have shown the importance of both, family and non-family social support network members, on well-being in the elderly. Among them, the friendship relations have been identified among the main social network links at this stage of life. The objectives of this work are: 1) to explore the inclusion of friendship relations within the support networks of people aged 60 to 90, 2) to identify their support functions and 3) to characterize the attributes of that links regarding to: multidimensionality, intimacy and frequency of contact. A non-experimental and descriptive research is implemented. The Structured Interview of social support resources was administered to an intentional sample of 140 cases. The data collected were analyzed quantitatively. The results show the importance of friendship in the elderly for their frequent inclusion in the social support network and for the social contact and intimacy that they provide.

### Key words

Elderly Friendship

El efecto de las redes sobre el bienestar biopsicosocial de los adultos mayores ha sido extensamente comprobado (Liu, Liang & Gu, 1995; Uchino, Cacioppo & Kiecolt-Glaser, 1996; Unger, Mc Avay, Bruce, Berkman & Seeman, 1999; Mendes de Leon, Glass, Beckett, Seeman, Evans & Berkman, 1999; Antonucci, Fuhrer & Dartigues, 1997; Forsell & Winblad, 1999; Chou & Chi, 2001; Peirce, Frone, Russell, Cooper & Mudar, 2000; Vanderhorst & Mc Laren, 2005, Doyle, 1995). Además, diversas investigaciones comprobaron la relación de la posesión de redes sociales adecuadas con el incremento de la satisfacción vital (Muchnik, 1984; Aquino, Russell, Cutrona & Altmaier, 1996; Arias, 2004; Bishop, Martin & Poon, 2006; Yoon & Lee, 2007; Phillips, Sui; Yeh & Cheng, 2008), así como con el bienestar en el final de la vida de enfermos terminales (Prince-Paul, 2008). Por otra parte, las personas de edad que presentan déficits en lo que respecta a sus redes de apoyo han mostrado una mayor tendencia al abuso de drogas (Allard, Allaire, Leclerc & Langlois, 1995; Warren, Stein & Grella, 2007) y de alcohol (Brennan & Moos, 1990; Schonfeld & Dupree, 1991) y se ha identificado a la insatisfacción con el apoyo social del cual se dispone como una de las variables predictoras de la ideación suicida (De Leo & Ormskerk, 1991; Mireault & De Man, 1996; Vanderhorst & Mc Laren, 2005).

Entre las funciones que cumplen las relaciones que brindan apoyo se hallan la "compañía social", (ya sea a partir de efectuar tareas de manera conjunta o del simple hecho de estar uno al lado del otro) el "apoyo emocional", (implica mayor intimidad, posibilitando el acercamiento emocional, afectivo y la comprensión) la "guía cognitiva y consejos" (información, modelos de rol), "regulación social" (a fin de corregir las posibles desviaciones de las normas), y la "ayuda material, de servicios y acceso a nuevos contactos" (Sluzki, 1996). Además, poseen atributos en relación a las "funciones prevalentes" que cumplen, su "multidimensionalidad" (cantidad de funciones que cumple), "reciprocidad", "intimidad", "frecuencia de los contactos" e "historia" (p. 59). La relación de amistad ha sido identificada como uno de los vínculos no familiares centrales dentro de la red de apoyo social de las personas mayores y entre aquellos que les proporcionan los mayores niveles de satisfacción. Este tipo de relaciones, que forman parte de dicha red, si bien cumplían funciones variadas en todas las dimensiones y variaban según el caso en particular, en la mayoría de los casos cubría la dimensión social de la red, incorporando en otros, los aspectos emocionales,

de consejo y guía. (Arias, 2005; Polizzi, 2011 y Fernández Ballesteros, 1992).

El mantenimiento de relaciones de amistad con personas de la misma edad con las que han compartido muchos sucesos de vida genera satisfacción, a partir del reconocimiento y confirmación mutuos, así como de la posibilidad de recordar juntos sucesos que han compartido en el pasado. Esta oportunidad de rememorar con otros anécdotas de épocas anteriores de la vida es valorada positivamente por las personas de edad avanzada. Sin embargo, además de vínculos de amistad que se han establecido en etapas anteriores de la vida también se ha observado que durante la vejez se incorporan activamente nuevos amigos a la red (Arias & Polizzi, 2010; Elgart, 2010)

Montes de Oca (2002) remarca que respecto a la familia, los amigos son considerados fuentes secundarias de apoyo, aunque en algunas circunstancias son especialmente importante, por ejemplo: para quienes se encuentran lejos de la familia, o las personas que no tienen parejas ni hijos. En esta línea, Arias (2005) señala que en Mar del Plata, se halló que en esos casos la red estaba conformada principalmente por los amigos de diversos grados de intimidad, mientras que en aquellos casos de personas casadas las redes estaban formadas fundamentalmente por familiares y escasos amigos.

Los vínculos de amistad están establecidos por intereses comunes y actividades compartidas (Guzmán, Huenchuan & Montes de Oca, 2002). La amistad suele ser una relación única porque las personas eligen a sus amigos. Estar con ellos, supone una socialización activa y una conversación intelectualmente estimulante (Concha, Olivares & Sepúlveda, 2000). El mantener relaciones de amistad con coetáneos con quienes se ha compartido numerosas experiencias en la vida genera mucha gratificación, por el reconocimiento y confirmación recíproca, así como de la posibilidad de recordar juntos sucesos que han compartido anteriormente (Arias, 2005).

Giles, Glonek, Luszcz & Andrews (2005) realizaron un estudio en Australia con una muestra de 1477 sujetos de 70 años o más y se encontraron que una red de buenos amigos aumenta la longevidad en las personas mayores. El estudio demostró que los adultos mayores que poseían una red fuerte de amigos y confidentes vivían más tiempo que aquellos con menos amigos o confidentes. Las redes fuertes de hijos u otros familiares no afectaron la longevidad. Si bien en la investigación no encontraron causas explicativas de por qué los amigos tienen dicho efecto fuerte sobre la mortalidad, los investigadores especulan que los amigos pueden afectar de manera positiva los comportamientos de salud tales como fumar, pueden proporcionar ánimo para buscar ayuda médica o pueden tener un impacto positivo sobre el humor, la moral y la autoestima; la risa, el apoyo y la compañía que recibe de - y proporciona a - sus amigos podrían ayudar a mantenerlo con vida por más tiempo. Es esta última explicación potencial la que puede diferenciar la influencia benéfica de los amigos sobre los familiares.

En un estudio realizado recientemente en Israel a partir

del seguimiento de una muestra de 820 adultos por un período de 20 años, se comprobó que los que disfrutaron de buenas amistades en el trabajo tenían un riesgo significativamente menor de morir por cualquier causa (Shirom, Toker, Alkaly, Jacobson & Balicer, 2011).

A partir de los hallazgos anteriormente expuestos, en el presente trabajo se propone: 1) explorar la inclusión de vínculos de amistad dentro de las redes de apoyo de personas mayores de 60 a 90 años de edad, 2) identificar las funciones de apoyo que cumplen y 3) caracterizar los atributos de dicho vínculo en lo referido a: multidimensionalidad, intimidad y frecuencia de contacto.

### **Aspectos metodológicos**

Se implementó un estudio exploratorio/descriptivo. La población bajo estudio estuvo constituida por adultos mayores de 60 a 90 años residentes en la ciudad de Mar del Plata. Se tomó una muestra no probabilística de 140 sujetos (70 mujeres y 70 varones). El promedio de edad fue de 73,4 años y el desvío estándar de 5,8.

Con respecto al estado civil, el 54,3% de los entrevistados estaban casados (n: 76); el 27,1% eran viudos (n: 38); el 12,1% (n: 17) separados y el 6,4% (n: 9) solteros. En relación a la conformación del grupo conviviente, el 46,6 % (n: 65) vivía con su pareja; el 37,9 % lo hacían solos (n: 53); el 10,7% (n:15) vivía con su familia y el restante 5% (n:7) con su pareja y familia.

En el trabajo de campo se implementaron los siguientes instrumentos:

1) Un Cuestionario de datos sociodemográficos, que indagaba el sexo, la edad, el nivel de instrucción, si estaban jubilados, la conformación del grupo conviviente y las actividades principales que desarrollaban.

2) La Entrevista Estructurada de Fuentes de apoyo social (Vaux y Harrison, 1985) que evalúa cinco formas de apoyo: emocional, práctica, financiera, social y de orientación y consejo. Además proporciona información acerca de características estructurales y atributos de los vínculos que componen la red de apoyo social.

Se efectuó un análisis cuantitativo de los datos mediante el uso de paquetes estadísticos informatizados.

### **Resultados**

De un total de 140 personas mayores entrevistadas, la mayoría (n: 118) incluyó a amigos dentro de la red de apoyo social. Solamente 22 (15, 7 % ) no incorporaron este tipo de relación en sus redes. Se trata de 22 adultos mayores (11 mujeres y 11 hombres) de los cuales 13 eran separados o viudos y 9 eran casados.

Respecto al tamaño de las redes de apoyo evaluadas, las mismas variaron desde un mínimo de 3 hasta un máximo de 28, siendo la media 11,86 y el desvío estándar de 4,9. La cantidad de amigos incluidos en las redes varió desde un mínimo de 1 hasta un máximo de 13, siendo el promedio de 5,05 y el desvío estándar de 2,67. Dentro de las 118 redes de apoyo que incluían amigos, estos constituyeron un total de 596.

Centrándonos particularmente en las funciones de apoyo que cumplen los amigos en la vejez, se observó que

casi en la totalidad de las redes (n: 113), el apoyo preponderante es la compañía social. En orden de frecuencia decreciente le siguieron el apoyo emocional, el consejo y/o guía cognitiva y en menor medida el apoyo práctico y económico (Ver Tabla 1).

Respecto de la cantidad de funciones de apoyo que brindaban los amigos para las personas entrevistadas, pudo observarse que aproximadamente un tercio de estas relaciones cumplía 2 o más funciones, constituyendo un vínculo multidimensional. El resto, cumplía sólo una de las 5 funciones de apoyo posibles. Esto va en dirección con lo anteriormente mencionado, sobre la concentración de los vínculos de amistad principalmente en la función de compañía social (Ver Tabla 2).

Cabe destacar, que si bien las amistades se caracterizaron en su mayoría por ser relaciones no multidimensionales, los adultos mayores incluyeron en sus redes una o más amistades que le proporcionaban alguna función específica, más allá de que no sea la misma persona la que cumpliera con varios apoyos.

En lo referido al Nivel de intimidad, la Tabla 3 muestra que la mayoría de las redes evaluadas, incluyeron vínculos de alta cercanía e intimidad. Siendo muy escasos aquellos casos en los que la cercanía era poca. La suma de los porcentajes correspondientes a los dos niveles de mayor intimidad supera el 64% de los vínculos de amistad.

Respecto a la frecuencia de contacto, se puede observar en la Tabla 4 que las personas mayores se contactan con gran periodicidad con sus amigos mediante visitas o contacto telefónico. En el 71, 89% de los casos, lo hacen al menos una vez por semana o más.

### **Conclusiones**

Los resultados del presente trabajo muestran que los amigos constituyen una importante fuente de apoyo social durante la vejez, tanto por la elevada frecuencia en que son incorporados en la misma como por su atributo de elevada intimidad. Asimismo el hecho de que el contacto con dichos vínculos sea muy frecuente muestra la disponibilidad del mismo y del apoyo que éste brinda.

En lo referido a las funciones prevalcientes, el hecho de que mayoritariamente cumplan funciones de compañía social es un hallazgo consistente con resultados de investigaciones anteriores (Elgart, 2010) y muestra la importante función de socialización que tienen las relaciones de amistad (Gracia Fuster, 1997). La compañía social implica fundamentalmente compartir tiempo, ya sean visitas mutuas, salidas, reuniones, etc. y posiblemente sea la función de apoyo que es requerida más frecuente y cotidianamente y por mayores lapsos de tiempo. Otras funciones de apoyo, como la ayuda económica, es más probable que se necesiten frente a situaciones específicas y por períodos de tiempo más acotados. El hecho de disponer de amigos que brinden compañía, implica un tipo de interacción con el otro que

favorece la integración social y que sin duda mejora los niveles de bienestar.

Las tres funciones de apoyo que cumplen más frecuentemente los amigos fueron la compañía social, el apoyo emocional y la guía u orientación cognitiva. Podría pensarse que dichas funciones son aquellas en las que la persona elige especialmente a qué vínculos de su red recurrir e involucran en mayor medida ayudas más ligadas a lo emocional. Por el contrario, no cumplían tan frecuentemente funciones de apoyo económico y práctico que involucran más ayudas instrumentales, más ligadas a la obligatoriedad que a la elección y que posiblemente recaigan más en ciertos familiares que formen parte de la red.

Finalmente, cabe destacar que una red funcional es aquella que pueda brindar todos los tipos de apoyo requeridos. Según Salinas, Manrique y Téllez Rojo (2008) la disponibilidad de apoyo social es más sólida cuando los vínculos no se restringen sólo a la familia o a los amigos, sino que incluyen a ambas fuentes. En este sentido, se concluye que la posibilidad de contar tanto con amigos como con familiares que formen parte de la red de apoyo permitiría disponer de fuentes variadas que puedan satisfacer las distintas necesidades de un modo dinámico en el que cada uno aporte las ayudas específicas más acordes con sus posibilidades y posición en la red.

**Tabla 1:** Funciones de apoyo que brinda la relación de amistad a las personas mayores entrevistadas.  
Mar del Plata 2011

Función de apoyo que brinda la relación de amistad										
	Apoyo emocional		Compañía social		Ayuda práctica		Ayuda financiera		Consejo- guía	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Si	60	50,8	113	95,8	36	30,5	30	25,4	55	46,6
No	58	49,2	5	4,2	82	69,5	88	74,6	63	53,4
Total	118	100,0	118	100,0	118	100,0	118	100,0	118	100,0

**Tabla 2:** Multidimensionalidad de las relaciones de amistad de las personas mayores entrevistadas.  
Mar del Plata 2011

Multidimensionalidad de la relación de amistad		
	N°	%
Si	211	35,2
No	385	64,5
Total	596	100

**Tabla 3:** Nivel de intimidad de la relación de amistad de las personas mayores entrevistadas.  
Mar del Plata 2011

Nivel de intimidad de la relación de amistad		
	N	%
<b>Poco íntimo</b>	23	3,5
<b>Bastante íntimo</b>	191	32,2
<b>Muy íntimo</b>	281	47,1
<b>Extremadamente íntimo</b>	101	16,9
Total	596	100

**Tabla 4:** Frecuencia de contacto con la relación de amistad en las personas mayores entrevistadas.  
Mar del Plata 2011

Frecuencia de contacto con los amigos		
	N	%
Casi todos los días	125	20,9
2 o 3 veces por semana	130	21,8
1 vez por semana	174	29,19
Alrededor de dos veces al mes	59	9,8
Alrededor de una vez al mes o menos	108	18,1
Total	596	100

## BIBLIOGRAFÍA

- Antonucci, T.C.; Fuhrer, R & Dartigues, J.F. (1997). Social relations and depressive symptomatology in a sample of community-dwelling French older adults. *Psychology and Aging*, 12 (1) 189-195.
- Aquino, J. R.; Russell, D. W.; Cutrona, C. E. & Altmaier, E. M. (1996). Employment status, social support, and life satisfaction among the elderly. *Journal of Counseling Psychology*, 43 (4), 480-489.
- Allard, J.; Allaire, D.; Leclerc, G. & Langlois, S. P. (1995). The influence of family and social relationships on the consumption of psychotropic drugs by the elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 20 (2), 193-204.
- Arias, C. (2004). *Red de Apoyo Social y Bienestar Psicológico en Personas de Edad*. Mar del Plata: Suárez.
- Arias, C. (2005). Composición de la Red de Apoyo Social de Adultos Mayores: Vínculos Familiares y no familiares En L. Golpe y C. Arias (Eds.) *Sistemas Formales e Informales de Apoyo Social para los Adultos Mayores Aportes de una investigación científica al campo de la Gerontología Institucional*. (pp. 233-249). Mar del Plata: Suárez.
- Arias, J.C. y Polizzi, L. (2010) La red de apoyo social en la vejez. Pérdidas e incorporación de nuevos vínculos. Disponible en [www.interpsiquis.com](http://www.interpsiquis.com).
- Bishop, A.; Martin, P. & Poon, L. (2006). Happiness and congruence in older adulthood: A structural model of life satisfaction. *Aging and Mental Health*, 10 (5), 445-453.
- Brennan, P. L. & Moos, R. H. (1990). Life stressors, social resources, and late-life problem drinking. *Psychology and Aging*, 5 (4), 535-544.
- Chou, K. L. & Chi, I. (2001). Stressful life events and depressive symptoms: social support and sense of control as mediators or moderators?. *International Journal of Aging and Human Development*, 52 (2), 155-171.
- Concha, A. Olivares, L. y Sepúlveda, M. (2002). Redes sociales en la tercera edad. Disponible en [www.redadultosmayores.com.ar/buscar/files/DESAR017.pdf](http://www.redadultosmayores.com.ar/buscar/files/DESAR017.pdf)
- De Leo, D. & Ormskerk, S. C. (1991). Suicide in the elderly: General characteristics. *Crisis*, 12 (2), 3-17.
- Doyle, C. (1995). Effect of staff turnover and the social environment on depressive symptoms in nursing home residents. *International Psychogeriatrics*, 7 (1), 51- 61.
- Elgart, S.B. (2010). Análisis de los vínculos de amistad y cambios de la red de apoyo social. Informe final de Trabajo de investigación no publicada. Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Mar del Plata, Mar del Plata, Argentina.
- Fernandez Ballesteros, R. (1985). Hacia una vejez competente: un desafío a la ciencia y a la sociedad. En M. Carretero, J. Palacios & A. Marchesi (Comps.), *Psicología Evolutiva*. 3. Adolescencia, madurez y senectud (pp. 239-258). Madrid: Alianza Psicología.
- Forsell, Y. & Winblad, B. (1999). Incidence of major depression in a very elderly population. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 14 (5), 368 - 372.
- Giles, L., Glonek, G., Luszcz, A. M., & Andrews, G. (2005). Efecto de las redes sociales de supervivencia de 10 años en los australianos muy antiguos: el estudio australiano longitudinal del envejecimiento. *J Epidemiol Community Health*, 59, 574-579.
- Guzmán, J. M., Huenchuan, S., & Montes de Oca, V. (2002). Redes de apoyo social de personas mayores: Marco teórico conceptual. Simposio Viejos y Viejas. Participación, Ciudadanía e Inclusión Social. 51 Congreso Internacional de Americanistas. Universidad Nacional Autónoma de México, México. Disponible en [http://www.eclac.org/celade/noticias/paginas/9/12939/EPS9\\_JMGSHNVMO.pdf](http://www.eclac.org/celade/noticias/paginas/9/12939/EPS9_JMGSHNVMO.pdf)
- García Fuster, E (1997). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Barcelona: Paidós.
- Liu, X. ; Liang, J. & Gu, S. (1995). Flows of social support and health status among older persons in China. *Social Sciences and Medicine*, 41 (8), 1175-1184.
- Mendes de Leon, C. F.; Glass, T. A.; Beckett, L. A.; Seeman, T. E.; Evans, D. A. & Berkman, L.F. (1999). Social networks and disability transitions across eight intervals of yearly data in the New Haven EPESE. *Journal of Gerontology, Behavior Psychology and Social Sciences*, 54 (3), S162 - S172.
- Mireault, M. & de Man, A. F. (1996). Suicidal ideation among the elderly: Personal variables, stress and social support. *Social Behavior and Personality*, 24 (4), 385-392.
- Montes de Oca, V (2002). Participación, organización y significado de las redes de apoyo comunitario entre hombres y mujeres adultos mayores: La experiencia de la Colonia de Aragón en la Delegación Gustavo A. Madero, Ciudad de México. DOCUMENTO DE LA Reunión de Expertos en redes de apoyo social a personas mayores. Santiago de Chile: CEPAL-CELADE. [http://www.cepal.org/celade/noticias/paginas/1/13241/envejecimiento\\_serie30.pdf](http://www.cepal.org/celade/noticias/paginas/1/13241/envejecimiento_serie30.pdf).
- Muchnik, E. (1984). *Hacia una nueva imagen de la vejez*. Buenos Aires: Belgrano.
- Phillips, D.R.; Sui, O.L.; Yeh, A.G. & Cheng, K.H. (2008). Informal social support and older person's psychological well being in Hong Kong. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 23 (1), 39-55.
- Polizzi, L. (2011). La importancia de la pareja, los hijos y los amigos en la vejez. En *Actas de las Primeras Jornadas de Psicología de la Universidad Atlántida Argentina y Contexto Psicológico. Los Desafíos de la Clínica Actual*. Mar del Plata: Universidad Atlántida Argentina.
- Prince-Paul, M. (2008). Understanding the meaning of social well-being at the end of life. *Oncology Nursing Forum*, 35 (3), 365 -371.
- Salinas, A., Manrique, B., & Téllez Rojo, M. (2008). Redes de apoyo social en la vejez: Adultos mayores beneficiarios del componente para Adultos Mayores del Programa Oportunidades. Trabajo en el III Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población, ALAP, realizado en Córdoba, Argentina, del 24 al 26 de Septiembre de 2008. Disponible en [http://www.alapop.org/2009/images/DOCSFINAIS\\_PDF/ALAP\\_2008\\_FINAL\\_281.pdf](http://www.alapop.org/2009/images/DOCSFINAIS_PDF/ALAP_2008_FINAL_281.pdf).
- Schonfeld, L & Dupree, L. W. (1991). Antecedents of drinking for early and late-onset elderly alcohol abusers. *Journal of Studies on Alcohol*, 52 (6), 587-592.
- Shirom, A., Toker, S., Alkaly, Y., Jacobson, O., & Balicer, R. (2011). Work-Based Predictors of Mortality: A 20-Year Follow-Up of Healthy Employees. *American Psychological Association*, 30 (3), 268-275.
- Sluzki, C. (1996). *La red social: Frontera de la práctica sistémica*. Barcelona: Gedisa.
- Uchino, B. N.; Cacioppo, J. T. & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 119, 488-453.
- Unger, J. B.; Mc Avay G.; Bruce, M. L.; Berkman, L. & Seeman, T. (1999). Variation in the impact of social network characteristics on physical functioning in elderly persons: MacArthur Studies of Successful Aging. *Journal of Gerontology, Behavior Psychology and Social Sciences*, 54 (5), S245 -251.
- Vanderhorst, R.K. & Mc Laren, S. (2005). Social relationship as predictors of depression and suicidal ideation in older adults. *Aging and Mental Health*, 9 (6), 517-525.
- Warren, J.I.; Stein, J.A. & Grella, C.E. (2007). Role of social support and self-efficacy in treatment outcomes among clients with co-occurring disorders. *Drug and Alcohol Dependences*, 10 (89), 267-274.
- Yoon, D. & Lee, E. (2007). The impact of religiousness, spirituality and social support on psychological well-being among older adults in rural areas. *Journal of Gerontological Social Work*. 48 (3-4), 281-298.