

# Revisión sistemática respecto del funcionamiento neurocognitivo en el envejecimiento en personas mayores

<sup>1</sup>MAURICIO MERCADO-ARAVENA, <sup>1</sup>KEVIN CADER-VILLABLANCA Y

<sup>2</sup>LUIS JORQUERA-ZAPATA

<sup>1</sup> Universidad del Bío-Bío, Chile

<sup>2</sup> Universidad Adventista de Chile, Chile

Cómo citar este artículo (estilo APA) / Citing this article (APA style):

Mercado-Aravena, M. A., Cader-Villablanca, K., & Jorquera-Zapata, L. (2025). Revisión sistemática respecto del funcionamiento neurocognitivo en el envejecimiento en personas mayores. *Revista Mexicana De Investigación En Psicología*, 17(2), pp 35-45

## Resumen

Se realizó una revisión sistemática de la literatura científica publicada entre 2013 y 2023 sobre el funcionamiento neurocognitivo de personas mayores no institucionalizadas. Se identificaron diversos factores y condiciones asociadas al envejecimiento, así como sus implicancias en la calidad de vida. La relevancia del estudio radica en el crecimiento demográfico de este grupo etario a nivel global. Para el análisis, se utilizó el modelo PRISMA, que permitió identificar un total de 359 estudios, de los cuales 13 cumplieron con los criterios de inclusión y fueron seleccionados para su revisión. Estos estudios se categorizaron según título, idioma, autoría y principales hallazgos, y se priorizaron aquellos enfocados en el envejecimiento no patológico. Si bien algunos

autores emplean el término “envejecimiento normal”, se reconoce que esta denominación puede resultar limitada al reducir la vejez a trayectorias homogéneas o centradas en el déficit. En contraste, investigaciones recientes proponen una visión más integral del envejecimiento, que incorpora factores sociales, educativos y contextuales, y que se aleja de enfoques deterministas. Los resultados sugieren que los cambios neurocognitivos no deben considerarse como un deterioro inevitable, sino como parte de un proceso diverso. Se destaca la escasez de estudios acerca de personas mayores no institucionalizadas desde perspectivas inclusivas, por lo que se propone promover investigaciones que reconozcan su autonomía, adaptabilidad y diversidad.

**Palabras clave:** Envejecimiento cognitivo, persona mayor, funciones ejecutivas, calidad de vida

**Dirigir toda correspondencia al autor a la siguiente dirección:**

Mauricio Mercado-Aravena

Correos electrónicos: mmercado@ubiobio.cl; mauriciomercado@unach.cl

RMIP 2025, Vol. 17, Núm. 2, pp. 35-45

www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.udg.mx

Derechos reservados ©RMIP

**Systematic review on neurocognitive functioning in the aging process of older persons**

## Abstract

A systematic review of scientific literature published between 2013 and 2023 was conducted on the neu-

rocognitive functioning of non-institutionalized older persons. The review identified factors and conditions associated with aging, as well as their implications for quality of life. The relevance of this study lies in the global demographic growth of this population group. The PRISMA model was used, initially identifying 359 studies, of which 13 met the inclusion criteria and were analyzed. The selected studies were categorized by title, language, authorship, and key findings, with a focus on those addressing non-pathological aging. Although the term "normal aging" is used by some authors, it is recognized as potentially limiting, as it reduces old age to homogeneous or deficit-based trajectories. Recent research advocates for a more holistic perspective on aging one that incorporates social, educational, and contextual factors and moves beyond deterministic frameworks. The results suggest that neurocognitive changes should not be viewed as inevitable decline, but rather as part of a diverse and multifactorial aging process. The review highlights a lack of studies on non-institutionalized older persons from inclusive perspectives, emphasizing the need for research that acknowledges their autonomy, adaptability, and diversity.

**Keywords:** Cognitive aging, aged, executive functions, quality of life

## INTRODUCCIÓN

El incremento en la población de personas mayores constituye un fenómeno demográfico significativo a nivel mundial, impulsado en gran medida por los avances en medicina y calidad de vida (Salech et al., 2020). De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas, se considera persona mayor a quien ha alcanzado los 60 años (Lagos et al., 2020). Este crecimiento poblacional ha despertado un creciente interés en la investigación sobre el envejecimiento, con el propósito de comprender sus efectos en el bienestar y la calidad de vida de este grupo etario (Carrasco et al., 2021; De Jaeger, 2018; Lena et al., 2019; Lengenfelder et al., 2019; Meza-Kubo et al., 2014; Petretto et al., 2016; Qiao et al., 2021).

La literatura especializada distingue entre tres tipos de envejecimiento: exitoso, normal y patológico (Calatayud et al., 2020; Lissek y Suchan, 2021). El envejecimiento normal se define como el deterioro esperable en las funciones cognitivas

de las personas mayores en ausencia de enfermedades neurodegenerativas (Carballo-García et al., 2013; Carrasco et al., 2021; Fuentes, 2014; Grandi y Ustárrroz, 2017). Este proceso se sitúa entre el envejecimiento exitoso, caracterizado por un alto nivel de funcionamiento adaptativo, y el envejecimiento patológico, que implica una disminución marcada de las habilidades cognitivas previamente adquiridas, como ocurre en casos de demencia o enfermedad de Alzheimer.

En otras palabras, el envejecimiento normal se entiende como un proceso fisiológico y esperable (Calatayud et al., 2020; Cohen-Zimmerman y Hassin, 2018; Fleck et al., 2016; Qiao et al., 2021). Los cambios asociados a este tipo de envejecimiento afectan principalmente funciones cognitivas como la memoria, la velocidad de procesamiento de la información y diversas funciones ejecutivas de orden superior, como la planificación y la toma de decisiones (Bamidis et al., 2014; Calatayud et al., 2020; Cohen-Zimmerman y Hassin, 2018; Laubach et al., 2018; Lengenfelder et al., 2019; Yochim et al., 2013).

Diversas investigaciones destacan la relevancia de las funciones ejecutivas en la vida diaria de las personas mayores, y señalan que su deterioro puede afectar la capacidad para ejecutar tareas complejas y tomar decisiones (Grandi y Ustárrroz, 2017; Laubach et al., 2018). Las funciones ejecutivas dependen de áreas cerebrales como la corteza prefrontal y de distintas estructuras subcorticales. Su declive durante el envejecimiento esperable suele estar asociado con una reducción del volumen cerebral y de la masa de tejido nervioso (Bamidis et al., 2014; Fleck et al., 2016; Grandi y Ustárrroz, 2017). Además, factores psicosociales como los estereotipos negativos y la autopercepción pueden contribuir al deterioro neurocognitivo y acelerar su progresión (Fuentes, 2014; Petretto et al., 2016; Salech et al., 2020).

De acuerdo con lo descrito, las funciones ejecutivas constituyen un conjunto de procesos cognitivos superiores, esenciales para la planificación, la regulación y la ejecución de comportamientos orientados a metas, incluyendo la toma de de-

ciones, la resolución de problemas y el control inhibitorio (Diamond, 2020). Aunque otros dominios cognitivos, como la memoria o el lenguaje, también influyen en la realización exitosa de tareas cotidianas, las funciones ejecutivas son en especial sensibles al envejecimiento y a factores neurobiológicos asociados, debido a su dependencia en la integridad de la corteza prefrontal y sus conexiones subcorticales (Basuela, 2014). Por ello, en el contexto del envejecimiento esperable, el análisis del deterioro y la preservación de las funciones ejecutivas resulta fundamental, dada su relevancia clínica y social.

El estudio del envejecimiento neurocognitivo no solo tiene implicancias teóricas, sino también prácticas, en especial para el diseño de políticas públicas orientadas a promover un envejecimiento activo y saludable. Tal como plantean Saleh et al. (2020), el fenómeno del envejecimiento poblacional requiere un abordaje transdisciplinario que considere las necesidades clínicas, sociales y comunitarias (Clément et al., 2013; Lissek y Suchan, 202). En este sentido, la comprensión de las trayectorias neurocognitivas de las personas mayores no institucionalizadas aporta evidencia relevante para delinear estrategias que favorezcan su autonomía, participación social y calidad de vida.

De acuerdo con lo expuesto, este trabajo tiene como objetivo efectuar una revisión sistemática de la literatura científica publicada entre 2013 y 2023 sobre el funcionamiento neurocognitivo de personas mayores no institucionalizadas con envejecimiento esperable para su edad. En particular, se busca identificar la conceptualización del envejecimiento utilizada en los estudios revisados, así como los factores asociados que inciden en la calidad de vida de esta población. Además, destaca la necesidad de ampliar la investigación sobre personas mayores no institucionalizadas, un grupo que ha recibido menos atención en comparación con la población con deterioro cognitivo.

## DESARROLLO

Para esta revisión sistemática, se siguieron los lineamientos de la declaración PRISMA 2020 (Page et al., 2021), y se cumplieron los ítems: 1–10, 12, 16a–16b, 17–19, 23a–23d y 24–27. Asimismo, se declararon como no aplicables los correspondientes al metaanálisis (13d–13f, 20b–20d). El estudio se identifica en el título como revisión sistemática y se presenta con un resumen estructurado que contiene objetivos, metodología, resultados y conclusiones. La justificación y los objetivos se describen en la introducción, en la que se destaca la importancia de comprender el funcionamiento neurocognitivo en personas mayores no institucionalizadas.

Los criterios de elegibilidad incluyeron: estudios empíricos sobre funcionamiento neurocognitivo en personas mayores no institucionalizados; publicaciones de psicología y neuropsicología; artículos en español o inglés; y periodo de publicación entre 2013 y 2023. Los de exclusión fueron: estudios sobre deterioro cognitivo patológico (como demencia o Alzheimer); población institucionalizada; intervenciones farmacológicas sin evaluación neuropsicológica; revisiones teóricas sin datos empíricos; y trabajos sin acceso a texto completo o sin criterios mínimos de calidad metodológica.

Las fuentes de información fueron Web of Science, Scopus y Science Direct. Se reporta la fecha de la última búsqueda para cada recurso y se incluyen, en un anexo, las estrategias de búsqueda completas (operadores booleanos en español e inglés). El proceso de selección fue realizado por tres revisores de manera independiente; las discrepancias se resolvieron por consenso y quedaron documentadas en el diagrama de flujo PRISMA. Se consignan los resultados de la búsqueda ( $n = 359$ ), la depuración de duplicados y las exclusiones, hasta la inclusión final de 13 estudios. Además, se presenta una lista de los estudios excluidos a texto completo y las razones de exclusión.

La extracción de datos fue efectuada de manera independiente por dos revisores y registrada en una matriz consensuada. En relación con el ítem 10a, se definieron como desenlaces principales el funcionamiento neurocognitivo general y las funciones específicas, entre ellas memoria de trabajo, planificación, flexibilidad cognitiva, fluidez verbal y control inhibitorio. Para el ítem 10b, se recopilieron además variables contextuales y metodológicas: año de publicación, idioma, autores, país de procedencia, características muestrales (edad y tamaño de la muestra), diseño de estudio, instrumentos neuropsicológicos empleados y factores asociados al envejecimiento (soledad, motivación implícita, actitudes hacia la vejez, apoyo social y salud mental). En los casos en que faltó información, se consignó su ausencia sin imputaciones.

Respecto de las medidas del efecto señaladas en el ítem 12 de la declaración PRISMA 2020 (Page et al., 2021), no se calcularon estimadores cuantitativos, dado que la síntesis se realizó de forma narrativa y descriptiva debido a la heterogeneidad de los estudios. Se presentan las características de los estudios incluidos (ítem 17) y sus principales resultados, conforme a lo señalado en el ítem 19, en tablas estructuradas que destacan tanto los factores de riesgo como los factores protectores asociados al envejecimiento neurocognitivo.

La discusión aborda los hallazgos en relación con literatura previa de acuerdo con lo señalado en el ítem 23a; expone las limitaciones de la evidencia (ítem 23b) y de los procesos de revisión (ítem 23c), así como las implicancias para la investigación futura y las políticas públicas (ítem 23d).

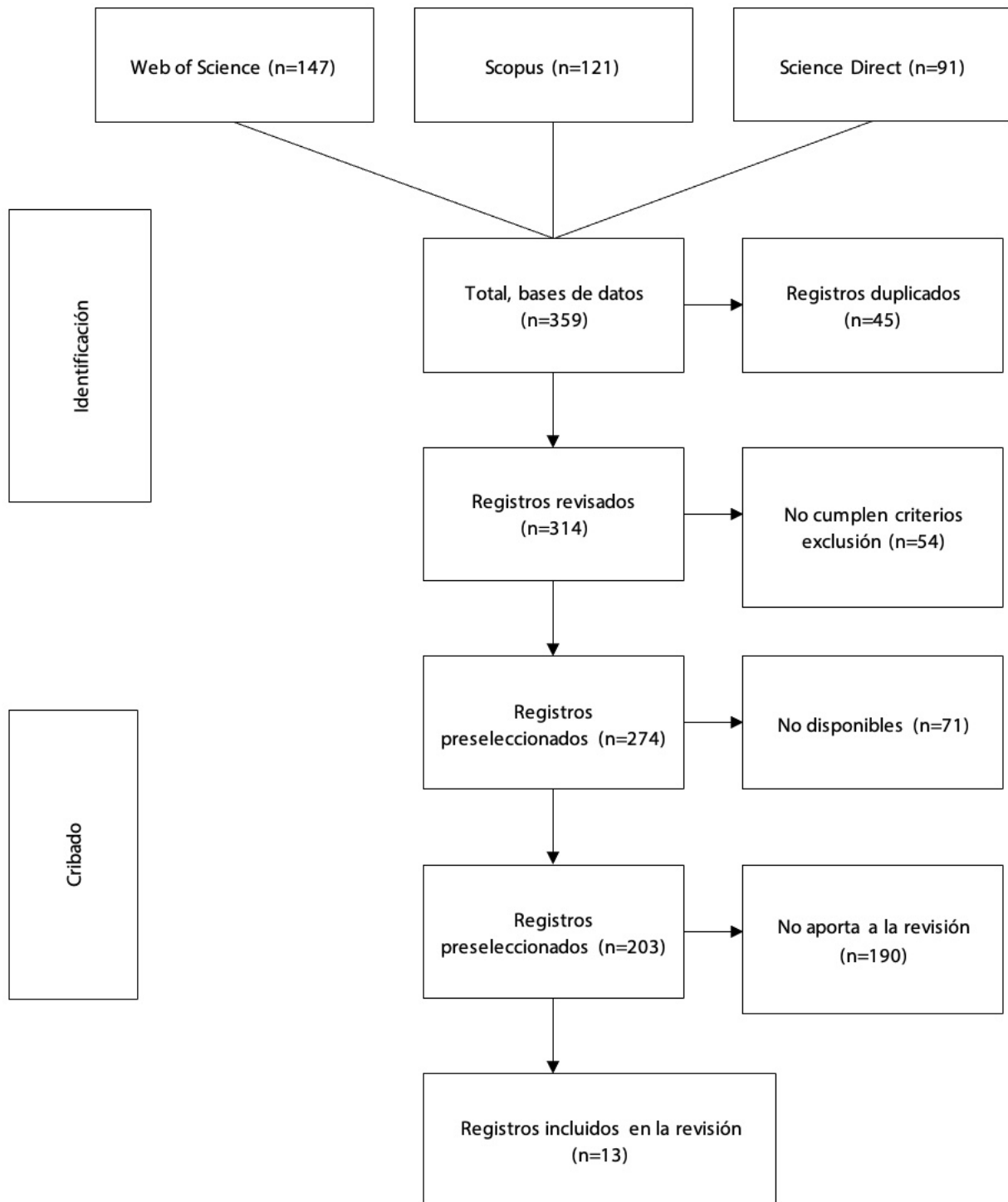
Finalmente, el estudio fue registrado en un protocolo interno de almacenamiento de información conforme al ítem 24; no recibió financiamiento externo en consonancia con el ítem 25; y los autores declaran ausencia de conflictos de interés, según lo indicado en el ítem 26. Además, los materiales de extracción de datos y la matriz de clasificación de estudios se encuen-

tran disponibles a solicitud del lector, siguiendo lo establecido en el ítem 27 de la declaración PRISMA 2020 (Page et al., 2021).

A partir de los criterios presentados, se identificaron 359 estudios. Después de eliminar duplicados ( $n=45$ ), se revisaron 314 artículos en función de los criterios de inclusión y exclusión. En esta fase se excluyeron 54 por no cumplir los criterios de inclusión. De los artículos preseleccionados para evaluación ( $n=274$ ), 71 no estuvieron disponibles, por lo que quedaron 203. Asimismo, por falta de aporte teórico significativo o por centrarse en deterioro cognitivo patológico, se descartaron 190. Finalmente, 13 estudios cumplieron todos los requisitos y fueron considerados en esta revisión sistemática (véase figura).

Los estudios incluidos se clasificaron y analizaron según el título, el idioma, la autoría y los principales resultados; se prestó especial atención a los que abordaron el envejecimiento esperable (Bamidis et al., 2014; Calatayud et al., 2020; Cohen-Zimmerman y Hassin, 2018; Fleck et al., 2016; Lengenfelder et al., 2019; Lissek y Suchan, 2021; Yochim et al., 2013). La elección de una revisión sistemática responde a la necesidad de integrar y sintetizar conceptos, enfoques y hallazgos sobre el funcionamiento neurocognitivo en personas mayores no institucionalizadas.

**Figura. Diagrama de flujo de selección de estudios**



Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 13 estudios sobre el funcionamiento neurocognitivo en personas mayores no institucionalizadas con envejecimiento esperable.

Los estudios se analizaron y clasificaron según la conceptualización del envejecimiento, los factores neurocognitivos asociados y los impactos en la calidad de vida (véase tabla). En conjunto, los resultados reflejan tanto los desafíos como los avances en el bienestar y el funcionamiento cognitivo en esta etapa. Meza-Kubo et al. (2014) evidenciaron que los sistemas tecnológicos dirigidos a personas mayores analfabetas son percibidos como accesibles y útiles, y que fomentan la interacción intergeneracional y el apoyo social al permitir la participación de familiares en actividades cognitivas.

Respecto a la soledad, Carrasco et al. (2021) encontraron que afecta al 45% de las personas mayores de Santiago, Chile, incluso aquellos que viven acompañados, y que se asocia con síntomas depresivos y disfunción familiar. Por su parte, Lena et al. (2019) confirmaron que la soledad en esta población está vinculada a un mayor estrés, y afecta la salud mental, aunque destacaron que el apoyo social puede mitigar estos efectos. En el ámbito de la salud mental, Carballo-García et al. (2013) demostraron que las terapias no farmacológicas mejoran el estado emocional y mental de las personas mayores; sin embargo, no influyen de manera significativa en su independencia para las actividades cotidianas. Además, Fuentes (2014) observó que las actitudes positivas hacia la vejez, junto con redes sociales significativas y una buena percepción de salud, están asociadas con mayores niveles de bienestar.

En términos de funcionamiento cognitivo, Navarro-González et al. (2015) demostraron que las personas mayores mantienen trayectorias estables en su desempeño cognitivo, que desafían la noción de un declive generalizado con la edad. Por otro lado, Calatayud et al. (2020) observaron que la estimulación cognitiva mejora de modo significativo el rendimiento en personas mayo-

res con cognición normal, aunque no afecta las actividades de la vida diaria.

El estudio de Qiao et al. (2021) reveló que una edad subjetiva más avanzada se asocia con peor desempeño cognitivo y con un mayor riesgo de demencia. Por su parte, Yochim et al. (2013) señalan que la ansiedad y la depresión impactan áreas específicas de la cognición, entre ellas la fluidez verbal y la categorización. En conjunto, estos hallazgos subrayan la importancia de los factores sociales, emocionales y cognitivos en la salud y el bienestar de las personas mayores.

La calidad de los estudios incluidos muestra variabilidad en aspectos metodológicos. Mientras algunos trabajos adoptaron diseños longitudinales, que permiten observar trayectorias estables de rendimiento cognitivo a lo largo del tiempo (Navarro-González et al., 2015), otros se basaron en evaluaciones transversales, lo que limita la interpretación de la causalidad. Asimismo, se observa heterogeneidad en los tamaños muestrales y en la diversidad cultural de las poblaciones estudiadas, lo que evidencia la necesidad de ampliar la investigación mediante enfoques comparativos y multicéntricos (Bamidis et al., 2014; Laubach et al., 2018).



**Tabla. Artículos seleccionados**

<b>Título</b>	<b>Idioma</b>	<b>Autores</b>	<b>Principales resultados</b>
Closing the gap between illiterate older adults and cognitive stimulation technologies through ubiquitous computing.	Inglés.	Meza-Kubo, V., Morán, A. L., & Rodríguez, M., D.	La evaluación mostró que el sistema propuesto es percibido como accesible, útil y agradable por personas mayores analfabetos, facilitando su uso sin generar ansiedad. Además, el permitir la participación conjunta de familiares en actividades cognitivas, fomenta la interacción intergeneracional y el apoyo social.
Loneliness in Chilean Older Adults: Importance of Family Dysfunction and Depression.	Inglés.	Meza-Kubo, V., Morán, A. L., & Rodríguez, M., D.	La evaluación mostró que el sistema propuesto es percibido como accesible, útil y agradable por personas mayores analfabetos, facilitando su uso sin generar ansiedad. Además, el permitir la participación conjunta de familiares en actividades cognitivas, fomenta la interacción intergeneracional y el apoyo social.
Loneliness in the elderly in Mexico, challenges to the public policies.	Inglés.	Lena, M. M., Luna-Bazaldua, D. A., & Shneidman, L.	Los resultados confirmaron que la soledad en personas mayores está positivamente asociada con la percepción de estrés, lo que afecta negativamente su salud mental y su capacidad de regulación emocional. Sin embargo, la interacción familiar positiva y el apoyo social se identificaron como factores protectores clave que pueden mitigar estos efectos y mejorar su calidad de vida.
Effects of non-pharmacological therapy on normal ageing and on cognitive decline: Reflections on treatment objectives.	Inglés.	Carballo-García, V., Arroyo-Arroyo, Portero-Díaz, M., & De León, J. R. S.	Los resultados mostraron que la terapia no farmacológica mejora el estado mental y el bienestar emocional en personas mayores, beneficiando tanto a quienes envejecen de forma normal como a aquellos con envejecimiento patológico, aunque no impacta significativamente en la independencia en actividades diarias.
Análisis de la relación entre las actitudes hacia la vejez y el envejecimiento y los índices de bienestar en una muestra de personas mayores.	Español.	Fuentes, C. R.	Los resultados evidenciaron que el bienestar físico y psicológico de las personas mayores está positivamente asociado con actitudes favorables hacia la vejez, redes sociales significativas y una percepción positiva de salud. Por el contrario, las actitudes negativas, el malestar físico y emocional, y la percepción negativa de la salud se relacionan con menores niveles de satisfacción vital y bienestar general.
Trayectorias de envejecimiento de una muestra de personas mayores: un estudio longitudinal.	Español.	Navarro-González, E., Calero, M., L. S., & Becerra-Reina, D.	Los resultados indicaron que las personas mayores mantienen trayectorias relativamente estables en su funcionamiento cognitivo, incluso después de los 80 años, siendo la memoria de trabajo y la puntuación pos-test del AVLT-PA los mejores predictores de su evolución cognitiva. Esto contradice la creencia de un declive generalizado del funcionamiento cognitivo en edades avanzadas.

Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en personas con envejecimiento normal en Atención Primaria: ensayo clínico aleatorizado.	Español.	Calatayud, E., Plo, F., & Muro, C.	La estimulación cognitiva mejoró significativamente el rendimiento cognitivo, medido con la variable MEC, en personas mayores con cognición normal, con incrementos mantenidos hasta un año después de la intervención. Sin embargo, no se observaron mejoras en las actividades de la vida diaria medidas con Barthel y Lawton-Brody.
Does older subjective age predict poorer cognitive function and higher risk of dementia in middle-aged and older adults?	Inglés.	Qiao, H., Du, X., Li, S. M., Sun, Y., Feng, W., & Wu, Y.	Los resultados expusieron que una edad subjetiva más avanzada se asocia con un peor desempeño en funciones cognitivas, como memoria y función ejecutiva, después de 10 años, y con un mayor riesgo de desarrollar demencia (HR = 1.737).
Late life anxiety is associated with decreased memory and executive functioning in community dwelling older adults.	Inglés.	Yochim, B. P., Mueller, A. E., & Segal, D. L.	Los resultados indicaron que la ansiedad y la depresión se asocian con un menor desempeño en funciones cognitivas como el aprendizaje de nueva información y la flexibilidad cognitiva. Además, la ansiedad afecta la categorización, mientras que la depresión impacta la fluidez verbal, mostrando relaciones únicas entre estos trastornos y el funcionamiento cognitivo en personas mayores.
Size matters: Grey matter brain reserve predicts executive functioning in the elderly	Inglés.	Laubach, M., Lammers, F., Zacharias, N., Feinkohl, I., Pischon, T., Borchers, F., Slooter, A. J. C., Kühn, S., Spies, C., & Winterer, G.	Los resultados mostraron que el volumen de materia gris cortical corregido por atrofia, especialmente el volumen global, se asocia significativamente con el desempeño en funciones ejecutivas, evaluadas mediante el Trail Making Test B. Esto sugiere que el volumen de materia gris podría ser un marcador de reserva cerebral útil para predecir el deterioro cognitivo en personas mayores.
Implicit motivation improves executive functions of older adults	Inglés.	Cohen-Zimmerman, S., & Hassin, R. R.	Los resultados indicaron que los procesos motivacionales automáticos declinan con la edad, pero su activación implícita mejora significativamente las funciones ejecutivas en personas mayores. Esto sugiere que la motivación implícita puede ser una estrategia eficaz para mitigar los efectos del envejecimiento cognitivo en procesos ejecutivos.
Executive functions in mild cognitive impairment: Emergence and breakdown of neural plasticity	Inglés.	Clément, F., Gauthier, S., & Belleville, S.	Los resultados mostraron que el grupo con MCI y mejor desempeño cognitivo presentó mayor activación cerebral en áreas frontales izquierdas en comparación con los controles saludables, sugiriendo una reorganización cerebral compensatoria. En cambio, el grupo con peor desempeño cognitivo no mostró una mayor activación cerebral que los controles durante las tareas, mostrando incluso menos activación en la corteza ventrolateral izquierda.



Frontal-posterior coherence and cognitive function in older adults	Inglés.	Fleck, J. I., Kuti, J., Brown, J. A., Mahon, J. R., & Gayda-Chelder, C. A.	Se observó una relación positiva entre la coherencia dentro de la región frontal y el rendimiento en pruebas de memoria y función ejecutiva en las bandas de frecuencia delta y beta. Además, se encontró una relación inversa entre la coherencia entre electrodos frontales y posteriores, especialmente en la banda theta, y el rendimiento en la prueba de secuenciación de dígitos, una medida de la memoria de trabajo.
--	---------	--	---

Los estudios revisados permiten identificar patrones comunes que trascienden los contextos particulares. Entre los factores de riesgo, destacan la soledad y la disfunción familiar, asociadas a sintomatología depresiva y menor rendimiento cognitivo (Carrasco et al., 2021; Lena et al., 2019), así como a la ansiedad y la depresión, que impactan de modo negativo la memoria y las funciones ejecutivas (Yochim et al., 2013). Por otro lado, se reconocen factores protectores como la estimulación cognitiva (Calatayud et al., 2020), las actitudes positivas hacia la vejez (Fuentes, 2014), el apoyo social intergeneracional (Meza-Kubo et al., 2014) y la motivación implícita (Cohen-Zimmerman y Hassin, 2018). En conjunto, estos hallazgos refuerzan la idea de que el envejecimiento neurocognitivo no es lineal ni necesariamente deficitario, sino un proceso heterogéneo moldeado por la interacción dinámica de factores neurobiológicos, contextuales, psicosociales y culturales.

Si bien parte de la literatura continúa utilizando el término “envejecimiento normal”, en esta revisión se reconoce que esta denominación puede invisibilizar la heterogeneidad del proceso, naturalizar una narrativa de deterioro inevitable y mantener una visión reduccionista y biomédica de la vejez. De acuerdo con enfoques contemporáneos, se propone resignificar el concepto y comprender que no existe una única trayectoria de envejecimiento, sino múltiples posibilidades atravesadas por el entorno, el acceso a oportunidades, las redes de apoyo, el sentido vital y las políticas públicas.

Además, una limitación recurrente en la literatura revisada es la persistencia de supuestos eda-

distas, que asocian de forma automática la vejez con deterioro y dependencia. Este tipo de representaciones no solo simplifica la complejidad del proceso de envejecimiento, sino que también influye en la autopercepción y en la participación social de las personas mayores (Petretto et al., 2016; Salech et al., 2020). Reconocer y cuestionar estos sesgos es fundamental para avanzar hacia un enfoque inclusivo que valore la diversidad de trayectorias y promueva una comprensión más amplia del envejecimiento.

En cuanto a las funciones ejecutivas, se justifica su relevancia en esta revisión por su papel central en la autorregulación, la toma de decisiones y la vida independiente. Sin embargo, es necesario evitar presentar su declive como una consecuencia inexorable de la edad cronológica. La literatura revisada muestra evidencia de trayectorias cognitivas preservadas, mecanismos compensatorios y efectos positivos de intervenciones psicosociales. Esta plasticidad refuerza la necesidad de diseñar estrategias que promuevan el uso y fortalecimiento de recursos personales y contextuales en lugar de centrarse exclusivamente en la pérdida funcional. Laubach et al. (2018) y Fleck et al. (2016) sugieren que la integridad estructural y funcional del cerebro desempeña un papel crucial en la preservación de las funciones ejecutivas, lo que demuestra que el envejecimiento no debe concebirse solo como pérdida, sino también como reorganización y adaptación.

Otro aspecto escasamente explorado en los estudios revisados es la influencia de variables como el género, la educación o la ruralidad. Fuentes (2014) destaca que las actitudes hacia la vejez y las redes sociales significativas impactan de ma-

nera diferenciada en el bienestar, lo que refleja la necesidad de analizar cómo los determinantes socioculturales modulan el envejecimiento cognitivo. La consideración de estas intersecciones permitirá comprender con mayor precisión la heterogeneidad de las trayectorias en la vejez. Por último, se observa una brecha importante en la literatura respecto a personas mayores no institucionalizadas. Esta invisibilización puede reproducir una mirada clínica o asistencialista que omite la agencia, la autonomía y la diversidad de quienes envejecen en contextos comunitarios. Es urgente que futuras investigaciones adopten marcos teóricos y metodológicos más inclusivos, que consideren intersecciones de género, clase social, nivel educativo, ruralidad y acceso a tecnologías.

## CONCLUSIONES

Esta revisión sistemática confirma que el envejecimiento neurocognitivo en personas mayores no institucionalizadas no puede reducirse a un proceso homogéneo de pérdida. Los cambios en funciones cognitivas y ejecutivas no son únicamente manifestaciones de declive, sino también expresión de la interacción entre múltiples factores biológicos, sociales y culturales, que dan forma a trayectorias diferenciadas y adaptativas. En contraposición a las narrativas edadistas, los resultados evidencian que muchas personas mayores mantienen un funcionamiento cognitivo estable, desarrollan estrategias compensatorias y se benefician de intervenciones cognitivas, afectivas y sociales. Estas capacidades no deben considerarse excepcionales, sino parte constitutiva de una visión positiva, activa y contextualizada del envejecimiento.

Los hallazgos sugieren orientar las intervenciones al fortalecimiento de recursos personales y sociales de las personas mayores, más que a destacar el déficit. Programas de estimulación cognitiva (Calatayud et al., 2020), estrategias de motivación implícita (Cohen-Zimmerman y Hassin, 2018) y acciones que promuevan actitudes

positivas hacia la vejez (Fuentes, 2014) pueden contribuir al mantenimiento de la autonomía y al bienestar integral en esta etapa de la vida.

Es necesario avanzar hacia modelos de investigación que reconozcan las vejez desde un paradigma de derechos, dignidad y autonomía. Las investigaciones futuras deberían profundizar en el impacto de variables contextuales -como el entorno comunitario, las redes de apoyo, la alfabetización digital y la participación social- en la experiencia de envejecimiento. Así, se contribuirá no solo al conocimiento científico, sino también a la formulación de políticas públicas que favorezcan entornos más justos, inclusivos y sostenibles para las personas mayores.

En contraste con otras revisiones que abordan poblaciones institucionalizadas o en condiciones patológicas (Clément et al., 2013; Lissek y Suchan, 2021), este trabajo ofrece una mirada orientada a personas mayores no institucionalizadas, que muestra la necesidad de superar paradigmas reduccionistas y edadistas. Este enfoque permite reconocer la pluralidad de trayectorias y fortalece el desarrollo de modelos de investigación y políticas públicas más inclusivas y respetuosas de la autonomía en la vejez.

Finalmente, se invita a la comunidad científica a abandonar paradigmas reduccionistas del envejecimiento centrados en el déficit, y adoptar posturas éticas, críticas e interseccionales que reconozcan la pluralidad, capacidad y contribución de las personas mayores a la sociedad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bamidis, P. D., Vivas, A. B., Styliadis, C., Frantzidis, C. A., Kladou, M. A., Schlee, W., Siountas, A. y Papageorgiou, S. G. (2014). A review of physical and cognitive interventions in aging. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 44, 206-220. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2014.03.019>
- Bausela, E. (2014). Funciones ejecutivas: nociones del desarrollo desde una perspectiva neuropsicológica. *Acción Psicológica*, 11(1), 21-34. <https://doi.org/10.5944/ap.1.1.13789>
- Calatayud, E., Plo, F. y Muro, C. (2020). Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en personas con envejecimiento normal en atención primaria: ensayo clínico aleatorizado. *Atención Primaria*, 52(1), 38-46. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2018.09.007>

- Carballo-García, V., Arroyo-Arroyo, Portero-Díaz, M. y De León, J. R. S. (2013). Effects of non-pharmacological therapy on normal ageing and on cognitive decline: Reflections on treatment objectives. *Neurología*, 28(3), 160-168. <https://doi.org/10.1016/j.nrleng.2012.06.001>
- Carrasco, M., Fernández, M., Alexander, E. y Herrera, M. (2021). Loneliness in older Chilean people: Importance of family dysfunction and depression. *The International Journal of Mental Health Promotion*, 23(1), 99-109. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2021.011568>
- Clément, F., Gauthier, S. y Belleville, S. (2013). Executive functions in mild cognitive impairment: Emergence and breakdown of neural plasticity. *Cortex*, 49(5), 1268-1279. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2012.06.004>
- Cohen-Zimmerman, S. y Hassin, R. R. (2018). Implicit motivation improves executive functions of older adults. *Consciousness and Cognition*, 63, 267-279. <https://doi.org/10.1016/j.con-cog.2018.06.007>
- De Jaeger, C. (2018). Fisiología del envejecimiento. *EMC — Kinesiterapia— Medicina Física*, 39(2), 1-12. [https://doi.org/10.1016/s1293-2965\(18\)89822-x](https://doi.org/10.1016/s1293-2965(18)89822-x)
- Diamond, A. (2020). Executive functions. En *Handbook of Clinical Neurology* (vol. 173, pp. 225-240). <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-64150-2.00020-4>
- Fleck, J. I., Kuti, J., Brown, J. A., Mahon, J. R. y Gayda-Chelder, C. A. (2016). Frontal-posterior coherence and cognitive function in older adults. *International Journal of Psychophysiology*, 110, 217-230. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2016.07.501>
- Fuentes, C. R. (2014). Análisis de la relación entre las actitudes hacia la vejez y el envejecimiento y los índices de bienestar en una muestra de personas mayores. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 49(3), 108-114. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2013.06.001>
- Grandi, F. y Ustároz, J. T. (2017). Neurociencia cognitiva del envejecimiento: modelos explicativos. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 52(6), 326-331. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2017.02.005>
- Lagos, B. L. (2020). *Generalidades sobre envejecimiento, vejez y personas mayores*. Serie Creación documento de trabajo n°86. Facultad de Ciencias de la Salud: Escuela de Terapia Ocupacional/Centro de Investigación en Educación Superior CIES-USS.
- Laubach, M., Lammers, F., Zacharias, N., Feinkohl, I., Pischon, T., Borchers, F., Slooter, A. J. C., Kühn, S., Spies, C. y Winterer, G. (2018). Size matters: Grey matter brain reserve predicts executive functioning in the elderly. *Neuropsychologia*, 119, 172-181. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2018.08.008>
- Lena, M. M., Luna-Bazaldúa, D. A. y Shneidman, L. (2019). Loneliness in the elderly in Mexico, challenges to the public policies. *The Journal of Chinese Sociology*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s40711-019-0106-0>
- Lengenfelder, J., Dahlman, K., Ashman, T. y Mohs, R. C. (2019). Psychological assessment of the elderly. En *Handbook of Psychological Assessment* (fourth edition) (pp. 505-532). <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-802203-0.00016-x>
- Lissek, V. J. y Suchan, B. (2021). Preventing dementia? Interventional approaches in mild cognitive impairment. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 122, 143-164. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.12.022>
- Meza-Kubo, V., Morán, A. L. y Rodríguez, M. D. (2014). Bridging the gap between illiterate older adults and cognitive stimulation technologies through pervasive computing. *Universal Access in The Information Society*. <https://doi.org/10.1007/s10209-013-0294-3>
- Navarro-González, E., Calero, M. L. S. y Becerra-Reina, D. (2015). Trayectorias de envejecimiento de una muestra de personas mayores: un estudio longitudinal. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2014.07.002>
- Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Griemshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo-Wilson, E., McDonald, S. y Alonso-Fernández, S. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74 (9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recresp.2021.06.016>
- Palau, F. G., Buonanotte, F. y Cáceres, M. (2015). Del deterioro cognitivo leve al trastorno neurocognitivo menor: avances en torno al constructo. *Neurología Argentina*, 7(1), 51-58. <https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2014.08.004>
- Petretto, D. R., Pili, R., Gaviano, L., López, C. y Zuddas, C. (2016). Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 51(4), 229-241. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2015.10.003>
- Qiao, H., Du, X., Li, S. M., Sun, Y., Feng, W. y Wu, Y. (2021). Does older subjective age predict poorer cognitive function and higher risk of dementia in middle-aged and older adults? *Psychiatry Research-neuroimaging*, 298, 113807. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113807>
- Salech, F., Thumala, D., Arnold, M., Arenas, Á., Pizzi, M., Hodgson, N. A., Gajardo, J., Kose, S., Meriño, J. y Riveros, P. C. (2020). Una visión transdisciplinaria del envejecimiento. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(1), 13-20. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2019.11.011>
- Yochim, B. P., Mueller, A. E. y Segal, D. L. (2013). Late life anxiety is associated with decreased memory and executive functioning in community dwelling older adults. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(6), 567-575. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.10.010>

Recibido: 09 de febrero 2024  
Última revisión: 31 de mayo de 2025  
Aceptado: 12 de septiembre de 2025