



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL - HIDALGO



“FORTALECIMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES,
A TRAVÉS DE ACTIVIDADES RECREATIVAS, CULTURALES Y DE
ACTIVACIÓN FÍSICA”.

TANIA ARELY ORTEGA HERNÁNDEZ

PACHUCA DE SOTO., HGO.

MARZO 2015



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL - HIDALGO

“FORTALECIMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES,
A TRAVÉS DE ACTIVIDADES RECREATIVAS, CULTURALES Y DE
ACTIVACIÓN FÍSICA”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
INTERVENCIÓN EDUCATIVA

PRESENTA:

TANIA ARELY ORTEGA HERNÁNDEZ

PACHUCA DE SOTO., HGO.

MARZO 2015



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DE FORMACIÓN Y SUPERACIÓN DOCENTE
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO

UPN/CT/Of. No. 209/2015-I
DICTAMEN DE TRABAJO

Pachuca de Soto, Hgo., 02 de marzo de 2015.

C. TANIA ARELY ORTEGA HERNANDEZ
PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al Proyecto de Desarrollo Educativo intitulado *"FORTALECIMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES, A TRAVÉS DE ACTIVIDADES RECREATIVAS, CULTURALES Y DE ACTIVACIÓN FÍSICA"*, presentado por su tutora *MTRA. ALVA SARAY ARTEAGA SANTILLÁN*, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa, al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"



S. E. P. H.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
HIDALGO
DR. ALFONSO TORRES HERNÁNDEZ
PRESIDENTE
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN

C.c.p.- Depto. de Titulación - Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

ATHNRR/jahm

DEDICATORIAS

A mis Padres:

Para ustedes por todo el apoyo incondicional que me han brindado durante el transcurso de mi vida, por estar conmigo en los momentos difíciles y por la comprensión que me tuvieron. Gracias por todo el esfuerzo y sacrificio que hicieron para que lograra terminar mi carrera universitaria. Gracias por todos los consejos y las palabras de aliento cuando más lo necesitaba los cuales me dieron mucha fuerza para seguir adelante, pero sobre todo gracias por el amor que me dan. LOS AMO.

A mi Esposo:

Para ti mí querido esposo por formar parte de mi vida, por estar conmigo y apoyarme cuando más lo necesitaba, gracias por las palabras de aliento, por tus consejos y por tu comprensión durante todo este tiempo. El que estuvieras a mi lado durante mi carrera universitaria me dio fuerza para seguir adelante y no rendirme, pero sobre todo gracias por todo el amor incondicional que me brindas TE AMO.

A mis Hermanos:

Para ustedes por estar conmigo y formar parte de mi vida, por todo el apoyo que me han brindado, por los consejos, la comprensión y el sacrificio que también hicieron para que pudiera terminar mi carrera universitaria, pero sobre todo por el amor incondicional que me brindan. LOS AMO

A mi Tutora:

Para mi tutora la Maestra Sarahi, ya que gracias a sus conocimientos, comprensión y experiencias tanto profesionales como de vida me permitieron concluir con el proyecto de titulación. Le agradezco el compromiso, el tiempo y los consejos que me brindó para lograr lo que ahora presento. MUCHAS GRACIAS.

A mis Lectores:

Para ustedes mis lectores, que con sus conocimientos y experiencia profesional favorecieron mi proyecto de titulación, con sus observaciones y consejos, pero sobre todo por el tiempo y compromiso que me brindaron. MUCHAS GRACIAS

INDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I “RECONOCIMIENTO SOCIAL DEL ADULTO MAYOR”

1.1. Antecedentes de investigación.....	12
1.2. Contextualización de la comunidad.....	15
1.3. Diagnóstico.....	16
1.4. Problemática detectada	23
1.5. Justificación.....	25

CAPÍTULO II “FORTALECIMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES”

2.1. Integración del grupo	28
2.2. Caracterización del grupo de trabajo	30
2.3. Propuesta de intervención	32
2.4. Objetivos.....	33

CAPÍTULO III “LA INTERVENCIÓN” CON EL GRUPO DE TRABAJO DE ADULTOS MAYORES

3.1. ¿Qué es la intervención?.....	34
3.2. El proyecto de intervención	35
3.3. Planeación de estrategias	36
3.4. Mi formación como LIE	54
3.4.1. ¿Qué es la Licenciatura en Intervención Educativa?.....	54

3.4.2. El programa académico de la LIE como fortaleza a mi formación.....56

3.4.3. Mi experiencia como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa.....58

CAPÍTULO IV RESULTADOS Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON EL GRUPO DE TRABAJO DE ADULTOS MAYORES

4.1. Resultados de la Propuesta de Intervención.....60

4.2. Evaluación de la Propuesta de Intervención.....63

CONCLUSIONES FINALES

REFERENCIAS

ANEXOS

INTRODUCCIÓN

Envejecer es como escalar una gran montaña; mientras se sube las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, la vista más amplia y serena.

(Ingmar Bergman)

En el mundo actual hay un sinnúmero de problemáticas sociales, como la discriminación, pobreza, calidad educativa, violencia, entre otras, que perjudican a todos los seres humanos. Ante estos problemas que se presentan, se deben buscar alternativas que conlleven a la mejora de la calidad de vida de toda la población, permitiéndoles un desarrollo integral.

Tal es el caso de los Adultos Mayores, quienes son un grupo de personas que tienen el derecho a recibir apoyo en los diferentes ámbitos, sociales, educativos y laborales, sin dejar de lado la salud que es la fuente principal para que puedan incluirse en los ámbitos ya mencionados.

Una acción de suma importancia para los Adultos Mayores sería mejorar su calidad de vida, permitiéndoles sentirse productivos y capaces de realizar diversas actividades en donde el estado físico y emocional pueda ser beneficiados y así sentirse satisfechos con lo que cada uno realiza.

Si bien, el hablar de calidad de vida es un término que abarca diferentes aspectos, como lo son, el económico, social, emocional, físico y cultural que en su totalidad permiten al sujeto encontrarle un sentido a su vida. Por lo tanto, este trabajo se realizó a partir de mi interés por trabajar con esta población, y de la carencia de actividades para los Adultos Mayores en la comunidad de Pachuquilla.

Para fortalecer la calidad de vida de los Adultos Mayores, se diseñó, aplicó y evaluó un Proyecto de Desarrollo Educativo, el cual se realizó con un grupo de Personas Adultas Mayores de la comunidad de Pachuquilla, municipio del Mineral de la Reforma, Hgo., llevándolas a cabo en el Centro de Salud de esta misma comunidad.

El proyecto de Desarrollo Educativo que se llevó a cabo, está conformado por cuatro capítulos, esto con la finalidad de describir el proceso para la realización del mismo, así como dar a conocer el trabajo que como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa he realizado para esta población, a partir de las competencias que logré durante la carrera universitaria.

En la estructura del presente trabajo, se describen de manera concisa los capítulos que conforman este proyecto de intervención socioeducativa.

El primer capítulo se ha denominado “**Reconocimiento Social del Adulto Mayor**”, en este apartado, se habla sobre la importancia de esta población, reconociéndolos como sujetos sociales, que tiene las mismas oportunidades de desarrollo integral. Además, haciendo mención de las investigaciones de algunos programas y proyectos que se han hecho a nivel internacional, nacional y estatal dirigidos a fortalecer la calidad de vida de este grupo de personas.

De igual forma se describe de manera muy general el contexto de la comunidad en la cual se desarrolló el Proyecto de Desarrollo Educativo, esto, con el propósito de dar un panorama respecto al lugar en el que se encuentran inmersos los Adultos Mayores.

También, se habla sobre el diagnóstico que se realizó, para así conocer los intereses y necesidades de los Adultos Mayores, esto, a partir de un cuestionario que se les aplicó. De igual forma se menciona el problema en donde se explica la razón por la cual se desarrolla el proyecto. Dentro de este mismo apartado se hace una justificación del por qué es importante trabajar en el fortalecimiento de la calidad de vida de los sujetos, haciendo una reflexión sobre la necesidad de atender a este grupo de individuos.

El segundo capítulo lleva por nombre “**Fortalecimiento de la calidad de vida de los Adultos Mayores**”, en este, se habla del proceso que se llevó a cabo después de haber obtenido qué intereses y necesidades de la población Adulta Mayor eran los prioritarios, con la intención de crear un grupo de trabajo para ofrecerles actividades recreativas, culturales y de activación física, las cuales les

permitan contribuir a mejorar su calidad de vida. Todo esto a partir de los conocimientos y herramientas que como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa pude adquirir.

Para poder brindar las actividades, se conformó el grupo de trabajo de Adultos Mayores, y en este apartado se expresa el número de sujetos con los que se contó al inicio y término de las mismas, así como también, las dificultades que se presentaron para que los Adultos Mayores fueran partícipes en los diferentes talleres que se les ofrecieron.

Así mismo, se hace una caracterización general del grupo de trabajo, describiendo aspectos como: la edad, el sexo, el lugar de procedencia, sus intereses, entre otros rasgos importantes que permitieron conocer más sobre el grupo.

También se menciona la propuesta de intervención, en donde se explica la importancia de aplicarla, así como también el objetivo general y los objetivos específicos pertenecientes a esta, dejando claro en este capítulo la viabilidad de la aplicación del Proyecto de Desarrollo Educativo.

Al capítulo tres, se le ha denominado “**La intervención con el grupo de trabajo de Adultos Mayores**”, el contenido de este apartado, tiene que ver con la intervención con el grupo de trabajo, en un primer momento se hace énfasis en lo que es la intervención, así como el tipo de intervención que se realizó. Otro punto importante es considerar el tipo de enfoque que se le dio al Proyecto de Desarrollo Educativo, ya que desde lo que propone la Intervención Educativa, toda acción se dirige a mejorar a la comunidad, por lo tanto, dicho proyecto tiene una mirada crítica - social. Igual se hace mención de la metodología con la cual se trabajó para el desarrollo del mismo. Además se plasma la planeación de las estrategias con sus respectivas actividades, dejando claro la importancia de llevarlas a cabo, así como por qué permitieron contribuir a la calidad de vida de los sujetos. Posteriormente se habla sobre la experiencia que se tuvo como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa a partir de todo el proceso del proyecto de intervención.

Finalmente, el capítulo cuatro se titula ***“Resultados y evaluación de la propuesta de intervención con el grupo de trabajo de Adultos Mayores”***. En este apartado se rescatan los resultados de los instrumentos aplicados a los Adultos Mayores al término de cada una de las actividades, donde los sujetos expresan sus puntos de vista respecto al trabajo realizado. También, en este capítulo se hace la evaluación, es decir, se da a conocer si la propuesta de intervención permitió fortalecer la calidad de vida de los Adultos Mayores que es el objetivo principal de la propuesta.

Puedo decir, que a partir de la aplicación de éste proyecto de intervención y de los resultados obtenidos, considero que me ayudarán a fortalecer lo aprendido durante mi formación como LIE y a identificar mis fortalezas y debilidades durante mi intervención y así seguir atendiendo a la población adulta mayor.

Pues bien, a continuación se presentan de manera más específica cada uno de los capítulos ya antes descritos.

CAPÍTULO I “RECONOCIMIENTO SOCIAL DEL ADULTO MAYOR”

“Saber envejecer es una obra maestra de la sabiduría, y una de las partes más difíciles del gran arte de vivir”.

(Henri Frédéric Amiel)

1.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN

Reconocer socialmente a los Adultos Mayores en este siglo XXI, nos hace tomar conciencia de la importancia que ha tenido históricamente esta población. Sabiendo que en algunos países sus habitantes están envejeciendo y que dentro de pocos años México se convierte en un país de Adultos Mayores y para ello las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales han considerado en sus planes de desarrollo nacional crear diversos programas o proyectos que atiendan a esta población y fomentar una cultura del respeto a nuestros viejos.

Algunas de las investigaciones a nivel internacional, han sido extraídas de la Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe (REDALYC), una de estas lleva el nombre de: “Calidad de vida y condiciones de salud de la población adulta mayor de Medellín” en donde nos habla de calidad de vida, en esta, la autora refiere que “el término calidad de vida pertenece a un universo ideológico, lo mejor que designa la calidad de vida es la calidad de la vivencia que de la vida tienen los sujetos”. (Cardona D. 2006, p. 207). En esta investigación también se habla que durante el proceso de envejecimiento las personas presentan limitaciones funcionales, así como también la pérdida de autonomía y la independencia, que no permiten tener una calidad de vida.

Otra investigación que tiene similitud con lo que se trabajó es “Actividad física integral con adultos y adultos mayores en Chile: Resultados de una prueba piloto” de (Salinas, J., Bello, M., Flores, A., Carbullanca, L. & Torres, M., (2005). De lo que se habla en esta, es sobre la importancia de la activación física en los Adultos Mayores, ya que contribuyen a prevenir riesgos de caídas, fracturas, a la mejora del bienestar psicológico y permite conservar las habilidades para una vida

independiente y autónoma y así mejorar su calidad de vida. Así mismo, se plantean talleres sobre educación física los cuáles fueron impartidos por profesores de Educación Física en donde se llevaron a cabo ejercicios y pláticas sobre la importancia de la actividad física.

También, encontré otra investigación la cual lleva por nombre: "Recreación y calidad de vida en adultos mayores que viven en instituciones geriátricas y en sus hogares, un estudio comparativo"(Árraga, M., & Sánchez, M., p. 737). El objetivo de este estudio fue comparar las actividades recreativas que realizan los Adultos Mayores que viven en instituciones geriátricas y los que viven en hogares, al igual de los beneficios que estas les proporcionan. A partir de los resultados del estudio se recomienda fomentar la participación activa, es decir; tener activos y dinámicos a los Adultos Mayores, promoviendo sentimientos de satisfacción que contribuyan a mejorar la calidad de vida.

Habiendo mencionado algunas investigaciones a nivel internacional, es importante rescatar lo que se ha venido realizando en nuestro país.

En lo que refiere a investigaciones nacionales con la población Adulta Mayor, encontré una que describe el análisis de la calidad de vida de los Adultos Mayores, está fue denominada "*Análisis de la calidad de vida en Adultos Mayores*" del municipio de Tetepango, Hidalgo: a través del instrumento whoqol-bref"(Quintanar, A., 2010), el objetivo de éste, es analizar la calidad de vida de los Adultos Mayores, describiendo las características físicas, sociales, emocionales, económicas de los sujetos.

Otro proyecto en relación a la población adulta, es el "Programa de Atención al envejecimiento", (Secretaría de Salud., 2001), este programa pretende ser una guía y un compromiso de trabajo, que desea afrontar de manera integral los problemas que afectan a la población adulta, este proyecto consta de tres apartados, la elaboración de un diagnóstico, los objetivos y finalmente la evaluación y seguimiento del mismo.

Por otro lado, en el Estado de Hidalgo, cabe mencionar que en el año 2006, se crea el Instituto para la Atención de los Adultos Mayores, siendo una institución interesada en atender las problemáticas de los sujetos de avanzada edad, ofreciéndoles actividades de cultura, deporte y recreación, quién brinda a la población talleres como: Carpintería, Panes y Pasteles, Bisutería y Tallado de Madera, pero también ocupándose de su aspecto personal y emocional a través de temas y conceptos básicos del envejecimiento activo en las áreas de salud física, psicológica, nutricional, en el hogar, redes de apoyo social, talleres de promoción de la activación física y la participación de los Adultos Mayores en los eventos sociales, deportivos y culturales promovidos por el Instituto que se imparten en las casas de Día o Centros Gerontológicos en la ciudad de Pachuca, Hidalgo.

No hay duda, que a través de esta breve investigación nos podemos dar cuenta de la gran preocupación que existe a nivel Internacional y local sobre el crecimiento de las personas de avanzada edad y es una razón más para hacer conciencia e ir creando una cultura del reconocimiento social que requieren nuestros Adultos, que al igual que todos los seres humanos, tienen los mismos derechos y las mismas oportunidades de un desarrollo integral, permitiéndoles y permitiéndose mejorar su calidad de vida.

1.2. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA COMUNIDAD

El contexto donde se llevó a cabo este trabajo de intervención, fue en la comunidad de Pachuquilla perteneciente al Municipio de Mineral de la Reforma.

El Municipio de Mineral de la Reforma colinda al norte con los municipios de Pachuca de Soto y Mineral del Monte; al este con los municipios de Mineral del Monte y Epazoyucan; al sur con los municipios de Epazoyucan y Zempoala; al oeste con los municipios de Zempoala. Forma parte de la Zona Metropolitana de Pachuca, junto con los Municipios de: Pachuca de Soto, Epazoyucan, Mineral del Monte, San Agustín Tlaxiaca, Zapotlán y Zempoala.

La comunidad de Pachuquilla es la Cabecera Municipal, que se encuentra situada al noreste de la ciudad de México a una distancia de 100 Kilómetros y a 38 Kilómetros de Tulancingo. La distancia de unión con la Capital del Estado es de 9 Kilómetros.

En esta comunidad se encuentran lugares como, la Iglesia de la Preciosa Sangre, la Presidencia Municipal, el Centro de Salud ubicado en el centro de la comunidad, el teatro del pueblo Chicomencóatl, y oficinas pertenecientes a Presidencia. También se encuentra un mercado, un auditorio, tiendas de abarrotes, carnicerías, tortillerías, papelerías, internet entre otros negocios.

En relación a los espacios educativos se encuentran dos escuelas primarias, la escuela Primaria Felipe Ángeles y la Primaria de tiempo completo Cuauhtémoc, así como también un Jardín de niños denominado Josefa Ortiz de Domínguez y la Telesecundaria No. 377. Así mismo se encuentra una plaza comunitaria en donde se imparten clases por parte del INHEA para los jóvenes y Adultos Mayores que quieren terminar su primaria y secundaria.

Respecto al Centro de Salud, se encuentra ubicado en el centro de la comunidad, cuenta con una oficina donde se ubica la dirección. Igual hay un cuarto de enfermería, cuatro consultorios, de los cuales uno es utilizado para consultas dentales. También se encuentra el área de psicología, nutrición y farmacia. Cuenta

con sanitarios, así como otros espacios en donde se llevan a cabo otro tipo de actividades.

Ahora bien, de acuerdo al censo general de población y vivienda realizado en 2010 por INEGI, se registran los siguientes datos:

La población total es de 127,404 habitantes, de los cuáles 60,921 son hombres, 60,483 son mujeres, el porcentaje de población de 15 a 20 años es de 28.2, de los cuales un 27.4 % son hombres y el 28.9% son mujeres, el porcentaje de población de 60 y más años es de 4.5% de los cuales el 4.1% son hombres y el 4.8% son mujeres.(INEGI, 2010)

Con base a los datos obtenidos del INEGI , se puede demostrar que el porcentaje de Adultos Mayores pertenecientes a la comunidad de Pachuquilla es una cantidad viable que permitió desarrollar el Proyecto de Intervención.

1.3. DIAGNÓSTICO

Para poder detectar las necesidades e intereses de los Adultos Mayores, fue necesario darse a la tarea de diseñar un diagnóstico socioeducativo.

Desde esta perspectiva, la importancia que tiene considerar la realización de un diagnóstico, según Aguilar J. es:

El diagnóstico social es un proceso de elaboración de información que implica conocer y comprender los problemas y necesidades dentro de un contexto determinado, sus factores condicionantes y de riesgo y sus tendencias previsibles; permitiendo una discriminación de los mismos según su importancia, de cara al establecimiento de prioridades y estrategias de intervención, de manera que pueda determinarse de antemano su grado de viabilidad y factibilidad, considerando tanto medios disponibles como las fuerzas a actores sociales involucrados en las mismas. (Aguilar, J.M.; p. 40)

El presente diagnóstico surge a partir de mi interés por atender a la población de Adultos Mayores brindando actividades que sean de su agrado y buscando que en un futuro, esta población tenga una mejor calidad de vida.

Por lo antes mencionado se planteó como objetivo: Identificar las necesidades e intereses de los Adultos Mayores de la comunidad de Pachuquilla, Hgo., con el fin de brindarles actividades recreativas, culturales y de activación física para fortalecer su calidad de vida.

Para la elaboración del mismo, se aplicaron 20 cuestionarios a los Adultos Mayores de la comunidad. A continuación se presenta la información obtenida.

La información que se obtuvo referente a la edad fue la siguiente: de los 20 cuestionarios aplicados, el 50% de los Adultos Mayores tiene una edad entre 66 a 71 años, el 35% entre 60 a 65 años, el 10% de 82 a 87 años y solo el 5% tiene una edad de 72 a 77 años. (Ver Anexo 1).

Si bien, cronológicamente se consideran personas Adultas Mayores cuando ya se tiene una edad de 60 años, culturalmente en México, se ha considerado esta edad para desarrollar programas sociales que contribuyan a fomentar el respeto a esta población. Según el autor Márquez; nos dice que: “Al adulto mayor se le asoció generalmente con una etapa productiva terminada, con historias de vida para ser contadas como anécdotas, leyendas o conocimientos”. (Márquez, en Quintanar, 2010, p. 18).

Así mismo se identificó que del total de los cuestionarios aplicados, el 85% fueron mujeres y solo el 15% fueron hombres.

En la actualidad las personas Adultas Mayores que se encuentran insertas en la sociedad, no cuentan con un nivel alto de escolaridad, esto debido a que en tiempos atrás no todos tenían la oportunidad de acceder a una escuela, tal vez por la falta de recursos económicos, o por otras razones que por el momento desconocí.

Respecto a esto, la mayoría de los encuestados, un 65% tienen escolaridad de nivel primaria, mientras que un 20% tiene secundaria y el 15% no tiene ninguna escolaridad. (Ver anexo 2).

En relación a lo laboral, fue importante saber si los Adultos Mayores aún seguían trabajando, con la finalidad de ver si contaban con el tiempo necesario para participar en las actividades diseñadas para ellos, pero sobre todo, por el horario en el que se ofrecían. Ante esto, se obtuvo que solo el 35% de los encuestados trabaja, mientras que el 65% restante no. (Ver anexo 3).

Estos datos permitieron tener un panorama un tanto superficial sobre sus ingresos económicos, es decir, ayudaron a identificar si tenían los recursos que les facilitara adquirir materiales que se utilizarían en las actividades.

Como seres humanos, creemos que al llegar a la vejez es la etapa en la cual las personas son incapaces de realizar actividades de vida diaria, física, cultural o recreativa, puedo decir que algunas veces el no llevar a cabo estas actividades

puede deberse a problemas de salud física o emocional, por lo tanto fue importante conocer cómo se encontraban los Adultos Mayores en este aspecto, permitiendo saber qué tipo de actividades podrían o no realizar, y a qué tipo de riesgos estaban expuestos.

Se realizó una pregunta que tiene que ver con, si padecen alguna enfermedad, el 65% respondió que sí mientras que solo el 35% dijo que no. Las enfermedades que más predominaron fueron: la diabetes y la presión alta, por lo que el 65% respondió que toma medicamento y el 35% dice que no toma ninguno. (Ver anexo 4).

Dentro del cuestionario hay un apartado que se refirió al tiempo libre, para así conocer que actividades realizaban durante ese tiempo.

Una de las preguntas que se realizó fue, si pertenecían a algún grupo social, el 75% de la población encuestada respondió que no y el 25% dijo que sí, este último porcentaje forma parte de un grupo de la iglesia de la comunidad. (Ver anexo 5).

El que los Adultos Mayores pertenezcan a un grupo social, les permite convivir e interactuar con otros sujetos, así como también conocer nuevas cosas y maneras de pensar, tal es el caso de los Adultos Mayores que asisten al grupo de la iglesia.

De igual manera, algunas personas utilizan el tiempo libre en otras actividades, como por ejemplo: participen las festividades de su comunidad, visitar lugares o familiares, por lo tanto se les preguntó que tanto participan en las tradiciones de su comunidad, y se obtuvo que el 60% de la población participa muy poco, el 25% no participa y solo el 15% es el que más participa. (Ver anexo 6).

Así mismo, es importante decir que solo 5 personas asisten a museos y 15 no. En relación al cine solo 2 asisten y 18 no. Respecto a la opción del teatro el total de la población respondió que no asiste. Por otro lado 14 personas respondieron que asisten a parques y solo 6 respondieron que no. La iglesia fue otro de los lugares a los que asisten, esto lo expresaron 17 adultos y 3 no asisten a ella. Finalmente

se les preguntó si asistían a conciertos a lo que una persona respondió que sí. (Ver anexo 7).

El tiempo libre puede utilizarse en un sinfín de actividades, que no necesariamente implican no hacer nada, sino el hacer lo que uno libremente desea. Ante esto, también se les hizo la pregunta para saber si practican algún deporte, el 100% respondió que ninguno. (Ver anexo 8).

Las habilidades socio adaptativas, hacen referencia a las capacidades de los sujetos para adaptarse y satisfacer las exigencias de su entorno. De igual manera refieren a la independencia y autonomía de hacer las cosas que cotidianamente realizamos, como lo pueden ser: tomar sus propias decisiones, expresar lo que les gusta o no les gusta, el solicitar ayuda cuando la necesitan, respetar reglas y normas, identificar situaciones de peligro, realizar las cosas por sí mismos y sí dependen de otras personas para actividades específicas. Ante estas preguntas, la gran mayoría de los sujetos encuestados respondieron que sí a las preguntas anteriores.

Si bien, los Adultos Mayores por su condición tanto física como emocional, suelen tener problemas con su independencia y autonomía, lo que conlleva a que dependan de otras personas, esto solo en algunos casos, ya que como se logró identificar la población encuestada no es tan dependiente de otros sujetos para realizar algunas actividades. (Ver anexo 9).

En relación al rubro de los intereses se plantearon diversas preguntas en las cuáles se hace mención de actividades recreativas, culturales y de activación física y a continuación se presenta la información obtenida.

La primer pregunta que se hizo fue, ¿Le gusta escuchar música? el 70% respondió que sí y el 30% respondió que no. (Ver anexo 10).

Así mismo se les preguntó qué tipo de música les gusta escuchar y el resultado fue: el 40% respondió que música del recuerdo, al 30% de la población no le gusta

escuchar música, mientras que al 10% le gusta Rock and Roll y al 5% de la población le gusta la música de reflexión, clásica y cumbias. (Ver anexo 11).

Otra de las preguntas fue encaminada al baile, es decir si les gusta bailar, el 65% respondió que sí y el 35% respondió que no. (Ver anexo 12).

Esto llevó a preguntarles si sabían bailar, el 45% dijo que sí el 20% que no y al 35% no le gusta bailar. (Ver anexo 13).

Otra actividad que es importante es el gusto por la lectura, respondiendo el 70% que sí, mientras que el 30% dijo que no le gusta leer, (Ver anexo 14)

Así mismo se preguntó si les gustaría participar en círculos de lectura, el 60% de la población respondió que sí y el 40% dijo que no participaría en los círculos de lectura (Ver anexo 15).

Al haberles preguntado si les gustaría leer y si participarían en círculos de lectura, consideré importante conocer qué tipo de lecturas son de su interés y la información que se obtuvo fue la siguiente: el 30% respondió que les interesa leer los periódicos, el 25% revistas, al 20% no le gusta leer, y el 15 % respondió que otras, aquí algunos especificaron que la Biblia y sólo un 5% respondieron que les interesan las novelas y cuentos. (Ver anexo 16).

Otra de las preguntas que se les hizo fue si les gustaría que se les proyectaran algunas películas, el 70% respondió que sí y el 30% dijo que no. (Ver anexo 17).

Como a la gran mayoría se interesó por la proyección de películas se les preguntó qué tipo de películas les gustarían, el 20% respondió que de comedia, el 10% cómicas, el 5% opto por películas de terror y de acción el 30% respondió que otro tipo de películas en donde expresaban que fueran películas religiosas. (Ver anexo 18).

Otra pregunta fue si les gustaría participar en actividades físicas y sólo al 35% dijo que sí, mientras que el 65% que no, (Ver anexo 19). A la población que respondió

que sí, se le preguntó qué tipo de actividades, el 25% respondió que taichí y el 10% actividades de relajación. (Ver anexo 20).

Finalmente al haber identificado los intereses en relación a las actividades en las que les gustaría participar, se les hizo la pregunta respecto al horario y días más convenientes para el desarrollo de las actividades, el 75% dijo que en el turno matutino, el 20% vespertino y solo el 5% en ambos horarios. (Ver anexo 21).

En relación a los días el 60% respondió que los lunes, el 15% respondió que los viernes, el 10% que los días martes, otro 10% respondió que cualquier día y solo el 5% dijo que el sábado. (Ver anexo 22).

Es importante decir, que los Adultos Mayores no solo están interesados en la proyección de películas, en aprender a bailar, en participar en círculos de lectura, entre otros intereses que ya se describieron anteriormente, sino que también expresaron que les gustaría aprender manualidades, dato que se rescató de la opción, otros.

Con base en los resultados obtenidos a través del diagnóstico, puedo hacer mención de algunas actividades que resultaron con mayor interés, las cuales se enlistan a continuación.

- Les gusta bailar
- Les gusta leer y les interesaría participar en círculos de lectura
- Les gustaría que se les proyectarán películas cómicas y religiosas
- Les interesan las manualidades

A partir de estos intereses identificados nos dimos a la tarea de fortalecer el proyecto de desarrollo educativo para así mejorar la calidad de vida de los Adultos Mayores.

1.4. PROBLEMÁTICA DETECTADA

El cambio de administración en el municipio de Mineral de la Reforma, ha traído consigo nuevos proyectos en beneficio de los habitantes de las diferentes comunidades que pertenecen a él, el apoyo a la población Adulta Mayor es uno de esos proyectos, ya que se les brinda ayuda por medio de los programas como por ejemplo, el de “70 y más”, al igual que se les brindan actividades físicas, dos veces a la semana en el teatro del pueblo y en la biblioteca, sin embargo estas actividades no permiten cumplir de manera integral con el objetivo que se tiene, el cual esta descrito en el plan de desarrollo 2012-2016, que dice: “Proporcionar a los adultos mayores, oportunidades para una mejor calidad de vida y reincorporarse a la vida productiva”.(Plan municipal de desarrollo 2012-2016).

Si bien, en su objetivo se dice que se brindarán oportunidades para una mejor calidad de vida, esto a partir de sus líneas de acción que son:

- Fortalecer las actividades de socialización, desarrollo y autoestima.
- Promover la incorporación del adulto mayor en actividades productivas, en empresas públicas y privadas.
- Impulsar el desarrollo de actividades físicas, deportivas, culturales y recreativas.
- Encauzar la experiencia de los adultos mayores, en acciones voluntarias de servicio a la comunidad. (Plan municipal de desarrollo 2012-2016)

Es importante señalar que la calidad de vida implica diferentes aspectos, como lo es, lo económico, social, salud, bienestar físico y emocional. Si bien, se podría decir que las líneas de acción que se proponen para lograr el objetivo, abarcan los aspectos ya mencionados, sin embargo las actividades que ahí se plantean no son las que realmente se están efectuando, ya que solo se están llevando a cabo actividades físicas, dejando de lado las actividades en relación a la recreación y a la actividad cultural, así como también actividades que tienen que ver con el aspecto psicológico y social.

Ante esto, puedo decir que el objetivo que se plantea en relación a los programas dirigidos a apoyar a los Adultos Mayores, no se efectúan en su totalidad, debido a que como ya se mencionó anteriormente, es necesario atender con responsabilidad y compromiso a la mejora de la calidad de vida que conlleven al bienestar de todas las dimensiones del desarrollo de los sujetos tanto físico, psicológico y social.

Por lo ya antes descrito, lo que se quiere atender a través de este Proyecto de Desarrollo Educativo, es fortalecer lo que la presidencia municipal ha ido trabajando, para así coadyuvar a la mejora de la calidad de vida de los Adultos Mayores de la comunidad de Pachuquilla, Hgo.

1.5. JUSTIFICACIÓN

El interés de realizar el Proyecto de Desarrollo Educativo surge a partir de que en la comunidad de Pachuquilla solo les brindan a los Adultos Mayores actividades físicas, dejando de lado la actividad recreativa y cultural. Como se sabe en la actualidad esta población sufre de exclusión por parte de la sociedad así como también por sus mismos familiares, lo que no les permite tener una interacción con ellos, porque se creó que ya están grandes y que “ya no sirven para nada”.

Por lo tanto el realizar este proyecto en la comunidad de Pachuquilla es con la finalidad de mejorar su calidad de vida tanto física como emocional.

El mejorar la calidad de vida en las personas tiene que ver con el sentirnos sanos, productivos, seguros y capaces de expresar nuestras emociones y lo que queremos para nuestra vida, pues de acuerdo con el autor Ardila:

Calidad de vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad, personal y la salud objetiva. Como aspectos objetivos el material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida. (Ardila, R., 2003, p. 163).

De los sujetos depende entonces, la gran responsabilidad de seguir aprendiendo y valorando la vida, pues llegando a esta edad implica un deterioro en nuestro cuerpo y por lo tanto sí se toma conciencia de los cuidados a temprano tiempo, estamos creando una cultura de prevención y eso contribuye a tener una Calidad de Vida.

Si bien, se habla de mejorar la calidad de vida tanto física como emocionalmente lo cual tiene que ver con la salud, por eso es importante tener conocimiento de este término. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) dice que la salud:

Puede reconocerse y analizarse desde dos perspectivas: la de salud física y la de la salud mental, aunque en realidad se trata de dos aspectos relacionados entre sí...

...Así es importante recalcar que para gozar de una magnífica salud física se hace necesario que la persona en cuestión cuenta con una serie de hábitos tanto alimenticios como deportivos...

...La salud mental por su parte, apunta a aglutinar todos los factores emocionales y psicológicos que pueden condicionar a todo ser humano y obligarlo a emplear sus aptitudes cognitivas y su sensibilidad para desenvolverse dentro de una comunidad y resolver las eventuales demandas surgidas en el marco de la vida. (Organización Mundial de la Salud).

A partir de lo mencionado en el párrafo anterior, puedo decir, que el sentirse bien físicamente tiene que ver con el no tener síntomas de alguna enfermedad, comer bien y hacer ejercicio. Por otro lado el sentirse bien emocionalmente se puede percibir en la satisfacción, felicidad y estar a gusto con lo que se hace, así como expresar lo que sentimos y pensamos de uno mismo en relación al contexto en el cual nos encontramos.

Es importante decir que en la propuesta de intervención se describen diversas actividades, que conlleven a los Adultos Mayores a adquirir aprendizajes que sean significativos para ellos. Es por eso que en este apartado, se habla sobre el tipo de educación que se brindó.

Se dice que día con día los seres humanos estamos aprendiendo cosas nuevas, y no necesariamente por estar en una institución formal o no formal, sino que aprendemos y adquirimos conocimientos, habilidades y actitudes, mediante las experiencias en la vida diaria y con todo aquellos que nos rodea, (Coombs y Ahmed, 1975).

Sin embargo no solo podemos decir que se aprende en las instituciones jerarquizadas o sistemáticas, que son en las escuelas, sino que de igual manera

aprendemos en otros contextos, y con otro tipo de educación, la cual es la educación no formal, este tipo de educación, “es toda actividad organizada, sistemática, educativa, realizada fuera del marco del sistema oficial, para facilitar determinadas clases de aprendizaje a subgrupos particulares de la población, tanto adultos como a niños”.(Sarramona, Coombs & Ahmed, en Vázquez & Colom, 1998, p.12).

Este tipo de educación es la que podemos encontrar en diferentes contextos, como lo puede ser en la iglesia, en las misiones culturales, entre otros, que no necesariamente tiene una organización regida por un sistema educativo y mucho menos tiene que haber una edad específica para acceder a esta.

Por ejemplo en las misiones culturales se les brinda a las personas, diversos talleres como: carpintería, computación, albañilería, costura, estilismo, entre otros, que si bien, tienen un contenido específico, una metodología, un proceso, pero todo esto no está escrito dentro de un sistema educativo, es por eso que se llama educación no formal, porque esta fuera del sistema oficial.

La educación no formal está abierta para la población en general, tanto Adulto Mayor, joven, niños (as), entre otra población. Lo que importa aquí es el aprender, es por eso, que hoy en día se brindan oportunidades y se crean nuevos espacios que permitan acceder a la educación no formal y satisfacer las necesidades de la sociedad.

Tal es el caso del grupo vulnerable de Adultos Mayores, específicamente de la comunidad de Pachuquilla, quienes tienen el interés de participar en actividades culturales, recreativas y de activación física, con el fin de utilizar su tiempo libre.

Es por eso importante brindar una educación a esta población, para así contribuir a una mejor calidad de vida respondiendo a las necesidades e intereses de la misma.

CAPITULO II FORTALECIMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES

“El éxito consiste en obtener lo que se desea. La felicidad, en disfrutar lo que se obtiene”.

(Emerson)

2.1. INTEGRACIÓN DEL GRUPO

El grupo de Adultos Mayores surge a partir de la propuesta de intervención, que tiene el objetivo de fortalecer la calidad de vida de esta población. Para la conformación de éste, se diseñó una estrategia de “difusión” la cual consistió en la elaboración de volantes, visita a los domicilios de los sujetos, para hacerles llegar la invitación y así fueran partícipes de las actividades que se diseñaron para ellos.

En el primer intento para la integración del grupo, se presentó una limitante, ya que cuando se tenía planeado iniciar con las actividades, no se tuvo ninguna asistencia. Se esperó durante 30 minutos para ver si llegaban los participantes, sin embargo no llegaron. Ante esta situación se decidió visitar nuevamente a los Adultos Mayores, con el fin de preguntarles cuál había sido el motivo por el que no habían asistido. La gran mayoría respondió que el lugar de reunión estaba retirado de su hogar.

Si bien, después de haber cuestionado a los Adultos Mayores, se tomó la decisión de buscar otros lugares accesibles para la comodidad de los sujetos, para esto se procedió a visitar el Centro de Salud para gestionar el espacio.

Se realizó una reunión con el responsable del Centro de Salud, en donde se le expusieron los motivos por los cuales se estaba solicitando el espacio y de esa manera atender al grupo de Adultos Mayores a fin de que pudieran asistir a las actividades planeadas para ellos, con lo anterior, finalmente accedió a brindar el espacio y así mismo se fijó el día y hora para el desarrollo de éstas.

Después de haber llevado a cabo el proceso de gestión, nuevamente se visitó a los Adultos Mayores, haciéndoles la invitación y dejándoles claro el punto de

reunión para así formar el grupo. Ante esta acción agradecieron el haber atendido su petición.

En el segundo intento de la integración del grupo, todo se mostró diferente, los Adultos Mayores iban llegando al Centro de Salud a la hora acordada, lo cual fue muy significativo. Algunos de los asistentes, eran pertenecientes al grupo del Centro de Salud quienes dijeron que asistían a él por motivos de salud.

Al describir de manera general como se formó el grupo, es necesario señalar que se entiende de lo que es un grupo, según Fernández J. y Cohen G. es:

Una situación social y en su proceso de generar bienes tangibles e intangibles que requieren sus miembros se relacionan entre sí de maneras diversas para aprovechar sus medios...

... Sin embargo los miembros no solo se relacionan exclusivamente para la producción, por el contrario, en el proceso de activarse para el logro de un bien común, se van conociendo mejor y compartiendo intereses y simpatías que fluidican las relaciones más específicas de producción de bienes tangibles. (Fernández J. y Cohen G. 1983, p. 29)

Si bien, el haber conformado el grupo, se buscó que cada uno de los Adultos Mayores a través de las actividades tanto recreativas, culturales y de activación física pudieran fortalecer su calidad de vida, así como la relación con sus iguales.

2.2. CARACTERIZACIÓN DEL GRUPO DE TRABAJO

La vejez es una etapa de la vida por la que pasaremos todos los seres humanos. Es en esta etapa en la que el cuerpo va sufriendo cambios, alteraciones físicas que afectan a la salud, pero no solo son cambios físicos sino también, cambios en la manera de pensar, de actuar, de convivir con las personas que están a su alrededor.

El grupo de trabajo de Adultos Mayores, está conformado por 14 mujeres, la mayoría con una edad entre los 60 y 75 años.

La gran mayoría vive en el centro de la comunidad de Pachuquilla, mientras que solo tres viven en la comunidad de Apepelco, sin embargo este no fue motivo para que no asistieran. Es importante decir, que el lugar para el desarrollo de las actividades tiene que ser accesible para todas y cada una de las integrantes del grupo, ya que en ocasiones eso permite una mayor asistencia.

Casi todas viven en casa propia y con sus esposos, mientras que solo 2 habitan en las casas de sus hijos, esto debido a que sus esposos han fallecido.

Ninguna de las integrantes se encuentra insertada en el ámbito laboral, todas se dedican al hogar, realizando los quehaceres domésticos, y por supuesto atendiendo a las personas que viven bajo el mismo techo.

Sin embargo, el realizar sus actividades en el hogar, no es una limitante para que dejen de lado sus creencias, ya que todas profesan la religión católica, es por eso que 9 de las integrantes pertenecen a un grupo de la iglesia de la Preciosa Sangre ubicada en la comunidad. Estas además son participes de las festividades que en la iglesia se realizan.

Respecto a la salud de cada una de las mujeres, todas padecen alguna enfermedad, entre esas podemos encontrar la diabetes y la presión alta, por eso mismo, asisten continuamente al Centro de Salud para ser atendidos debido a su condición.

Para el desarrollo de algunas actividades solo una de las integrantes necesitaba apoyo para realizarlas, como por ejemplo, el baile y la activación física, mientras que las demás no tenían ningún impedimento.

Es importante señalar que las condiciones de las personas adultas son un tanto difíciles, puesto que pierden oportunidades en el ámbito laboral, así como también, en la actividad social que implica la capacidad de socializar con las personas de su entorno, esto debido a la exclusión por parte de la sociedad. Es por eso que los Adultos Mayores deben de convivir con sus iguales, con la finalidad de comunicar sus experiencias, de compartir conocimientos y sobre todo que exista una convivencia de mutuo respeto. Y qué mejor que esa convivencia se dé a través de la realización de diversas actividades recreativas, culturales y de activación física, generando en ellos un beneficio para su salud y para la interacción con los demás.

2.3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Los seres humanos como parte de la sociedad creemos que el llegar a la vejez es la etapa en la cual las personas son incapaces de realizar actividades de cualquier índole. Ante esto, es importante crear espacios en donde puedan interactuar, convivir y realizar actividades que les permitan mejorar su calidad de vida tanto física como emocionalmente, permitiéndoles sentirse bien con ellos mismos.

Es por eso, que la propuesta de intervención se crea a partir de los resultados obtenidos por medio de la elaboración de un diagnóstico, el cual permitió identificar los intereses de los Adultos Mayores en relación a actividades recreativas, culturales y de activación física.

Dicha propuesta, está conformada por un objetivo general y objetivos específicos, los cuales se describirán más adelante. Así mismo consta de seis estrategias, tales como: Gestión, Difusión, Recreación, Cultura, Salud y una más que es de suma importancia para ellos, la de Asesoría Jurídica, cada una con sus actividades correspondientes.

La propuesta de intervención dio inicio a partir del 2 de agosto al 11 de octubre de 2013, trabajando los días viernes en un horario de 9:00 a 10:00 hrs., en un espacio otorgado por el Centro de Salud de la comunidad de Pachuquilla.

2.4. OBJETIVOS

Los objetivos son los resultados que deben obtenerse en el proceso de la propuesta de intervención, así como al final de la misma. Estos deben de orientar, guiar cada una de las actividades a realizar, por lo tanto siempre los debemos de tener presentes para lograrlos.

A continuación se describe el objetivo general y los específicos correspondientes a la propuesta de intervención.

OBJETIVO GENERAL

Promover actividades recreativas, culturales y de activación física durante el tiempo libre de Adultos Mayores que habitan en la comunidad de Pachuquilla, con la finalidad de fortalecer su calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diseñar actividades de recreación que permitan a los Adultos Mayores salir de su rutina diaria, por medio del trabajo manual, proyección de películas y de la convivencia con los demás.
- Crear actividades culturales que permitan incrementar el nivel cultural de los Adultos Mayores, a través del baile y la lectura.
- Diseñar actividades físicas para los Adultos Mayores, que les permita mejorar su estado de salud.
- Invitar a los Adultos Mayores para que participen en las actividades, a partir de la visita a sus domicilios, así como también por medio de volantes indicando las actividades a trabajar.
- Gestionar un espacio para la realización de las actividades, con el fin de ofrecerles una atención agradable.
- Brindar asesoría jurídica a los Adultos Mayores, para que obtengan información referente a asuntos legales y sobre sus derechos.

CAPITULO III LA INTERVENCIÓN CON EL GRUPO DE TRABAJO DE ADULTOS MAYORES

“Una bella ancianidad es, ordinariamente la recompensa de una bella vida”.

(Pitágoras)

3.1. ¿QUÉ ES LA INTERVENCIÓN?

La intervención educativa pedagógicamente hablando, es la: “Acción sobre otro, con intención de promover mejora, optimización o perfeccionamiento”

(Administración Nacional de Educación Pública de Uruguay (ANEP), 1996).

Hoy en día se presentan necesidades de índole social, cultural, económicas y de salud, como la falta de educación, de trabajo, de igualdad de oportunidades, entre otros aspectos que implican carencias.

Ante esto es importante que puedan llevarse a cabo estrategias de intervención que mejoren las condiciones sociales y educativas de la comunidad, con temas que permitan cubrir las necesidades de las personas y así brindar oportunidades a los diferentes sectores de la población, a partir de la elaboración de proyectos.

Por lo tanto, como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa, puedo decir que un interventor educativo es capaz de realizar estos proyectos a partir de las competencias adquiridas durante la carrera, ya que el intervenir no solo implica ir y estar al frente de un grupo o una población, sino la intervención es mucho más que eso, es crear, diseñar, asesorar, planear, identificar, evaluar y desarrollar proyectos con la finalidad de atender las necesidades de la población, fortaleciendo su calidad de vida.

Como Interventores Educativos podemos realizar dos tipos de intervención, como lo son: la Intervención Socioeducativa y Psicopedagógica, ambas con la finalidad de mejorar una situación problemática, con la diferencia de que la intervención psicopedagógica se enfoca a las problemáticas en el ámbito escolar y la socioeducativa en el ámbito social. Por lo tanto, para este proyecto, se llevó a cabo la Intervención Socioeducativa.

3.2. EL PROYECTO DE INTERVENCIÓN

El Proyecto de Desarrollo Educativo se llevó a cabo desde un enfoque crítico social, “... con el interés de conocer para cuestionar, relativizar y transformar formas imperantes de la sociedad y proponer alternativas para su cambio y mejoramiento.” (Cifuentes G., 2011).

Es por eso, que en un primer momento se conocieron las razones respecto a la carencia de actividades para los Adultos Mayores, todo esto a partir del cuestionamiento a los sujetos, para que una vez obtenida dicha información se procediera a la propuesta de alternativas para un cambio. Sin dejar de lado que la interacción y el acercamiento con el contexto y así mismo con los sujetos permiten tener canales de comunicación obteniendo un panorama más amplio de la situación que se presenta.

La metodología con la cual se trabajó, fue la Investigación Acción Participativa (IAP), ya que me ayudó a conocer el contexto a través de las acciones de los sujetos, debido a que en este tipo de investigación los Adultos Mayores (sujetos de estudio), por su edad fueron tomando diversas decisiones que cambiaron el rumbo de cada una de las actividades, esto en relación a los intereses de cada uno.

Ante esto es importante reconocer lo que señala Cifuentes:

La IAP se desarrolla con base en la dialoguicidad, desde la realidad como punto de partida que genera un conocimiento condicionado por la práctica como totalidad y unidad entre teoría y práctica, investigación y educación. El proceso propicia asumir la cultura popular para el conocimiento crítico transformador, exige conocimiento profundo, verás y crítico, con inserción participativa, decisiones colectivas sobre la realidad concreta compartida en que se analizan las contradicciones de la estructura vivida y culmina en propuestas de acción y perspectivas de cambio social. (Cifuentes Gil R., 2011. p.58).

Es por eso que el Proyecto de Desarrollo Educativo se llevó a cabo a partir del diseño y la aplicación de cuestionarios que permitieron conocer sus intereses respecto a las actividades.

Después de haber obtenido la información requerida se procedió al análisis de la misma con la finalidad de identificar las problemáticas, intereses e inquietudes, que permitieron la elaboración de un diagnóstico para después desarrollar o diseñar estrategias y/o actividades en relación a los intereses de los sujetos para posteriormente realizar una evaluación de las actividades efectuadas.

3.3. PLANEACIÓN DE ESTRATEGIAS

En este apartado, se darán a conocer cada una de las estrategias con sus respectivas actividades, en donde se hace mención del objetivo de cada una de estas, así como también elementos importantes como lo son: responsables de las actividades, materiales necesarios, duración y la evaluación de cada una.

La primera estrategia que se llevó a cabo fue la de gestión para así tener el espacio y desarrollar las actividades. Así mismo se gestionó la impartición de algunas pláticas, como parte de otra estrategia.

Posteriormente, se realizó la estrategia de difusión con la finalidad de hacerles la invitación a los Adultos Mayores de ser partícipes de las actividades.

Respecto a las estrategias restantes, se llevaron a cabo las actividades de estas, de acuerdo al cronograma que se muestra en el apartado de Anexos.

A continuación se describe más detalladamente cada una de las estrategias.

PRIMERA ESTRATEGIA: GESTIÓN

La gestión es la realización de diligencias que se enfocan a la obtención de un beneficio, el proceso de gestión en su mayoría de veces se hace con instituciones, empresas, dependencias de gobierno, o con la misma comunidad, obteniendo algún apoyo de cualquier índole, ya sea: materiales, espacios, especialistas y apoyos en general.

En esta estrategia se plantearon dos actividades con la finalidad de obtener recursos para la realización de las mismas, si bien en un primer objetivo es la a) gestión del espacio en donde los Adultos Mayores pudieran estar en un ambiente agradable, b) dos pláticas, una sobre la Cultura del Testamento, cuyo propósito fue brindarles a los Adultos Mayores una asesoría sobre el proceso y requerimientos para legalizar sus pertenencias y la otra sobre el tema de los Derechos Humanos, con el fin de que pudieran tener un mayor conocimiento de estos, y así tener herramientas para defenderse.

A continuación se explica de manera más específica la estrategia con sus respectivas actividades a ejecutar.

GESTIÓN						
Objetivo	Actividad	Descripción de la actividad	Recursos materiales	Duración	Responsable	Instrumentos de Evaluación
Gestionar el espacio físico y personal especializado para la realización de las actividades.	Reunión con el responsable del Centro de Salud de Pachuquilla, Hgo.	<p>-Se solicita una cita con el responsable del Centro de Salud.</p> <p>-Se asiste a la cita acordada, en la cual se explicará al responsable del Centro de Salud sobre el proyecto que se está realizando con Adultos Mayores pertenecientes a la comunidad de Pachuquilla, enfocándose a las actividades a efectuar.</p>	_____	Indefinido	Tania Arely Ortega Hernández	No aplica
Gestionar en el Instituto del Adulto Mayor, una plática referente al testamento.	Asistir al Instituto del Adulto Mayor y solicitar la plática	<p>-Se asiste al Instituto del Adulto Mayor, específicamente al área de Asesoría jurídica solicitando una plática referente al testamento.</p> <p>- Se explica el motivo por el cual se solicita la plática, y de acuerdo a la</p>	_____	Indefinido	Tania Arely Ortega Hernández	No aplica

		respuesta del responsable se fijará hora y fecha para la impartición de la misma.				
Gestionar en el Instituto del Adulto Mayor, una plática referente a los Derechos Humanos	Asistir al Instituto del Adulto Mayor y solicitar la plática	Se asiste al Instituto del Adulto Mayor, específicamente al área de Asesoría Jurídica solicitando una plática referente a los Derechos Humanos - Se explica el motivo por el cual se solicita la plática, y de acuerdo a la respuesta del responsable se fijará hora y fecha para la impartición de la misma.	_____	Indefinido	Tania Arely Ortega Hernández	No aplica

OBSERVACIONES:

Gestión del espacio físico:En el proceso de gestión del espacio para la realización de las actividades, es importante decir que el responsable del Centro de Salud fue muy accesible para el apoyo de éste, pues al expresarle la finalidad del proyecto, comentó que era muy bueno, ya que la atención a la población adulta mayor es de suma importancia debido a que en la actualidad existe la exclusión y la desigualdad de oportunidades para los Adultos Mayores.

Gestión de pláticas:La gestión de las pláticas sobre el testamento y los Derechos Humanos, se hizo al Instituto del Adulto Mayor, en donde se mostraron muy amables. Se gestionó en el área de Asesoría Jurídica en donde la responsable de ésta, expresó la importancia de brindar a los Adultos Mayores información respecto al testamento. Es importante decir, que no hubo ningún inconveniente en cuestión de fecha y hora para la impartición de la plática.

Respecto a la plática de derechos humanos también fue aceptada la petición, a lo cual se fijó hora y fecha sin ningún problema.

SEGUNDA ESTRATEGIA: DIFUSIÓN

Hoy en día la difusión es una forma de dar a conocer a las personas sobre algo que se pretende efectuar, o simplemente el brindar información sobre temas que tiene que ver con problemas sociales, es por eso importante que se deje claro qué es la difusión.

“Difusión es la acción y efecto de difundir (propagar, divulgar o esparcir). El término, que procede del latín *diffusio*, hace referencia a la comunicación extendida de un mensaje”. (<http://definicion.de/difusion/>).

Una vez revisado lo que es la difusión, se describe en qué consiste la estrategia que tiene que ver con el concepto ya antes descrito. Respecto a la estrategia se dio a conocer a los Adultos Mayores las actividades que se diseñaron para ellos, para que asistieran a éstas. En el diseño de la estrategia se encuentran tres actividades que se realizaron, las cuales permitieron lograr lo que se pretendía.

A continuación se describen más detalladamente.

DIFUSIÓN						
Objetivo	Actividad	Descripción de la actividad	Recursos materiales	Duración	Responsable	Instrumentos de Evaluación
Difundir a los Adultos Mayores los talleres diseñados para que participen en las actividades, por medio de volantes y visitas a sus domicilios.	Elaboración y distribución de la información (volantes (ver anexo 33) y visitas a domicilio)	-Elaborar volantes en donde se hagan mención de las actividades diseñadas para los Adultos Mayores. - Repartir en las calles los volantes para invitar a los sujetos. -Visitar a Adultos Mayores a sus domicilios y hacerles entrega de volantes, así como explicarles brevemente sobre las actividades.	Hojas, computadora e impresora.	-1 hora para la elaboración -Una semana para la distribución	Tania Arely Ortega Hernández	No aplica

OBSERVACIONES:

Elaboración y distribución de los volantes: En la elaboración de los volantes no hubo ningún problema ya que en estos se puso la información de manera clara, resaltando las actividades que se efectuarían.

Respecto a la distribución de la información, en algunas casas de los Adultos Mayores, no se encontraban por lo que se les dejó en la puerta un volante, sin embargo en la gran mayoría de las visitas a los domicilios la atención por parte de los adultos fue muy amable, y algunos comentaron que sí participarían, ya que necesitaban ocupar su tiempo en algo.

TERCERA ESTRATEGIA: RECREACIÓN

Desde el conocimiento común, la recreación se conoce como sinónimo de entretenimiento, hoy en día la recreación es utilizada en diversos contextos, ya sean educativos o sociales. Según el autor Waichman la recreación:

Puede ser vista desde una visión pedagógica, no didáctica y desde el sistema educativo no desde el punto de vista individual o personal, podemos definir la recreación como educación en y del (o para) el tiempo libre.

Vista desde las prácticas que implican podemos decir que es el tipo de influencia intencional y con algún grado de sistematización que, partiendo de actividades voluntarias, grupales y coordinadas exteriormente, establecidas en estructuras específicas, a través de metodologías lúdicas y placenteras, pretenden colaborar en la transformación del tiempo disponible o libre de obligaciones de los participantes en praxis de la libertad en el tiempo, generando protagonismo y autonomía. (Waichman,P. 2007).

La recreación es una forma de liberación, es decir liberarme para poder hacer cosas nuevas que permitan utilizar el tiempo libre, esto a partir de actividades divertidas y entretenidas, pero que al mismo tiempo conlleven a un aprendizaje significativo.

Es por eso que la estrategia de recreación, permitió a los Adultos Mayores utilizar su tiempo libre en las diversas actividades que se diseñaron para ellos, las cuáles fueron: película, actividad manual y un convivio. Estas ayudaron a los sujetos a renovar sus emociones y que las presiones sociales fueran disminuyendo, así como también tener un momento de entretenimiento, siempre con la finalidad de adquirir un nuevo aprendizaje.

En el siguiente cuadro se describen cada una de las actividades que ya se mencionaron en el párrafo anterior.

RECREACIÓN

Objetivo	Actividad	Descripción de la actividad	Recursos materiales	Duración	Responsable	Instrumentos de Evaluación
Proyectar a los Adultos Mayores una película que les permita distraerse por un momento, así mismo la adquisición de un nuevo aprendizaje.	Película	-Introducción sobre lo que trata la película. -Proyección de la película. -Abrir espacio para preguntas sobre la lo que pudieron ver en esta, y que aprendizaje les ha dejado.	-Sillas -Proyector -Lap Top -Película "El estudiante"	2 horas	Tania Arely Ortega Hernández	Preguntas y comentarios sobre la película (ver anexo 23).
Desarrollar una actividad manual, a través del reciclado, para desarrollar habilidades y obtener de un ingreso económico.	Elaboración de pulseras con botellas de plástico	-Explicar a los Adultos Mayores el procedimiento para la elaboración de las pulseras, así como también el beneficio que obtendrán. -Posteriormente los Adultos Mayores comenzarán a trabajar, mientras el responsable de la actividad estará al pendiente del desarrollo de la actividad, ayudando a las personas que tengan dudas en	-Botellas de plástico -Listón grueso de colores -tijeras -pistola de silicón y silicones -sillas -mesas	1 hora	Tania Arely Ortega Hernández	Cuestionario (ver anexo 24).

		<p>relación al procedimiento de las pulseras.</p> <p>- Al final de la actividad los adultos expresarán lo que les pareció la actividad por medio de unas preguntas que se les harán.</p>				
<p>Realizar un convivio entre los adultos mayores, para que se establezcan relaciones de convivencia.</p>	<p>Convivio</p>	<p>-Pedir a los Adultos Mayores, que para el día del convivio lleven un guisado, un refresco, agua o alguna cosa para el mismo.</p> <p>-Posteriormente en el día de este, se juntarán las mesas para colocar los alimentos en las mismas, después se dará inicio con el convivio.</p> <p>-Al final de este se levantaran las cosas y se dejará limpio el lugar.</p>	<p>-Mesas</p> <p>-Sillas</p> <p>-Alimentos</p> <p>-Refresco</p> <p>-Desechable</p>	<p>1 hora</p>	<p>Tania Arely Ortega Hernández y Adultos Mayores</p>	

OBSERVACIONES:

Análisis de la película: En relación a esta sesión se trabajó con la proyección de una película “El Estudiante”, antes del inicio de esta se hizo una breve introducción sobre la misma, en donde los Adultos Mayores expresaban que ya querían que se proyectara porque se escuchaba interesante.

En el transcurso de ésta, algunos adultos se notaban muy concentrados mientras que solo dos bostezaban y una salió al baño. Al final se abrió un espacio para preguntas y comentarios, en donde al cuestionarlos sobre que les pareció la película una de las que bostezaba respondió: que se le había hecho un tanto aburrida ya que en ocasiones pasaban mucho sobre los jóvenes y se confundió un poco.

Otra decía que estaba muy interesante, porque se hacía una comparación entre la juventud y la vejez lo cual ayudaba mucho, porque el protagonista les permitía darse cuenta que no importa la edad para hacer las cosas, otro comentó que esa película le enseñó a darle más valor a su pareja y disfrutar la vida con ella.

Así mismo, se puede decir, que la película fue adecuada, porque cubrió con el objetivo que se pretendía, ya que por medio de esta pudieron darse cuenta de la importancia que le deben de dar a la vida sin importar la edad.

Actividad Manual: En la actividad manual, los Adultos Mayores mostraron mucho interés ya que el saber que trabajarían con manualidades se les hizo muy entretenido además que era algo que no habían elaborado, esta manualidad se llevó a cabo con botellas de plástico para hacer pulseras.

Algunas mujeres expresaban que les gustaba mucho la actividad porque era fácil de elaborarlas, debido a que no era necesario invertir mucho dinero, ya que podían utilizar material como: listones, hilos o estambres que tuvieran en sus hogares y así no gastaban en material.

Una de las integrantes del grupo hizo una pulsera sin utilizar la botella ya que solo lo fue haciendo con el mismo cordón que se le proporcionó. Al final de la actividad todas expresaron que les había gustado mucho y que esto les podría ayudar a obtener un ingreso económico.

Convivio: En el convivio participaron todos los Adultos Mayores, así como personal del Centro de Salud, cada una de las integrantes del grupo llevaron comida y algunas bebidas para compartir con sus compañeras. Antes de iniciar el convivio las integrantes del grupo, comentaban que las actividades que habían realizado les habían gustado mucho, sobre todo porque en algunas se les brindó información sobre temas que no conocían en su totalidad. Así mismo, expresaban que el convivir con otras personas les hacía sentirse muy bien, ya que podían platicar sobre situaciones de su vida.

Durante el convivio y la degustación de la comida, todos los asistentes reían, platicaban sobre las actividades, y hasta algunos bailaban con la música que se escuchaba.

CUARTA ESTRATEGIA: CULTURA

Hoy en día la cultura ha ido adquiriendo diversos significados, esto depende de las concepciones que cada sujeto tiene. Sin embargo es de suma importancia compartir la definición de lo que es cultura:

... la cultura puede considerarse actualmente como el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad o un grupo social. Ella engloba, además de las artes y las letras, los modos de vida, los derechos fundamentales al ser humano, los sistemas de valores, las tradiciones y las creencias y que la cultura da al hombre la capacidad de reflexionar sobre sí mismo. Es ella la que hace de nosotros seres específicamente humanos, racionales, críticos y éticamente comprometidos. A través de ella discernimos los valores y efectuamos opciones. A través de ella el hombre se expresa, toma conciencia de sí mismo, se reconoce como un proyecto inacabado, pone en cuestión sus propias realizaciones, busca incansablemente nuevas significaciones, y crea obras que lo trascienden.(UNESCO).

Es por eso, que la estrategia se diseñó con la finalidad de que los Adultos Mayores, compartan sus distintas formas de pensar, así como también adquirir aprendizajes y experiencias, todo esto por medio del baile que es un arte en el cual se moviliza el cuerpo y que permite expresar, sentimientos y emociones, al igual que conlleva a interactuar con otros sujetos por medio de la socialización.

En el siguiente cuadro se describen las actividades que se plantean en esta estrategia.

CULTURA

Objetivo	Actividad	Descripción de la actividad	Recursos materiales	Duración	Responsable	Instrumentos de Evaluación
Acrecentar en los Adultos Mayores, el interés por la lectura, por medio de círculos de lectura.	Lectura	<p>-Se les pide a los Adultos Mayores que tomen una silla y que formen un círculo.</p> <p>-Posteriormente se les da un texto y se les darán 20 minutos para que lo lean.</p> <p>-Después los Adultos comentan sobre el texto que leyeron y que enseñanza les deja.</p>	<p>-Sillas</p> <p>- Copias de los textos a leer denominadas “ Quiérete tal como eres” retomada de la revista “Vejez con éxito” (marzo 2013, No. 39)</p>	1 hora	Tania Arely Ortega Hernández	Preguntas y comentarios sobre la lectura (ver anexo 25).
Fortalecer la cultura, por medio del baile.	Baile	<p>-Los Adultos Mayores deben de colocarse al centro del salón.</p> <p>-Después se pone la música para bailar, y los Adultos Mayores siguen los pasos de la persona que está a cargo de la actividad.</p> <p>-Durante el transcurso de la actividad se da un descanso de 10 minutos</p> <p>Al final de éstas se les pide que expresen su agrado o desagrado.</p>	<p>-Lap Top y bocinas</p> <p>-Música</p> <p>-Agua</p>	1 hora	Tania Arely Ortega Hernández	Lista de cotejo (ver anexo 26).

<p>Realizar una visita a la Feria del adulto mayor, como medio de distracción que al mismo tiempo permita motivar a los adultos mayores.</p>	<p>Visita a la feria del adulto mayor</p>	<p>-Los Adultos Mayores se reunirán en el Parque Hidalgo a la hora acordada. -Posteriormente se hace un recorrido por los stands de la feria. -Los adultos participarán en las actividades que se les brinden. - Al final se cada uno expresará lo que le gusto y no le gusto.</p>	<p>No aplica</p>	<p>2 horas</p>	<p>Tania Arely Ortega Hernández y Adultos Mayores</p>	<p>Preguntas y comentarios (ver anexo 27).</p>
--	---	--	------------------	----------------	---	--

OBSERVACIONES:

Lectura:En relación a la lectura, esta habló sobre el tema de la importancia que tenemos los seres humanos, en donde cada uno de los Adultos Mayores al término de esta, pasaban al frente de sus compañeros a expresar sus puntos de vista, esto fue muy fructífero ya que comentaban sobre su vida misma, sobre las dificultades que han tenido para reconocerse y reconocer a los demás.

Baile:En esta actividad los Adultos Mayores se mostraron muy alegres, se divertían mucho, durante las sesiones siempre tenían muchas ganas de bailar, aunque no iniciara la música empezaban a bailar como sea. Al inicio del baile se muestran atentos para seguir los pasos del instructor, quien propiciaba un ambiente alegre y divertido mientras bailaban, en ocasiones pasaba al frente algún integrante con la finalidad de que enseñará otros pasos para bailar, cuando ocurría esto, los integrantes restantes se reían mucho y aplaudían mientras bailaban.

Al final de la actividad se cuestionaba sobre cómo se habían sentido, la gran mayoría respondía que bien, porque los hacía ejercitar mucho su cuerpo y que era muy importante para su salud, otros expresaban que era muy divertido, mientras que otros decían que aunque no sabían bailar disfrutaban la música.

Visita a la Feria del Adulto Mayor:Los Adultos Mayores al llegar a esta se mostraron contentos y decidieron visitar los stands que en la feria se encontraban, al pasar a cada uno de estos, preguntaban sobre los apoyos que se ofrecían y los costos de los mismos, de igual manera expresaban a los responsables de los stands sus problemas en relación a situaciones de su vida.

Cuando escucharon que daría inicio el baile, se acercaron al kiosco del Parque Hidalgo, durante la exhibición del baile, las integrantes del grupo bailaban entre ellas, mostrándose muy alegres.

QUINTA ESTRATEGIA: SALUD

Gran parte del desarrollo de las actividades de los Adultos Mayores, tiene que ver con el estado de salud en el que se encuentren, cabe aclarar que la salud, es fundamental en todos los seres humanos, por lo tanto para entender este concepto, la salud se define, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud como:

En grandes rasgos, la salud puede reconocerse y analizarse desde dos perspectivas: la de salud física y la de la salud mental, aunque en realidad se trata de dos aspectos relacionados entre sí...

...Así es importante recalcar que para gozar de una magnífica salud física se hace necesario que la persona cuente con una serie de hábitos tanto alimenticios como deportivos... (OMS).

Por consiguiente en esta estrategia se plantearon tres actividades que contribuyeron a fortalecer la calidad de vida de los Adultos Mayores respecto a la salud, las cuáles fueron: activación física, videos motivacionales y una plática de tanatología.

Si bien, para mejorar la salud no basta con realizar ejercicios, correr o caminar, sino también en la salud está implícito el aspecto psicológico, como el control las emociones, la autoestima, los estado de ánimo, entre otros problemas psicológicos, que por medio de la motivación y la tanatología los Adultos Mayores pudieron obtener herramientas que conlleven a su bienestar físico y emocional.

A continuación, en el siguiente cuadro se describen estas actividades.

SALUD						
Objetivo	Actividad	Descripción de la actividad	Recursos materiales	Duración	Responsable	Instrumentos de Evaluación
Practicar activación física mediante ejercicios acordes a su edad, que les permita mejorar su estado físico.	Ejercicios físicos	-Se les pide a los Adultos Mayores que se ubiquen en el centro del salón y atrás del instructor, después se pondrá la música con la cual el instructor empezará hacer los ejercicios, al mismo tiempo pidiéndoles a los asistentes que lo sigan para realizar los mismos ejercicios.	-Grabadora -Música -Agua	1 hora	Tania Arely Ortega Hernández	Lista de cotejo (ver anexo 28).
Fortalecer la autoestima de los Adultos Mayores, a través de la proyección de un video motivacional.	Video motivacional "Eres un triunfador"	-Se explica brevemente la finalidad de la actividad. - Proyección del video. -Discusión sobre el video	-Lap Top y proyector -sillas	10 minutos	Tania Arely Ortega	Preguntas y comentarios (ver anexo 29).
Brindar una plática de tanatología, con la finalidad de	Plática de tanatología	-Se presenta al responsable de la plática. - Impartición de la plática.	-mesa -sillas	1 hora	Tania Arely Ortega	Cuestionario (ver anexo 30).

que los Adultos Mayores conozcan otra mirada en relación a la muerte		- Agradecimiento y entrega de reconocimiento a la persona que impartió la plática.	-agua -proyector -Lap Top Reconocimiento			
--	--	--	---	--	--	--

OBSERVACIONES:

Actividad Física: Al inicio de la actividad los Adultos Mayores se mostraron muy alegres y comenzaron a platicar entre ellos, se les explicó de que iba a tratar la sesión y al conocer la actividad a realizar, expresaron que ya les hacía falta un poco de ejercicio, algunos comentaba que era muy bueno ya que en la semana no les da tiempo de hacerlo y que aunque fuera un rato ya iban a ejercitar su cuerpo. Durante la actividad hacían los ejercicios que se les iban indicando.

En la segunda sesión de la actividad física, los Adultos Mayores expresaban que ya querían empezar con la actividad para que se les quitará el frío, ante esto, se inició con los ejercicios de calentamiento.

Análisis de vídeo motivacional: Durante la proyección del vídeo “Eres un triunfador”, los Adultos Mayores se mostraron muy atentos, al final de este algunos expresaron la importancia de valorarse como persona, ya que en ocasiones uno como ser humano no sabe apreciar la vida, otros expresaron que el vídeo les permitió darse cuenta de la importancia de sentirse bien con ellos mismos, de creerse unos triunfadores a pesar de la edad, decían que la vida es para disfrutarse, aunque a veces se presenten situaciones no muy agradables, se deben enfrentar con la ayuda de Dios, ya que por él estaban en este mundo.

Platica de tanatología: Esta actividad no se llevó a cabo debido a que no se logró contactar a la persona que se tenía como propuesta para la plática, aunque se buscaron otras personas para la actividad se presentaron dificultades respecto a la fecha de impartición, por lo que se optó en realizar otra actividad, la cual fue una dinámica sobre el tema de la autoestima, en donde yo la coordine. En esta, las integrantes del grupo expresaban sus cualidades y defectos, algunas decían que se les dificultó identificar lo positivo de ellas, ante esto entre ellas se preguntaban sobre las mismas. Respecto a los defectos la gran mayoría no necesitó de mucho tiempo para identificarlos. Otro punto que se trató fue sobre lo que les gusta hacer, algunas comentaron que les gustaba cocinar, salir a caminar y platicar con sus amigas.

Es importante decir, que durante esta actividad las integrantes fueron muy participativas, en ocasiones unas más que otras, pero siempre se mantuvo la participación.

SEXTA ESTRATEGIA: ASESORÍA JURÍDICA

El brindar a los seres humanos Asesorías Jurídicas, es un derecho que todos tienen. Algunas personas desconocen cuáles son los procesos que se llevan para realizar algún trámite, sin embargo no solo es el desconocimiento de esto, sino también la falta de conocimiento de sus derechos, lo cual es fundamental.

Por eso mismo, es importante dejar claro qué es la Asesoría Jurídica:

La Asesoría Jurídica es aquella que se encarga de ofrecer la información a quien lo necesite para solventar temas relacionados con la aplicación de normativas, leyes y reglamentos en materia de Derecho, ocupando todas las ramas de la misma. Su objetivo es el asesoramiento legal y resolver asuntos complejos debido a la subordinación de leyes. (<http://asesoriasjuridicas.es/>)

Por medio de esta estrategia se logró asesorar a Adultos Mayores en relación a asuntos legales, como lo es el testamento, así mismo se les brindó información respecto a sus derechos como personas adultas, todo esto con la finalidad de que si en algún momento pasan por un problema tengan las herramientas para enfrentar esas circunstancias.

En el cuadro siguiente se describen las actividades ya mencionadas anteriormente.

ASESORÍA JURÍDICA

Objetivo	Actividad	Descripción de la actividad	Recursos materiales	Duración	Responsable	Instrumentos de Evaluación
Brindar información respecto a los derechos de los Adultos Mayores.	Plática de derechos de los Adultos Mayores	-Se inicia con una breve introducción sobre la actividad a desarrollar. -Impartición de la plática -Comentarios y preguntas respecto al tema	-Lap Top y proyector -sillas	1 hora	Tania Ortega Hernández	Cuestionario (ver anexo 31).
Proporcionar a los Adultos Mayores herramientas, para resolver problemas en relación al testamento, por medio de una plática.	Asesoría sobre el testamento	-Se inicia con una breve introducción sobre la actividad a desarrollar. -Impartición de la plática -Comentarios y preguntas respecto al tema	-Lap Top y proyector -sillas	1 hora	Lic. Laura Borbolla Tania Ortega Hernández	Cuestionario (ver anexo 32).

OBSERVACIONES:

Plática del testamento: Los Adultos Mayores llegaron minutos después de la hora acordada, asistiendo sólo 10 del total del grupo, (posiblemente se debió al mal tiempo). Al inicio de la plática los adultos se presentaron ante el licenciado, durante esta, los asistentes expresaban sus dudas o comentaban respecto a lo que se estaba abordando, algunas daban ejemplos sobre situaciones que se les presentaban en relación a los bienes materiales que tenían. Otras hacían preguntas en relación a los requisitos para la elaboración del Testamento. Al final expresaban su agrado por la plática, dándole gracias al licenciado y a mí ya que les había gustado mucho, sobre todo porque conocieron cosas que ellas desconocían.

Plática de los derechos de los Adultos Mayores: En esta actividad la asistencia fue de 12 Adultas Mayores, mientras que dos más avisaron que no podían asistir porque se realizarían unos estudios médicos. Durante la actividad las integrantes preguntaban si algo no les quedaba claro, así mismo hacían comentarios respecto a los derechos que se estaban leyendo. Otros expresaban que era muy importante que se les brindara esta información ya que no todas conocían cuáles eran sus derechos, y así conociéndolos ya podrían defenderse ante las situaciones que se les presentaran.

3.4. MI FORMACIÓN COMO LIE

En la sociedad actual existe un sinnúmero de necesidades, las cuales deben ser atendidas para el bien de todos los que habitan en ésta. Un profesional que puede atender estas demandas, es sin duda el Interventor Educativo, quien tiene las bases para desarrollar proyectos, programas, asesorar sujetos, instituciones, entre otros aspectos que le permiten responder a las problemáticas que se presentan. Por lo anterior, es importante dejar claro que es la Licenciatura en Intervención Educativa, así como también el peso que tuvieron las diferentes asignaturas para el desarrollo del proyecto de intervención.

3.4.1. ¿QUÉ ES LA LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA?

La denominación de la Licenciatura en Intervención Educativa, responde a la intención de que los futuros profesionales puedan desempeñarse en distintos campos educativos con proyectos alternativos para solucionar problemas diversos. La identificación de los elementos teóricos y metodológicos de la Intervención Educativa, en este sentido, permitirán proporcionar a los estudiantes los fundamentos para intervenir en problemas socioeducativos y psicopedagógicos. Se define intervención como la acción intencionada sobre un campo, problema o situación específica, para su transformación.

Los campos donde se puede intervenir definen el tipo de intervención ya sea terapéutica, educativa, militar, política, externa y/o participante. En esta licenciatura se consideraron únicamente dos; socioeducativa y psicopedagógica. (<http://www.upnhidalgo.edu.mx>)

Esta Licenciatura tiene por objetivo: **“Formar un profesional de la educación, capaz de desempeñarse en diversos campos del ámbito educativo; con proyectos alternativos que le permitan solucionar problemas psicopedagógicos y socioeducativos, desde una perspectiva multi e interdisciplinaria.”**(<http://www.upnhidalgo.edu.mx>)

Por lo tanto, puedo decir que el haber estudiado esta carrera es algo valioso, ya que me brindó las herramientas para poder acceder a diversos contextos para desarrollar las competencias alcanzadas durante esta etapa de mi vida.

3.4.2. EL PROGRAMA ACADÉMICO DE LA LIE COMO FORTALEZA A MI FORMACIÓN

Como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa, adquirí competencias a partir de las asignaturas impartidas durante mi formación académica, las cuales fueron la base para el desarrollo del proyecto de intervención.

Una de las materias fue la de Intervención Educativa, en esta aprendí que la intervención se puede llevar a cabo en diferentes contextos, ya sea social, educativo o de salud. Así mismo, logré identificar el tipo de intervención que se llevaría a cabo, la cual fue: una intervención de tipo socioeducativa.

Otra asignatura base fue la del Diagnóstico Socioeducativo la cual permitió identificar las necesidades e intereses de los Adultos Mayores a partir del diseño y aplicación de un cuestionario, permitiéndome hacer una caracterización general del grupo de trabajo.

Sin embargo, para la elaboración de los cuestionarios fue de suma importancia tomar en cuenta que tipo de investigación se utilizaría, es decir, si era cualitativa o cuantitativa, las cuales se tomaron en las asignaturas de Elementos Básicos de Investigación Cualitativa e Investigación Cuantitativa, asignaturas que se me impartieron durante mi carrera universitaria.

Tanto una investigación como otra, fueron indispensables para el diseño del instrumento. La investigación cualitativa se utilizó para conocer las cualidades, intereses, necesidades y acciones que están realizando los sujetos, así como la actitud o conductas respecto a situaciones que se les presenten, permitiéndome realizar una interpretación de resultados para acercarme a la realidad e identificar la parte subjetiva de los sujetos.

Así mismo, la investigación cuantitativa permitió obtener resultados, a través de los gráficos realizados con la información arrojada en los cuestionarios aplicados.

Por otro lado, para dar una contextualización de la comunidad fue necesario retomar lo aprendido en la materia de Desarrollo Regional y Microhistoriala cual ayudó a dar un panorama general de la comunidad de Pachuquilla, como localización, población Adulta Mayor, entre otros aspectos que son importantes para el desarrollo del proyecto de intervención.

Otra asignatura que contribuyó fue la de Diseño Curricular, ya que las competencias adquiridas permitieron diseñar el proyecto de intervención, dirigido a mejorar la calidad de vida de los Adultos Mayores, desarrollando estrategias y actividades como parte del proyecto.

La evaluación es un aspecto muy importante y necesario en un proyecto de intervención, es por eso que también se retomó la asignatura de Planeación y Evaluación Institucional, que me sirvió para identificar los logros alcanzados en las actividades desarrolladas, para así tomar nuevas alternativas y fortalecer el proyecto, todo esto, a partir de los conocimientos adquiridos en esta materia.

Otra asignatura fue la de Administración y Gestión Educativa, las competencias logradas en esta, fueron de gran utilidad para obtener el espacio físico y las pláticas respecto a los temas planeados, así como también la administración ayudó en llevar el control de tiempos, materiales, entre otros aspectos importantes para el desarrollo eficaz del proyecto de intervención.

Al describir que asignaturas fueron de gran utilidad para el desarrollo del proyecto de intervención, permite dar a conocer las competencias que logré durante mi carrera universitaria, así como ejecutarlas para lograr una transformación en el pequeño grupo de Adultos Mayores quienes forman parte de la sociedad dentro de la comunidad de Pachuquilla Hgo.

Cabe aclarar que el mencionar algunas materias no quiere decir que el resto no hayan contribuido a mi formación, sino que cada una de ellas aportó grandes conocimientos para descubrir el propósito primordial de esta licenciatura.

3.4.3. MI EXPERIENCIA COMO ESTUDIANTE DE LA LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Este apartado es de suma importancia, ya que describo la experiencia que fui adquiriendo durante la carrera universitaria, así como de las situaciones que se fueron presentando antes, durante y después de haberla cursado.

El haberme enterado de la Licenciatura en Intervención Educativa, fue por medio de la página de UPN- Hidalgo, en donde pude conocer una nueva carrera, que en su momento desconocía.

Sin embargo, esto me llevó a la búsqueda de más información sobre la Licenciatura, dejándome más claro su objetivo y los contextos en donde podría intervenir. A partir de esto, decidí cursar la carrera universitaria, pensando siempre en mejorar la calidad de vida de la población en general, siendo este mi primordial propósito.

Cuando ya estaba cursando la carrera, los dos primeros semestres me dieron un panorama más amplio de lo que era la Licenciatura, permitiéndome incrementar el interés por esta. Durante los semestres restantes, fui conociendo más sobre la Intervención Educativa y los diferentes tipos de intervención que puedo realizar, todo esto, por medio de las diferentes asignaturas impartidas, las cuales a partir de los trabajos de campo y lecturas, adquirí herramientas para atender las necesidades de la población en general. Así mismo, pude darme cuenta de que verdaderamente había elegido la carrera que cubría todas mis expectativas.

Ahora bien, como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa, y a partir del diseño, aplicación y evaluación del proyecto que me permitió llegar a este proceso de titulación, puedo decir, que me siento satisfecha de haber culminado esta carrera universitaria, porque con todo el componente curricular del programa académico de la LIE, de las experiencias en los trabajos de campo, de las Prácticas Profesionales, Servicio Social, Encuentros, Foros y Conferencias, se pudo realizar el Proyecto de Desarrollo Educativo, permitiéndome cubrir el perfil de

egreso a través de las competencias que conforman el programa académico de la Licenciatura.

CAPÍTULO IV “RESULTADOS Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON EL GRUPO DE TRABAJO DE ADULTOS MAYORES”

“No puede haber cosa más alegre y feliz que la vejez pertrechada con los estudios y experiencias de la juventud”.

(Cicerón)

4.1. RESULTADOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

En toda ejecución de un proyecto de intervención, los resultados obtenidos a partir del desarrollo de la propuesta, son de suma importancia, ya que estos nos permitirán conocer cuál fue el impacto, los logros y la necesidad de realizar adecuaciones pertinentes para obtener mejores resultados.

A partir de la realización de la propuesta de intervención, se tuvo como resultado que los Adultos Mayores pudieron darse cuenta de que pueden utilizar su tiempo libre en actividades para sentirse bien y que les pueden dejar algún beneficio como lo fue la actividad manual, ya que por medio de esta se puede obtener un ingreso económico.

Así mismo, aprendieron la importancia de socializar con sus compañeros a través de la convivencia y de la participación, esto a través del convivio y proyección de la película y de otras actividades realizadas.

De igual forma, se logró crear en los sujetos mayor interés por algunas actividades como por ejemplo: la lectura, permitiendo que cada una de las integrantes pudiera expresar su sentir por la vida. También se pudo dar a conocer a los Adultos Mayores otros medios para interactuar con las personas que están a su alrededor, compartiendo ideas sobre temas de su interés.

Los Adultos Mayores pudieron reflexionar sobre la importancia de ejercitar su cuerpo, así como también sobre el valor que como seres humanos tienen, esto a

partir de las actividades ejecutadas como lo fueron: la activación física, el vídeo motivacional “Eres un Triunfador” y la plática de Autoestima.

Las pláticas que se les brindaron fueron de gran interés para ellos, así mismo se dieron cuenta de la importancia de enfrentar conflictos o situaciones respecto a los temas de Derechos Humanos y el Testamento.

Algo que es importante decir, es la fortaleza al buscar otra alternativa para poder cubrir la actividad de la plática de tanatología la cual no logró efectuarse, debido a la falta de disponibilidad de la persona a impartirla, por lo ya antes mencionado se decidió realizar otra actividad “plática de autoestima” la cual permitió que los Adultos Mayores pudieran identificar sus cualidades y defectos.

Ahora bien, con base en las actividades planeadas y realizadas en esta propuesta de intervención dirigida a mejorar la calidad de vida de los Adultos Mayores, se podría decir que el perfil de egreso de la Licenciatura en Intervención Educativa me permitió realizar un buen diagnóstico para así identificar los intereses de cada uno de los sujetos, diseñando estrategias y actividades enfocadas a fortalecer su calidad de vida.

Puedo decir que durante la ejecución del Proyecto de Intervención, me sentí satisfecha, segura de mi misma, y capaz de desarrollar las competencias adquiridas durante mi carrera universitaria. De igual forma, me permitió descubrir las habilidades, cualidades y debilidades que tengo como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa y sobre la importancia que se le debe de dar a la población con la cual se trabaja.

Para conocer la riqueza de este proyecto, así como el impacto de este en los Adultos Mayores, en cada uno de los cuadros de estrategias, se anexo un rubro denominado observaciones, en el cual se describen las dificultades, el interés que tuvieron los Adultos Mayores en cada una de las actividades, así como también lo que cada uno expresaba al inicio y termino de cada una de estas.

Es importante decir, que al finalizar la intervención el grupo estaba conformado por 14 Adultos Mayores, siendo esta la misma cantidad con la que se inició, sin embargo no siempre asistían los 14, pocas veces se ausentaban uno o dos, esto debido a problemas de salud.

4.2. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

La evaluación de esta propuesta de intervención, es de suma importancia, ya que por medio de esta, se puede conocer el impacto de las actividades y de la propuesta misma, para así fortalecerla.

La evaluación educativa según el autor Tyler R. es "*El proceso de determinar hasta qué punto se están alcanzando realmente los objetivos educativos*" (Tyler, 1950).

Así mismo, es importante decir, que el tipo de evaluación que se estuvo llevando a cabo fue de tipo formativa, la cual, según el autor Stufflebeam (1972) "puede utilizarse para la mejora y el desarrollo de una actividad, programa, o producto que se está llevando a cabo". Por eso mismo, el aplicar instrumentos de evaluación a los Adultos Mayores, fue con la finalidad de ir revisando los alcances y mejorar las actividades que no resultaban y así ir fortaleciendo el objetivo de la propuesta de intervención.

Ahora bien, es significativo y valioso describir el trabajo que como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa realicé, es decir, como me evaluó durante mi intervención con el grupo de trabajo.

Consideró que la intervención que se aplicó con este grupo de personas fue muy gratificante, ya que desde el inicio de este Proyecto de Desarrollo Educativo, me comprometí a dar lo mejor de mí, para así contribuir a seguir mejorando la calidad de vida de los Adultos Mayores, por eso mismo, me permití desarrollar las competencias del programa académico de la carrera universitaria, antes, durante y después de la ejecución a través de la propuesta de intervención.

Durante el proceso de intervención con el grupo de trabajo de Adultos Mayores, siempre mantuve compromiso, respeto, atención, responsabilidad, escuchaba y atendía las demandas, observaciones y comentarios de los sujetos.

De igual manera, después de la ejecución de la propuesta continué apoyando al grupo de Adultos Mayores, frecuentándolos una vez al mes para saber cómo se

encontraban. Ante esto, algunos me pedían consejos, o direcciones de lugares a los cuales pudieran asistir para a algún apoyo, dándome a la tarea de atender a sus demandas y peticiones.

Con todo lo anterior considero que tengo las fortalezas para poder desarrollar proyectos, talleres y trabajar en diferentes contextos a beneficio de la población en general.

No cabe duda que el haber estudiado la Licenciatura en Intervención Educativa me permitió desarrollar un proyecto con una población vulnerable como lo son los Adultos Mayores, buscando así, una transformación en su vida y para la sociedad.

Con todo esto, sabemos que este proyecto no se concluye aquí, sino que está a disposición de nuevas generaciones, con la expectativa de que puedan darle un seguimiento, puedan aportar nuevas estrategias y a seguir colaborando para hacer crecer este importante Proyecto de Desarrollo Educativo.

CONCLUSIONES FINALES

A partir de la aplicación de la propuesta de intervención y de los resultados obtenidos de la misma, llegué a las siguientes conclusiones.

El dar un panorama general sobre el papel que tiene el Adulto Mayor en la sociedad, es de suma importancia ya que hoy en día es una población que necesita ser atendida en su totalidad, para que los sujetos tengan una buena calidad de vida en todos los aspectos. Por eso mismo, es elemental realizar diagnósticos para así conocer sus necesidades e intereses, tomando en cuenta todos los contextos en los cuales se desenvuelven.

El conformar un grupo de Adultos Mayores, permite fomentar y potenciar la convivencia entre los sujetos a partir de conocer sus intereses, sus cualidades y su forma de ver la vida, diseñando así una propuesta de intervención buscando fortalecer su calidad de vida.

Se deja claro que el papel que como estudiante de la Licenciatura en Intervención Educativa se realiza, resalta la importancia de desarrollar las competencias adquiridas en la misma, para así lograr el objetivo primordial del proyecto, permitiéndome el desarrollo de estrategias para fortalecer la calidad de vida de los Adultos Mayores.

Así mismo, al expresar la experiencia como estudiante de la LIE, me permitió darme cuenta de la importancia que tuvieron las asignaturas cursadas durante mi carrera, para diseñar, aplicar y evaluar el Proyecto de Desarrollo Educativo dirigido a trabajar con la población de Adultos Mayores de la comunidad de Pachuquilla, Hgo.

Es importante decir, que al final de la aplicación de las estrategias, las integrantes del grupo expresaron su agrado por el trabajo realizado, comentando sobre la importancia de atender a esta población, y a agradeciéndome por el apoyo brindado. Así mismo, dijeron que les gustaría que siguiera en contacto con ellos porque fue una labor muy significativa la que realice.

Por tal motivo me comprometí a seguir en contacto con cada una de las integrantes, brindándoles información y ayuda para seguir coadyuvando a su calidad de vida.

Por todo lo antes mencionado, es importante que las instituciones gubernamentales y no gubernamentales sigan trabajando para mejorar la calidad de vida de los Adultos Mayores, y que permitan a los LIE´S integrarse, para así coadyuvar a la mejora de los proyectos, porque como se sabe en el 2050 la población en su mayoría será de Adultos Mayores.

Por eso, es de suma importancia atender sus necesidades de manera integral, por lo cual este Proyecto de Desarrollo Educativo, se creó con la finalidad de atender a esa población, fortaleciendo así su calidad de vida.

REFERENCIAS:

LIBROS:

Aguilar, J. en: AnderEgg. Ezequiel. "Pautas y orientación para elaborar un diagnóstico comunitario"; e: Metodología y práctica del desarrollo de Comunidad. Buenos Aires. Lumen, 2000; pp. 218-249.

Campero C.; Rautenberg E. (2006). Caminemos juntos, Trabajo y proyección de la red en educación de personas jóvenes y adultas.

Cifuentes Gil R. (2011). DISEÑO DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN CUALITATIVA. -1ª ed.- Buenos Aires: Centro de Publicaciones Educativas y Material Didáctico.Noveduc.

Coombs y Ahmed, en Sarramona, Vázquez y Colom, (1998), EDUCACIÓN FORMAL. 1ra. ed.- Córcega, Barcelona.

FernándezCalderón, Julieta y Cohen Segovia, Guillermo C. (1983), "Esquema estructural de los grupos" en: El grupo operativo, México Extemporáneos 31-54

NEVO, David "La evaluación en educación: Una perspectiva general"; en: Evaluación basada en el centro, Un diálogo para la mejora educativa. Ed.Mensajero. pp. 17-39

Quintanar A. (2010); Análisis de la calidad de vida en adultos mayores del municipio de Tetepango, Hidalgo: a través del instrumento whoqol-bref.

Sánchez de Horcajo J.J "Gestión participativa: cuadro conceptual", en: La gestión participativa en la enseñanza. Ed. Narcea Madrid 1979. pp. 17-47.

Secretaría de Salud, (2001), Programa de Atención al Envejecimiento, Primera Edición, 2001D.R. © Secretaría de SaludLieja 7, Col. Juárez

Waichman P. (2007); Re creación y Educación en; Tiempo libre y recreación. Un desafío pedagógico- en; Ed. CCS: Madrid, 2007. P- 153-163.

FUENTES ELECTRÓNICAS:

Ardila, R. (2003). CALIDAD DE VIDA: UNA DEFINICIÓN INTEGRADORA. Revista Latinoamericana de Psicología, año/vol. 35, número 002. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Bogotá, Colombia pp. 161-164.

Barrios Árraga M., Sánchez Villaroel M. (2007). RECREACIÓN Y CALIDAD DE VIDA EN ADULTOS MAYORES QUE VIVEN EN INSTITUCIONES GERIÁTRICAS Y EN SUS HOGARES, UN ESTUDIO COMPARATIVO. Espacio Abierto, octubre-diciembre, año/vol.16, número 004 Asociación Venezolana de Sociología Maracaibo, Venezuela pp.737-756.

Cardona D., Estrada A., Agudelo H. (2006). CALIDAD DE VIDA Y CONDICIONES DE SALUD DE LA POBLACIÓN ADULTA MAYOR EN MEDELLIN. Biomédica, junio, año/vol.26, número 002. Instituto nacional de salud (I.N.S.)Bogotá, Colombia. p. 206-215.

Definición de salud recuperada de: <http://definicion.de/salud/> 10 de diciembre de 2013

Salinas C., Judith; Bello S., Magdalena; Flores C., Álvaro; Carbullanca L. Leandro; Torres G., Mónica, (2005). ACTIVIDAD FÍSICA INTEGRAL CON ADULTOS MAYORES EN CHILE: RESULTADOS DE UN PROGRAMA PILOTO. Revista Chilena de Nutrición, vol. 32, núm.3, Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología Santiago Chile.

<http://www.upnhidalgo.edu.mx/lie.html>

ANEXOS



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

SESIONES	FECHA	ACTIVIDAD
Sesión 1	2 de agosto	Presentación de actividades y Baile
Sesión 2	9 de agosto	Activación física
Sesión 3	16 de agosto	Video motivacional y Lectura
Sesión 4	20 de agosto	Visita a la feria del Adulto Mayor
Sesión 5	23 de agosto	Baile
Sesión 6	30 de agosto	Película
Sesión 7	6 de septiembre	Activación física
Sesión 8	13 de septiembre	Plática del testamento
Sesión 9	20 de septiembre	Actividad manual
Sesión 10	25 de septiembre	Plática derechos de los adultos mayores
Sesión 11	27 de septiembre	Plática de autoestima
Sesión 12	4 de octubre	Convivio y video motivacional

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Grupo de Adultos Mayores



Los Adultos Mayores disfrutando de la presentación de un grupo de baile, en la “Feria del Adulto Mayor” en el Parque Hidalgo



En el calentamiento antes de iniciar con la activación física.



Durante la activación física.



En la activación física, ejercitando las piernas.



ç

Adulta mayor expresando sus puntos de vista en relación a la lectura.



Adulta mayor comentando respecto a la lectura.



Integrantes del grupo atentas a los comentarios de sus compañeras.



Las Adultas atentas pero al mismo tiempo alegres por los comentarios de su compañera.



Impartición de plática sobre el testamento por parte del Instituto del Adulto Mayor.



Adulta mayor participando en la plática del testamento.



Apoyando a las Adultas Mayores en la elaboración de sus pulseras.



**Realizando sus pulseras y apoyándose
ellas mismas**



**Adulta Mayor demostrando las pulseras
que realizó.**



Durante la actividad de autoestima

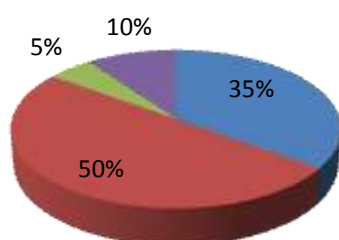


En el convivio disfrutando de la comida y de la convivencia.

GRAFICAS DE LOS RESULTADOS DEL CUESTIONARIO

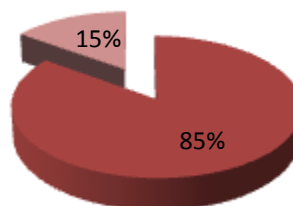
ANEXO 1: EDAD

■ 60-65 ■ 66-71 ■ 72-77 ■ 82-87



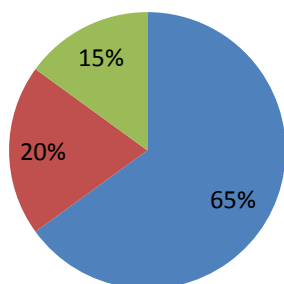
SEXO

■ femenino ■ masculino



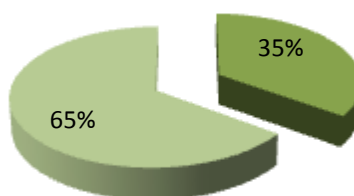
ANEXO 2: ESCOLARIDAD

■ primaria ■ secundaria
■ ninguna



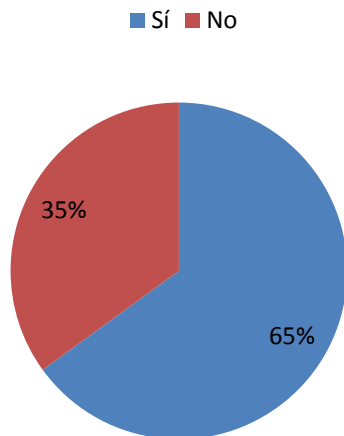
ANEXO 3: TRABAJA

■ Sí ■ No

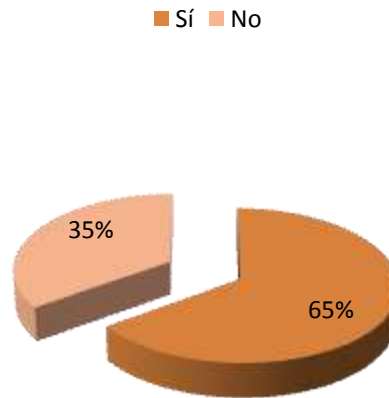


ANEXO 4:

¿PADECE ALGUNA ENFERMEDAD?



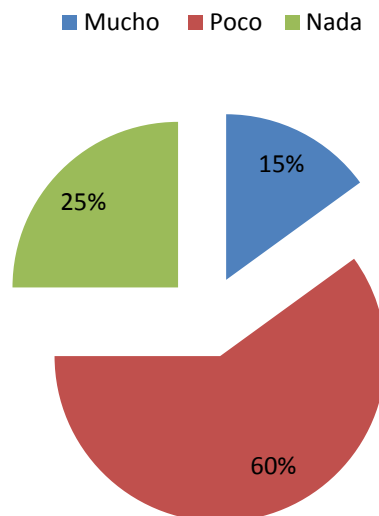
¿TOMA ALGÚN MEDICAMENTO?



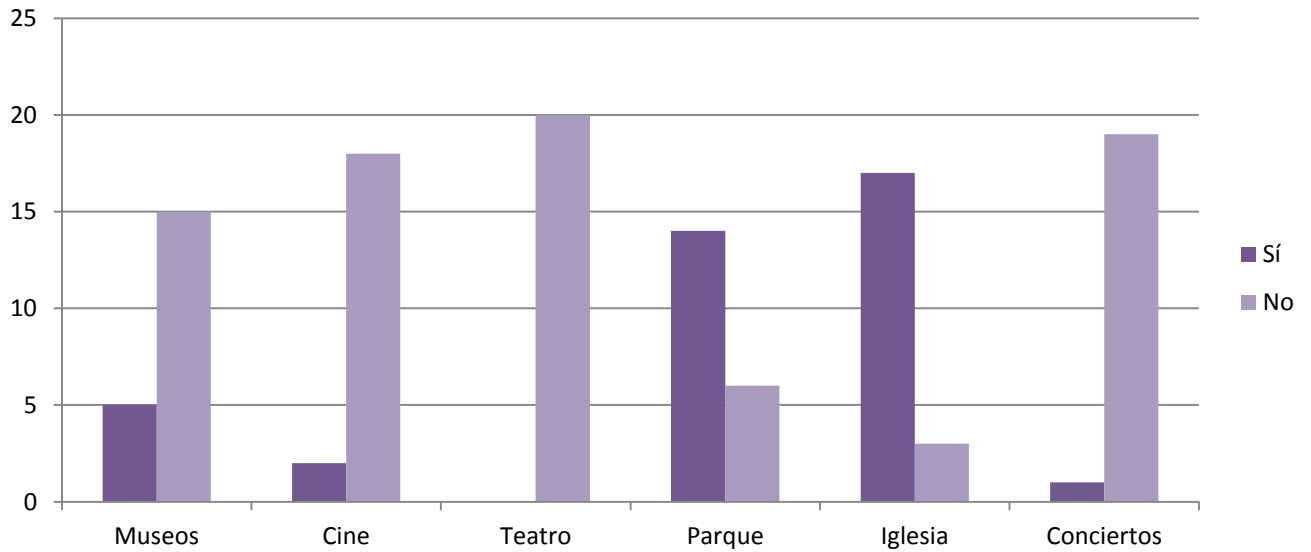
ANEXO 5: ¿PERTENECE ALGÚN GRUPO SOCIAL?



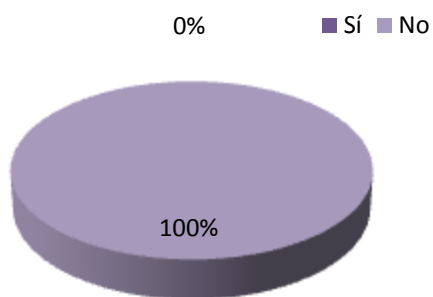
ANEXO 6: ¿CON QUE FRECUENCIA PARTICIPA EN LAS TRADICIONES DE SU COMUNIDAD?



ANEXO 7: ¿A QUE LUGARES ASISTE?

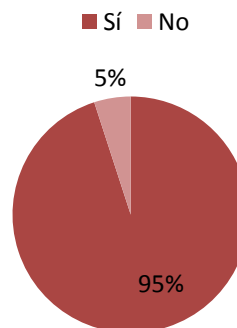


ANEXO 8: ¿PRACTICA ALGÚN DEPORTE?

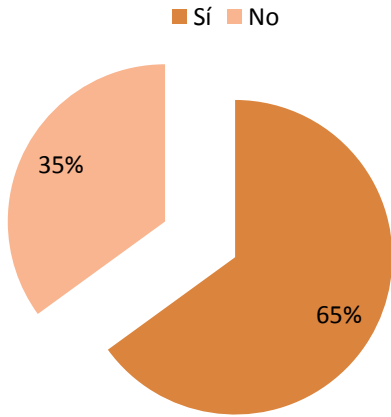


ANEXO 9:

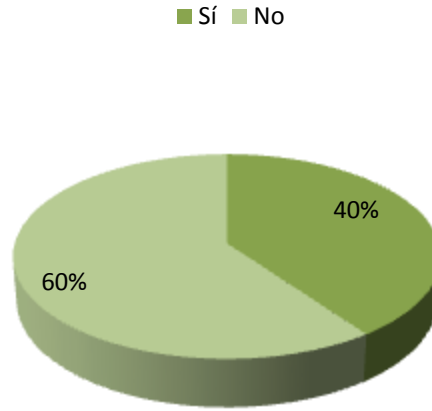
¿REALIZA LAS COSAS POR SÍ SOLO?



ANEXO 9: ¿TOMA SUS PROPIAS DECISIONES?



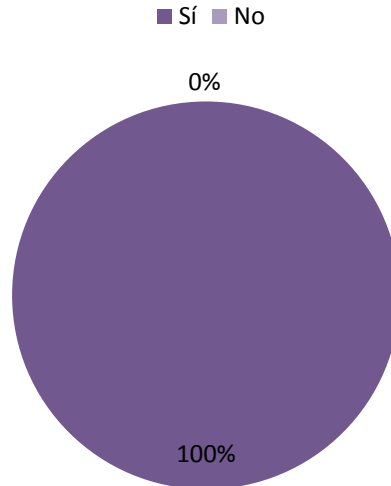
ANEXO 9: ¿DEPENDE DE OTRAS PERSONAS PARA REALIZAR ACTIVIDADES ESPECIFICAS?



ANEXO 9: ¿CUÁNDO NECESITA AYUDA LA SOLICITA?

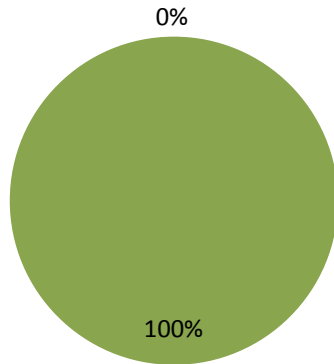


ANEXO 9: ¿EXPRESA LO QUE LE GUSTA Y NO LE GUSTA?



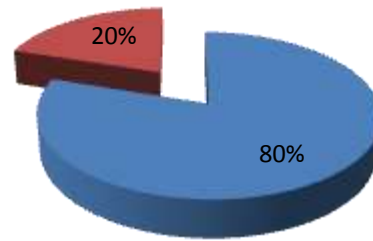
ANEXO 9: ¿RESPETA
NORMAS O REGLAS?

■ Sí ■ No



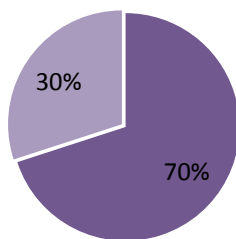
ANEXO 9: ¿IDENTIFICA
SITUACIONES DE
PELIGRO?

■ Sí ■ No



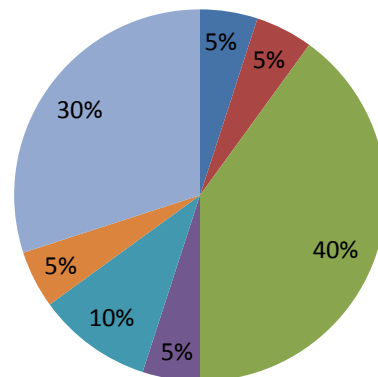
ANEXO 10: ¿LE GUSTA
ESCUCHAR MÚSICA?

■ Sí ■ No



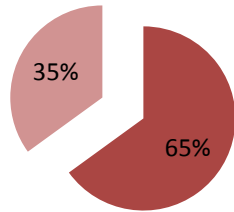
ANEXO 11: ¿QUÉ TIPO DE
MÚSICA LE GUSTA?

■ De reflexión ■ Clásicas
■ Del recuerdo ■ Cumbias
■ Rock and Roll ■ Otra
■ No les gusta



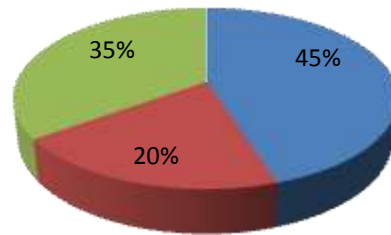
ANEXO 12 : ¿LE GUSTA BAILAR?

■ Sí ■ No



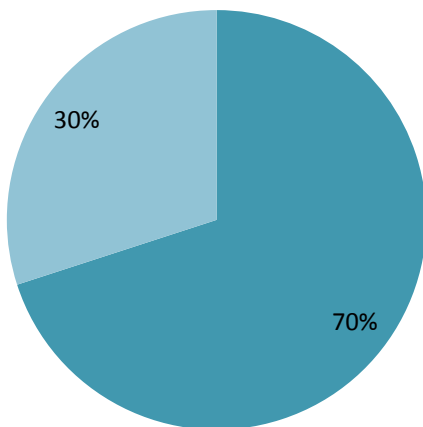
ANEXO 13: ¿SABE BAILAR?

■ Sí ■ No ■ No les gusta



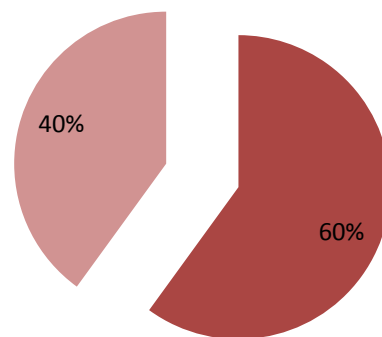
ANEXO 14: ¿LE GUSTA LEER?

■ Sí ■ No

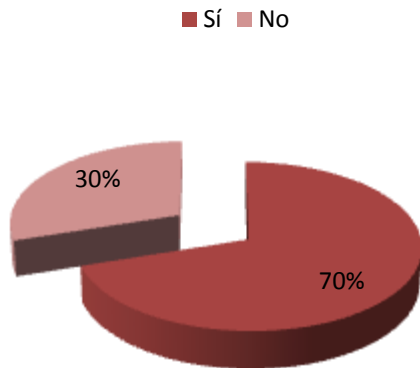


ANEXO 15: ¿LE GUSTARÍA PARTICIPAR EN CÍRCULOS DE LECTURA?

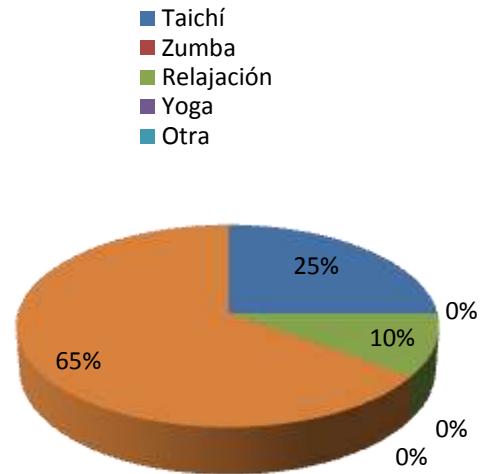
■ Sí ■ No



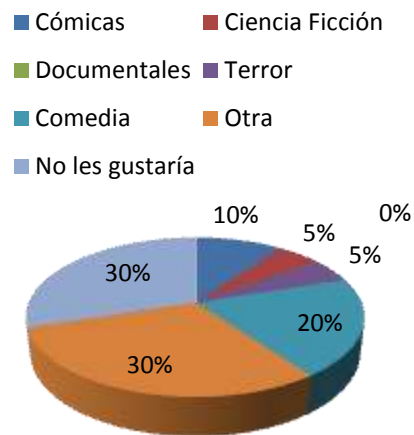
ANEXO 17: ¿LE GUSTARÍA QUE SE LE PROYECTARÁN ALGUNAS PELÍCULAS?



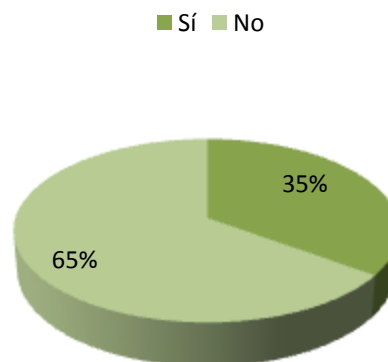
ANEXO 20: ¿QUÉ TIPO DE ACTIVIDADES?



ANEXO 18: ¿QUÉ TIPO DE PELÍCULAS SON DE SU INTERÉS?

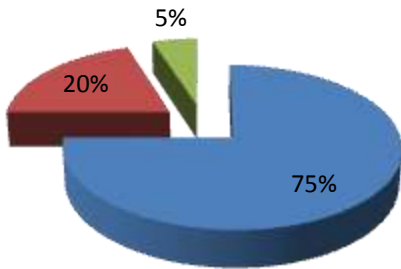


ANEXO 19: ¿LE GUSTARÍA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES FÍSICAS?



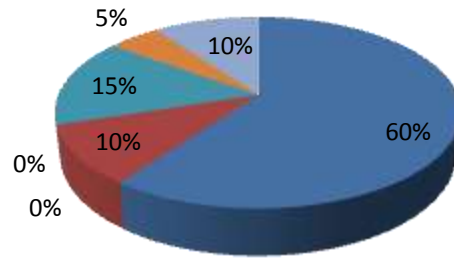
ANEXO 21: ¿EN QUÉ HORARIO LE GUSTARÍA REALIZAR LAS ACTIVIDADES?

■ Matutino ■ Vespertino ■ Ambos



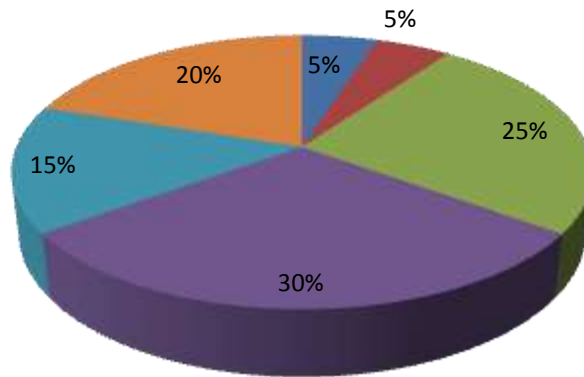
ANEXO 22 :¿EN QUÉ DÍAS LE GUSTARÍA REALIZAR LAS ACTIVIDADES?

■ Lunes ■ Martes ■ Miércoles
 ■ Jueves ■ Viernes ■ Sábado
 ■ Cualquiera



ANEXO 16: ¿QUÉ TIPO DE LECTURAS SON DE SU INTERÉS?

■ Novelas ■ Cuentos ■ Revistas ■ Periódicos ■ Otros ■ No les gusta





**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**



INSTRUMENTOS DE EVALUACION POR ACTIVIDADES

ANEXO 23: PELÍCULA

Preguntas para abrir el espacio de comentarios

- 1.- ¿Qué les pareció la película?
- 2.- ¿Cuál es su opinión acerca del papel que desempeña Don Chano?
- 3.- ¿Qué opinan en relación a la actitud de la esposa y la hija de Don Chano al querer entrar a la universidad?
- 4.- Ustedes como adultos mayores, ¿Creen que la edad es un impedimento para hacer algunas cosas, como estudiar, bailar, divertirse, entre otras?
- 5.- ¿Qué enseñanza les deja esta película?



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**

ANEXO 24: ACTIVIDAD MANUAL

CUESTIONARIO

1.- ¿Les gustó la actividad?

a) Si () b) No ()

¿Por qué?_____

2.- ¿La explicación para la elaboración de las pulseras fue?

a) Buena () b) Regular () c) Mala ()

3.- ¿Qué tan difícil fue la elaboración de las mismas?

a) Mucho () b) Poco () c) Nada ()

4.- ¿Hizo algún gasto para obtener el material a utilizar?

No () ¿Por qué?_____

Si lo hizo, ¿Cree que gastó demasiado?

a) Si () b) No () ¿Por qué?_____

5.- ¿Creen que con las pulseras puede obtener un ingreso económico?

a) Si () b) No ()

¿Por qué?_____



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**



ANEXO 25: LECTURA

Preguntas para abrir el espacio de comentarios

- 1.- ¿Qué les pareció la lectura?
- 2.- ¿Están de acuerdo con lo que se expresa?
- 3.- ¿Ustedes le agradecen a la vida o a Dios por todo lo que tienen?
- 4.- ¿Creen que es importante aceptarnos cómo somos, con virtudes y/o defectos?
- 5.- De manera personal, ¿Qué les deja a cada uno de ustedes esta lectura?

ANEXO 29: VIDEO MOTIVACIONAL

Preguntas para abrir el espacio para comentarios

- 1.- ¿Qué opinan sobre el video que se acaba de presentar?
- 2.- ¿Algunos de ustedes se sienten identificados con el video?
- 3.- ¿Creen que por ser adultos mayores no tienen derecho a vivir como ustedes quieren?
- 4.- ¿Qué tan triunfadores se sienten?

ANEXO 27: VISITA A LA FERIA DEL ADULTO MAYOR

- 1.- ¿Qué opinan de la Feria del Adulto mayor?
- 2.- ¿Les parece importante la información que se brinda en esta?
- 3.- ¿Algunos de ustedes conocían los apoyos que el Instituto del adulto mayor ofrece?
- 4.- ¿Qué les pareció el grupo de baile que se presentó?
- 5.- ¿Cómo se sintieron durante su estancia en la feria?
- 6.- ¿Qué beneficio les trajo el asistir a la feria del adulto mayor?



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO



ANEXO 26: BAILE

LISTA DE COTEJO			
CRITERIOS	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Muestran interés por la actividad			
Los sujetos llegan a la actividad con actitudes positivas			
Los adultos mayores eligen la música que desean bailar			
Los sujetos crean un ambiente agradable mientras bailan			
Los adultos mayores disfrutan el baile			
Expresan su agrado o desagrado por la actividad			
Los sujetos proponen o expresan otras ideas para la actividad			
Otras observaciones			



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO



ANEXO 28: ACTIVACIÓN FÍSICA

LISTA DE COTEJO			
CRITERIOS	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Muestran interés por la actividad			
Se apoyan unos a otros cuando lo necesitan			
Los adultos mayores muestran respeto hacia sus compañeros			
Siguen las instrucciones de la persona responsable de la actividad			
Aportan ideas sobre otros ejercicios a realizar			
Cuando no pueden hacer algún ejercicio los adultos mayores lo dan a conocer			
Al final de la actividad hacen comentarios respecto a esta			
Expresan su agrado o desagrado por la actividad			
Otras observaciones			



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**

ANEXO 30: PLÁTICA DE TANATOLOGÍA

Cuestionario

1.- ¿Le gustó la plática?

a) Si () b) No ()

¿Por qué? _____

2.- ¿Cómo le pareció la explicación?

a) Buena () b) Regular () c) Mala ()

3.- ¿Qué tan de acuerdo está con el punto de vista sobre lo que es la muerte?

a) Mucho () b) Poco () c) Nada ()

4.- ¿Usted conocía algo de lo que se abordó en la plática?

a) Si () b) No ()

5.- Después de la esta plática, ¿Qué piensa sobre la muerte?



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**

ANEXO 31: PLÁTICA “DERECHOS DE LOS ADULTOS MAYORES”

Cuestionario

1.- ¿Le gustó la plática?

a) Sí () b) No ()

2.- ¿Cómo le pareció la explicación?

a) Buena () b) Regular () c) Mala ()

3.- ¿Usted conocía cuáles son sus derechos como persona mayor?

a) Sí () b) No ()

4.- ¿Anteriormente le habían impartido alguna plática sobre este tema?

a) Sí () b) No ()

5.- ¿Cree que es importante conocer sus derechos?

a) Sí () b) No ()

¿Por qué?_____



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCION EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**

ANEXO 32: PLÁTICA “TESTAMENTO”

Cuestionario

1.- ¿Le gustó la plática?

a) Sí () b) No ()

2.- ¿Cómo le pareció la explicación?

a) Buena () b) Regular () c) Mala ()

3.- ¿Usted conocía cuál es el proceso que se debe seguir para el testamento?

a) Sí () b) No ()

4.- ¿Anteriormente le habían impartido alguna plática sobre este tema?

a) Sí () b) No ()

5.- ¿Cree que es importante conocer lo referente al testamento?

a) Sí () b) No ()

¿Por qué? _____



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE PACHUCA
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
LÍNEA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA
PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO**

CUESTIONARIO

El presente cuestionario tiene como finalidad identificar las necesidades e intereses de los adultos mayores de la comunidad de Pachuquilla, Hgo., respecto a actividades recreativas, culturales y de activación física.

La información que usted proporcione es confidencial, anónima y con fines académicos.

I.-DATOS GENERALES

Edad:

Sexo:

Escolaridad:

Tel:

Trabaja: Sí () No ()

Jubilado: Sí () No ()

II.-RELACIONES FAMILIARES

1.- ¿Tiene esposo (a)?

Sí () No ()

2.- ¿Tiene hijos (as)?

Sí () No () ¿Cuántos? _____

3.- ¿Con quién vive (nombre, parentesco y edad)?

4.- ¿Cómo es la relación con las personas que vive?

a) Buena () b) Regular () c) Mala ()

Explique: _____

5.- ¿Cómo es la comunicación con sus familiares?

a) Buena () b) Regular () c) Mala ()

Explique: _____

6.- ¿Ha tenido problemas con las personas con las que vive?

Sí () No ()

¿De qué tipo? _____

7.- ¿Recibe apoyo por parte de las personas con las que vive?

Sí () No ()

¿Cómo cuál? _____

8.- ¿Ha recibido maltrato (físico y/o emocional) por parte de sus familiares?

Sí () No ()

a) ¿De qué tipo? _____

b) ¿Cuál ha sido la razón? _____

III.- SALUD

9.- ¿Usted ingiere bebidas alcohólicas?

Sí () No ()

10.- ¿Con que frecuencia?

a) Una vez al mes () b) Una vez a la semana () c) Diario ()

11.- ¿Fuma?

Sí () No ()

12.- ¿Con que frecuencia?

a) Una vez al mes () b) Una vez a la semana () c) Diario ()

¿Cuántos cigarros al día? _____

13 ¿Padece alguna enfermedad?

Sí () No ()

¿Cuál? _____

14.- ¿Toma algún medicamento?

Sí () No ()

¿Cuál? _____

IV.- ACTIVIDADES COTIDIANAS

15.- ¿Realiza quehaceres domésticos?

Sí () No ()

¿Cuáles? _____

16.- ¿Tiene animales?

Sí () No ()

¿Cómo Cuáles? _____

17 ¿Quién los cuida?

a) Usted () b) las personas con las que vive () c) Nadie () d) otros ()

18.- ¿Tiene plantas?

Sí () No ()

19.- ¿Quién las cuida?

a) Usted () b) las personas con las que vive () c) Nadie () d) otros ()

20.- ¿Usted ve la televisión?

Sí () No ()

21.- ¿Cuántas horas al día? _____

22.- ¿Qué programas son sus favoritos?

a) _____

b) _____

c) _____

23.- ¿Usted escucha la radio?

Sí () No ()

¿Qué estación? _____

24.- ¿Qué otro tipo de actividades cotidianas a parte de las ya mencionadas, realiza durante el día?

V.- TIEMPO LIBRE

25.- ¿Pertenece algún grupo social?

Sí () No ()

¿Cuál? _____

26.- ¿Con que frecuencia participa en las tradiciones de su comunidad?

a) Mucho () b) Poco () c) Nada ()

27.- ¿Visita a familiares?

Sí () No ()

28.- Asiste a lugares como:

	Sí	No
a) Museos		
b) Cine		
c) Teatro		
d) Parque		
e) Iglesia		
f) Conciertos		
Otro:		

29.- ¿Durante su tiempo libre visita a sus amistades?

Sí () No ()

30.- ¿Practica algún deporte?

Sí () No () ¿Cuál? _____

31.- ¿Con que frecuencia?

a) Una vez al mes () b) Una vez a la semana () c) Diario ()

VI.- HABILIDADES SOCIOADAPTATIVAS

32.- ¿Realiza las cosas por sí solo?

Sí () No ()

33.- ¿Toma sus propias decisiones?

Sí () No ()

34.- ¿Depende de otras personas para realizar actividades específicas?

Sí () No ()

35.- ¿Cuándo necesita ayuda la solicita?

Sí () No ()

36.- ¿Expresa lo que le gusta y no le gusta?

Sí () No ()

37.- ¿Respetas normas o reglas?

Sí () No ()

38.- ¿Identificas situaciones de peligro?

Sí () No ()

VII.- INTERESES

39.- ¿Le gusta escuchar música?

Sí () No ()

40.- ¿Qué tipo de música le gusta?

a) De reflexión () b) Clásicas () c) Del recuerdo () d) Cumbias ()
e) Rock and Roll () Otra: _____

41.- ¿Le gusta bailar?

Sí () No ()

42.- ¿Sabe bailar?

Sí () No () ¿Qué sabe bailar? _____

43.- ¿Le gustaría aprender a bailar?

a) Sí () b) No ()

44.- ¿Qué tipo de baile le gustaría aprender?

a) Danzón () b) Folklor () c) Mambo () d) Cumbia ()
e) Chachachá () f) Tango Otro: _____

45.- ¿Le gustaría participar en actividades de juegos de mesa?

Sí () No ()

46.- ¿Qué tipo de juegos?

a) Dominó () b) Ajedrez () c) Damas Chinas () d) Cartas ()
Otros: _____

47.- ¿Le gusta leer?

Sí () No ()

48.- ¿Le gustaría participar en círculos de lectura?

Sí () No ()

49.- ¿Qué tipo de lecturas son de su interés?

a) Novelas () b) Cuentos () c) Revistas () d) periódicos ()

Otras: _____

50.- ¿Le gustaría que se le proyectarán algunas películas?

Sí () No ()

51.- ¿Qué tipo de películas son de su interés?

a) Cómicas () b) Ciencia Ficción () c) Documentales () d) Terror ()

e) Comedia () Otras: _____

52.- ¿Le gustaría participar en excursiones?

Sí () No ()

¿A qué tipo de lugares? _____

53.- ¿Le gustaría participar en actividades físicas?

Sí () No ()

54.- ¿Qué tipo de actividades?

a) Taichí () b) Zumba () c) Relajación () Yoga ()

Otras: _____

55.- ¿Qué otro tipo de actividades le gustaría realizar?

56.- ¿En qué horario le gustaría realizar las actividades?

a) Matutino () b) Vespertino () c) Ambos ()

¿En qué días le gustaría realizar las actividades?

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

ANEXO 33: VOLANTE

INVITACIÓN

SE LES INVITA A LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES DE 60 Y MÁS AÑOS A PARTICIPAR EN ACTIVIDADES COMO...

BAILE

PROYECCIÓN
DE PELÍCULAS

ACTIVIDAD
FÍSICA

LECTURA

DINÁMICAS

PROYECCIÓN DE
VIDEOS

PLÁTICA
SOBRE SUS
DERECHOS

PLÁTICA DE
TANATOLOGÍA

MANUALIDADES

Las actividades se llevarán a cabo en la calle Jacarandas No.25 (zaguán de madera) los días lunes, martes y jueves en un horario de 10:00 am a 12:00 pm.