



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

“LA RECREACIÓN ACTIVA, MOTRIZ Y SOCIAL, COMO  
MEDIO PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DEL  
ADULTO MAYOR”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

Olga Daniel López

Sonia Mirel Mondragón Benítez

IXMIQUILPAN, HGO.

AGOSTO DE 2017



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

“LA RECREACIÓN ACTIVA, MOTRIZ Y SOCIAL, COMO  
MEDIO PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DEL  
ADULTO MAYOR”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA  
EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA

PRESENTA:

Olga Daniel López

Sonia Mirel Mondragón Benítez

IXMIQUILPAN, HGO.

AGOSTO DE 2017



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/DT/OI No. 617/2017-I  
**DICTAMEN DE TRABAJO**

Pachuca de Soto, Hgo., 13 de junio de 2017.

**C. OLGA DANIEL LÓPEZ**  
P R E S E N T E.

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 "*LA RECREACIÓN ACTIVA, MOTRIZ Y SOCIAL, COMO MEDIO PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR*" presentado por su tutor MTRO. VICTORIANO MAYOR GARCÍA, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciatura 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"

**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.

ATH/SCA/jahm.



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

Pachuca de Soto, Hgo., 13 de junio de 2017.

**C. SONIA MIREL MONDRAGÓN BENÍTEZ**  
P R E S E N T E.

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 "*LA RECREACIÓN ACTIVA, MOTRIZ Y SOCIAL, COMO MEDIO PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR*" presentado por su tutor MTRO. VICTORIANO MAYOR GARCÍA, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciatura 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"



**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.

ATH/SCA/jahm.

## **Agradecimientos**

*Confía en Jehová, y haz el bien; y habitaras en la tierra, y te apacentaras de la verdad. Deléitate asimismo en Jehová, y él te concederá las peticiones de tu corazón. Salmos 37:3-4*

Quiero agradecer primeramente a DIOS, porque me ha dado la vida y muchas alegrías, por acompañarme siempre, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por darme la oportunidad de concluir esta etapa de mi vida.

Le doy gracias a mis padres Manuel y Alejandra por todo el apoyo que han dado, por los bellos aprendizajes que me ha regalado e inculcado, y sobre todo por ser parte fundamental a lo largo de mi vida, gracias por sus palabras, por todo el cariño y amor que he recibido de ustedes.

Gracias también a mis hermanos Saul y Zared, a mis abuelitos, primos y tíos por estar conmigo siempre, por los momentos que hemos compartido y que llenan mi corazón de alegría, y por qué sé que en todo momento puedo confiar en ustedes incondicionalmente.

Agradezco las palabras de apoyo de todas las personas que se tomaron un poco de su tiempo para darme ánimos, regalarme consejos que no olvidare, a aquellas personas que están conmigo físicamente y a aquellas que llevo en mi corazón.

A profesores y maestros, por el apoyo a lo largo de la licenciatura, a mi asesor el Mtro. Victoriano por creer en nosotras, por el tiempo y dedicación que nos brindó siempre, para la construcción de este proyecto.

A mi amiga Sonia gracias por tu amistad, el apoyo y confianza que me has dado, gracias por ser mi compañera en este proyecto, por la paciencia y dedicación que ambas hemos tenido para terminar este proyecto y la licenciatura, a mis amigos por confiar y creer en mí y haber hecho de mi etapa universitaria un trayecto de vivencias que no olvidare a todos gracias por su amistad.

## **Agradecimientos**

En esta etapa tan importante de mi vida, al haber cursado la Licenciatura en Intervención Educativa, me es grato agradecerles a las personas que confiaron y apoyaron en mi formación.

A mis padres y hermanos que en todo momento me brindaron su apoyo incondicional en los momentos que sentía ya no poder seguir, por sus palabras de aliento para dar lo mejor de mí en la Licenciatura, a mi madre en especial que es la persona que vivió de cerca todo el proceso de mi formación, gracias, por las llamadas de atención, por el apoyo moral, por su amor, paciencia, confianza que expreso hacia mí persona, y por haber cuidado ese tiempo a mis dos pequeñas hijas, ellas uno de los motivos más importantes para que pudiera cumplir este gran logro de mi vida.

A mi esposo le agradezco el haberme apoyado económicamente y moralmente en el transcurrir de la licenciatura, gracias por comprender que en ocasiones fue necesario dejar pasar momentos en familia para que pudiera culminar mis estudios. A mis hijas que a su corta edad comprendieron que las tenía que dejar para poder asistir a la universidad a estudiar y poder brindarles una estabilidad.

A mi amiga y compañera, Olga por apoyarme en esta etapa de mi formación y comprender que en ocasiones no podía reunirme con ella para trabajar en nuestro proyecto, por los momentos en que sentíamos que el tiempo nos sobre pasaba pero con palabras de aliento nos relajábamos y proseguíamos, gracias por todo el apoyo moral que me brindaste.

A mi asesor el Mtro. Victoriano por el acompañamiento que nos brindó en la realización de nuestro proyecto, por las palabras de aliento y por exigirnos un buen trabajo y por el tiempo que nos dedicó, gracias.

# ÍNDICE

Introducción

## **CAPÍTULO I LA EDUCACIÓN COMO MEDIO PARA LA SUPERACIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL**

1.1 Ingreso a la Universidad Pedagógica Nacional .....	13
1.1.1 ¿Qué es la Educación de Personas Jóvenes y Adultas (EPJA)? ..	14
1.2 Inicios en la Educación de los Adultos Mayores .....	15

## **CAPITULO II CONTEXTUALIZACIÓN**

2.1 DIF en sus inicios .....	19
2.2 El corazón del Valle del Mezquital y la creación de DIF .....	21
2.2.1 Cronograma del H. Ayuntamiento de Ixmiquilpan .....	24
2.3 Contextualizando la comunidad de Taxadhó .....	30
2.3.1 Antecedentes de la comunidad de Taxadhó .....	31
2.3.2 Organización social de Taxadhó .....	31
2.3.3 La economía, principal sustento de la comunidad .....	32
2.3.4 Instituciones educativas en la comunidad de Taxadhó .....	32
2.3.5 La cultura como pieza fundamental para la convivencia .....	34

## **CAPITULO III EL DIAGNOSTICO, PARTE DE UN PROCESO PARA EL CAMBIO**

3.1 Importancia del Diagnostico .....	38
3.2 Programas para la atención de la tercera edad en el Estado de Hidalgo ...	40
3.2.1 Instituto Nacional de Atención a las Personas Adultas Mayores ...	41
3.2.2 Pensión para Adultos Mayores .....	42
3.2.3 Casa de Día .....	42
3.2.4 Calidad de Vida del Adulto Mayor .....	44

3.3 Organigrama general del sistema DIF Municipal .....	47
a) Misión.....	48
b) Visión.....	48
c) Objetivo.....	48
3.3.1 Áreas de DIF .....	48
a) Dirección y subdirección.....	48
b) Recepción.....	49
c) Subdirección de Asistencia Jurídica.....	50
d) Subdirección de Asistencia Alimentaria.....	50
e) Subdirección de Asistencia social.....	52
f) Coordinación Administrativa.....	54
g) Almacenista.....	55
3.4 ¿Quién es el Adulto Mayor? .....	56
3.5 Caracterización de los Adultos .....	59
3.6 Problemáticas encontradas .....	68
3.7 Delimitación del problema .....	69
3.8 Enunciación del problema .....	71
3.9 Planteamiento del problema.....	71
3.10 Justificación .....	72
3.11 Objetivos .....	76
a) Objetivo general.....	76
b) Objetivos específicos.....	76

## **CAPITULO IV ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

4.1 La andragogía en la atención de los Adultos Mayores .....	77
4.2 Ámbitos de intervención .....	86
4.3 ¿Qué es la estrategia? .....	89

a) Experiencias vividas.....	90
b) Sonrisas que alegran el alma.....	91
c) Historias encadenadas.....	91
d) El corazón que brinda todo sin pedir nada a cambio.....	91
e) La participación hace la diferencia.....	91
4.4 Evaluación y seguimiento de estrategias .....	93
4.4.1 Seguimiento y evaluación de la estrategia de intervención.....	94
4.5 Propuesta de estrategias .....	97

## **CAPITULO V EL INFORME**

5.1 Metodología de investigación .....	118
5.2 Informe de resultados de estrategias .....	122

Conclusiones

Bibliografía

Anexos

## Introducción

Actualmente los adultos mayores forman parte de una sociedad en la que sin darnos cuenta nos olvidamos de ellos, a pesar de que existen programas para su atención implementados por parte de gobierno del Estado, en las que se observa que no es considerado el contexto inmediato de cada grupo de adultos mayores así como sus necesidades reales, es decir, homogenizan las actividades para todos los adultos sin considerar las diferencias contextuales, por lo que se obtiene poca respuesta ante dichos programas.

Como sociedad estigmatizamos al adulto mayor, como un ser inactivo, casi inservible, catalogándolo como “un ser no pensante”, incapaz de aportar a la sociedad; a pesar de nuestro silencio, nuestras actitudes muestran lo contrario y esto ocasiona depresión en el adulto mayor que con el tiempo afecta su salud emocional.

Ante diversos problemas que existen en la sociedad como educativos, sociales, políticos y ambientales son atendidos por varios profesionales pero no en su totalidad por esta razón la Universidad Pedagógica Nacional crea la Licenciatura en Intervención Educativa que tiene como objetivo formar un profesional de la educación capaz de desempeñarse en diversos campos del ámbito educativo a través de la adquisición de competencias; identificando problemas en la sociedad que trascienden los límites de la escuela e introducirse en otros ámbitos y plantear soluciones derivados de los campos de intervención.

Por esta razón y ante el problema de las situaciones emocionales del adulto mayor surge la inquietud de desarrollar un proyecto dirigido a la atención de los mismos, mediante actividades de recreación para mejorar su calidad de vida buscando con ello fortalecer su autoestima y volverlos activos a la vida, además crear espacios de convivencia con miembros de su familia y comunidad a fin de proporcionarles estabilidad emocional.

Para ello es necesario reconocer los inicios de la educación en adultos mayores, pues nos brinda un panorama amplio de cómo surge la atención a este sector de la población, ya que reconocemos a la educación como medio para la superación personal y profesional.

Ante esta situación el presente trabajo está estructurado en cinco capítulos que a continuación se detallan; el primer capítulo hace referencia de nuestro ingreso a la UPN, ya que, para realizar este proyecto de desarrollo educativo se llevó un proceso en nuestra formación, reconociendo primeramente que es la LIE, como surge y los objetivos de la misma, posteriormente hablamos sobre la línea específica que es Educación de las Personas Jóvenes y Adultas (EPJA) y sobre el amplio abanico de prácticas que ofrece de las cuales retomamos la educación orientada al mejoramiento de la calidad de vida, pues inicialmente la educación demandaba el desarrollo de capacidad intelectual, moral y afectiva, sin embargo, se dio más importancia al adiestramiento dejando de lado la integridad y expresividad del individuo, adentrados en el interés por la calidad de vida del adulto mayor, los datos nos orientaron a percibir que en la comunidad de Taxadhó existe un grupo de 79 personas mayores de los cuales solo asistían 17 por ello en el siguiente capítulo recuperamos la contextualización de la comunidad antes citada.

En las primeras páginas del capítulo II se inicia hablando del DIF Municipal ya que esta institución es a la que nos dirigimos para realizar nuestras prácticas y servicio social, posteriormente por medio de este nos sugirieron tres comunidades y nosotras decidimos ubicarnos en la comunidad de Taxadhó atendiendo al grupo de adultos mayores, nuestra convivencia con ellos nos lleva a darnos cuenta que la atención que se les brindaba era más asistencialista, en el afán de mejorar una atención más integral decidimos conocer su entorno inmediato del cual rescatamos aspectos como los antecedentes de la comunidad, organización social, economía, instituciones educativas y cultura, permitiéndonos conocer cómo vivía el adulto mayor y cuáles eran sus prioridades; una vez conocido las condiciones en el siguiente (capítulo III) planteamos y delimitamos el problema por medio del diagnóstico entendiéndolo como parte de un proceso para el cambio, iniciamos recuperando los programas que atienden y brindan apoyo al adulto mayor en el municipio de Ixmiquilpan, describimos los servicios que ofrece DIF municipal a la población enfocando nuestro diagnóstico al programa Calidad de Vida del adulto Mayor, así mismo sustentamos teóricamente quien es el adulto mayor, para poder realizar la caracterización del grupo Ñhañhu, donde rescatamos sus datos personales, sus intereses y expectativas.

Entre el planteamiento del problema ya focalizado, que tiene relación con la calidad de vida; y con argumentación teórica, se tiene la oportunidad de articular e implementar una estrategia de intervención (capítulo IV), en la cual se recupera la andragogía en la atención del adulto mayor, así mismo, el ámbito de intervención que radica en lo familiar y comunidad, sustentamos que es la estrategia y su finalidad; posteriormente procedemos a describir los cinco talleres que conforman la estrategia donde se plasman la duración de cada una; así como los temas que se abordan, su evaluación y seguimiento, al final del capítulo se presentan las secuencias de las actividades que se llevaran a cabo en cada sesión: material de apoyo, actividades a desarrollar, duración y agentes educativos para su realización, cada tema cuenta con un objetivo, el lugar donde se realiza, nombre de la estrategia, así como la organización del espacio.

Como capítulo final (V) se presenta el Informe donde se detalla la metodología de investigación que se siguió para la recolección de datos que permitieron la construcción del proyecto de intervención socioeducativo, por consiguiente se da el informe de resultados de las cinco estrategias aplicadas, las cuales son presentadas por tema, se hace mención de todo lo que se tuvo que prever antes de aplicarlas, así como los inconvenientes que se presentaron, a la vez las formas que se implementaron para solucionar, lo que nos sirvió para saber qué tan factibles fueron y por último valorar el cumplimiento del objetivo de cada estrategia. Por último se presentan las conclusiones preliminares.

# CAPÍTULO I

## LA EDUCACIÓN COMO MEDIO PARA LA SUPERACIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

### 1.1 Ingreso a la Universidad Pedagógica Nacional

La Educación Superior está destinada a cambiar la mentalidad y la forma en que se percibe la realidad, con la intención de propiciar la reflexión y la intervención destinada a la mejora del contexto. “La Universidad Pedagógica Nacional tiene la finalidad de formar profesionales de la educación en licenciatura y posgrado para atender las necesidades del sistema educativo nacional y de la sociedad mexicana en general”<sup>1</sup>.

La universidad es considerada una oportunidad de formación y adquisición de saberes, reconociendo que las oportunidades se presentan una vez. Coincidimos que nunca es tarde para estudiar, por esta razón decidimos ingresar a esta casa de estudios.

Por lo tanto, la Licenciatura en Intervención Educativa (LIE) “tiene como objetivo formar profesionales en educación capaces de desempeñarse en diversos campos del ámbito educativo, a través de la adquisición de competencias generales y específicas que le permitan transformar la realidad educativa por medio de procesos de intervención. Así mismo, la LIE presenta un conjunto de características que pretenden ubicarla en el ámbito de las tendencias actuales de la formación de profesionales”<sup>2</sup>.

La inclusión de esta licenciatura, surge por la necesidad de reestructurar la oferta educativa dentro del diseño curricular de la UPN. Puesto que está pensada para atender las necesidades sociales, regionales y estatales a fin de diseñar estrategias que respondan a estas necesidades no sólo como parte de nuestra función como licenciados en intervención educativa, sino con miras a lograr auto emplearnos.

---

<sup>1</sup>Universidad Pedagógica Nacional, conoce la UPN, Secretaria de Educación Pública, <http://www.upn.mx/index.php/conoce-la-upn> (consultada en Marzo de 2016).

<sup>2</sup>Universidad Pedagógica Nacional, Licenciatura en Intervención Educativa (LIE), UPN Unidad 31 A Mérida Yucatán, <http://upnmda.edu.mx/index.php/peto/intervencion-educativa> (consultada en Marzo de 2016).

Conocer todo lo anterior nos exige, ser capaces de desarrollar competencias útiles para ser un verdadero LIE. Además de las competencias básicas enfocadas a desarrollar en nuestra persona una de las características importantes es la pertinencia social, en la que se nos exige ser capaces de desarrollar un diagnóstico de problemas reales, considerando la diversidad como punto de partida en cualquier trabajo de intervención, que es donde se notan las diferentes necesidades que aquejan a la sociedad, orientando el presente proyecto a una intervención de carácter socioeducativo.

### **1.1.1 ¿Qué es la Educación de Personas Jóvenes y Adultas (EPJA)?**

La sociedad actual se caracteriza por un conjunto de profundas y rápidas transformaciones en los órdenes económicos, sociopolíticos y culturales, cambios que impactan en las condiciones de vida de los individuos, por ello, la Educación de Personas Jóvenes y Adultas (EPJA), abarca un enfoque educativo haciendo referencia al proceso de aprendizaje formal y no formal, en donde se considera como personas adultas aquellas que desarrollan sus capacidades, habilidades y actividades que enriquecen el conocimiento para mejorar su vida diaria.

La Licenciatura en Intervención Educativa (LIE), con línea terminal en formación de Educación de Personas Jóvenes y Adultas, “surge en la UPN a principios de los 90’s, en el proyecto colabora la Academia de Educación de los Adultos; el plan de estudios surge del análisis del contexto nacional, realizado por el consejo de unidades de UPN en cada una de las sedes y subsedes de las mismas. El diagnóstico tiene como objetivo principal identificar las necesidades de la población adulta”<sup>3</sup>. La EPJA pretende responder a necesidades y demandas educativas de la población joven y adulta del país, por ello, la LIE-EPJA atiende las necesidades educativas por medio de programas y proyectos socioeducativos, asimismo valora las prácticas educativas locales y nacionales, por lo anterior, la universidad establece como visión integral al campo de la EPJA, lo siguiente:

---

<sup>3</sup> Conoce la UPN, Universidad Pedagógica Nacional Tamaulipas, <http://www.upn281victoria.edu.mx/index.php/conoce-la-upn/queesupn>

“Contar con una visión histórica del campo de la Educación de las Personas Jóvenes y Adultas de México, así como las practicas más significativas en este ámbito, con el objeto de analizar el presente y enriquecer el futuro” (UPN, 2002).

De esta manera la Educación de Personas Jóvenes y Adultas “está constituida por un amplio abanico de prácticas que abarcan la educación básica, la capacitación en y para el trabajo, la educación orientada al mejoramiento de la calidad de vida, a la promoción de la cultura y al fortalecimiento de la identidad, así como a la organización”<sup>4</sup>. Ante lo mencionado la UPN establece como estrategia de intervención el diseño de propuestas que respondan a las necesidades sociales y culturales del país.

## **1.2 Inicios en la Educación de los Adultos Mayores**

La educación es la formación destinada a desarrollar la capacidad intelectual, moral y afectiva de las personas de acuerdo con la cultura y las normas de convivencia de la sociedad a la que pertenecen; se considera gradual porque es un proceso continuo y progresivo, pues implica un nivel de perfeccionamiento en cuanto a la formación del hombre.

Dentro del plan de desarrollo 2013-2018 establece que;” Una educación de calidad es la mayor garantía para el desarrollo integral de todos los mexicanos. La educación es la base de la convivencia pacífica y respetuosa, y de una sociedad más justa y próspera”<sup>5</sup>. Por lo que diferentes países han optado por realizar una inversión a la educación; ya que, es un derecho del ser humano por lo que debe ser de calidad, diseñando ambientes de aprendizaje para situaciones específicas, porque la educación hoy demanda la adquisición de competencias para desenvolverse dentro del ámbito laboral y social.

En “1902 surge la Ley de Educación de Adultos, en la cual se hace una diferenciación entre la adquisición de una habilidad para desempeñar un oficio, que se nombra ‘entrenamiento o capacitación’ y la educación de adultos mayores formal,

---

<sup>4</sup> Ibídem.

<sup>5</sup> DIARIO OFICIAL (Segunda Sección) 2013, Programa Sectorial de Educación 2013 – 2018

son dos vías diferentes de aprendizaje, dándole más importancia al entrenamiento o capacitación, por resultar menos costoso”<sup>6</sup>. Después de creada esta ley no cambió nada la educación de adultos, pues siguió brindándose como capacitación por ser menos costosa y porque a las empresas u organizaciones les conviene tener más producción.

En la actualidad toda la educación es intencional y una política educativa obedece a una estructura económica política y social; pero que para el caso de México habría de responder al sistema de producción capitalista por eso el mismo, le apuesta a la capacitación de mano de obra a bajo precio y mayor productividad, por lo que en un principio la educación de adultos estaba enfocada a la capacitación de habilidades que favorezcan a las empresas

En México, “la educación de adultos tuvo su origen en la vida rural en la década de los cuarenta. A mediados de siglo se extendió a todas las naciones mediante servicios estables, considerando que se tenía la necesidad de erradicar el analfabetismo. El Sistema Educativo Nacional empezó a tomar auge después de la revolución mexicana, de la misma manera la educación de adultos tiene como antecedente más sobresaliente la campaña de alfabetización que la SEP inicio en 1944”<sup>7</sup>.

“En 1981, por decreto presidencial, se creó el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), cuya función principal consistía en promover la educación a la población mayor de 15 años en los niveles de primaria, secundaria y preparatoria; a causa de dicho decreto es necesario considerar que la educación no puede desvincularse del contexto político, económico y social”<sup>8</sup>.

En la antigüedad, llegar a la etapa adulta era un privilegio; se consideraba que se alcanzaba la sabiduría lo que implicaba mayor participación en la sociedad; sin embargo, en el siglo XIX las transformaciones fueron negativas para los adultos

---

<sup>6</sup>GAXIOLA Hilda, Olmedo Lourdes y Olivares Sofía, Un recorrido por la historia de la educación de adultos, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco, <http://docmia.es/d/243775> (consultada en Marzo de 2016).

<sup>7</sup>Ibidem.

<sup>8</sup>Ibidem.

mayores pues al ir perdiendo fuerza terminaban abandonados en asilos. No obstante, durante el siglo XX el continuo envejecimiento de la población provocó la creación de nuevas formas para su atención, considerando las necesidades reales del adulto mayor, que a su vez deben ser atendidas por personal debidamente capacitado en el cuidado de los adultos mayores.

El derecho a la educación no debe ser sometido a límites de edad porque representa una oportunidad de actualización, participación social y reafirmación de potencialidades para el adulto mayor. Este derecho tiene una significación especial por lo que contribuye a desarrollar una cultura de envejecimiento y elevación en la calidad de vida expresada en estándares de salud, felicidad y bienestar.

Asimismo se rescatan elementos teóricos sobre andragogía lo cual nos permite entender al adulto mayor, quien decide qué aprender, obteniendo una participación activa en su propio aprendizaje e interviene en la planificación, programación, realización y evaluación de las actividades educativas en condiciones de igualdad con otros adultos y con el facilitador.

Durante el siglo XXI la estructura por edad y sexo de la población sufre cambios significativos como inicio del proceso de envejecimiento que aumenta la esperanza de vida, porque los adultos mayores sólo están pasando por una etapa de vida y desean ser tomados en cuenta como en su juventud. Es importante no olvidar el conocimiento y la experiencia que poseen los adultos mayores con su bagaje de saberes, sobre formas de ver y compartir con el entorno, unido a una proyección son situaciones que deben ser aprovechadas para mejorar su propia calidad de vida y de otras generaciones; es por eso que la educación en las personas mayores debe contribuir a una mejor calidad de vida a través de objetivos como “el conocimiento del proceso de envejecimiento hará que pueda disponer más eficazmente de sus posibilidades que lo llevaran a la creatividad y la expresión, al reconocimiento personal permitiéndole valorar su vida y experiencias”<sup>9</sup>.

---

<sup>9</sup>GARCIA Araneda, Nelson Roberto, La Educación con Personas Mayores en una Sociedad que Envejece, Horizontes Educativos, vol. 2, núm. 2, 2007, Universidad del Bío Bío, Chillan, Chile, <http://www.redalyc.org/pdf/979/97917592006> (consultada en Marzo de 2016).

Por tanto, se debe buscar en la educación de los adultos la promoción del conocimiento de diversos campos del saber, apoyar la formación integral permanente, así como desarrollar los nuevos intereses con actividades dinámicas.

## CAPITULO II

### CONTEXTUALIZACIÓN

#### 2.1 DIF en sus inicios

La historia deberá reconocerse por estos dos signos: “porque se ocupa de los hombres en sociedad, de sus luchas y de sus progresos y porque su finalidad es ayudarles a comprender el mundo en que viven para que les sirva de arma en sus luchas y de herramienta en la construcción de su futuro”<sup>10</sup>. Realmente la historia no solo son hechos pasados, más bien permite conocer el desarrollo de la sociedad y las instituciones que existen en ella, para que las personas elijan aquellas que puedan ayudar a desarrollarse de manera integral.

Históricamente el “Programa Gota de Leche, surge en 1929”, fue el precursor del DIF Nacional; en un inicio, brindó alimentación y asistencia a los niños más vulnerables de la ciudad de México; posteriormente, estableció varios proyectos, con el Hospicio para Niños Pobres, la Casa Hogar para Niñas Huérfanas y el Primer Hospital de Maternidad e Infancia que surgieron el 28 de abril de 1872. Llegados los años treinta, el Programa Gota de Leche se transformó en la Asociación Nacional de Protección a la Infancia (ANPI) y a partir de 1942 fueron implementados los desayunos escolares<sup>11</sup>.

Ya en 1968, se creó la Institución Mexicana de Asistencia a la Niñez, orientada a la atención de niños huérfanos, desvalidos y discapacitados del país. Años más tarde, en 1975 se fundó el Instituto Mexicano para la Infancia y la Familia, que realizó labores de bienestar social, ya que una característica de la Asistencia Social que desarrolla el DIF es trabajar con personas marginadas, siendo éstos los sectores pobres donde se establecen los grupos vulnerables, niños, jóvenes, mujeres, discapacitados y adultos mayores.

---

<sup>10</sup>ANAYA Hernández, L. A.; Ramírez Sánchez, M.: Historia General. Curso preparatorio de Acceso a la Universidad para mayores de 25 años. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, 2001, [https://www2.ulpgc.es/descargadirecta.php?codigo\\_archivo=16945](https://www2.ulpgc.es/descargadirecta.php?codigo_archivo=16945) (consultada en Septiembre de 2015)

<sup>11</sup>EL DIF HOY. Dirección de comunidad Social, Sistema Nacional para el desarrollo integral de la Familia, febrero de 1996, En: origen y evolución del sistema para el Desarrollo Integral de la Familia <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/8661/Capitulo1> (consultada en Septiembre de 2015).

Dicho organismo surge a partir de la necesidad de responder a las nuevas manifestaciones de la vulnerabilidad social, teniendo una visión amplia, eficiente e integral, “porque DIF quiere y necesita ser organismo vital, apto para realizar con destreza y eficacia las acciones asistenciales que reclama la sociedad mexicana de hoy”<sup>12</sup>. Fue en la década de los setenta, a partir de la fusión entre el Instituto Mexicano para la Infancia, la Familia y la Institución Mexicana de Asistencia a la Niñez, que el gobierno mexicano instauró el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) mediante un decreto de ley publicado el 13 de enero de 1977.

En sus inicios, DIF contaba con cuatro programas básicos: medicina preventiva y familiar, educación, promoción social, desarrollo comunitario. En sus primeras gestiones incrementó los programas de alimentación complementaria a madres gestantes y a lactantes menores de cuatro años, con asistencia médica a la población infantil, así como la defensa y adaptación de menores especialmente infractores adictos.

Lo anterior es una descripción a grandes rasgos de la evolución de los diferentes nombres que se le asignó a las instituciones que se ocupaban en atender programas de atención a la niñez hasta fusionarse y convertirse en lo que ahora se conoce como Desarrollo Integral de la Familia (DIF). Con el paso del tiempo, y debido a los cambios dentro de la sociedad, se incorporaron programas destinados a la población adulta para mejorar su calidad de vida debido a que es considerada una población vulnerable. Se han incorporado programas como Instituto Nacional de Atención de los adultos mayores (INAPAM); dicho programa surge en el año 1979 ante el abandono que padecen los adultos mayores con el firme propósito de ayudar y orientar a las personas de la tercera edad así como crear conciencia en toda la sociedad sobre la importancia que tiene atender a este grupo poblacional; en este sentido velar los intereses y necesidades de los adultos en lo que tiene que ver con el desarrollo social al tener acceso a todo tipo de servicios.

---

<sup>12</sup>Ibídem.

De igual manera ofrece el programa de calidad de vida del adulto mayor “orientado a lograr que la población adulta se encuentre en total actividad física, emocional y social”<sup>13</sup>, provocando en ellos estar activos dentro de la sociedad. En este caso el papel que funge DIF es como mediador para lograr que estos programas se realicen de la manera más adecuada con perspectivas de mejora en la calidad y atención de las personas adultas.

## **2.2 El corazón del Valle del Mezquital y la creación de DIF.**

El municipio de Ixmiquilpan es conocido como el corazón del Valle del Mezquital se encuentra localizado en la parte central poniente del estado de Hidalgo, el territorio municipal, limita al norte con los municipios de Zimapán y de Nicolás Flores; al sur con Chilcuautla y una pequeña porción del municipio de San Salvador; al oriente con Cardonal y Santiago de Anaya y al occidente con los municipios de Alfajayucan, Tasquillo y parte de Zimapán, Ixmiquilpan en otomí es Zutkani que significa “verdolaga o lugar de verdolagas”, así mismo se ha caracterizado por presentar procesos urbanos acelerados conjuntamente con tasas de crecimiento poblacional elevadas. La localización del municipio con respecto a las principales ciudades del centro del país, ha permitido una consolidación comercial. Tiene una población de 73.903 habitantes según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (censo general 2010), de los cuales 39.386 son mujeres y 34.517 son hombres.

La multiculturalidad y diversidad<sup>14</sup> que compone al municipio, “exige mejores condiciones de equipamiento urbano e infraestructura en aquellas localidades donde se concentra la población indígena”<sup>15</sup>. Lo anterior hace referencia al conjunto de edificios y espacios de uso público, donde se realizan actividades

---

<sup>13</sup>Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia Hidalgo, Calidad de Vida en el Adulto Mayor, Hidalgo, Gobierno del Estado de Hidalgo, <http://difhidalgo.gob.mx/?p=956> (consultada en Septiembre de 2015).

<sup>14</sup> La diversidad alude a la circunstancia de los sujetos de ser distintos y diferentes. La diferencia no solo es una manifestación del ser irrepitable que es cada uno, sino que, lo es de poder o de llegar a ser, de tener posibilidades de hacer y de participar de los bienes sociales, económicos y culturales. Gimeno Sacristán, José, 1999.

<sup>15</sup>FRANCO Sánchez, Laura Myriam. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. En: migración y remesas en la ciudad de Ixmiquilpan, <https://es.scribd.com/document/311279921/migracion-y-remesas-en-la-ciudad-de-ixmiquilpan>, (consultada en Septiembre de 2015)

complementarias a las de trabajo, que proporciona a la población servicios de bienestar social y de apoyo a las actividades económicas, sociales, culturales y recreativas; pues la dotación adecuada del mismo determina la calidad de vida de los habitantes que les permite desarrollarse social, económicamente y culturalmente.

Es preciso destacar que la multiculturalidad como fenómeno que implica la convivencia de diferentes culturas en un mismo espacio no es algo natural o espontáneo. Es una creación histórica que implica decisión, voluntad política, movilización, organización de cada grupo cultural con miras a fines comunes, que exige, por lo tanto cierta práctica educativa coherente con esos objetivos. Que exige una nueva ética fundada en el respeto a los diferentes<sup>16</sup>.

Acorde a lo anterior es preciso destacar que en el municipio de Ixmiquilpan hay instituciones para la atención de la población una, es el sistema DIF, una institución que atiende a todas las personas que requieren de ayuda, con diferentes áreas para apoyar a la ciudadanía; las oficinas del sistema DIF, se ubican dentro de Ixmiquilpan, en la siguiente dirección: Esquina Pallares y Benjamín García s/n Col. Centro C.P. 42300. El lugar donde se sitúa esta institución es casi céntrico, lo que permite que sea conocido y que las personas tengan accesibilidad a las instalaciones y se acerquen para solicitar algún apoyo que requieran. Las principales localidades de Ixmiquilpan son: Panales, el Tephé, Maguey Blanco, Orizabita, El Alberto, Dios Padre, Julián Villagrán y Tatzadhó; el DIF tiene como foco de atención a cada una de estas localidades, principalmente por pertenecer al municipio, y por lo tanto busca el desarrollo de las personas a nivel personal, social y municipal.

El sistema DIF ubicado en el municipio de Ixmiquilpan; surge a partir de la inquietud del Lic. Luciano Lomelí Gaitán quién fuera el Presidente Municipal Constitucional, a través del decreto publicado en el Diario Oficial del Estado de Hidalgo el 27 de Noviembre de 1986. Donde hace saber a los ciudadanos, que la H. Asamblea Municipal, da origen al Sistema Municipal para el Desarrollo Integral de la Familia de Ixmiquilpan (DIF), como organismo público descentralizado del Municipio con patrimonio y personalidad jurídica propios, normado por la Ley General de Salud y la

---

<sup>16</sup> FREIRE, Paulo. Pedagogía de la esperanza. México DF. Siglo XXI Editores. 1996. Antología UPN teoría educativa enero 2006.

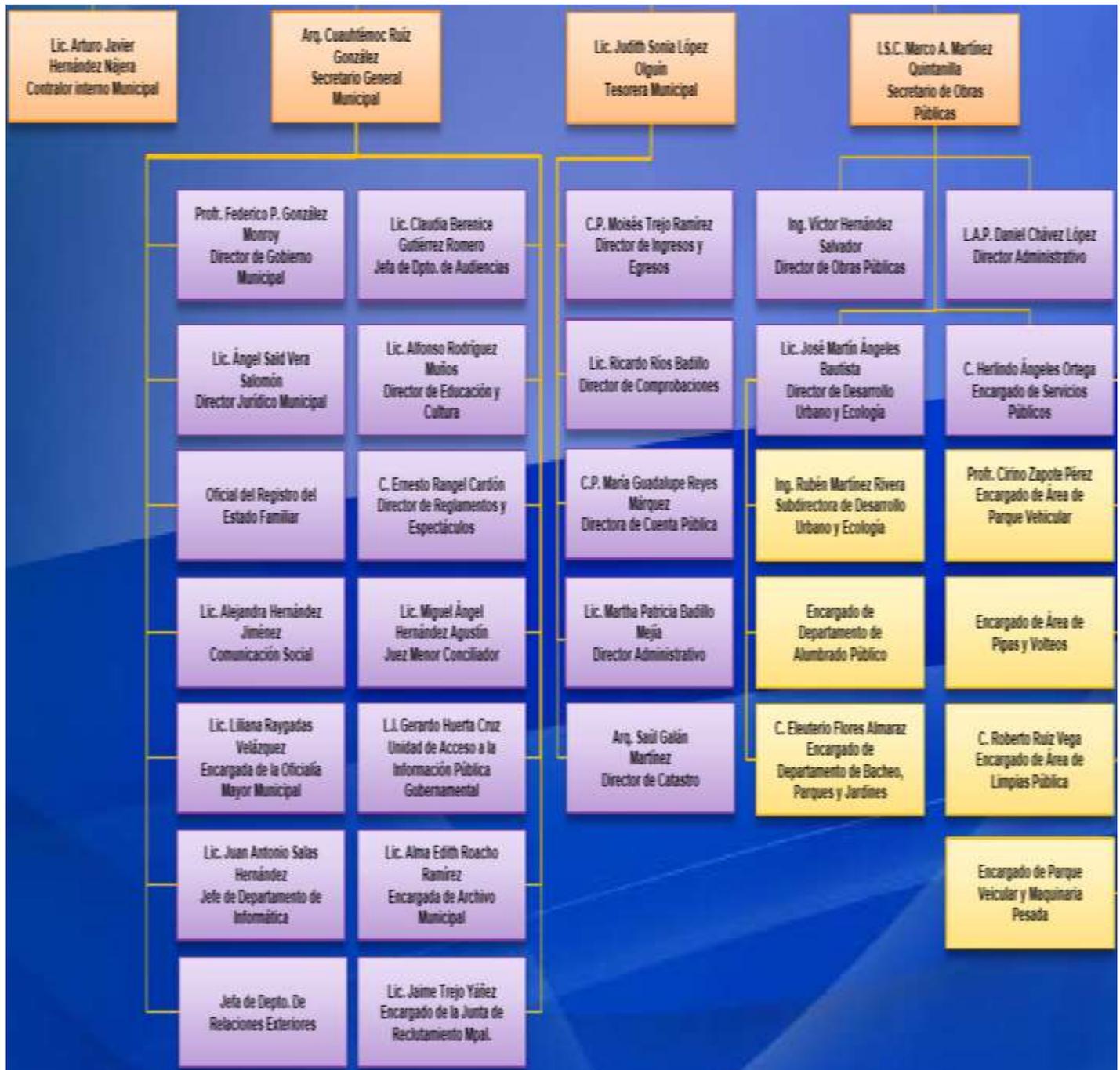
Ley de Asistencia Social, publicadas en el Diario Oficial de la Federación los días 7 de febrero de 1984 y 2 de septiembre de 2004, de acuerdo con esto se expone, que el Gobierno Municipal debe continuar brindando asistencia social a la población que así lo necesite; entre sus atribuciones y funciones, actúa en coordinación con Dependencias Federales, Estatales y Municipales en el diseño de las políticas públicas, para la operación de programas, prestación de servicios, y la realización de acciones en la materia.

Porque es de vital importancia, la creación de un organismo que optimice recursos y de resultados a través de programas acordes y congruentes a la realidad, entendiendo a la asistencia social como el conjunto de acciones tendientes a convertir en positivas las circunstancias adversas que puedan impedir al hombre su realización como individuo, como miembro de una familia y de la comunidad, así como la protección física, mental y social de las personas.

Mencionamos a DIF porque fue el primer acercamiento para realizar nuestra investigación dentro de ella, así que para nosotras es importante conocer su estructura, forma de trabajo y servicios que brinda a la sociedad de Ixmiquilpan, sin embargo dentro del programa "Calidad de vida del adulto mayor" en el que nos encontramos realizando nuestras prácticas profesionales, se nos asignó a la comunidad de Taxadhó con el grupo de adultos mayores para realizar actividades que la institución imparte en base a lo establecido al programa antes mencionado.

## 2.2.1 Cronograma del H. Ayuntamiento de Ixmiquilpan







Es cierto que el Sistema DIF se considera como una institución con personalidad jurídica propia, pero aún tiene un vínculo con la presidencia Municipal de Ixmiquilpan dentro de su organigrama, de esta manera se realiza la descripción de la misma:

El Presidente Municipal Constitucional de Ixmiquilpan es el C. Cipriano Chárrez Pedraza quien funge como representate del municipio, a su cargo están diferentes personas que se distribuye en diferentes secretarias las cuales trabajan a fin de elevar el desarrollo de la sociedad y sobre todo del municipio de Ixmiquilpan.

Dentro de esta estructura, existen dos instituciones independientes tal es el caso de Sistema DIF Municipal representado por la C. Rubí Sierra Sánchez, institución que se encarga de la asistencia social y apoyo a los sectores vulnerables, y la Comisión de Agua Potable, Alcantarillado y Saneamiento del Municipio de Ixmiquilpan Hidalgo (CAPASMIH) dirigido por el Prof. Rodolfo Soler Castillo.

La estructura se encuentra constituida por diferentes secretarias y espacios, el Arq. Cuauhtémoc Ruíz Gonzáles que funge como secretario general municipal dentro; de esta misma se integran el Prof. Federico P. González, director de gobierno municipal, Lic. Claudia Berenice Gutiérrez Romero jefa de Dto. De Audiencias, Lic. Ángel Said Vera Salomón, director jurídico Municipal, Lic., Alfonso Rodríguez Muñoz director de Educación y cultura; en el Registro de Estado Familiar se encuentran la Lic. Alejandra Hernández Jiménez y la Lic. Liliana Raygadas Velázquez encargada de la Oficialía Mayor Municipal. El Lic. Miguel Ángel Hernández Agustín es el juez menor conciliador, el Lic. Gerardo Huerta Cruz se encarga del Acceso a la información Pública Gubernamental, Lic. Juan Antonio Salas Velázquez jefe del departamento de informática, Lic. Alma Edith Roacho Ramírez encargada de Archivo Municipal, Lic. Jaime Trejo Yáñez encargado de la junta de Reclutamiento Municipal.

Por lo que se refiere a la tesorería Municipal, está integrada por el C.P. Moisés Trejo Ramírez, Director de ingresos y egresos, Lic. Ricardo Ríos Badillo Director de comprobaciones, C.P. María Guadalupe Reyes Márquez directora de cuenta pública, Lic. Martha Patricia Badillo Mejía Director Administrativo y Arq. Saúl Galán Martínez Director de Catastro.

La secretaría de Obras Publicas tiene como representante al I.S.C. Marco A. Martínez Quintanilla, de la misma manera se integran a su cargo la siguientes personas; Ing., Víctor Hernández Salvador, Director de obras Públicas; L.A.P. Daniel Chávez López Director administrativo; Lic. José Martín Ángeles Bautista, Director de Desarrollo Urbano y Ecología; C. Hermelindo Ángeles Ortega, Encargado de servicios públicos; Ing. Rubén Martínez Rivera, Subdirector de desarrollo y Urbano y Ecología; Prof. Cirino Zapote Pérez, Encargado de Área de Parque Vehicular, Encargado de Departamento de Alumbrado Público, encargado de Área de Pipas y Volteos; C. Eleuterio Flores Almaraz, Encargado de Departamento de Bacheo, Parques y Jardines; C. Roberto Ruiz Vega, Encargado de Área de la Limpieza Pública.

La secretaria de Desarrollo Social está representada por la Profa. Isaura Guerrero Otero, dentro de esta secretaria existen diferentes secciones o áreas que la conforman tales como: programas sociales, que tiene como Director al Ing. Aarón Romero Galarza; C. Eusebio Acosta Martin, Director de Salud; MVZ. Ernesto Claro Moreno, Administrador del Rastro Municipal; Lic. Janeth Aguilar Elías, Coordinador de Bibliotecas Municipales; L.Q. Ana Laura Hernández Hernández, Directora de la Instancia de la Mujer Mpal; L.E. Eleazar Barquera Ramírez, Director del Deporte y Juventud; Lic. Ma. Del Carmen Pérez Cano, Administradora del Mercado “José Ma. Morelos y Pavón”; C. Gerardo Pérez Huerta, Administrador del Parque “Benito Juárez”; Ing. Eduardo Bojay Segundo, Encargado del Control Canino.

Existe también la secretaria de desarrollo económico y turismo donde trabajan las siguientes personas; Ing. Guillermo Cruz Ramos, Director de Proyectos Productivos; Ing. Mario Alberto Quezada Zapata, Subdirector de Proyectos Agropecuarios; C. Heriberto Pantoja Montoya, Subsecretario de Turismo; L.T. José Luis Ávila Moreno, Subdirector de Promoción Turística. La Secretaria de Seguridad Pública y Tránsito Municipal está constituida por el CMDTE. Gustavo Trejo Trejo; CMDTE. Israel Flor Almaraz, Director Operativo; Ariana Valencia Rebolledo, Área Administrativa; CMDTE Sabino Fuentes Martínez, Director de Protección Civil y Bomberos; Ing. Ana Laura Peña Montiel, Unidad de Análisis; T.S.U Liliana Rojo Mendoza, Enlace SUBSEMUN; CMDTE Leonel Santiago Trejo, Comandante de turno 1; CMDTE. German Hernández, Comandante de Turno 2.

La descripción del organigrama de la Presidencia Municipal de Ixmiquilpan es con la intención de conocer la estructura de esta dependencia, así mismo se presenta la organización del Sistema DIF, lo que nos lleva a contemplar estas estructuras dentro de este documento con la finalidad de contextualizarnos dentro del entorno en el que se desarrollará el presente proyecto, además de la funcionalidad que brinda dentro de la realización del diagnóstico, pues representa cada una de las áreas que conforma a cada una de estas instituciones y son la base de su funcionamiento. Por lo tanto es importante conocer que tan real es la aplicación de los programas y si se cumplen las funciones de cada uno de los prestadores de servicio en esta área de atención social.

Para adentrarnos al tema que nos ocupa, es importante conocer las acciones que desarrolla el DIF dentro de la comunidad de Taxadhó o bien conocer la situación que se vive actualmente, así como los resultados que ha logrado con la intervención que ha realizado en cuanto a la atención de la tercera edad. Para que el DIF ofrezca atención a esta comunidad, debió realizarse una petición de las personas de la tercera edad, lo cual trajo a la comunidad la creación de un grupo por parte de adultos mayores con el fin de crear espacios de convivencia que permitieran el desarrollo integral denominado “Calidad de Vida en el Adulto Mayor”. Dentro de la estructura de este programa se establecen diferentes actividades que se consideran como puntos importantes para lograr elevar la calidad de vida de esta población vulnerable.

El objetivo del municipio es “mejorar la circunstancia de carácter social que impidan el desarrollo integral de las personas, así como la protección física, mental y social de personas en estado de necesidad, hasta lograr su incorporación a una vida plena y productiva; promover la integración y el desarrollo humano individual, familiar y comunitario, propiciando la participación activa, organizada, consiente, comprometida y solidaria de la población en su conjunto; a través de políticas, estrategias y modelos de atención que privilegian la prevención de los factores de riesgo y vulnerabilidad”<sup>17</sup>.

---

<sup>17</sup>H. Ayuntamiento de Ixmiquilpan Hidalgo, Plan Municipal de Gobierno 2012-2016, <http://siieh.hidalgo.gob.mx/Planes%20Municipales/IXMIQUILPAN> (consultada en Septiembre de 2015).

Sin embargo, las acciones que realiza DIF en cuanto atención de las personas adultas se limita a ofrecer una cobija sólo a aquellas que están dadas de alta en el programa invernal, de igual manera en el programa de suplemento alimenticio y las visitas que se hacían al grupo de Taxadhó eran cada 15 días e incluso cada mes, lo que impide mejorar su calidad de vida a partir de entrega de apoyos, aunque también es importante reconocer que muchas de las personas adultas sólo se interesan por los diferentes apoyos que les brinda esta institución y se convierten en personas pasivas, conformistas con lo poco que reciben; por ello en el siguiente apartado se enuncian los elementos que constituyen el diagnóstico situacional del DIF y las acciones que viene realizando en la comunidad de Taxadhó.

### **2.3 Contextualizando la comunidad de Taxadhó**

Iniciamos este apartado con la descripción acerca de cómo llegamos a la institución de DIF. Anteriormente realizamos el proceso de prácticas profesionales en las oficinas de Desarrollo Social perteneciente a la presidencia municipal de Ixmiquilpan; sin embargo por problemas administrativos y coordinación entre ambas dependencias optamos por cambiar de lugar, es así como el DIF nos permitió terminar este proceso curricular que la Licenciatura demanda.

El acercamiento a la comunidad de Taxadhó se dio por medio del programa “Calidad de vida del adulto mayor”<sup>18</sup>, el interés por intervenir con las personas adultas surge en el momento que conocemos el funcionamiento del programa, el cual atiende a nueve grupos en localidades distintas pertenecientes al municipio de Ixmiquilpan, de los cuales se nos asignaron tres; San Antonio, el “Baúl de los recuerdos” en el Carmen y Taxadhó con el grupo “ÑHAHÑU”; a medida que se les atendía se observó la recurrencia con la que eran atendidos, ya que los dos primeros son accesibles por encontrarse a pocos minutos de la institución, la comunidad de Taxadhó esta retirada del centro del municipio por lo tanto su atención es menos constante y carece de una atención con base a los intereses del adulto mayor.

---

<sup>18</sup>La misión del programa es contribuir a la mejora de la calidad de vida de la población en situación de vulnerabilidad, mediante la implementación de políticas, programas y proyectos de asistencia social que incrementen sus capacidades y que les permitan alcanzar un desarrollo humano.

### **2.3.1 Antecedentes de la comunidad de Taxadhó**

Taxadhó se consideraba como una manzana del Tephé, municipio de Ixmiquilpan, Hidalgo, la cual tuvo una separación debido a que comenzó a independizarse; al principio contaba con cinco familias con los siguientes apellidos; Pérez, Mezquite, Martín, Villa y Daniel, asignándole como nombre al lugar Taxadhó (Blanca Piedra); dicho nombre fue designado por la presidencia municipal de Ixmiquilpan a causa de que el lugar cuenta con un suelo de tepetate blanco por lo que el lugar se veía blanco en lo que ahora es la carretera México - Laredo km. 84. Sin embargo, con el paso de los años esta comunidad ha ido creciendo de manera acelerada, por lo que en la actualidad tiene secciones específicas como: el centro, la barranca, hospital general, universidad; pero sobre todo la parte céntrica se encuentra dividida en calles más o menos simétricas que llevan nombres haciendo referencia a distintas piedras, tales como: rodonita, caolín, ventonita, cuarzo, arenisca, labradorita, coral dorada, galeana, entre otras.

### **2.3.2 Organización social de Taxadhó**

La población que integra a Taxadhó “son 1417 habitantes de los cuales 684 son hombre y 733 mujeres”<sup>19</sup>, además en una entrevista informal realizada a un adulto mayor, nos da como dato que hay 74 adultos mayores registrados dentro de la comunidad.

En la comunidad existen diferentes tipos de organizaciones sociales, los cuales se entrelazan con el propósito de ayudar a la comunidad para el bien común. El comisariado ejidal es quien se ocupa de mantener el orden y organización del ejido; para poder ser ejidatario se necesita tener una parcela en producción continúa; bienes comunales se encarga de la medición de terrenos; el trabajo del comité de agua potable es tratar los problemas relacionados con agua para que todos en la comunidad tengan este servicio; la delegación es la encargada de dirigir la vigilancia, organizar asambleas y fungir como mediador en las problemáticas entre vecinos. Y además es el gestor de la comunidad ante el gobierno municipal y estatal.

---

<sup>19</sup>Catálogo de localidades, Información de localidad, Secretaria de Desarrollo Social (SEDESOL) <http://www.microrregiones.gob.mx/catloc/contenido.aspx?refnac=130300047> (consultada Septiembre de 2015).

### **2.3.3 La economía, principal sustento de la comunidad**

La actividad de los pobladores es la encargada de satisfacer las necesidades básicas de los individuos; es por eso que mencionamos las principales fuentes de empleo que practican los habitantes de la comunidad, como son: “agricultura ( maíz, alfalfa, avena, calabazas, chiles de árbol, plantas frutales como higo, granada y durazno) la cual es desempeñada por los jornaleros en un 40%; el 8% ganaderos (vacas, chivo, gallinas y borregos); 12% reciben un salario quincenal y el otro 40% tiene ingresos económicos por parte de trabajadores migrantes que en su mayoría son jóvenes y algunos adultos que también emigran por falta de dinero en sus familias y por el pensamiento vago de “el sueño americano” en busca de superación”<sup>20</sup>.

Los ingresos que cada familia tiene son gracias a cada labor que realizan sus integrantes y es importante mencionarlos ya que gracias a ellos se cuenta con diversos servicios para la población y se busca ir creciendo para mejorar el bienestar social de la comunidad.

### **2.3.4 Instituciones educativas en la comunidad de Taxadhó**

Los centros educativos son espacios en los que las personas adquieren conocimientos y nuevos aprendizajes que le ayudaran a desenvolverse mejor en una sociedad que está en constante cambio. Estos centros son los encargados de que la población tome la educación adecuada para afrontar las necesidades que se les presentan, así como que la población no se estanque en el analfabetismo ya que traería consecuencias negativas para la comunidad. Según menciona Peredo Merlo “el analfabetismo tiene una función en la vida cotidiana de las personas que viven en una sociedad desarrollada y de esta misma manera tiene como desventajas la pobreza, marginación, exclusión social”<sup>21</sup>.

---

<sup>20</sup>Diego Armando, Plantas Medicinales Taxatho, <http://diegoronaldo.blogspot.mx/2009/06/taxatho.html> (consultada en Septiembre de 2015).

<sup>21</sup>PEREDO Merlo María Alicia, Alfabetismo: ¿algo más complejo que leer y escribir?, Espiral, vol. IV. 10, septiembre-diciembre, 1997, Universidad de Guadalajara México, <http://148.202.18.157/sitios/publicacionesite/ppperiod/espiral/espiralpdf/Espiral10/44-61.pdf> (consultada en septiembre de 2015).

Es por eso que las instituciones educativas se encargan de educar a las generaciones jóvenes de la comunidad. Por lo que respecta a las personas adultas, en su juventud no tuvieron la oportunidad de asistir a la escuela, pero actualmente son atendidos por el Instituto Hidalguense de Educación para Adultos (IHEA).

Igualmente cuenta con el apoyo de desarrollo infantil, esta es una organización que apoya a distintas comunidades que se encuentran dentro del municipio de Ixmiquilpan, en el ámbito educacional cuenta con; centros de educación inicial denominados “Programa de Estimulación Oportuna”, es decir, centros (PEO) en ellos se brinda atención a bebés de 6 meses a 3 años. Dicho programa fue creado a nivel nacional por iniciativa de la Señora Ana Serrano quien es madre de familia, por lo que consideró necesario la apertura de este proyecto con la finalidad de que los bebés reciban una estimulación temprana y oportuna acorde a su edad para que al ingresar a preescolar se facilite su inserción.

El programa se originó en la Cd. De México y posteriormente la fundación “Chilfund” lo integró a su programa para brindarlo a la comunidad de Taxadhó. La diferencia entre este centro y el preescolar, es que no sólo el niño va aprendiendo, sino que la madre o persona que este a su cuidado lo vaya haciendo con él, pues también se busca que se involucre en el desarrollo del aprendizaje del bebé. Lo anterior, ha sido de gran impacto en la comunidad puesto que ya tiene 20 años impartándose educación inicial a la población.

Asimismo se cuenta con preescolar con el nombre de “Josefa Ortiz de Domínguez” que cuenta con tres maestras encargadas de impartir las clases a niños a partir de los 3 años. A diferencia de los centros PEO, no hay tanto involucramiento de los padres pues los niños son llevados al preescolar en dónde las únicas personas que viven el proceso de aprendizaje en esa nueva etapa son la maestra y el niño, aunque en algunas ocasiones los padres son citados para acompañar a sus hijos en algunas actividades de matrogimnasia, es decir, “la realización de ejercicios físicos

llevados a cabo por la madre y el hijo a través de diversas formas de ejercitación como puede ser la gimnasia, el baile, el juego, etc.”<sup>22</sup>

De igual forma cuenta con la primaria “Álvaro Obregón” dónde los niños asisten por seis años. No existe una secundaria porque no ha llegado la propuesta de poner una dentro de la comunidad. Sin embargo, en pláticas informales con una persona mayor mencionaba que sí se había presentado la oportunidad de que se realizara una preparatoria, en este caso un CECyTEH, pero que los demás habitantes se negaron rotundamente dando como explicación que no beneficiaba en nada la preparatoria a la comunidad.

Años después, los maestros estudiantes de la UPN no tenían un espacio definido para tomar sus clases, así que pedían prestadas las instalaciones de la primaria. Más tarde, la comunidad decidió donarles un terreno en el que se pudieran construir las instalaciones de la Universidad Pedagógica Nacional y esto se dio porque se encontraban estudiando en ella personas pertenecientes a la comunidad; así fue como surge la universidad. Pero como podemos percatarnos, no hay dentro de la comunidad una institución como tal que se encuentre atendiendo a los adultos mayores, ellos son atendidos por parte de IHEA al aire libre pues no tienen un espacio acorde para recibir clases, las cuales son obligatorias, ya que es un requisito para seguir recibiendo sus apoyos económicos por parte del gobierno, como por ejemplo, el programa prospera y 70 y más.

### **2.3.5 La cultura como pieza fundamental para la convivencia**

“Una cultura es la configuración de la conducta aprendida y de los resultados de la conducta, cuyos elementos comparten y transmiten los miembros de una sociedad”<sup>23</sup> es decir la forma de vida de la sociedad.

Taxadhó tiene como lengua materna al ÑHAHÑU, esta lengua había predominado desde tiempo atrás puesto que era la única lengua con la que se comunicaban las personas del lugar, pero en el momento que llega el castellano se crea una política

---

<sup>22</sup> ¿Qué es la matrogimnasia?, <https://matrojardin.wordpress.com/about/>, (consultada en abril de 2016).

<sup>23</sup> LINTON Raip. Concepto de la Cultura. En: Cultura y personalidad. México, Brevario F.C.E. 1983. Antología UPN cultura e identidad.

de mestizaje empleada por el Estado mexicano y las personas creyeron que aprenderlo era sinónimo de superación así lo manifiesta la señora Sofía quien comenta; “todo ha cambiado, en mis tiempos todas las personas sabían hablar el ÑHAHÑU ahora los jóvenes no entienden lo que les estoy diciendo; algunos de mis nietos me ven raro porque no me entienden, y otras personas que ya son grandes tampoco saben hablarlo y como ellos hablan yo les entiendo muy poco una que otra cosa, así que mi hijo me está enseñando hablar español y ya sé un poco, cuando salgo a comprar algo al centro ya me entienden y les entiendo también ya sé tomar la combi”<sup>24</sup>.

Es por ello que las personas pensaron así, porque cuando salían a la cabecera municipal la mayoría de las personas hablaba castellano y se dificultaba la comunicación: así que se inició el aprendizaje del español sin dejar de lado la lengua materna. Pero años después, con la llegada de personas que habían emigrado al extranjero, y no solo de ellas sino también de los que vienen de comunidades más desarrolladas, se fue presentando la problemática de que se estaba perdiendo la lengua originaria. Situación ocasionado por burlas de los niños que venían de fuera hacia los niños de la comunidad; en una plática informal con un padre de familia perteneciente a la comunidad menciona que su hijo en diversas ocasiones -le decía que ya no le enseñara hablar ÑHAHÑU por las burlas que esto le generaba en la escuela, y por parte de los adultos se les fue olvidando puesto que los maestros no entendían la lengua y tuvieron que aprender el castellano para poder comunicarse con los maestros.

Dentro de la misma comunidad, como tal no hay muchas actividades culturales que hagan que las personas convivan, el único evento en el cual asiste la mayoría de la población es en el mes de diciembre, en la fiesta patronal en la cual se puede percibir como se da la relación de jóvenes con adultos. A esta celebración no asiste ni el 15% de adultos mayores; en su mayoría son jóvenes los cuales no conviven como tal, pues años atrás cuando era la fiesta patronal los niños que coincidían en edades como de 4 a 7 años se unían y jugaban a los encantados u otros juegos; los jóvenes se reunían para practicar fútbol o basquetbol; los adultos mayores

---

<sup>24</sup> Entrevista informal a doña Sofía Pérez el día 8 de octubre del 2015.

platicaban sobre lo que habían realizado durante el día o que harían después, compartían sus conocimientos sobre el hogar o el trabajo del campo<sup>25</sup>.

Como se puede observar, antes era por generaciones que se reunían para convivir; actualmente eso ya no importa pues cada uno tiene diferentes grupos que se identifican por alguna actividad en común, como por ejemplo el deporte, pero lamentablemente otros como niños, jóvenes se reúnen sólo para tomar alcohol o para provocar problemas con otros jóvenes. Los pocos adultos que asisten, lo hacen porque quieren convivir con las demás personas, pero se encuentran aislados pues están sentados o parados en un lado y son pocos los que se acercan a ellos para saludarlos o platicar con ellos, y por esa misma razón es que los adultos prefieren no asistir pues en lugar de sentirse bien los deprime ver como son ignorados por la población joven.<sup>26</sup>

En la comunidad existen tres religiones: la católica, la evangélica y testigos de Jehová, las cuales aparentemente respetan las ideas y creencias de las personas, pero sólo queda en la palabra pues en la práctica es todo lo contrario ya que se ha generado polémica por querer tener más creyentes en cada una de ellas. Como se mencionaba, al igual que la celebración católica, las otras dos religiones tienen sus costumbres y realizan eventos a los cuales sólo asisten las personas que pertenecen a esa religión, pero esto no cambia la relación que se vive cuando se reúne toda la comunidad para sus asambleas generales, realización de faenas, para bajar un apoyo en las escuelas e incluso en el grupo de adultos mayores no importa de qué religión sean pues ellos se identifican por la edad y porque buscan mantenerse activos físico y mental.

También hay jóvenes a quienes sí les interesa convivir de manera respetuosa con los adultos, pero es un porcentaje mínimo. Es por eso que nos atrevemos a decir que Taxadhó ha estado perdiendo parte de su cultura puesto que anteriormente el respeto y cuidado a los adultos mayores era prioridad se les brindaba un buen trato y se les procuraba para su bienestar<sup>27</sup>.

---

<sup>25</sup> Entrevista informal al adulto Leonardo Pérez el día 24 de Septiembre del 2015.

<sup>26</sup> Ibídem. Pág. 20

<sup>27</sup> Entrevista informal al grupo de adultos mayores de la comunidad de Taxadhó el día 8 de octubre del 2015.

Actualmente la población joven ha estado dejando de hacerlo por diferentes cuestiones; no les interesa, tienen otras prioridades o intereses, no cuentan con valores de respeto a las personas mayores. Pero lo sorprendente es que la población joven que ha asistido a las instituciones a formarse para ser profesionistas, son las que más marcan esta problemática pues son las que abandonan o maltratan al adulto mayor<sup>28</sup>.

Es por ello que se consideró importante realizar primeramente la contextualización de la comunidad de Taxadhó para conocer la organización que tiene y cómo es que cada uno de los aspectos de educación, cultural, económico y social es atendido por la población o instituciones que se encuentran dentro de la misma comunidad las cuales buscan un cambio en la calidad de vida de los pobladores. Así mismo se habla de cómo es la convivencia de los sujetos de la comunidad en base a los aspectos antes mencionados y después de haber realizado esta investigación es importante hablar de la creación de DIF y en base a que necesidades surge.

En el siguiente apartado se hace mención del surgimiento de DIF, mencionando las necesidades que fueron la razón de ser de esta institución y su función en el municipio de Ixmiquilpan. De esta manera se rescata el organigrama de dicha institución realizando una descripción de cada una de las áreas, para después describir su participación en la comunidad de Taxadhó.

---

<sup>28</sup> Entrevista informal al grupo de adultos de Taxadhó el día 15 de octubre del 2015.

## CAPITULO III

### EL DIAGNOSTICO, PARTE DE UN PROCESO PARA EL CAMBIO

#### 3.1 Importancia del diagnostico

La educación de adultos como campo de conocimiento y de práctica manifiesta la necesidad de poseer formación teórica- metodológica para fundamentar y orientar la labor educativa y formativa de las personas adultas. Esto implica una interpretación de la historia, entenderla y vivirla como tiempo de posibilidad. “Cuando se entienda por completo que dentro de la realidad social hay una diversidad, lo cual no permite que se realice de manera aislada entonces las cuestiones de política se hacen más difíciles y no más fáciles”<sup>29</sup>. La utilidad del diagnóstico nos dará a conocer que los adultos son diversos pues son únicos y se refleja en las diferentes concepciones de la vida, aprendizajes y motivaciones de cada adulto.

De esta manera se entiende como diagnóstico “el proceso mediante el cual se especifican las características del contexto, las interacciones de los actores sociales y la existencia de problemas o situaciones susceptibles de modificación cuyo resultado facilita la toma de decisiones para intervenir”.<sup>30</sup>

Lo que nos permite entender que la realización del diagnóstico, no se comienza por un problema definido, más bien se indagan sobre problemas que impiden cumplir con objetivos definidos entre el programa calidad de vida del adulto mayor y el grupo de adultos mayores. Por tanto, posibilita intervenir con acciones de mejora para solucionar un problema originado. En nuestro caso, tiene como finalidad conocer el deber ser de la institución DIF e investigar que tan viable es la aplicación de los programas que se llevan a cabo para el beneficio del adulto mayor, tal es el caso del programa calidad de vida en el Adulto Mayor y su aceptabilidad en el grupo de adultos de Taxadhó.

---

<sup>29</sup> Alfabetización y cultura, <http://www.unesco.cl/pdf/actyeven/ppe/boletin/artesp/32-9pdf>, Antología UPN procesos de enseñanza aprendizaje en la educación de las personas jóvenes y adultas. Pág. 40

<sup>30</sup>GOMEZ Cervantes Teresa (Julio 2003) programa indicativo diagnostico socioeducativo. Antología UPN Diagnostico Socioeducativo Edición 2006.

De esta forma el proceso de analizar la realidad está enfocada a saber dónde está, para saber a dónde ir y cómo hacerlo, esto es el proceso que se emplea dentro del diagnóstico, ya que tiene que ver con comprender una situación-problema, preguntándose, qué es lo que hay, qué es lo que no hay (descripción), qué piensa la gente de lo que ocurre (percepción social), por qué la realidad es así (explicación / interpretación), qué otras formas de realidad podrían ser (alternativas), cómo acercar lo que queremos ser a lo que tenemos (ajuste). Estos momentos se presentan con una secuencia lógica<sup>31</sup>.

Comprender o encontrar un problema no es algo que se de de la nada o de una idea que surge de nuestra cabeza, meramente como una idea por instinto, sino una idea consciente a partir de la responsabilidad social que habríamos de tener como ciudadanos y como corresponsables de los problemas que rodea nuestra ciudadanía. Así comprender la magnitud de un problema nos lleva inmediatamente a buscar soluciones. Por esta razón es importante recordar que es necesaria “la participación pues no se reduce a simple información, ni a consultas de opiniones, ni a reglamentos o normas que cumplir, sino a tomas de decisiones compartidas. Todos los implicados tienen que intercambiar sus conocimientos y posiciones sobre las medidas que se deberían adoptar”,<sup>32</sup> un problema es algo que se busca y se comprende a partir del análisis de lo que sucede en un contexto determinado.

A partir de lo anterior y debido al periodo de prácticas que realizamos en Taxadhó, nos percatamos que la atención de las personas adultas está alejada de lo que debe de ser en realidad, puesto que:

Los programas que impulsa INAPAM se fundamenta en el envejecimiento activo y saludable al mismo tiempo que

---

<sup>31</sup> CIMBRANOS Fernando, David Montesinos y María Bustelo. En: “El análisis de la Realidad”. Antología UPN/ Diagnostico Socioeducativo. Pág. 86

<sup>32</sup> HERNANDEZ Sánchez caridad, universidad Complutense de Madrid. En: Ciudadanía, diversidad y participación desde la diversidad. Educar para la participación ciudadana en la enseñanza de las ciencias sociales. Asociación Universitaria del Profesorado de Didáctica de las Ciencias Sociales. Pág. 63

promueven una imagen positiva de la vejez, contribuyen a disminuir las brechas intergeneracionales y de género, adoptando un enfoque de ciclo de vida y de visión prospectiva a largo plazo, creando condiciones para su autorrealización personal en un contexto de seguridad y dignidad, otorgándoles protección a sus derechos humanos, promoviendo su participación social, la educación, la inclusión y su desarrollo, capacitando y sensibilizando al equipo multidisciplinario que los atiende, promoviendo el envejecimiento saludable, la prevención de la enfermedad y otorgamiento de servicios de atención integral especializados en un ambiente positivo para una mejor vejez<sup>33</sup>.

Si bien es cierto que todo esto debe influir en el logro de una calidad de vida es imposible lograr desarrollarla pues implica todo un proceso y seguimiento continuo, por esta razón sólo retomaremos la atención de las personas adultas con la aplicación de actividades recreativas no sólo para la distracción y esparcimiento, sino para la ocupación del tiempo libre, socialización, interacción tomando en cuenta e integrando las acciones de iniciativa de los mismos adultos mayores.

### **3.2 Programas para la atención de la tercera edad en el Estado de Hidalgo**

Sin duda alguna el aumento de la población adulta ha generado la necesidad de crear políticas dirigidas hacia la atención de este sector de la población encaminadas a lograr un bienestar social para lo cual se requiere de expertos en el manejo de dicho grupo etario, es decir, personas que se encuentran en el mismo rango de edad, así como de metodologías para intervenir, que propicien una mejora en la calidad de vida.

Obviamente a partir de lo anterior se sigue marcando la necesidad de crear no sólo políticas, sino también una cultura en relación a la vejez. En este sentido el Estado de Hidalgo ha establecido como estrategias estándares de vida para los adultos

---

<sup>33</sup> Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, Modelos de Atención Gerontológica, [http://adigac.org/gallery/libro\\_modelos\\_de\\_atencion\\_gerontologica\\_\(web\)](http://adigac.org/gallery/libro_modelos_de_atencion_gerontologica_(web))

mayores, como protección a la salud, pensiones y jubilaciones así como programas de tipo asistencial, tal es el caso de la pensión para adultos mayores (70 y más), INAPAM, Casa de día, Calidad de Vida del Adulto Mayor, entre otros.

### **3.2.1 Instituto Nacional de Atención a las Personas Adultas Mayores**

Es el principal programa de atención para adultos mayores; fue creado por decreto presidencial el 22 de agosto de 1979; se ha dedicado a proteger y atender a las personas de 60 años y más. Sus principales objetivos son proteger, atender, ayudar y orientar a las personas de la tercera edad, así como conocer y analizar su problemática para encontrar soluciones adecuadas. Por ello, dirige sus esfuerzos a fomentar la asistencia médica, asesoría jurídica y opciones de ocupación, así como fomentar la ley de los derechos de las personas adultas mayores.

Servicios que ofrece:

Credencial de afiliación: sirve para que población de 60 años y más accedan a los múltiples beneficios de descuentos en bienes y servicios en cerca de 20 mil establecimientos a nivel nacional. Para obtenerla, los interesados deben acudir a cualquiera de los centros de atención integral estatales del INAPAM que corresponda.

Clubes de la tercera edad: son espacios comunitarios en los que se atienden a personas de 60 años y más, quienes realizan actividades sociales, educativas, culturales, artísticas, recreativas, deportivas y productivas en talleres de manualidades, artesanías y oficios, con lo que se fomenta su organización e intervención y la solución de sus problemas, además de propiciar su permanencia en la comunidad.

Departamento de asesoría jurídica: proporciona apoyo gratuito, orientación jurídica, gestoría administrativa y representación legal ante los tribunales a las personas de 60 y más que enfrentan problemas legales. Este servicio también se ofrece en los

cuatro centros de atención integral, así como en algunas de las representaciones estatales y municipales del INAPAM<sup>34</sup>.

### **3.2.2 Pensión para adultos mayores**

Apoya a adultos mayores de 65 o más años que no reciben ingresos por jubilación o pensión de tipo contributivo, superior a 1,092 pesos. El apoyo que brinda es de 580 pesos mensuales con entregas bimestrales, 1,160 pesos por pago de marcha que se entrega por única ocasión al representante del adulto mayor, una vez que este fallece.

¿Qué se necesita para recibir el apoyo?

- Tener 65 años edad o más
- No recibir ingresos por jubilación o pensión contributiva de 1,192<sup>35</sup>

Objetivo general: contribuir a dotar de esquemas de seguridad social que protejan el bienestar socioeconómico de la población en situación de carencia o pobreza, mediante el aseguramiento de un ingreso mínimo, así como la entrega de apoyos de protección social a personas de 65 años de edad en adelante que no reciban una pensión o jubilación de tipo contributivo superior a la línea de bienestar mínimo<sup>36</sup>.

### **3.2.3 Casa de Día**

Los centros de día ofrecen a los adultos mayores la oportunidad de gozar de la compañía de otros adultos mayores mientras reciben servicios sociales y de salud en un sitio que le será conocido con el tiempo, al igual que las personas que lo visitan.

Los centros de día ofrecen actividades sociales y recreativas destinadas a fomentar la autonomía, la formación, el entretenimiento y la relación con su entorno social, del mismo modo, se ofrece el servicio de comidas y algunos relacionados con salud.

---

<sup>34</sup> Red latinoamericana de gerontología, Instituto Nacional de Atención a las Personas Adultas Mayores-México, publicado en junio de 2005 [www.gerontologia.org/portal/enformation/showInformation.php?idinfo=380](http://www.gerontologia.org/portal/enformation/showInformation.php?idinfo=380). Consultada el día 26 de octubre de 2016

<sup>35</sup> Secretaría de Desarrollo Social, programas sociales 2015, [www.sedesol.gob.mx/images/guias](http://www.sedesol.gob.mx/images/guias), consultada el día 26 de octubre de 2016

<sup>36</sup> Secretaría de Gobernación, Diario oficial de la federación, [Dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5421758&fecha=30/12/2015](http://Dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5421758&fecha=30/12/2015). Consultada el 26/10/2016

Estos centros son muy útiles para personas que no pueden quedarse en casa diariamente con su familiar de edad avanzada, y aunque cada programa es distinto el personal de servicio atiende a los adultos mayores hasta cinco días a la semana, varias horas al día o casos específicos un fin de semana.

#### Objetivos del centro de día

Cuando un adulto mayor produce algún deterioro de sus capacidades y empieza a perder parte de su propia independencia o parte de su autonomía, el objetivo de un centro diurno es esforzarse al máximo para atender a los participantes, con las máximas garantías de respeto, dignidad, comodidad, y bienestar mientras están en el centro.

Otro de los objetivos del centro es informar, haciendo partícipes a todos los involucrados, en la experiencia de tener a uno o varios adultos mayores a nuestro lado brindándole la confianza y la certeza de que el llegar a la vejez no tiene por qué significar que hay que carecer de esperanzas o de aspiraciones.

Lo anterior se logra a través de fomentar actividades de autosuficiencia y participación, promoviendo el bienestar desarrollo dialógico, psicológico, social y espiritual del adulto mayor.

#### Misión

La misión del centro de día es contribuir al mejoramiento de la atención integral de los adultos mayores, optimizando su nivel de independencia y de auto suficiencia en todo lo relacionado con las actividades de la vida diaria. Todo a través de una atención profesional humana y personalizada.

#### Servicios:

- ✓ Labor
- ✓ Atención personalizada
- ✓ Cuidados médicos
- ✓ Terapia física y ejercicio
- ✓ Nutrición

- ✓ Servicio de comedor
- ✓ Transporte
- ✓ Hospedaje<sup>37</sup>

### **3.2.4 Calidad de Vida en el Adulto Mayor**

Consiste en: que los adultos mayores del estado de Hidalgo, que acuden a los DIF municipales a participar de los servicios del programa “Calidad de vida en el adulto mayor” para permanecer activos en los aspectos físico, emocional y social, mediante:

- ✓ Platicas gerontológicas (autoestima, nutrición, salud, etc.)
- ✓ Terapia ocupacional (talleres manualidades, gastronomía, etc.)
- ✓ Encuentros regionales e intergeneracionales.

Adultos mayores de 60 años de los 84 municipios del estado de Hidalgo son susceptibles a este beneficio.

#### **Misión**

Contribuir a la mejora de la calidad de vida de la población en situación de vulnerabilidad, mediante la implementación de políticas, programas y proyectos de asistencia social que incrementen sus capacidades y que les permitan alcanzar un desarrollo humano.

#### **Visión**

Ser una institución modelo de asistencia social, comprometida con la sociedad hidalguense, regida por valores universales que propicia, la manera corresponsable, el desarrollo humano y social de los grupos vulnerables de la entidad con una filosofía de mejora continua<sup>38</sup>

Aunque cabría decir que la mayor parte de los programas impulsados por los gobiernos están destinados a la salud usando como metodología un tratamiento

---

<sup>37</sup>Programa de desarrollo integral del adulto mayor, un centro de día, [http://www.fechac.org/pdf/prodia/manual\\_creacion\\_de\\_centros\\_de\\_dia.pdf](http://www.fechac.org/pdf/prodia/manual_creacion_de_centros_de_dia.pdf) , consultada el 26 de octubre de 2016

<sup>38</sup> Sistema Estatal para el desarrollo Integral de la familia Hidalgo, calidad de vida en el adulto mayor, Gobierno del Estado de Hidalgo, [Dif.hidalgo.gob.mx/?p=956](http://Dif.hidalgo.gob.mx/?p=956) revisado el 07 de octubre del 2015.

preventivo, pero para lograr elevar el bienestar o la calidad de vida no sólo es necesario atender a la salud, es por eso que se agregan otros aspectos como calidad de atención y servicio, desarrollo personal. Estos aspectos también son importantes para lograr equilibrar el desarrollo de una persona adulta pues esto es lo que se pretende con la calidad de vida del adulto mayor.

Aunado a esto, el gobierno ha emprendido acciones por medio de programas destinados a la atención de las personas adultas, “así la institucionalización de la temática de la población adulta mayor en el Estado se remonta a 2003, cuando se crea el Programa de Atención Integral para Adultos Mayores. Posteriormente, en el año 2007, se crea el instituto para la Atención de los Adultos Mayores del estado de Hidalgo, (I.A.A.M), y se incorpora a la Secretaría de Desarrollo Social como organismo descentralizado, con personalidad jurídica y patrimonios propios”.<sup>39</sup>

Este programa tiene como base el Modelo de “Envejecimiento Activo”. Para ello, ha llevado a cabo acciones dentro de las cuales destacan la formación de promotores gerontológicos, la implementación de núcleos gerontológicos, la capacitación de enlaces municipales, los encuentros intergeneracionales, las unidades móviles gerontológicas y los apoyos materiales como las prótesis dentales, entre otras.

Aunque estas acciones han permitido dar prioridad a la atención del adulto mayor, no son lo suficiente para elevar la calidad de vida que ellos merecen, pues propiciar el envejecimiento activo en ellos comprende otros aspectos que se relacionan con entablar relaciones cercanas, es decir, crear espacios de esparcimiento y recreación donde se sientan escuchados, atendidos.

Durante el acercamiento con la comunidad y sobre todo con las personas adultas se hace notorio la diversidad en las formas de pensar, actuar, sino en el apoyo que sienten por parte de la familia, para algunos la familia ha sido un gran apoyo, otros han recibido malos tratos en cuanto a la atención que les proporcionan, así que no es lo mismo para aquellas personas que viven con los hijos, nietos que aquellos que

---

<sup>39</sup>Programa Institucional de Adultos Mayores 2011-2016, <http://www.adultosmayores.hidalgo.gob.mx/normatividad/PIAM>.

viven solos e independientes, lo cual influye notoriamente en la calidad de vida que deberían tener.

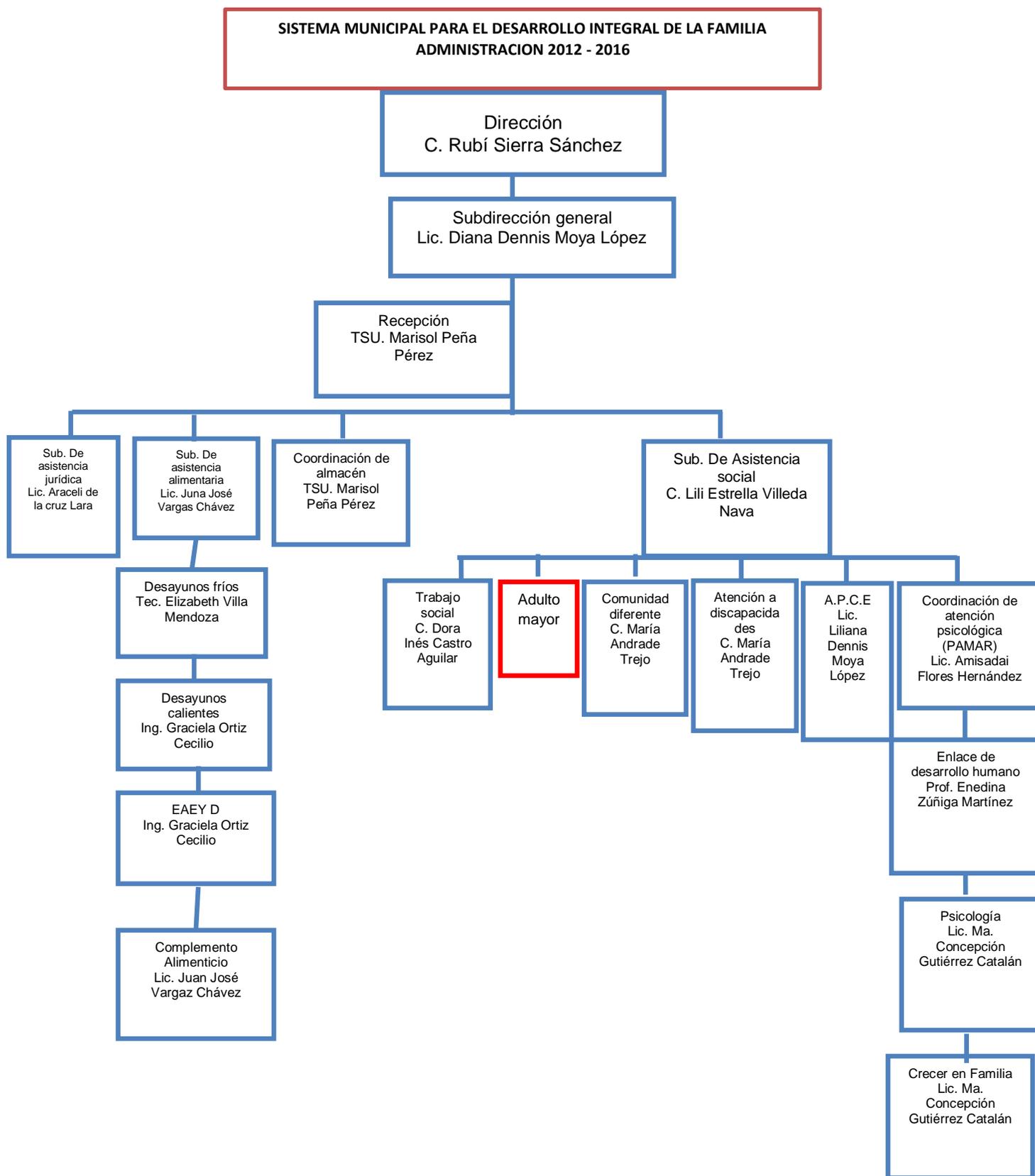
De esta manera, la única forma de lograr elevar la calidad de vida de las personas adultas, no es a partir del desarrollo de políticas o programas, aunque son una vía para lograrlo. Pero lo más importante es llevar a cabo verdaderamente todo lo que implican las mismas, ya que de nada sirve crear todo tipo de programas cuando solo queda diseñado en papel y en la acción no se lleva tal cual debe ser.

Dentro de las necesidades prioritarias que se presentan para mejorar la atención de las personas adultas es que los encargados de brindar este servicio sean conocedores de la tercera edad, ya que una de las razones por la cual estos programas no dan resultado es por la falta de personal capacitado para brindar un servicio acorde a las necesidades o expectativas de las personas de la tercera edad.

Considerar los deseos como punto de partida en la realización de cualquier actividad con las personas de la tercera edad, es vital ya que de esto depende lograr los resultados esperados sobre todo cuando se pretende implementar un envejecimiento activo.

La descripción que se realiza del DIF, permitirá conocer primeramente el funcionamiento de la institución y conocer los problemas que puedan impedir su realización, así como de los programas que impulsan, entre ellos, el programa calidad de vida del Adulto Mayor; sin duda una institución pública o privada no puede funcionar si no hay una buena organización y relación interna, ni mucho menos si no existe el personal adecuado para desempeñar las funciones de esta institución. Para ello, realizamos la descripción del organigrama, misión, visión y objetivo de DIF para conocer a grandes rasgos cuáles son las funciones del personal que conforma la organización de esta institución, así como las funciones de cada área.

### 3.3 Organigrama general del sistema DIF Municipal



### **a) Misión**

Ser la institución líder de la asistencia social en el municipio de Ixmiquilpan, que promueva la integración y desarrollo humano de las familias vulnerables, a través de servicios integrales de manera eficiente y comprometida

### **b) Visión**

Ser una institución fiable, que facilite a la población vulnerable las herramientas más indispensables para su desarrollo humano, basados en valores, como la dignidad, equidad, responsabilidad y compromiso social.

### **c) Objetivo**

Proporcionar la atención de asistencia social a la población, objetivo del ámbito municipal y mejorar la circunstancia de carácter social que impidan el desarrollo integral de las personas así como la protección física, mental y social de personas en estado de necesidad, indefensión, desventaja física y mental hasta lograr su incorporación a una vida plena y productiva.

Promover la integración y desarrollo humano individual, familiar y comunitario, propiciando la participación activa organizada, consiente, comprometida y solidaria de la población en su conjunto, a través de políticas, estrategias y modelos de atención que privilegian la prevención de factores de riesgo y vulnerabilidad.

## **3.3.1 Áreas de DIF**

### **a) Dirección y subdirección de DIF**

Se comenzará con la descripción de la dirección y la subdirección general. Dentro de las funciones que posee la C. Rubí Sierra Sánchez y la Lic. Diana Dennis Moya López; quienes fungen como la Directora y subdirectora del Sistema DIF Municipal, tiene la obligación de: Cumplir con los objetivos, funciones y labores sociales del Sistema Municipal, y coordinación de todas las áreas dependientes al Sistema DIF, para ello formulará planes, programas, proyectos y reglamentos que competen a su ámbito. En coordinación con el área de contabilidad se ejecutará y controlará el presupuesto del Sistema Municipal en los términos acordados, deberá resguardar y

vigilar la documentación y la información propia de las actividades encomendadas al sistema DIF municipal.

También tiene como funciones programar reuniones periódicas con los jefes y difundir ampliamente entre la población la información respectiva a los servicios que ofrece el sistema DIF Municipal. Implementar, difundir y operar mecanismos y estrategias que propicien la participación de la ciudadanía en las tareas de beneficio colectivo y verificar el buen estado y correcto funcionamiento de la infraestructura de las unidades y subsistemas que integran el sistema DIF Municipal.

### **b) Recepción**

Es atendida por TSU. Marisol Peña Pérez, quien se encarga de apoyar en las actividades administrativas en general, así mismo organizar la agenda y atender llamas telefónicas, redactar y capturar documentos, controlar el archivo, recibir y registrar correspondencia, dar atención al público y canalizar al público al área correspondiente. Atender de manera directa a la ciudadanía que requiera algún servicio o información, elaborar oficios de varios formatos, cobrar cuota de consultas y otras actividades que sean asignadas por el jefe inmediato.

Sin embargo, la actitud que toma cuando atiende a las personas en ocasiones no es cordial, entonces, si su función es resolver las dudas, el trato debería ser más amable y así la forma en que se dé la atención a las personas será también una manera de identificar a la institución porque la calidad no sólo se refiere al servicio sino también a la mejora permanente, incluyendo los aspectos humanos, organizacionales y gerenciales. Por esta razón, dentro de la atención que se brinde a la población deberá basarse en la práctica de los valores fundamentales que deben fungir como motivadores de las acciones del comportamiento humano y que además forman el carácter de la organización.

“Entre los cuales se rescatan los siguientes; el respeto; la lealtad; la honestidad; la solidaridad; la puntualidad; el orden; la igualdad; la transparencia; el compromiso; la responsabilidad; la comunicación; la cooperación; la disciplina, la antigüedad; lo útil, la utilidad; el cambio; el rendimiento; la adaptabilidad; la iniciativa; la creatividad e

innovación; la autonomía; la diversidad; la equidad; la confianza; la continuidad y constancia; y la participación”<sup>40</sup>.

Estos valores fundamentales son necesarios ponerlos en práctica, es una obligación para las personas que trabajan en diferentes instituciones públicas y privadas, tal es el caso de DIF dado a que es una institución de asistencia social, por lo que se requiere ser servicial con las diferentes personas que buscan algún tipo de apoyo.

Dentro de la descripción de estas dos primeras áreas de DIF se destacan las funciones de cada una de las personas que atienden, en primer lugar la dirección y subdirección deben estar enfocadas a guiar correctamente a la institución, pues son líderes de todo el personal restante, es decir, deben marcar las líneas de acción a fin de concretar los objetivos que como institución tiene marcado, de igual forma se hace una descripción de lo que sucede dentro de la institución con la finalidad de conocer si existe un compromiso con el cargo que desempeñan.

#### **c) Subdirección de Asistencia Jurídica**

Representada por la Lic. Araceli de la Cruz Lara, tiene como funciones; otorgar servicios de atención Jurídica a menores, mujeres, adolescentes, personas con discapacidad, adultos mayores y familias de escasos recursos priorizando los casos de mayor vulnerabilidad y contribuir a la satisfacción de las necesidades de las personas que acudan al Sistema DIF Municipal a efecto de que puedan ejercer libremente sus derechos y coadyuvar a su reintegración al seno familiar y social. Así mismo establecer y operar los sistemas de información de las actividades y servicios que en materia jurídica preste el DIF Municipal.

#### **d) Subdirección de Asistencia Alimentaria**

Tiene como representante al Lic. Juan José Vargas Chávez, el cual se coordina con la Tec. Elizabeth Villa Mendoza e Ing. Graciela Ortiz Cecilio; está a cargo de supervisar espacios alimentarios, preescolares, grupos nutricionales; revisar

---

<sup>40</sup> ZAPATA Domínguez Álvaro Ph.D. -Liliana Andrea PRIMERO CEBALLOS Bianney ARIAS QUEJAD. En: Cultura organizacional para la calidad total. <http://www.ascolfa.edu.co/web/archivos/eventos/encuentroinvestigacion2005/Cap-2009-Alvaro-Zapata>.

contenidos de menús, instalaciones del programa DEC, así mismo supervisar y controlar con DIF Estatal los pagos efectuados por cada uno de los preescolares.

Son Responsables de elaborar y dar cumplimiento de reportes mensuales, trimestrales, anuales que se requieran para justificar las actividades realizadas por la subdirección y cumplir con los programas institucionales de atención alimentaria que señala el Sistema Estatal DIF con la finalidad de incrementar los niveles nutricionales en la población marginada y de escasos recursos del Municipio. Tiene como obligación también recibir y canalizar al departamento correspondiente las solicitudes de apoyos, orientaciones y equipamiento.

Y sobre todo participa activamente en las acciones verificando la entrega oportuna de los apoyos necesarios en materia de alimentación e informar a la dirección y presidencia de DIF Municipal sobre las actividades desarrolladas y objetivos cumplidos.

A pesar de lo ya mencionado, el control que llevan de cada uno de los niños inscritos en estos apoyos está alterado, puesto que la información se sube a internet y tiene parámetros que exigen sean contestados, como es la información de todos los niños y sus padres, peso, talla, pero cuando se calcula los valores de nutrición se alteran estos datos para que sean aceptados con estándares normales en peso y talla, en la información que obtienen de los niños se hace evidente que algunos padecen de sobre peso, aspecto que no se toma en cuenta, para seguir de cerca este problema de sobrepeso infantil.

Por lo que respecta a estas subdirecciones, están encaminadas a dar alternativas de solución para la población con problemas de discapacidad así como contribuir a mejorar la calidad nutricional de las y los niños del municipio. Además, dentro del área de alimentación también se encuentra un apoyo de suplemento alimenticio para las personas adultas y se llevan un control sobre ellos puesto que cada mes se les otorga tres sobres de este producto, las personas adultas mayores de la comunidad de Taxadhó que reciben este suplemento son alrededor de 25 personas que se encuentran registrados en el programa.

### **e) Subdirección de Asistencia Social**

Esta área está a cargo de la C. Lili Estrella Villeda Nava, quien tiene a bien; coordinar, motivar y evaluar el desempeño de cada uno del personal a su cargo, por lo menos una vez al mes y elaborar el informe mensual para reportárselo a la directora de la institución.

También se encarga de coordinar el personal a su cargo, así como también vigilar que se cumplan los objetivos planteados por la subdirección de asistencia social y focalizar de manera correcta cada uno de los programas a la población de acuerdo a su grado de marginalidad, así mismo verificar que los programas no sean desviados o vendidos a la población.

Las personas que conforman esta subsecretaría es la C. Dora Inés Castro Aguilar quien está a cargo del trabajo social; la C. María Andrade Trejo, a cargo de comunidad diferente; la Lic. Liliana Dennis Moya López representante de A.P.C.E; la Lic. Amisadai Flores Hernández, a cargo de la Coordinación de atención psicológica "PAMAR"; la Lic. Ma. Concepción Gutiérrez Catalán a cargo también del área de Psicología Y la Profra. Enequina Zúñiga Martínez, quien está a cargo de Enlace de desarrollo humano, suman esfuerzos para el logro de objetivos en las diferentes áreas, capacitar, instruir a los compañeros para que realicen su función adecuadamente e Incorporar a Familias vulnerables en diferentes programas y/o proyectos a fin de fortalecer su desarrollo. Para ello buscan trabajar en conjunto con Responsables de Salud, Trabajadora Social y Asesor Jurídico para dar un servicio óptimo en cada uno de los programas.

De esta manera atender a los individuos o grupos que están en riesgo de presentar problemas de índole social potenciando el desarrollo de las capacidades y facultades de las personas para afrontar por sí mismas futuros problemas e integrarse satisfactoriamente a la vida social.

Por lo que respecta a esta área, se percibe que existe una coordinación de todo el personal que la integra, puesto que buscan la colaboración mutua. Sin embargo también podemos decir que dentro de esta subdirección se encuentra el programa "calidad de vida en el adulto mayor" que coordina la representante de esta

subdirección, teniendo con esto dos responsabilidades, por una parte coordinar a cada una de las áreas y por la otra atender a las personas adultas.

Las funciones que desempeña dentro de la subdirección del área social se dieron a conocer en los párrafos anteriores; ahora bien, es importante conocer las funciones que desempeña como encargada de desarrollar el programa “Calidad de Vida en el Adulto Mayor”, entre ellas otorgar credenciales INAPAM a las personas mayores que hayan cumplido los 60 años, aplicando una entrevista a cada uno de ellos como requisito.

Tiene también la función de organizar diferentes actividades para los grupos de comunidades en las cuales se ha empleado este programa. Estas actividades le han permitido tener un acercamiento con las personas adultas quienes les han brindado también su apoyo, a pesar de no poseer un perfil adecuado orientado a la atención de las personas adultas, ha sabido sobrellevar este cargo, puesto que continuamente la misma institución brinda capacitación a cada uno de las personas que la integran.

Aunque no necesariamente poseer el perfil garantiza que la atención que se brindada a la población adulta sea acorde a sus necesidades, no obstante la importancia del perfil radica en que permite al profesional involucrado en el trabajo realizar una buena intervención, es por eso que debe reunir las siguientes características: “comportamiento profesional, conocimiento del tema, calidez y gentileza, empatía, respeto, autenticidad, flexibilidad, sentido del humor, lenguaje adecuado, tono de voz apropiado, habilidades pedagógicas, habilidad de escucha, habilidad de síntesis, manejo de situaciones familiares”<sup>41</sup>.

Sus principales funciones deberían ser: realizar la planeación a partir de objetivos y su evaluación para mejorar y lograr un cambio de actitud en la persona adulta mayor incidiendo en su entorno social y familiar; respetar la personalidad de cada uno de los miembros y reconocer su contribución al desarrollo del trabajo; fomentar el espíritu grupal por medio de sentimientos de amistad; brindar atención individualizada y grupal; promover y fortalecer las relaciones interpersonales por

---

<sup>41</sup> Modelos de atención Gerontológica. Instituto nacional de las personas adultas mayores. Pág. 50

medio de la orientación y educación; mantener el contacto continuo con los adultos mayores y con el personal interdisciplinario para el buen desarrollo de las actividades; impulsar un trabajo independiente y autogestivo del grupo.

Revisando cada una de las funciones que debe desempeñar una persona que se encarga de la atención de las personas de la tercera edad y haciendo una comparación de las funciones que actualmente desempeña la encargada del programa “Calidad de Vida del Adulto Mayor” dentro de DIF, se hace notoria la carencia de perfil para desarrollar una planeación acorde a las necesidades que las personas expresan, limitándose a aplicar actividades que surge del interés propio, tampoco ha podido fortalecer la identidad del adulto mayor dentro del entorno social y familiar pues requiere tiempo y capacidad de dimensionar todo el proceso que implica.

Aunque no todo es negativo dentro de sus funciones, pues cuando sale a visitar a sus grupos los motiva a seguir juntos, fortaleciendo con esto al grupo y la amistad que existe con cada una de las personas que la conforman. Sin embargo eso sucede algunas veces y las personas adultas notan las ausencias de la encargada lo cual genera la decadencia del grupo.

#### **f) Coordinación administrativa**

Por lo que respecta a la funciones de la Coordinación Administrativa, se pueden encontrar las siguientes; actualización de información de la página web de Transparencia del Sistema DIF Municipal. Así mismo canalizar y dar seguimiento a instrucciones derivadas de presidencia a las diferentes áreas del Sistema resultantes de las Sesiones de Patronato para proporcionarla a todos los elementos y facilitarla para el mejor desempeño de su cargo y agilidad.

Esta coordinación funge como enlace de información entre el Área de Comunicación Social y el sistema DIF municipal y desarrolla sesiones del Patronato del Sistema Municipal. Actualiza y verifica la información otorgada en redes sociales. Coordinar la elaboración y/o actualización de los manuales técnicos-administrativos de las áreas y personal involucrado en las Funciones y procesos. Acordar con la

Presidencia la resolución de los asuntos cuya terminación se encuentre dentro de la competencia administrativa a su cargo.

### **g) Almacenista**

Esta área de la institución está a cargo de la TSU. Marisol Peña Pérez quien tiene como función recibir y revisar materiales, repuestos, mobiliarios, equipos, alimentos y verificar que las características de los suministros que ingresan al almacén correspondan con la requisición realizada y firma nota de entrega y devolver copia al proveedor.

Así mismo clasifica y organiza el material en el almacén a fin de garantizar su rápida localización y tener disponible, limpio y en orden el lugar donde se entrega; recibir y revisar las requisiciones internas de materiales, por ende guardar la mercancía existente en el almacén y cumplir con las normas y procedimientos en materia de seguridad integral, establecidos por la Institución.

Cada una de estas áreas dentro de sistema DIF, como los responsables de las mismas debe desempeñarse con profesionalismo, ética, honestidad y confidencialidad. A fin de que los objetivos de la institución se cumplan al pie de la letra para dar un mejor servicio a la comunidad, y responder con soluciones inmediatas y oportunamente ante los problemas que impiden el desarrollo integral de la persona en la familia, comunidad y sociedad.

De la misma forma es necesario saber qué falta para emplear alternativas de mejora que ayuden a resolver estas carencias dentro de cualquier espacio. De ahí que permitirá conocer las carencias que se muestran dentro del programa “Calidad de Vida del Adulto Mayor”. Este programa está enfocado, como su nombre lo dice, a mejorar la calidad de vida de las personas adultas. Si bien existen varias comunidades, solo nueve de ellas son atendidas ya que los representantes de cada grupo de adultos se acercó al DIF para solicitar los servicios que ofrece el programa y estas comunidades son El Nith, Dios Padre, El Carmen, San Antonio, La otra Banda (Barrio Progreso), Cañada Chica, El Fitzhi, Taxadhó.

La descripción del organigrama del Sistema DIF se representan con la finalidad de ampliar nuestro diagnóstico tomando como referencia primeramente la función del DIF como institución ejecutora del programa calidad de vida del adulto mayor, de igual manera nos permite conocer las funciones de cada una de las personas que conforman dicha institución.

### **3.4 ¿Quién es el Adulto Mayor?**

“El envejecimiento del ser humano es un proceso natural, que comienza antes del nacimiento y continua durante todo el ciclo de vida, es decir, es una serie de fenómenos o hechos que van ocurriendo de forma continua, a través del tiempo a todos los seres vivos, es parte normal del ciclo de vida”.<sup>42</sup>De esta manera se entiende como un proceso de cambios a través del tiempo, natural, continuo e irreversible; que se presentan a nivel biológico, psicológico y social, y están determinados por la historia, la cultura y la situación económica de las personas.

Cada persona envejece de manera diferente, dependiendo de sus características innatas que adquiere a través de la experiencia y de las circunstancias a las que se haya enfrentado en su vida. Sin embargo, en “México existe un rápido crecimiento de la población adulta, el subdirector general de Asistencia e Integración Social del DIF, Carlos Pérez López señala que existe un incremento promedio anual de 180 mil adultos mayores y se prevé un aumento de 27 millones de este año y hasta el 2050, el 80% de dicho aumento comenzara a partir del 2020”<sup>43</sup>.

La vejez es una etapa más de la vida, es por ello que los adultos deben tener la misma oportunidad de crecimiento, desarrollo, aprendizaje y tener nuevas experiencias como cualquier otra etapa de su vida. Por eso se deben crear programas para la atención de los adultos mayores en los que se debe considerar cuestiones como: sus intereses, su entorno inmediato, problemas de salud o discapacidad que lo limiten a integrarse al programa.

---

<sup>42</sup> Universidad Académica de Humanismo Cristiano, adulto mayor y maltrato, Chile, Santiago 2006, <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/453/tesis%20traso155.pdf?sequence=4&isAllowed=y>, consultada el 28/11/16.

<sup>43</sup>Capítulo 1 El adulto mayor, [http://www.Catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lar/dionne\\_e\\_mf/capitulo1](http://www.Catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/dionne_e_mf/capitulo1), Revisado el 28/11/16.

Sin duda alguna, en un futuro la sociedad será conformada por más adultos que jóvenes, erróneamente pensamos que los adultos a cierta edad se vuelven dependientes y la sociedad suele verlos como una carga dejándolos en el abandono, es decir, bloqueando posibilidades en las que ellos pueden laborar, convivir con otras personas por la razón que tienen un pensamiento diferente de la vida, se dice que vuelven hacer niños en el momento que entran en el rango de 60 años y más en el cual se les categoriza como adultos mayores o de la tercera edad.

A pesar de lo que se piensa de los adultos mayores, han demostrado que esta nueva etapa que se encuentran viviendo, es una etapa en la que ellos crecen personalmente, se toman su tiempo para reflexionar sobre las situaciones que han vivido, se muestran fuertes para seguir viviendo su independencia. Como lo menciona Nassar y Abarca “un adulto es la existencia de un ser humano quien desde un punto de vista biológico se encuentra orgánicamente desarrollado; quien desde un enfoque económico, goza de independencia de sus padres y solvencia económica; quien desde una perspectiva psicológica, es capaz de responsabilizarse de sus actos y de producir o realizar un aporte al medio social en el que se desarrolla, al tiempo que presenta cualidades psicológicas con independencia de criterio”<sup>44</sup>.

Ante lo ya mencionado, el sistema DIF municipal de Ixmiquilpan se encarga de la atención del adulto mayor, es decir, presta servicios con un óptimo apoyo al desarrollo de las capacidades de las personas mayores. De la misma manera el gobierno de Hidalgo realiza varios enlaces a nivel estatal y municipal a fin de lograr los objetivos de la atención a personas adultas, de esta forma estos enlaces buscan brindar lo necesario para que los adultos obtengan una calidad de vida.

El adulto mayor es una persona que, sin duda alguna, está consciente que está viviendo una etapa más de la vida y en su mayoría aceptan vivirla de manera activa; les gusta convivir con la sociedad, que sean tomadas en cuenta sus ideas; mantienen una actitud positiva ante la vida; los adultos son de un contexto diferente

---

<sup>44</sup> ALPIZAR, Díaz Wendy, hacia la construcción del concepto integral de adultez, revista enfermería actual en costa rica, <https://revista.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/viewfile/10704/10096>. Consultado noviembre 2016.

al de un joven ya que para ellos todo el tiempo es valioso y siempre hay alguna actividad fructífera por realizar; tienen conocimiento que si se quedan pasivos en esa etapa de su vida se vuelven más vulnerables a adquirir cualquier enfermedad, pero que de igual manera deben cuidar sus hábitos alimenticios y para ellos no es algo complicado porque han llevado una alimentación adecuada a lo largo de su vida.

Para lo cual el programa general de la atención del adulto mayor en los diferentes sistemas DIF municipales del Estado de Hidalgo, realiza la prestación de servicios para brindar un óptimo desarrollo de las capacidades de las personas mayores, primeramente se debe considerar las necesidades de los adultos, lo cual se logra con el contacto y confianza de los mismos para lograr cumplir una mejor calidad de vida en el adulto mayor.

Ahora bien, es importante definir conceptualmente qué es calidad de vida; definirla no es nada sencillo, existen diferentes concepciones propuestas por diferentes autores; Levy y Anderson mencionan que “la calidad de vida es una medida compuesta de bienestar físico, mental y social, tal como la percibe cada individuo y cada grupo, y de felicidad, satisfacción y recompensa”.<sup>45</sup> Es decir, cada una de las personas damos una significación a lo que es la calidad de vida. Por esta situación no hay un consenso o acuerdo sobre el significado de este concepto, diferentes estudios e investigadores consideran que para algunos la calidad se relación con la economía y otros se inclinan a la calidad como bienestar.

Este concepto con el paso del tiempo ha llegado a ser popular y, por ende, importante para la sociedad. Obviamente no podemos negar que hemos escuchado este concepto en algún momento de nuestra vida, por la simple razón que se ha vuelto un eje central para el desarrollo de la sociedad, por ejemplo, existen diferentes instituciones que proclaman el desarrollo de la calidad de vida pero pasa que no queda claro el significado del concepto y los aspectos que influyen para que esta pueda darse; de esta manera el concepto pierde sentido convirtiéndose en simple propaganda para vender u ofrecer un servicio.

---

<sup>45</sup> ARDILA Rubén. En: Calidad de vida: una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 35, núm. 2, 2003, pp. 161-164 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia, <http://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>

Cuando la calidad de vida tiene que ser un concepto íntegro, es decir, que debe existir un equilibrio que genera un estado de satisfacción general, que posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos lo que la hace 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 bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico, social con la comunidad, y la salud objetivamente percibida.<sup>46</sup>

En párrafos anteriores se hace una breve descripción acerca de quién es el adulto mayor contemplando que esta etapa de la tercera edad es un proceso natural que todos cruzamos en algún momento de nuestra vida; estamos conscientes de que existe una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales, a su vez creemos que no es una etapa en la cual no deben sentirse abandonados por la sociedad porque actualmente existe un gran crecimiento de la población adulta que demuestra que en tiempos futuros la sociedad estará conformada por más personas adultas que jóvenes; pero que pasa muchos hijos abandonan a sus papás, los explotan y los dejan en asilos.

Lo anterior es una descripción general acerca de la población adulta y sus características expuestas teóricamente, pero sería interesante conocer quién es el adulto mayor a partir de la convivencia con ellos, por lo que a continuación presentamos la caracterización de las personas de la tercera edad a quienes está destinado este proyecto de intervención, con la finalidad de conocer qué apoyos y programas reciben, saber con quienes viven, el trato que reciben de su familia, comunidad, grado de escolaridad, las necesidades que les aqueja y preocupa.

### **3.5 Caracterización de los Adultos**

En este apartado se realiza la caracterización de cada adulto que asiste al grupo de adultos mayores de la comunidad de Taxadhó, con la finalidad de conocerlos con base a entrevistas que se realizaron para identificar las necesidades que cada uno de ellos demanda de manera individual y colectiva.

---

<sup>46</sup> Ibídem

Doña Olivia Martínez Hernández tiene la edad de 67 años, es viuda, tiene un año asistiendo al grupo y lo hace para divertirse con las actividades que les lleva el DIF. Es ama de casa y se dedica también a realizar ayates de ixtle para después venderlos y sustentarse económicamente; conoce algunos beneficios o servicios que brinda el DIF al grupo, tiene 6 hijos y vivió con ellos; la tratan bien, no fue a la escuela de joven y en estos momentos cursa el primer grado de primaria en la escuela de adultos; su propósito es aprender a escribir su nombre pero ya no le gusta ir porque la maestra no asiste, padece de presión alta y ya no puede ver bien por eso utiliza lentes.

Es una persona muy entusiasta, y siempre tiene una sonrisa en el rostro, le gusta expresar lo que siente en el momento, pero lo que más llama la atención es que ella aprende todas las cosas que le enseñen; menciona que se siente desaminada porque la persona que las atiende ya no asiste y los libros lastiman sus ojos. La razón que la lleva al grupo es para distraerse y salir de su hogar, pues tiene poco tiempo que enviudó y permanecer en casa recuerda a su esposo, además no le gusta estar sola.

Doña Olivia menciona; “me gustaría que me enseñaran a bailar, cantar y a realizar más ejercicios”<sup>47</sup>. Le gustaría que se implementaran más actividades como las que menciona porque le ayudan en su salud.

Doña Plácida Pérez Martín tiene la edad de 65 años y tiene un año asistiendo al grupo. Lo hace porque la invitaron a realizar los ejercicios que les llevan por parte de DIF. Se dedica al hogar; ella comenta que el único apoyo que recibe por parte de DIF es el programa de invierno en el cual se le entregan cobijas, tiene 8 hijos, es casada y vive aún con su esposo; sus familiares la tratan bien; asistió a la escuela pero no terminó el primer año de primaria; sabe leer y escribir poco; actualmente asiste a la escuela de adultos y está en preescolar; padece de diabetes, presión arterial alta y a veces ya no ve bien, cuenta con el apoyo de prospera por parte del gobierno federal.

---

<sup>47</sup> Entrevista núm. 2 el día 16 de Febrero del 2016.

Doña Placi es una persona un tanto entusiasta, pero a la vez cuando no puede realizar las actividades prefiere no hacerlas. Otra de las cosas que se observó, es que defiende mucho su religión, es una persona que dice lo que piensa y suele molestarse cuando las cosas no le parecen, ella y su esposo son muy independientes pues viven solos y aunque sus hijos viven alrededor prefieren mantener su independencia. Ella se siente obligada a asistir a la escuela porque está en el programa prospera, lo cual nos hace notar su desanimo, primero, porque considera que ya no puede aprender nada por los años que tiene.

Palabras de Doña Placida me gustaría que nos enseñen más ejercicios y actividades que les ayuden a salir adelante como tejer. Menciona estas dos actividades porque le han ayudado a caminar bien pues ya se cansaba; es una persona que le gusta ganarse su propio dinero para su sustento es por eso que le interesaría que se le impartieran actividades que les generen un ingreso económico.

Doña Natividad Pérez Hernandez tiene la edad de 75 años, es viuda, tiene ya más de un año asistiendo al grupo y lo hace por los ejercicios que les lleva el DIF pues la hacen sentir bien en su salud es ama de casa y también hace ayates. De los programas del DIF está inscrita en el de invierno que les dan cobijas; tiene 6 hijos y vive con ellos; la tratan bien, no tiene ninguna enfermedad; en su juventud dice que nunca fue a la escuela por lo tanto no sabe leer ni escribir, recibe el apoyo del adulto mayor.

Doña Etelvina tiene la edad de 70 años, es viuda, tiene tres años asistiendo al grupo, porque la invitaron hacer ejercicios; puesto que le ayuda a sentirse mejor en la salud; tiene 11 hijos que la tratan bien pero vive sola, sabe leer y escribir; estudio hasta el primer año de primaria; en la escuela de adultos no sabe en qué grado está y solo le ha ayudado a escribir su nombre pero asiste porque le enseñan ÑHÑHU, padece de diabetes y ya no ve bien.

Doña Etelvina es una persona que piensa que ya no puede aprender, cuando realizábamos las entrevista tenía temor a contestar o a equivocarse por lo que representábamos dentro del grupo, aún no alcanzan a entender que somos igual que ellos, pero poco a poco hemos logrado que nos traten como parte del grupo.

Doña Leonila Pérez Cruz tiene la edad de 80 años, es casada y vive con su conyugue; es ama de casa y teje ayates; tiene 4 años asistiendo al grupo y lo hace porque le gustan los ejercicios que les dan porque se siente bien y porque le da gusto que los atiendan; conoce el programa que los atiende y el de invierno en el que se les entregan cobijas, desde hace 11 años; antes la trataban mal y ahora el trato a cambiado para bien; no padece de ninguna enfermedad; sabe escribir; en su juventud no recuerda hasta qué grado estudió pero actualmente se encuentra en la escuela de adultos; está en primaria pero sabe leer su nombre; cuenta con el apoyo de prospera, 70 y más.

La Sra. Leonila es muy alegre y dispuesta a hacer las actividades que se les imparten; sus acciones hacen deducir que le gusta asistir al grupo por el compañerismo que se genera en cada uno de ellos, sobre todo se divierten porque sus pláticas son en el idioma ÑHAHÑU que es la que hablan más, pero para ella no es un impedimento para hacer las actividades, vive con su esposo lo que marca su independencia y seguridad al mismo tiempo.

Doña Rafaela Martin Contreras tiene la edad de 76 años es casada; se dedica al hogar; tiene tres meses asistiendo al grupo y su motivación para asistir son los ejercicios que practican para distraerse. Por parte del DIF no ha recibido ningún apoyo; tiene 6 hijos; el trato hacia ella es bueno pero sus nueras la tratan mal y ha sido abandonada por una de sus hijas que vive en El Barrido pues no la visita y es por eso que vive sola. No sabe leer ni escribir pues no estudió de chica; actualmente no le interesa aprender pues se fastidia ya no quiere aprender nada y padece de diabetes desde hace 20 años.

La Sra. Rafaela es una persona muy melancólica y aunque aparentemente refleja una apariencia de alegría, en el fondo es una persona que sufre por los hijos, aunque asegura que sus hijos la tratan bien; pero prefiere vivir sola, le gusta asistir al grupo y sus participaciones son pocas.

Doña Rafaela comparte que le ha ayudado mucho asistir al grupo para mejorar en su vida; menciona: “me gustaría que se impartieran más ejercicios, que nos pongan a correr y actividades que tengan que ver con el baile para no perder el movimiento”<sup>48</sup>,

Doña Josefina Pérez Hernandez tiene la edad de 64 años; es casada; se dedica a hacer ayates; tiene un año asistiendo al grupo y lo hace para hacer ejercicio con las actividades que les llevan por parte del DIF. De esa institución el apoyo que ha recibido es el programa de invierno en el que se les dan cobijas; tiene 3 hijos y 6 hijas, vive con un hijo y su esposa; el trato hacia ella es bueno, padece de presión arterial alta; ya no puede ver bien del ojo izquierdo; recibe apoyo por parte del programa prospera, 70 y más; no sabe leer ni escribir; actualmente asiste a la escuela de adultos; va en primaria y le ha ayudado muy poco desde que asiste.

La señora Josefina es una persona que dentro del grupo es un poco seria en el momento en que se están realizando las actividades, pero al término de ellas tiende a conversar con los demás adultos; es entonces que nos percatamos que con los adultos le es más fácil entablar una conversación y es porque ya los conoce y se encuentra en más confianza que con las personas que son externas al grupo; es una persona que le gusta que la escuchen; es muy poco participativa cuando se tiene que hacer individualmente, pero en los ejercicios de activación física se muestra con toda la actitud para realizarlo.

Palabras de Doña Josefina me gustaría que se realicen más actividades que tengan que ver con el ejercicio porque me ayudan a mantenerme activa, le gustaría que se realicen diferentes actividades porque considera importante que todo el cuerpo este en movimiento para lograr mantenerse activos en su vida diaria.

Doña Amalia Ortiz Santiago tiene la edad de 74 años; es casada; se dedica al hogar tiene 2 años asistiendo al grupo y lo hace porque la invitaron en una ocasión a salir de paseo; también porque se siente feliz y bien de salud desde que asiste. Por parte del DIF ha recibido apoyo para ir a vender los días lunes en la entrada de la institución y el programa de invierno; tiene 2 hijos y 6 hijas; vive con una hija y ella se

---

<sup>48</sup> Así se observó que es una persona que considera que es de vital importancia realizar actividades que le ayuden a mantenerse activa físicamente, para prevenir algunas enfermedades.

encarga de cuidarla; padece del corazón y ya no ve bien del ojo derecho; solo sabe escribir y leer su nombre y edad pues nunca asistió a la escuela cuando era joven; actualmente asiste a la escuela de adultos; va en preescolar; le ha ayudado a escribir y juntar letras, pero cuando las termina de juntar ya no sabe que dice, recibe apoyo por parte de los programas prospera, 70 y más.

La señora Amalia es una persona entusiasta, le gusta salir con el grupo de adultos porque eso hace que se sienta feliz y le ayuda mucho a sentirse bien emocionalmente, le gusta participar en todas las actividades que se realizan dentro del grupo. Asiste a la escuela porque es obligatorio para que les brinden los apoyos que da el gobierno, pero le da tristeza porque le enseñan a como formar palabras para leer, pero no le han enseñado a leer y no la motiva a seguir asistiendo a la escuela de adultos.

La señora Amalia dice me gusta convivir con mis compañeros me hace sentir feliz y me gustaría que se organizaran salidas para pasear y convivir con amigas, que se realicen convivios, actividades de baile y canto, es una adulta mayor que le gusta convivir con todos, pero también realiza la sugerencia que se realicen las actividades en diferentes espacios pues comenta que les ayuda a conocer otras cosas y a mejorar ellos mismos dentro de la comunidad.

Doña Guadalupe Mundo Gonzales tiene la edad de 62 años; es viuda, se dedica hacer ayates; tiene un año asistiendo al grupo; lo hace porque la invitaron y para distraerse también porque se siente feliz y bien de salud por los ejercicios que se le brindan por parte del DIF; tiene 2 hijas y 4 hijos; vive con uno de ellos y su esposa; el trato hacia ella es bueno pues la cuidan, padece de la presión alta y no puede ver bien del ojo izquierdo; de joven no asistió a la escuela pero actualmente se encuentra en la escuela en el nivel de preescolar pero dice que no le ha ayudado en nada porque se siente obligada a aprender y por el problema de su vista no puede y ese esfuerzo hace que le duela la cabeza afectando así su salud; recibe apoyo del programa prospera.

La señora Guadalupe es una persona a la que le gusta participar en todo momento, pero; asiste al grupo porque la invitaron pero en ciertas ocasiones las actividades no

le agradan porque dice que si no lo aprendió de joven no lo aprenderá ya de grande; entonces se resiste a aprender cosas nuevas pues no le encuentra sentido de para que le servirán en su vida como persona adulta.

Doña Nieves Pérez Cruz tiene la edad de 70 años; es casada y ama de casa; también hace ayates; tiene 6 años asistiendo al grupo y lo hace porque se siente bien, también porque se divierte y le da gusto estar con los adultos mayores; tiene 6 hijos y 3 hijas; vive con su esposo y un hijo, el trato hacia ella es bueno pues la cuidan; no padece alguna enfermedad pero no puede ver bien por eso usa lentes, además sabe leer y escribir poco, pues de joven asistió solo a la primaria; actualmente va a la escuela de adultos mayores; está en primaria; le ha ayudado a aprender a leer y escribir un poco más; recibe apoyo por parte de prospera, 70 y más.

La señora Nieves es una persona muy alegre y participativa, le gusta decir lo que piensa y siente; ha demostrado ser una persona feliz y que su familia le da un buen trato, pero nos hemos podido dar cuenta que sí es maltratada por parte de su pareja y eso la pone triste; es por eso que asiste al grupo de adultos para convivir con personas que la aprecien y valoren, pero eso no la limita a que realice las cosas que más le gustan.

Doña Maria de Jesús Mezquite Olguín tiene la edad de 62 años; es soltera; ama de casa; tiene un año asistiendo al grupo, lo hace porque le gusta mucho hacer los ejercicios que se les dan por parte de DIF pues le ayuda a su salud, vive con un hermano que la trata bien; padece de la vista pues en algunas ocasiones se le cansa y ve borroso, sabe leer todo tipo de texto y escribir poco; actualmente asiste a la escuela de adultos; va en segundo grado de primaria.

La señora Mari es una persona muy alegre que le gusta asistir al grupo; es tan feliz que en todo momento se muestra dispuesta a participar en las actividades que se realizan y más si son de activación física, pues le gusta realizar mucho ejercicio porque la hace sentir bien y le ha ayudado a mejorar su salud; es una persona muy activa y dispuesta a aprender muchas cosas; vive con un hermano y menciona que está feliz pues se apoyan mutuamente.

Don Cornelio Ortiz Santiago tiene la edad de 76 años; es viudo trabaja en el campo, tiene 4 años asistiendo al grupo y lo hace porque dice que ya tiene la edad; ha recibido los beneficios de los servicios que le brinda el DIF al grupo; tiene 3 hijas y 2 hijos, vive con su nuera y dos nietos; el trato hacia él es bueno; ya no ve bien del ojo izquierdo al igual que del oído izquierdo ya no oye bien, en su juventud estudio hasta la secundaria y sabe leer y escribir; actualmente asiste a la escuela de adultos, va en primaria y le ha ayudado a aprender mejor, recibe apoyo sólo del programa 70 y más.

El señor Cornelio es una persona muy seria y por lo regular se muestra algo distante en el momento que se realizan las actividades, pues muestra desagrado o desinterés por realizarlas, lo que el muestra es que quiere que lo escuchen o tener con alguien con quien platicar, pero dentro del grupo no es muy aceptado por esa razón que sólo quiere que se le escuche a él o simplemente a los demás no les interesa el tema y se muestran en algunos momentos algo groseros. Dice que no es maltratado por parte de su nuera pero en ocasiones muestra tristeza pues no sabe en qué momento puede cambiar ese trato hacia él; entonces demuestra que sí se han presentado ocasiones de maltrato hacia su persona.

Don Cornelio dice me gustaría que se nos enseñen más ejercicios y que nos den una plática de una buena alimentación en el adulto mayor es una persona preocupada por el tipo de alimentación que lleva el adulto es por eso que cree necesario que se les brinden más ejercicios y que un nutriólogo asista al grupo para que les dé una plática sobre alimentación y les haga de su conocimiento a los adultos lo que les es útil o no a su salud.

Doña Anastasia Villa Martinez tiene la edad de 73 años; es soltera y es ama de casa; tiene menos de un año asistiendo al grupo y lo hace por distracción; también porque ha mejorado su salud con los ejercicios que se hacen dentro del grupo, vive con una prima que la trata bien pero cuando se enferma asiste sola al doctor; padece de diabetes, presión alta y no escucha bien del oído derecho; sabe leer poco y estudió sólo la primaria en su juventud; actualmente asiste a la escuela de adultos está cursando la primaria y le ha ayudado a mejorar su lectura; recibe apoyo por parte del programa 70 y más.

La señora Anastasia es una persona seria, pero le agrada asistir al grupo y participar en las actividades que se realizan, pues también le gusta hacer ejercicio. Comenta que no es maltratada por parte de su familia, pero en algunas actividades que se han realizado ha dado a conocer que en ciertas ocasiones si se ha presentado agresión verbal por parte de su familia; asistir a la escuela de adultos le ha ayudado a mejorar su lectura y por esa situación se muestra feliz por seguir aprendiendo.

Doña Cirila Martin Cerrito tiene la edad de 69 años; es casada y ama de casa; también hace ayates de ixtle, tiene un año que asiste al grupo para hacer ejercicio, el beneficio que ha obtenido por parte de DIF es un bastón pues está mal del pie izquierdo; tiene 2 hijos y 4 hijas vive con su esposo y una hija; el trato hacia ella es malo pues su esposo y su hija a veces la tratan mal; le han querido pegar; de joven estudio hasta cuarto de primaria; sabe leer y escribir; actualmente asiste a la escuela va en primaria pero no sabe en qué grado y asistir a la escuela le ha ayudado a escribir, hacer cuentas y a reforzar lo que ya sabía recibe el apoyo de los programas prospera y 70 y más.

La señora Cirila es una persona muy reservada y seria; asiste al grupo porque ha encontrado apoyo por parte de sus compañeros de grupo y se siente feliz, pero una vez que se terminan las actividades le da tristeza regresar a su casa, pues se siente sola a pesar de vivir con su pareja, una hija y nietos; pero esto se debe a que es maltratada por parte de ellos y no solo verbalmente pues también le han llegado a levantar la mano; por eso prefiere asistir a la escuela le ha ayudado para distraerse y aprender cosas nuevas.

Don Leonardo Pérez Pérez tiene la edad de 74 años; es casado y es jornalero; tiene un año asistiendo y lo hace para apoyar al grupo de adultos, pues es el representante de ellos ante las instituciones que los atienden; nos dice que el DIF le brinda al grupo los programas de invierno y el de complemento alimenticio; tiene 6 hijos vive con su esposa y una hija; lo tratan bien a veces pues hay ocasiones en que no; sabe leer y escribir poco; de joven asistió hasta segundo año de primaria; actualmente asiste a la escuela de adultos va en la primaria y dice que ha aprendido poco porque las hojas le lastiman la vista; recibe apoyo por parte del programa 70 y más.

El señor Leo es una persona participativa y si está dentro del grupo es porque es el representante y le gusta apoyar a los integrantes del grupo, pero se muestra desmotivado para seguir asistiendo por diferentes situaciones como de salud y comenta que por lo económico; en las actividades se muestra algo impaciente porque terminen pronto; en cuestiones de participaciones verbales es muy participativo pero también es una persona que en cierto momento se muestra agresivo con su pareja y él dice que porque no se hacen las cosas como él quiere o porque no está de acuerdo con algunas cosas, es entonces que nos percatamos que está en la mejor disposición de apoyar al grupo pero que en su familia no lo hace; es una situación que desconcierta.

Palabras de Don Leo me gustaría que nos dieran más ejercicios, actividades y traer yo más información para compartir al grupo, es una persona muy participativa y en todo momento le dice al grupo de adultos que es importante que realicen ejercicio para mantenerse activos.

La importancia de presentar dentro de este documento la caracterización de los sujetos que en este caso son las personas de la tercera edad de la comunidad de Taxadhó, nos permite conocer hechos sobre su vida personal, social. De la misma forma; nos permite conocer sus necesidades, sus opiniones con respecto a lo que les gustaría realizar como actividades dentro del grupo. Esta información, nos permite también identificar diferentes problemáticas que existen a nivel personal y grupal que se suscitan dentro del grupo ÑHAHÑU; las cuales se exponen en los párrafos siguientes.

De acuerdo a las entrevistas realizadas a las quince personas adultas encontramos que la mayoría de ellos se sienten obligados a asistir a clases para concluir sus estudios y poder obtener su certificado; sin embargo, a ellos les gustaría que se les impartieran más actividades físicas a fin de fortalecer su físico, además de pláticas e información útil que les ayude a auto cuidarse y beneficie a su vida personal.

### **3.6 Problemáticas encontradas**

El grupo ÑHAHÑU de Taxadhó está compuesto por diferentes personas adultas las cuales en su mayoría son hablantes de la lengua ÑHAHÑU; la decisión de ponerle

este nombre al grupo fue idea de todos sus miembros. Durante el periodo de prácticas profesionales observamos problemáticas relacionadas con la atención que reciben por parte del personal de DIF, las cuales se enlistan a continuación:

- ✓ No hay una planeación integral institucional por parte de DIF para atender a los adultos mayores (la pseudo planeación que existe solo se da de manera asistencialista)
- ✓ No hay un espacio adecuado para atender a los adultos mayores dentro de la comunidad.
- ✓ Desinterés por parte de los adultos mayores para asistir al grupo.
- ✓ Falta de atención a los adultos mayores a partir de sus expectativas, donde se vean involucrados los agentes educativos: familia, comunidad y el programa de DIF
- ✓ Enfermedades como la diabetes e hipertensión y maltrato verbal

### **3.7 Delimitación del problema**

Una vez identificadas las problemáticas que aquejan al grupo de adultos mayores de Taxadhó son analizadas de manera minuciosa:

Sin duda alguna, la planeación integral es una estrategia que aportaría los elementos claves para brindar una mejor atención al adulto mayor, pues se recuperan cada una de las áreas que conforman a DIF. Sin embargo, intervenir en la realización de dicha planeación no sería factible puesto que no se aplicarían como en el caso de los manuales con que cuenta la institución los cuales son recibidos por cada responsable de área para posteriormente ser archivados sin cumplir su propósito.

Realizar la intervención para crear un espacio para el adulto mayor dentro la comunidad se tornó un gran reto por el poco tiempo con el que contábamos ya que se tienen que realizar diversas acciones como son: la gestión de un terreno para su construcción, informarnos sobre las características que debe tener un centro para la atención del adulto mayor, gestionar el recurso económico, buscar personal capacitado para la atención del adulto, buscar el recurso económico para solventar los servicios básico del centro.

Por lo que respecta a la educación que se brinda al adulto mayor por parte de IHEA, es una cuestión que no estaba en nuestras manos por lo tanto para intervenir necesitábamos conocer el plan de trabajo que emplean para atender al adulto. Nos atrevimos a mencionar la falta de una planeación y secuencia en la educación de las personas adultas por la información que los mismos adultos nos brindaban sobre cómo es que les impartían clases.

Los adultos mayores tienen el tiempo exacto para realizar cada una de sus actividades durante el día y asistir al grupo es una de ellas cada tercer día, el desinterés por asistir se suscita a diferencias personales y religiosas que se presentan en el grupo; como tal, no retomamos el desinterés como único problema para intervenir ya que la falta de atención a los adultos mayores a partir de sus expectativas, donde se vea involucrada la ciudadanía en general y el programa de DIF las estrategias a intervenir ayudarían a resolver en gran medida la problemática anterior.

Para realizar nuestra intervención nos planteamos las siguientes preguntas:

¿Cómo debe ser la atención que se brinda a los adultos mayores?

¿Cómo influye la integración de personas que se encuentran en otras etapas distintas a la del adulto mayor?

¿Realmente es importante atender a los adultos mayores a partir de sus expectativas?

¿Buscar las instancias para tratar sus enfermedades?

¿Cómo beneficiaría dichas actividades en la vida del adulto?

¿Cómo apoyarlos jurídicamente para el maltrato?

¿Cómo apoyarlos psicológicamente para evitar la depresión?

### **3.8 Enunciación del problema**

Podemos concluir que la falta de atención en el adulto mayor, provoca en ellos desinterés de asistir al grupo de adultos coordinado por DIF, por lo que la enunciación del problema queda de la siguiente manera:

¿Qué actividades realizar para mejorar la falta de atención de los adultos mayores de la comunidad de Taxadhó?

A partir de los anterior concretamos que es necesario el diseño de actividades de recreación a fin de que los adultos se mantengan interesados y activos físicamente, y que mediante estas actividades se sientan ocupados, y activos a la vida; sobre todo, involucrar la participación en estas acciones a sus familiares directos y a la ciudadanía en general; y así generar una convivencia social.

### **3.9 Planteamiento del problema**

Si bien es cierto que el concepto de calidad de vida ha adquirido gran importancia dentro de la sociedad, este simple concepto lleva implícitos aspectos importantes y necesarios para alcanzar una verdadera calidad de vida, es decir, hablar de calidad no sólo se remite a tener un estatus económico alto, ni mucho menos vivir dentro de un lugar urbano que ofrece un sin fin de cosas materiales físicas necesarias que por sí mismas no logran elevar la calidad de vida, ni mucho menos el desarrollo integral de la sociedad en general y en particular en los adultos mayores.

“Calidad de vida es una expresión lingüística cuyo significado es eminentemente subjetivo; está asociada con la personalidad del sujeto, con su bienestar y la satisfacción por la vida que lleva, y cuya evidencia esta intrínsecamente relacionada a su propia experiencia, a su salud y a su grado de interacción social y ambiental y en general a múltiples factores”<sup>49</sup>.

Lo anterior, nos proporciona una perspectiva diferente de los factores que influyen para lograr elevar la calidad de vida de las personas de la tercera edad; nos

---

<sup>49</sup> VERA, Martha. Departamento Académico de Enfermería, Facultad de Medicina- Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima, Perú. En: Significado de la Calidad de Vida de Adulto Mayor para sí mismo y para su Familia, <http://www.sisbib.unmsn.edu.pe/BVrevistas/anales/v68n3/pdf/a12v68n3>.

referimos en este proyecto de intervención al significado subjetivo; pues está asociada con el bienestar del adulto mayor ya que los cambios drásticos de la sociedad han influido y por tal motivo el tema de elevar la calidad de vida del adulto mayor es prioridad en la actualidad.

Por una parte influyen muchos factores para lograr un equilibrio en el desarrollo de calidad de vida de las personas de la tercera edad. Consideramos que ofrecerles una despensa cada mes, una cobija cada año y una visita cuando hay un espacio libre dentro de la agenda, no es ofrecer una atención que eleve la calidad de vida de los adultos. De lo anterior podemos deducir que los adultos mayores de la comunidad de Taxadhó no están siendo atendidos por la encargada de DIF, debido a múltiples razones, lo que da como resultado que la atención que reciben sea limitada y convertida en una atención asistencial. Por lo tanto proponemos una serie de estrategias que si bien no responden a todo lo que engloba para mejorar su calidad de vida, al menos procuraran desarrollar en las personas adultas un equilibrio en su desarrollo personal demostrándoles que son capaces de integrarse a la vida social.

### **3.10 Justificación**

De lo anterior surge la necesidad de lograr espacios de recreación, programas integrales, actividades previamente planeadas, participación de otros sectores de la misma comunidad (niños, jóvenes, adultos jóvenes, mujeres) que permitan a los adultos mayores desarrollarse de manera individual y grupal aceptando sus condiciones físicas. Consideramos que las actividades recreativas son una herramienta donde los conocimientos previos o experiencias de las personas adultas son importantes para propiciar la continuidad dentro del proceso de construcción de aprendizajes y que a su vez los adultos mayores sientan interés en aprender; evitando forzar aprendizajes con acciones monótonas que sólo aburren a los adultos mayores.

Las personas de la tercera edad tienen la misma oportunidad de crecimiento, desarrollo, aprendizaje y sobre todo tener nuevas experiencias como en cualquier etapa de la vida, es decir, no sólo los niños, jóvenes y adultos jóvenes tiene derecho

a tener un espacio de convivencia, sino que todos tienen el mismo derecho dado a que es otra etapa de la vida donde obviamente las situaciones de convivencia se tornan diferentes, pero es necesario tanto para niños, jóvenes y adultos de la tercera edad, así que debemos vivir y respetar cada etapa.

“Ningún ser humano puede considerarse como no apto para aprender, puesto que el aprendizaje es activo, es decir, no sólo dentro de un ámbito educativo se puede aprender, sino también existen otros lugares que propician adquisición y desarrollo de conocimientos, tal es el caso de la vida cotidiana, pues a partir de ella se es capaz de desarrollarse ya que no hay mejor aprendizaje que aquel que se da en la práctica”<sup>50</sup>. De esta manera la intención de lograr desarrollar espacios de recreación son precisamente para rescatar los conocimientos que las personas de la tercera edad poseen a fin de reflexionarlas según sus creencias, lo que le permitirá desarrollarse dentro de un grupo, familia, comunidad y sociedad.

El derecho a la calidad de vida no es una política nueva, más bien es un derecho que toda persona posee, es decir, no se establecen parámetros de edad dentro de la cual se pueda gozar de la misma, podemos justificar tomando como referencia la constitución mexicana que respalda los derechos y obligaciones como personas y ciudadanos, que permita darle la importancia que corresponde a este derecho.

Si bien es cierto que dentro de la constitución se establecen los derechos de la persona también existen los derechos humanos donde se generaliza la misma oportunidad en la cual se establece que; “toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios necesarios; tiene así mismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad”<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> S. SNOWLES, Malcolm, Elwood F. Holton III y Richard A. Swanson. En: Andragogia: El aprendizaje de los adultos. primera edición en español publicada en 2001, Alfomega grupo editor, S.A. de C.V.

<sup>51</sup> BLENGIO Mariana, Manual de los derechos humanos, <http://docplayer.es/6656913-Manual-de-derechos-humanos-mariana-blenigio-valdes.html>

Los espacios recreativos o momentos de convivencia entre las diferentes secciones de la sociedad se hace necesario puesto que una persona siempre busca satisfacer sus necesidades básicas, por ello la declaración de los derechos humanos es universal, indivisible e interdependiente y relacionado entre sí, pues es dentro de esa interrelación donde la persona alcanza la calidad de vida que desea.

Con la declaración de los derechos humanos “se reconoce que los hombres nacen y permanecen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros”.<sup>52</sup> Lo cual implica que se tiene derecho a disfrutar las mismas condiciones de participación dentro de la sociedad; el artículo 3º de la declaración de los derechos humanos proclama que “Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de la persona”, lo que conlleva a satisfacer las necesidades básicas pero, además, se incluyen las sociales y culturales.

Por esta razón no dudamos que mejorar la calidad de vida de las personas de la tercera edad mediante actividades de recreación, influirán en su desarrollo integral, individual y colectivo, es decir, que cada persona es un elemento que conforma la sociedad y por tanto es elemental cultivar la dependencia de cada una de las generaciones jóvenes y los no tan jóvenes, porque cada persona tiene derecho a desarrollar su conciencia, creatividad, reflexión, valor social y emocional.

Sin embargo, mientras exista desigualdad y discriminación la tan proclamada libertad de gozar de una vida digna o de calidad y lo anterior descrito queda plasmado como un simple documento que sólo tendrá validez el día en que podamos comprender que para lograr ir mejorando la calidad vida en el adulto se necesita más de uno para lograrlo. “El ser humano está formado por muchos subsistemas perfectamente coordinados: el subsistema físico, el biológico, el psicológico, el social, el cultural, el ético-moral y el espiritual. Todos juntos e integrados constituyen la personalidad, y

---

<sup>52</sup> GARCIA García, Emilio, Dpto. de psicología básica, procesos cognitivos, Universidad Complutense, Madrid, Derechos humanos y calidad de vida, [http://www.eprints.u.ucm.es/8606/1/DERECHOS\\_HUMANOS\\_Y\\_CALIDAD\\_DE\\_VIDA](http://www.eprints.u.ucm.es/8606/1/DERECHOS_HUMANOS_Y_CALIDAD_DE_VIDA).

su falta de integración o coordinación desencadena procesos patológicos de diferente índole: orgánica, psicológica, social, o varias juntas”.<sup>53</sup>

Lo que se pretende con mejorar la calidad de vida del adulto mayor, es sin duda retrasar un poco los efectos físicos de esta etapa, es decir, añadir vida a los años con la promoción de una cultura de envejecimiento, que permita a la persona de edad tomar conciencia y modificar los hábitos que le restarían vida, donde tendrían que estar presentes la comunidad para ellos estar motivados.

La vida de cada ser humano, no basta con sobrevivir, sino vivir con calidad para lo cual se debe defender el derecho de todos los seres humanos a disfrutar de las condiciones óptimas que hagan posible la realización de la existencia. La noción de calidad de vida asumida, tiende a sustituir aquella predominante, centrada en la posesión de bienes y en la función de utilidad, por un énfasis en la capacidad de las personas para desarrollar plenamente su vida.

Los adultos mayores son personas útiles y capaces de tener una vida propia e independiente, por eso es que existen normas que los protegen colocándolos en un plano de igualdad y de respeto según lo afirma la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores que dice que se considera como adulto mayor a la persona que tiene 60 años o más.

Como toda persona, los adultos tienen el derecho a ser atendidos de una manera respetuosa en cada servicio que solicite, los adultos mayores tienen diferentes necesidades que requieren ser atendidas, ya que tienen el “derecho a la no discriminación y relaciones familiares que es mantener relación con su familia siempre y cuando no afecte su salud, vivir en lugares seguros y dignos, expresar su opinión con libertad y participar en el ámbito familiar y social, protección de su salud, educación y trabajo en el que se deben de dar oportunidades igualitarias”<sup>54</sup>.

---

<sup>53</sup> Martínez Miguélez, Miguel. Dimensiones Básicas de un Desarrollo Humano Integral. Revista de la Universidad Bolivariana, Volumen 8, Nº 23, 2009, p. 119-138, <http://www.scielo.cl/pdf/polis/v8n23/art06>.

<sup>54</sup> Comisión Nacional de los Derechos Humanos México, derechos de los adultos mayores, abril 2012, [http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/9\\_Cartilla\\_Adultos\\_Mayores.pdf](http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/9_Cartilla_Adultos_Mayores.pdf)

### **3.11 Objetivos**

#### **a) Objetivo general:**

Implementar acciones que tiendan a mejorar la calidad de vida en el adulto mayor mediante actividades de recreación en el que participen la mayor parte de los agentes educativos para que le ayuden a desarrollar una vida, plena, tranquila y feliz, a fin de incrementar su participación en actividades sociales dentro de la comunidad de Taxadhó, y en consecuencia se sienta útil dentro de la población.

#### **b) Objetivos específicos:**

- Promover la actividad física para prevenir el sedentarismo en el adulto mayor.
- Favorecer el bienestar y la satisfacción personal del adulto mayor.
- Fomentar la comunicación, la amistad y las relaciones interpersonales.
- Recuperar saberes y tradiciones que potencien en el adulto mayor su percepción de autoestima.
- Vincular a la ciudadanía en general en las actividades recreativas en la atención del adulto mayor.
- Gestionar en las instancias de salud sus servicios para la atención de las enfermedades de los adultos mayores.
- Gestionar atención de psicólogos para brindar atención a los problemas emocionales de los adultos mayores.

En párrafos anteriores se dieron a conocer aspectos relacionados con la problemática que les aqueja a los adultos mayores, tienen que ver con la enunciación o planteamiento del problema así como delimitación de la misma. También se incluyen los objetivos tanto general como específico del proyecto de intervención a realizar a partir de la información recuperada de la contextualización y diagnóstico, lo que nos permite plantear la intervención acorde a las necesidades especificadas por los adultos de la tercera edad. Ahora bien, continuando con este proyecto, nos es necesario considerar otros elementos teóricos que ayudan a resaltar la importancia de mejorar la atención de las personas adultas tomando como referente sus necesidades y saberes previos que han adquirido a partir de la experiencia diaria.

## CAPITULO IV

### ESTRATEGIA DE INTERVENCION EDUCATIVA

#### 4.1 La andragogía en la atención de los adultos mayores

A lo largo de este proyecto de desarrollo educativo hemos insistido en que la educación o atención de las personas de la tercera edad debe sustentarse en necesidades reales que tienen en este momento de su vida, ya que de ello dependerá que respondan a la intervención que se ha de realizar.

A partir de lo anterior, y de acuerdo con la Declaración Mundial sobre Educación para Todos, en su artículo segundo menciona que; “Satisfacer las necesidades básicas de aprendizaje exige algo más que una renovación del compromiso con la educación básica en su estado actual. Lo que se requiere es una “visión ampliada” que vaya más allá de los recursos actuales, las estructuras institucionales, los planes de estudios y los sistemas tradicionales de instrucción, tomando como base lo mejor de las prácticas en uso”.<sup>55</sup>

Podemos entender esta visión ampliada como una modificación o ajuste en la manera de concebir la educación sobre todo porque es un derecho de toda persona o individuo; como derecho es importante emplearlo no sólo en la educación de la niñez y la juventud sino también en la atención de la personas de la tercera edad, pues la riqueza de ser adulto radica en su experiencia, en lo que sabe, lo que ha vivido, lo que ha realizado, lo que piensa y siente.

La experiencia humana es heterogénea, dado a que una experiencia se vive de manera diferente en cada persona; nadie puede experimentar de igual modo en que otra persona lo hace, es una situación única y enriquecedora para mejorar, adaptarse y poder resolver de manera satisfactoria las problemáticas a las que nos enfrentemos, debe ser una de las principales motivaciones para diseñar e implementar procesos educativos permanentes pensados en los adultos.

---

<sup>55</sup> TREJO García Elma del Carmen Investigadora Parlamentaria (Abril, 2007). En: Legislación Internacional y Derecho Comparado de la Educación Cívica. Centro de Documentación, Información y Análisis Dirección de Servicios de Investigación y Análisis Subdirección de Política Exterior. Pág. 7, <http://www.diputados.gob.mx/sedia/sia/spe/SPE-ISS-09-07.pdf>

Es realmente interesante conocer cómo es que el ser humano se desarrolla desde antes de existir en este mundo, pero es también impresionante conocer el desenvolvimiento que presenta a lo largo de su vida, tanto un joven como una persona adulta adquieren experiencias y conocimientos que de alguna manera les ha sido de gran utilidad a su vida diaria. La necesidad de mencionar lo anterior es porque durante cada etapa de las personas reclaman diferentes expectativas y necesidades por lo que se hace necesario que la atención que reciban sea acorde a las demandas que expresan.

Para dar fundamento a los párrafos anteriores es necesario presentar dos conceptos claves en el desarrollo de la educación de las personas adultas, conocemos a la pedagogía; como el arte y la ciencia de conducir o guiar a los niños; dentro de su raíz etimológica se conforma por dos palabras “paid” que significa niño y “agogus” que significa conductor o guía. Por tanto, debido a su raíz etimológica, podemos darnos cuenta que la pedagogía fue pensada para la atención de los niños y fue implantada en un principio como un modelo de dependencia de los niños al maestro, a diferencia de la andragogía que se explicara más adelante.

Sin embargo, aplicar una práctica pedagógica a la atención de las personas adultas es un tanto equivocado, con esto no queremos decir que el modelo pedagógico este mal, más bien sería interesante aplicar los elementos de la andragogía porque las personas de la tercera edad tienen características muy diferentes a las de un niño; así; “este asigna al profesor toda responsabilidad por las decisiones sobre lo que hay que aprender, cómo se aprenderá y si se ha conseguido aprender”<sup>56</sup> actualmente la educación no es sólo cuestión de niños y adolescentes que son también parte de educación permanente donde se consideran a las personas adultas. El hecho educativo es un proceso que actúa sobre el ser humano a lo largo de toda su existencia, porque su naturaleza permite que pueda continuar aprendiendo durante toda su vida sin importar su edad cronológica.

Aunque es necesario reconocer que en la etapa de la adultez presentan síntomas de involución en los factores fisiológicos, anatómicos, psicológicos y sociales; se da

---

<sup>56</sup> S. SNOWLES, Op.cit., p. 66

una reducción de la capacidad funcional del individuo, “sin embargo los principales problemas de la vejez son un subproducto de nuestra cultura en la que la senectud es considerada uno de los máximos males que afligen a la humanidad”<sup>57</sup>, es decir, todas las edades son portadoras de opiniones sociales, sin duda la Tercera Edad es muy influenciada por la opinión social, por el contexto donde se desenvuelve de una forma u otra, tiende a estimular para la vejez el sentimiento de soledad, y de la propia funcionalidad e integración social del adulto.

Para ello, debe valorarse como individuo, que posee experiencia que puede transmitir a los jóvenes en el interactuar diario, asimismo debe dársele la oportunidad de seguir siendo parte de actividades que le permitan sentirse útil e integrado, “el adulto es un ser en evolución se puede sostener su naturaleza constructiva, de esta manera los procesos de enseñanza-aprendizaje han de tener en cuenta la naturaleza activa del sujeto y transformación, implica todo un conjunto de interacciones, relaciones reales y simbólicas”<sup>58</sup>. Es decir, que este proceso se conforma de acontecimientos encaminados a organizar, dirigir y facilitar el aprendizaje en el adulto mayor; la educación que se les imparta debe ser ofrecida para conservar su autosuficiencia y adaptación social pues es una manera de mantenerse vinculado con su contexto y vida social que implica la participación no sólo de ellos sino de las personas más cercanas tales como la familia y en este caso la comunidad.

Por esta razón surge el modelo androgógico dirigido a las personas adultas; “la andragogía es considerada como cualquier actividad guiada intencional y profesionalmente, cuya meta sea un cambio en las personas adultas”<sup>59</sup>, es una práctica cuyo fundamento es la participación en un proceso que se desarrolla de manera horizontal pues se reconoce el proceso de maduración de una persona y con ello sus experiencias; de esta manera el adulto es capaz de manejar su

---

<sup>57</sup> VALENZUELA Ma. De Lourdes y Gómez Gallardo. UPN Memoria del foro Nacional. Nuevos Rostros y Esperanzas para viejos desafíos. La Educación de las personas Adultas en México. 1995: pp. 223-228. Tomo II

<sup>58</sup> VALENZUELA Ma. De Lourdes y Gómez Gallardo. UPN Memoria Foro Nacional. Nuevos rostros y esperanzas para viejos desafíos la educación de las personas adultas en México.1995:pp. 175-178 tomo II: en Enfoque sobre el aprendizaje en los adultos; el adulto un ser evolutivo, antología UPN procesos de enseñanza aprendizaje en la educación de las personas jóvenes y adultas; pág. 14

<sup>59</sup> S. SNOWLES, Op.cit., 64

aprendizaje como lo hace con otras actividades, es decir, que tiene la capacidad de aprender lo que quiere y cuando lo quiere hacer y no se desarrolla por imposición.

El principio de horizontalidad presenta características relevantes para el aprendizaje; son características cualitativas y cuantitativas. “En las cualitativas se refiere fundamentalmente al hecho de poseer tanto el facilitador como el participante, adultez y experiencia necesaria. Por lo que respecta a las cuantitativas, hace referencia a las disminuciones que sufre el adulto en su constitución física”<sup>60</sup>, considerar estas características son útiles; la pedagogía establece rasgos propios de la niñez y juventud, pero dentro de la andragogía se consideran características sobre las personas adultas.

Recuperar parte de las características del modelo androgógico nos permite fortalecer nuestra intervención ya que no se trata de imponer alternativas que no surjan de la participación de las personas. Según Adam, “ya no se trata de una educación a imagen y semejanza de una sociedad, sino por el contrario de una educación que responda a los intereses, las necesidades y las experiencias propias vividas por el educando, es decir, de una educación del ser humano en función de su racionalidad como tal”<sup>61</sup>. En consecuencia, es el adulto, quien acepta o rechaza, decide basado en su propia experiencia e intereses la educación que ha de recibir, con todos los altibajos que implica el transcurrir cambiante y complejo del ser humano en esta etapa de su vida.

El hecho de considerar la educación en la tercera edad es, sin duda, un gran reto. Por ello es necesario modificar las formas de actuación con ellos. Los tiempos han cambiado y la sociedad por consiguiente también, aunque este cambio ha sido drástico en la estructura de la sociedad. Antes los niños eran el foco de atención, puesto que se buscaba darles la oportunidad de mejorar sus formas de vida. No obstante, esa misma oportunidad y derecho a la calidad de vida la poseen las personas de la tercera edad para lo cual es de vital importancia mejorar no sólo la

---

<sup>60</sup> TORRES Maria, Yvonne Fermín, Carlos Arroyo y Maria Piñero Núcleo Rafael Rangel – Trujillo. En: la horizontalidad y la participación en la andragogía. Educare, Artículos, año 4, N° 10, Julio-Agosto-Septiembre, 2000, <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/19444/1/articulo4-10-3>.

<sup>61</sup> CARABALLO Colmenares, Rosana, en: La andragogía en la educación superior Investigación y Postgrado, vol. 22, núm. 2, 2007, pp. 187-206 Universidad Pedagógica Experimental Libertador Caracas, Venezuela, <http://www.redalyc.org/pdf/658/65822208.pdf>

calidad de vida sino mejorar la atención hacia ellos; a fin de comprender sus características y, por lo tanto, conocer al adulto mayor puesto que de esta forma la intervención podrá ser efectuada acorde a características y necesidades que poseen.

“La práctica androgógica debe desarrollar no sólo actitudes, acciones y comportamientos, sino también aptitudes o valores”<sup>62</sup> dentro su papel participante en la construcción de nuevos aprendizajes el adulto de la tercera edad busca una calidad de vida humana con fuertes exigencias, como por ejemplo que se respete su posibilidad de crecer como persona y se le acepte como crítico, racional y creativo.

De esta manera, podemos afirmar que la participación en la construcción de los nuevos ambientes es esencial, pues permite que se lleven a cabo actividades y se genere la comunicación entre las personas adultas y el contexto que les rodea; esto les da confianza y se sienten útiles dentro de su comunidad; el ambiente es concebido como construcción diaria, reflexión cotidiana, singularidad permanente que asegure la diversidad y con ella la riqueza de la vida en relación”<sup>63</sup>.

Acorde a lo anterior, la andragogía permite el desarrollo de la creación de nuevos aprendizajes porque se fundamenta en la participación de las personas adultas logrando que se sientan cómodos en el ambiente que les rodea. Dicho esto, consideramos que además de tomar en cuenta la horizontalidad que sustenta la andragogía es necesario basar nuestra acción por medio de actividades de recreación; según Jhon H. Finley “la recreación consiste en la actitud que caracteriza la participación en variadas actividades y que resulta de la satisfacción que estas brindan al individuo, en ellas haya expresión el espíritu y a través de ella se contribuye a una vida plena, alegre y satisfactoria.”<sup>64</sup>

---

<sup>62</sup> RODRÍGUEZ Rojas Pedro, Universidad Nacional Experimental Libertador, Caracas Venezuela, La andragogía y el constructivismo en la sociedad del conocimiento, Laurus, vol.9, núm. 15, 2003, <http://www.redalyc.org/pdf/761/76111335006>.

<sup>63</sup> DUARTE, Duarte Jakeline, en: ambientes de aprendizaje una aproximación conceptual, <http://www.rieoei.org/org/deloslectores/524Duarte>.

<sup>64</sup> QUERALES Bencomo Julio Cesar y Xiomara Sánchez Benavides. En: Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, N° 161, Octubre de 2011. <http://www.efdeportes.com/efd161/actividad-fisica-recreativa-del-adulto-mayor.htm>

La recreación aporta a la sociedad un sin número de actividades que hace que los individuos sean personas con sus capacidades físicas y mentales más sanas; es capaz de cambiar la actitud negativa de una persona relacionándolo con su entorno para obtener una estabilidad emocional.

Aunque en ocasiones las personas de la tercera edad consideran que ya no están en edad de hacerlo: el recrearse es dar lo mejor de sí mismos, una de las mejores formas de lograrlo es buscar ese contacto con el entorno que los rodea, por esta razón en el grupo de adultos se visualiza que cada uno es diferente, pero los une un objetivo en común que es el bienestar de la vida.

De esta forma, la recreación aporta beneficios hacia el adulto mayor relacionados a favorecer el mantenimiento de un funcionamiento psicomotriz adecuado, fomentar los contactos interpersonales y la integración social, mantener en cierto nivel las capacidades productivas, hacer frente a las disminuciones y limitaciones físicas, contribuir al mantenimiento del sentimiento de utilidad y autoestima personal; lográndose a que la recreación es una actividad voluntaria que se realiza en el tiempo libre.

Las actividades de recreación son diversas; sin embargo sólo se realizaran las siguientes:

- ✓ Recreación activa: es el tipo de recreación donde la persona realiza una actividad física, lo cual lo mantiene siempre activo. Implica acción y suele suceder una interacción entre las personas; las actividades que engloba no requieren de un espacio específico, ya que se pueden realizar en cualquier lugar sea abierto o cerrado.
- ✓ Recreación motriz: está relacionada con la actividad física, donde ha de haber un esfuerzo locomotor por parte de la persona.
- ✓ Recreación social: tiene como objetivo la interacción entre personas que buscan divertirse o entretenerse<sup>65</sup>.

---

<sup>65</sup> MasTiposde, equipo de redacción, (2016, 07). Tipos de recreación. Revista educativa MasTiposde.com. obtenido 11, 2016, de <http://www.mastiposde.com/recreacion.html>. Revisado el 04/11/2016.

La organización de espacios de recreación para una determinada comunidad es una tarea importante que atañe a los gobiernos ya que a través de ella los individuos pueden establecer lazos de contacto y de pertenencia mucho más sólidos, así como también pueden bajar los niveles sociales de estrés, violencia e individualismo<sup>66</sup>. Por ello es adecuada para todas las edades y características físicas de las personas a las que se dirigen. Pero podemos afirmar, sin duda, que las actividades de recreación van más allá del ámbito educativo abriendo paso dentro de la comunidad.

La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más satisfacción le genera, pudiendo por tanto sentirse cómodo y haciendo entonces lo mejor de la experiencia. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más activa de la persona en las actividades a desarrollar.

Desde una perspectiva integral, “es necesario considerar los estilos de vida como parte de una dimensión colectiva y social, que comprende tres aspectos interrelacionados: el material, el social y el ideológico. Dentro del aspecto material tiene que ver con vivienda, alimentación, vestuario; el segundo se refiere al tipo de familia, grupos de parentesco, en el plano ideológico, los estilos de vida se expresan a través de las ideas, valores y creencias que determinan las respuestas o comportamientos a los distintos sucesos de la vida”<sup>67</sup>.

La finalidad principal de recurrir a desarrollar actividades de recreación como estrategia para la atención de las personas adultas radica en que permiten recuperar la capacidad corporal, desarrollar habilidades y destrezas propias de la edad adulta que favorezcan el bienestar y autoestima de las personas adultas disfrutando de las relaciones con su entorno y fortaleciendo una cultura de participación social entre cada una de las personas que habitan dicha comunidad.

La educación de esta manera tiene que adecuarse en función de las necesidades del grupo de trabajo, pues consideramos que se debe animar a las personas de la

---

<sup>66</sup> *Ibidem.*

<sup>67</sup> *Ibidem.*

tercera edad, a sus familias, comunidad y a la sociedad en general a convivir y vivir interrelacionados unos de otros ya que de esta manera se lograra la inclusión del adulto en la participación social y de convivencia dentro de la comunidad.

Ahora bien, “la participación ciudadana genera compromisos institucionales y exige crear un clima de trabajo comunitario en el que exista el convencimiento de que la deliberación pública, la interacción social y el respeto por el pluralismo son valores y prácticas positivas y esenciales de la democracia”<sup>68</sup> si bien la participación genera compromisos para la atención de las personas adultas, siempre es conveniente recurrir a agentes educativos con la finalidad de fortalecer las actividades a realizar.

Lo que nos remite recuperar la participación ciudadana es porque consideramos que para lograr un cambio dentro de un contexto inmediato no se puede lograr de una manera individual o aislada, pero cuando se suman esfuerzos o participan personas que de una manera u otra se ven afectadas, es posible que se fomenten acciones para mejoras del mismo contexto, de ahí que la recreación tal como lo indica Belmonte, G. “por ser una necesidad del ser humano, se perfila como una de las herramientas para contribuir al equilibrio físico, mental y social al participar en actividades y experiencias agradables y placenteras que le permitan satisfacer sus necesidades, para aliviarse de las preocupaciones cotidianas y que al mismo tiempo le generen satisfacciones de plena libertad, sin ningún tipo de presiones, siendo imprescindible para ello, un equilibrio entre las responsabilidades propias de su condición social y el tiempo de libertad para el disfrute de la individualidad, de la vida familiar, social y del ambiente”.<sup>69</sup>

Si bien, es cierto se pretende retomar los aspectos que ofrece la andragogía a fin de emplearlos en la intervención con las personas de la tercera edad, buscando rescatar sus experiencias y cediéndole el lugar e importancia que merecen, esto no

---

<sup>68</sup> ZICCARDI, Alicia. En: Espacios e instrumentos de participación ciudadana para las políticas sociales del ámbito local, Participación ciudadana y políticas sociales del ámbito local. pág. 247, <http://ru.iis.sociales.unam.mx/jsui/bitstream/IIS/4420/1/Participacion%20ciudadana%20y%20politicas%20sociales%20en%20el%20ambito%20local.pdf>

<sup>69</sup> DÁVILA, Mayuris. Universidad Nacional Experimental Rafael María Baralt, revista electrónica actividad física y ciencias, Julio 2014, El Valor de la Recreación en el Desarrollo Comunitario, <http://revistas.upel.edu.ve/index.php/actividadfisicayciencias/article/view/4920>

quiere decir que no debe existir una planeación y estructuración de dichas actividades; de esta manera la andragogía y el constructivismo no deberían ser una corriente más de la educación, representan una reinterpretación de la práctica educativa; “son ciencia, arte, investigación, que buscan rescatar la figura activa del alumno”<sup>70</sup>; sin embargo, cabe aclarar que en nuestro caso las personas adultas no son considerados como alumnos dado que no están dentro de un centro educativo.

“El envejecimiento activo permite afrontar muchos de los retos tanto de las personas como de las poblaciones al contribuir con menos muertes prematuras en las etapas más productivas de la vida, menos discapacidades relacionadas con enfermedades crónicas en la ancianidad, más personas que disfruten de una calidad de vida positiva a medida que vayan envejeciendo, más personas que participen activamente en los ámbitos sociales, culturales, económicos y políticos de la sociedad, en la vida doméstica, familiar y comunitaria”<sup>71</sup>.

Dar utilidad a las actividades de recreación activa, motriz y social es importante en las personas de la tercera edad, pues busca evitar el sedentarismo que deteriora y a su vez afecta la movilidad del adulto, sabemos que esto no mejora en su totalidad la calidad de vida del adulto pero son acciones que ayudan y contribuyen a elevar su calidad de vida.

Dichas actividades de recreación se dan a través de la generación de espacios en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más alegría le genera, pudiendo por tanto sentirse cómodo y haciendo entonces lo mejor de la experiencia; sin embargo, también es necesario contemplar la condición física de cada uno de los adultos ya que cada actividad que se proponga debe estar adecuadamente adaptada a las posibilidades del grupo, teniendo en cuenta la adecuación de los mismos y el lugar oportuno con la intención de permitir que todos los participantes lo realicen con éxito.

---

<sup>70</sup> Ibíd. Faltan paginas

<sup>71</sup> Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, Nº 161, Octubre de 2011. <http://www.efdeportes.com/efd161/actividad-fisica-recreativa-del-adulto-mayor.htm>.

De la misma manera, con las actividades recreativas se busca favorecer la ocupación del tiempo libre con el que cuentan los adultos mayores por lo que la educación del adulto mayor debe ser ajustada a necesidades reales que aquejan a los mismos; se hace necesario entender que en cada uno de ellos al disminuir sus capacidades físicas y sociales. Sin embargo, a lo largo de su vida han adquirido experiencias que los hacen únicos. Por esta razón, fue conveniente entender la educación desde la pedagogía y la andragogía, cada una de ellas con una serie de principios que las diferencian entre sí, por un lado la pedagogía es una guía acerca de lo que se debe enseñar o no, y la andragogía fundamenta su acción a partir de la participación horizontal ambas nos hacen enfatizar nuestra intervención a partir de actividades de recreación con base a los intereses de los adultos.

Una vez establecida la diferencia entre los dos términos, en las siguientes páginas se plantea la estrategia a seguir para desarrollar las acciones, que nos permitirán incluir actividades de recreación en la atención de las personas adultas de la tercera edad llevando a los adultos hacia una vida más activa, evitando el sedentarismo. Siguiendo con la propuesta de intervención, se hace mención de lo que es una estrategia y su importancia dentro de este proyecto; posteriormente hacemos una breve descripción de cada una de las estrategias incluyendo los objetivos y las razones que nos lleva a incluirlas como parte importante de la estrategia.

#### **4.2 Ámbitos de intervención**

Ya hemos explicado la importancia de la estrategia aunque es necesario recalcar que tiene un carácter anticipativo, es decir, estas se plantean con la finalidad de generar alternativas de solución a problemáticas que afectan directamente a las personas de la tercera edad.

Antes de explicar las diferentes estrategias, es necesario hacer la descripción del ámbito de nuestra intervención, reconocemos que las necesidades de la población adulta nos deberían llevar a pensar o desarrollar estrategias que respondan a los problemas particulares sin homogeneizar a todos por igual. “En este sentido, no negamos que exista una gran cantidad de programas para atender la problemática específica de ciertos sectores o comunidades a lo largo y ancho del país, sin

embargo aún subsisten aquellos que caracterizando a la población por atender, no toman en cuenta factores tales como el sexo, los grupos de edad, la situación laboral, los intereses inmediatos, entre otros factores substanciales”<sup>72</sup>.

Muchos son los programas que han buscado beneficiar a la población adulta con respecto a la mejora de su calidad de vida, pero, dentro de estos no se contemplan necesidades específicas del adulto mayor, al hacer mención del adulto mayor se realiza de una manera global, porque nuestra intervención está enfocada a los adultos, de la comunidad de Taxadhó

Por lo que nuestra intervención es de índole socioeducativo “siendo esta un conjunto de actuaciones, de carácter motivacional, pedagógico, metodológico, de evaluación, etc., que se desarrollan por parte de los agentes de intervención, bien sean institucionales o personales, para llevar a cabo un programa previamente programado, cuyo objetivo es intentar que las personas o grupo con los que se interviene alcancen, en cada caso, los objetivos propuestos en dicho programa”<sup>73</sup>.

Así mismo entendemos por ámbitos los espacios en los que se desenvuelve la vida de las personas adultas, como son; su familia y la comunidad, ya que, la intervención socioeducativa tiene un carácter fundamentalmente comunitario y se desarrolla en dos ámbitos; el social y el educativo ambos son complementarios; por lo que respecta al ámbito social enfatiza su intervención en aspectos como el desarrollo social y comunitario, la igualdad social, una vida de calidad para toda la ciudadanía, etc., intenta desarrollar relaciones humanas favoreciendo la participación.

El ámbito educativo se refiere a intervenciones que hacen hincapié en la formación integral de la persona tales como: potenciar su autonomía, favorecer la formación de un espíritu crítico, desarrollar su capacidad para expresarse y participar en la vida social; en definitiva, aquellas que intentan dinamizar los recursos personales de cada individuo.

---

<sup>72</sup> VAREA, Falcón Ángeles. Las políticas públicas y la educación de adultos y adultas. En: antología UPN; Ámbitos y Áreas de Intervención de la EPJA, julio 2004.

<sup>73</sup> SERNA, Varela María. En: ámbitos y áreas de intervención.

Por esta razón decidimos retomar ambos ámbitos de intervención dado a que buscamos generar la convivencia social de las personas de la tercera edad de Taxadhó con sus familias, ya que, funge como apoyo para el adulto mayor, en este sentido la familia es fundamental para propiciar la mejora de la calidad de vida pues de esta provienen estímulos que favorecen los recursos personales del adulto. Y por ende, favorecen la vida en sociedad y comunidad.

Las prácticas profesionales nos permitió notar la falta de atención a los adultos mayores a partir de sus necesidades, donde se vean involucrados los agentes educativos como son: la familia, la comunidad, retomamos este tema porque consideramos que relacionarse con otras personas mejora la calidad de vida del adulto mayor, por lo que utilizamos actividades físico recreativas, con la intención de generar espacios de convivencia que permitan reunir a los integrantes de la familia de los propios adultos a fin de afianzar su autoestima, ya que la familia para ellos es lo más importante, así mismo, integrar a vecinos de la comunidad nos lleva a pensar que se puede generar un cambio dentro del entorno inmediato.

Sin embargo, según Carballada dice que la intervención es “un proceso complejo que la sociedad construye con sus creencias y costumbres y cambia al paso del tiempo”<sup>74</sup>, sabemos que generar cambios en la conducta de las personas adultas, de su familia es complicado, pero esperamos resultados favorables.

La intervención socioeducativa puede atender las modalidades culturales, social y educativa; las áreas en que se puede incidir son; el tiempo libre; educación de adultos; educación especializada y la formación socio laboral<sup>75</sup>. El área que decidimos trabajar es la ocupación del tiempo libre por que permite que el grupo de adultos mayores de Taxadhó pueda convivir en un tiempo, donde se olvidan de sus quehaceres, de sus trabajos a los que le han dedicado la mayor parte de su vida, buscando con ello platicar, convivir sanamente recordado su juventud, y convivir con su familia. De igual forma pretendemos desarrollar en las personas adultas el hábito de ejercitarse, para mejorar su salud.

---

<sup>74</sup> *Ibidem*.

<sup>75</sup> Programa de reordenamiento de la oferta educativa de las unidades UPN (Plan de estudios). Licenciatura en intervención educativa. 2002. En: antología Intervención educativa pág. 161

La importancia de dar solución a este problema sobre la convivencia social, ya que, con el paso del tiempo las situaciones han cambiado y las nuevas generaciones han perdido el interés de convivir con las personas adultas de su familia, consideramos que es necesario crear conciencia en los adultos así como en sus familias de su importancia.

Deseamos terminar este apartado haciendo hincapié que es importante mejorar la convivencia social del adulto mayor con su familia y la comunidad especialmente porque estos momentos permiten tener una estabilidad emocional que favorecen a mejorar su calidad de vida, cada una de las acciones empleadas pretenden la solución o reducción del problema que afecta a las personas de la tercera edad.

### **4.3 ¿Qué es la estrategia?**

Para realizar una buena intervención en la problemática identificada con el grupo de adultos mayores de la comunidad de Taxadhó, se realizó un diagnóstico para conocer el porqué de la situación y cuántos del grupo se encuentran en dicha problemática. No sólo es la identificación del problema, sino también la búsqueda de propuestas de mejora, para esto es importante realizar una planeación estratégica que “es diseñar un futuro deseado e identificar las formas para lograrlo, es sistemática en el sentido de que es organizada y conducida con base en una realidad entendida”<sup>76</sup>.

Realizar la planeación nos permitirá llevar de manera secuenciada las actividades y objetivos que se pretenden alcanzar, para lo cual se realizará el diseño de estrategias que nos ayudarán a realizar una buena intervención, entendiendo que “una estrategia se define como el conjunto de acciones determinadas para alcanzar un objetivo específico”<sup>77</sup>, estas deberán ser realizadas con base en atender la problemática y necesidades identificadas pues la estrategia también lleva un objetivo específico el cual se tiene que lograr, si se establecen “las actividades a realizar,

---

<sup>76</sup>MIKLOS Thomas ¿Qué es la planeación estratégica? Pág. 72. Antología UPN Planeación y Evaluación Institucional.

<sup>77</sup> RODRIGUEZ, Santoyo Adolfo Rafael, fundamentos de mercadotecnia, en: concepto de estrategia, <http://www.eumed.net/libros-gratis/2014/1364/estrategia.html>.

tiempo, medios y recursos”<sup>78</sup>, es importante que reconozcamos que la planeación de estrategias debe ser adaptable, pues durante su puesta en práctica surgen condiciones cambiantes y sucesos imprevistos.

La formulación de las estrategias debe componer dos elementos “uno proactivo que tiene carácter anticipativo y el otro concebido como respuesta a nuevos desarrollos, oportunidades especiales”<sup>79</sup> es por eso que realizaremos cinco estrategias, algunas de estas constan de dos sesiones tendrán una duración de una hora a dos horas y media en las que se realizaran diferentes actividades dirigidas al objetivo específico de cada una de ellas, buscando favorecer la calidad de vida del adulto mayor de Taxadhó.

Por tal razón se realiza la presentación de las estrategias que conforman este proyecto de desarrollo educativo, en cada una de ellas haciendo una descripción de su contenido, las estrategias que se aplicaran son las siguientes:

#### **a) Experiencias vividas**

Los temas de autoestima tienen una duración de dos horas con diez minutos, y salud, con una duración de dos horas y diez minutos, esta estrategia se aplica por la siguiente razón: si pretendemos que los adultos mayores se integren a la convivencia es decir a las actividades que realiza la comunidad debemos de iniciar primeramente en su entorno inmediato que es la familia y como ya varios son desplazados por la errónea idea que ya no pueden realizar ciertas actividades decae su autoestima hasta el grado de llegar a la depresión; es por eso que nos pareció importante iniciar con esta estrategia; los temas tienen consecución puesto que después del autoestima hablamos de salud, si los adultos tienen un autoestima elevado tenderán a cuidarse más en el sentido emocional, de salud y su aseo personal.

---

<sup>78</sup> Ibídem. Conceptualización: Introducción al Estudio del Futuro. Pág. 12. Antología UPN Planeación y Evaluación Institucional.

<sup>79</sup> THOMPSON y Strickland, Capítulo 2 Marco Teórico. 2.1 ¿Qué es la estrategia?, [http://www.Catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lad/ruiz\\_g\\_ml/capitulo2](http://www.Catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/ruiz_g_ml/capitulo2)

### **b) Sonrisas que alegran el alma**

El nombre de esta estrategia fue asignada porque es para adultos, acompañados con la participación de niños que conforman a su familia, a partir de esto consideramos que las sonrisas de un niño alegran el alma de un adulto mayor, por lo que las dos sesiones están destinados a desarrollar temas de valores importantes dentro del trato hacia en adulto mayor, tiene una duración de dos horas y la sesión con el tema de motivación de dos horas con cinco minutos; fueron elegidos porque para un adulto es importante convivir con los integrantes más pequeños de su familia tal es el caso de sus nietos.

### **c) Historias encadenadas**

Está destinada a tratar los temas de creatividad compartida con una duración de una hora con cincuenta y cinco minutos y movilidad de una hora con treinta y cinco minutos, esta se realiza con la participación de adultos pero ahora con la participación de los jóvenes que sin duda alguna es un sector de la población que nos va a costar un poco de trabajo convencer a que asistan ya que tienen otros intereses como prioridades y tendríamos que buscar la manera de animarlos a asistir a las dos sesiones cabe mencionar que también serán jóvenes que conformen a su familia.

### **d) El corazón que brinda todo sin pedir nada a cambio**

Con los temas “mi edad no es un impedimento”, con una duración de dos horas, además el tema de nutrición con una duración de una hora cincuenta y cinco minutos, en esta estrategia se invitará a los hijos e hijas de los adultos mayores con la finalidad de que participen en las actividades que se están realizando con sus padres haciéndolos reflexionar sobre lo importante que es, que los adultos convivan más tiempo con ellos.

### **e) La participación hace la diferencia**

Con el tema “relaciones interpersonales” con una duración de una hora con treinta minutos, con autoridades de la comunidad de Taxadhó, esta es realizada con diversas finalidades como: que las autoridades estén notificadas de la existencia de

un grupo de adultos mayores, sepan cuántos asisten y por qué asisten, conocer las actividades que realizan, esto solo se lograra si tienen una comunicación cercana con el grupo en general ya que cada adulto demostrara su pensar y actuar; notarán que los adultos aún tienen mucho que aportar a la comunidad y sin duda alguna se establecerá la confianza para que las autoridades cuando gusten asisten a las actividades que los adultos realizan los días que se reúnen asimismo averiguaremos si a las autoridades les interesa apoyar a este sector de la población de Taxadhó.

Como ya se mencionaba el nombre de las estrategias y los temas que conforman cada sesión, tienen una consecución, ya que, son realizadas con diferentes sectores de la población donde el actor principal es el adulto mayor, los niños, jóvenes e hijos de los adultos son considerados por que es el entono inmediato donde el adulto se desenvuelve, este a su vez juega un papel importante en su vida, en su familia puede encontrar apoyo y cariño.

Cada estrategia tiene un objetivo específico por sesión, así como tres momentos metodológicos; inicio, este momento destinado se realizar activación física, dinámicas para romper el hielo y generar confianza, se ocupan técnicas como; danza terapia, bailo terapia y creatividad a través del arte; por lo que concierne al momento medular en él se desarrolla los temas principales por medio de pláticas conferencias y la utilización de medios audiovisuales como; videos, entre otros que sirven para reforzar el contenido de los temas; el tercer momento se realiza la actividad del cierre que tendrá como evidencia un trabajo realizado por los adultos y los participantes de cada sesión, tal como; un aviso clasificado, etc. dentro de la planeación de las estrategias se contemplaron los recursos que se necesitaran para su realización como; didácticos, humanos, en el cual se consideran a agentes educativos que nos ayudaran en la aplicación ya que se pretende que se involucrar en la dinámica de trabajando con el grupo de adultos.

A partir de lo anterior descrito es necesario considerar y determinar los aspectos que contribuyen para realizar la evaluacion y seguimiento de las estrategias, con la finalidad buscar la mejora de las acciones que marcan la estrategia, por lo que es esencial presentar un plan de seguimiento y evaluación para observar avances, detectar oportunidades y apreciar los resultados al final de un proceso, por eso en el

siguiente apartado se da a conocer la manera en el cual se van a evaluar y dar seguimiento a las estrategias.

#### **4.4 Evaluación y seguimiento de estrategias**

La evaluación es un instrumento útil para mejorar la estrategia de intervención, como dice Espinoza Vergara “evaluar es comparar en un instante determinado lo que se ha alcanzado mediante una acción con lo que se debería haber alcanzado de acuerdo a una programación breve”<sup>80</sup>, es decir, apreciar si la estrategia diseñada es viable para el logro del objetivo propuesto. Por lo tanto, una evaluación no puede limitarse a establecer cuáles han sido los éxitos o fracasos, sino debe averiguar por qué se han alcanzado ciertos logros y por qué se han producido determinados fracasos.

La evaluación sirve para mejorar la estrategia; esta a su vez debe de ser puesta en práctica a fin de enriquecer las acciones que constituyen las siguientes estrategias a emplear en la intervención; de esta manera la evaluación se realiza con el enfoque cualitativo que pretende estudiar la realidad con una pretensión descriptiva y comprensiva que opta por la comprensión global y abierta de los fenómenos, sin manipular las variables que intervienen en ellos, para no modificar o alterar el contexto y las circunstancias naturales en las que se dan, por lo que la evaluación tiene que considerar aquellas emociones que puedan ser visibles en los adultos de la tercera edad, dado a que están directamente relacionados con el resultado de la estrategia.

Por esta razón, es necesario obtener evidencias que permitan conocer los logros que ha tenido la estrategia en la vida del adulto por medio de la evaluación de desempeño que permite conocer la manera en que se relacionan los adultos mayores para mejorar sus relaciones interpersonales, el modo en que se desarrolla, cómo se expresa durante las actividades; este proceso de evaluación debe ser continuó. Al finalizar las sesiones se realizarán una retroalimentación en la que se dará a conocer al adulto sus fortalezas y debilidades en cuanto al desempeño

---

<sup>80</sup> Elementos para una definición de evaluación, universidad de las Palmas de gran canaria, [https://www.2.ultgc.es/hege/almacen/download/38/38196/tema\\_5\\_elementos\\_para\\_una\\_definicion\\_de\\_evaluacion](https://www.2.ultgc.es/hege/almacen/download/38/38196/tema_5_elementos_para_una_definicion_de_evaluacion).

observado en las actividades, con la finalidad que sea él quien se autoevalúe al mismo tiempo se le estará motivando para lograr los objetivos planteados de cada estrategia.

Además de lo ya mencionado se realiza una coevaluación del desempeño del grupo de adultos, con la finalidad de que estos identifiquen fortalezas y debilidades que tienen como grupo de las apreciaciones personales.

#### **4.4.1 seguimiento y evaluación de las estrategias de intervención**

El seguimiento de las actividades es un proceso mediante el cual se efectúa el alcance que tienen la utilización de los insumos y recursos, el avance de las actividades, y el logro de la misma. Se analiza la forma en que se llevan a cabo las acciones, es decir la eficiencia en función del tiempo y de los recursos. Se suele llevar a cabo en conjunto con el seguimiento del cumplimiento y la información obtenida se utiliza en la evaluación de los efectos.

Según Quintero al referirse al seguimiento lo hace de la siguiente manera: “se entiende por seguimiento; la observación, registro y sistematización de la ejecución de las actividades y tareas de un proyecto social en términos de los recursos utilizados, las metas intermedias cumplidas, así como los tiempos y presupuestos previstos, las tácticas y la estrategia”.<sup>81</sup>

Cada una de las sesiones que conforman la estrategia de intervención está dividida en tres partes que son inicio, desarrollo y cierre antes ya mencionadas, a estas se agrega un apartado que se enfoca a los momentos de seguimiento y evaluación de inicio a fin que permiten evaluar no sólo al final de la sesión sino también durante su aplicación. Durante el seguimiento se recopila información con la finalidad de comparar los avances logrados en función de las estrategias, pues ayudan a identificar situaciones que puedan impedir cumplir los objetivos planeados, esta debe ser una actividad paralela a la aplicación de dichas estrategias pues forma parte de la evaluación.

---

<sup>81</sup> ESPINOZA Corrales Leana y VAN de Velde. En: Monitoreo, seguimiento y evaluación de proyectos sociales. Texto de referencia y de consulta. Agosto 2007. Pág. 14, <https://fineanciamientointernacional.files.wordpress.com/2013/12/avaliac3a7c3a3o-managua>

La razón que nos lleva a contemplar los momentos de seguimiento y evaluación de las estrategias es porque el hecho de haber realizado una planificación donde quedaron plasmados los recursos, material, actividades, tiempo, responsables y objetivos, no siempre permitirá alcanzar los resultados deseados ya que estamos conscientes que durante el ciclo de este proyecto de intervención surgen diferentes problemas o situaciones que amenazan.

La evaluación es una comparación que se hace de manera continua del desempeño real. Por lo que una vez que se fijaron los objetivos y metas de este proyecto de intervención, y realizados la planificación de cada una de las actividades que integrarían la estrategia, fue necesario establecer los indicadores apropiados para evaluar el desempeño de los adultos mayores a partir de una escala estimativa que nos ayudaría a observar cual es el comportamiento de cada uno de los participantes durante la aplicación.

Tener la información suficiente es fundamental para dar a conocer los resultados que se han alcanzado en cada una de las diferentes estrategias, así el seguimiento se realiza a partir de entrevistas de manera grupal e individual a las personas del grupo Ñhañhu, con la intención de conocer sus opiniones acerca de las actividades realizadas para dimensionar los resultados que se han obtenido.

El principal objetivo es indagar el proceso de los resultados; esto se dará de dos formas: la entrega del informe donde se explicara a detalles que sucedió en cada una de las sesiones, incluyendo las situaciones que no fueron contemplados en la planeación; otra fuente que permitirá conocer los resultados e impactos de las estrategias son; lo que se recopilan de manera directa del grupo de adultos mayores de Taxadhó.

Por tal motivo, al inicio de este proyecto se realizó una entrevista para conocer del adulto mayor; su edad, estado civil, ocupación, apoyos o programas con los que cuentan, así mismo tener una perspectiva de la atención que recibe, la frecuencia con que son visitados atendidos (anexo 1). Posteriormente se aplicó una segunda entrevista para determinar los intereses de cada uno de los adultos y los que les

gustaría hacer en sus reuniones, para enfocar nuestra intervención a aquella situación recurrente; en este caso la activación física (anexo 2).

De acuerdo con lo anterior, para obtener este tipo de datos cualitativos del proyecto provendrán de entrevistas directas a los adultos (anexo 3), las cuestiones están dirigidas a conocer las opiniones de cada uno de ellos; qué les gustó y lo que no les gustó de las sesiones, también incluirá un apartado de sugerencia donde se pretende recabar críticas constructivas que nos ayuden a visualizar las opciones de mejora para proyectos futuros.

A partir de esto, nos vimos en la necesidad realizar la planeación de las diferentes sesiones que contempla la estrategia general, aplicar, y buscar por una tercera entrevista personal, con la intención de conocer cuáles fueron los alcances y beneficios personales que darán cuenta del éxito del proyecto de intervención.

La observación participante forma parte del seguimiento de este proyecto dado que permite estar presente en cada una de las estrategias para interpretar las reacciones de los adultos antes, durante y después de la aplicación de estrategias. Las listas de asistencia es otra forma de llevar el seguimiento de los adultos, pues mostrarán lo constantes que son en asistir en cada reunión. Estas recopilaciones de información, sobre todo el proceso de la aplicación de la estrategia, es sin duda útil para valorar en si el proyecto en general y su alcance en el contexto de su aplicación.

En páginas anteriores se presentó la propuesta de intervención así como los aspectos que han de ser tomados en cuenta para la evaluación y seguimiento de la estrategia, por lo que a continuación se presentan de manera secuenciada las sesiones que conforman la estrategia de intervención donde se detallan las actividades contempladas en cada una de las sesiones que conforman dicha estrategia.

#### 4.5 Propuesta de estrategias

GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO  
SEDE REGIONAL IXMIQUILPAN  
LINEA ESPECÍFICA EDUCACION PARA JOVENES Y ADULTOS

**ESTRATEGIA:** “Experiencias vividas”

**Tema:** Autoestima

**Objetivo:** Desarrollar un ambiente de convivencia entre los adultos de la tercera edad a fin de propiciar el intercambio de experiencias para fortalecer las relaciones con personas en la misma etapa de vida y generar una mejor autoestima.

**Duración:** 2 horas con 10 minutos

**Lugar:** Comunidad de Taxadhó.

**Modo de evaluación:** Escala estimativa

PRIMERA SESIÓN					
Momentos	Actividades	Duración	Recursos	Responsable de la actividad	Organización del espacio
<b>Inicio</b>	Activación Física Con la dinámica “El Vendaval” se pretende romper el hielo en los adultos. Preguntas: ¿Qué es la autoestima? ¿Qué es la autoestima alta o baja? ¿Cómo mejorar la autoestima?	15 minutos	Música de relajación “Divano” Sillas	Subdirectora de asistencia social.	El espacio debe ser amplio y las sillas deben estar colocadas en círculo.
<b>Desarrollo</b>	Comprender la importancia del bienestar físico, psicológico y emocional en el adulto mayor y cómo influye para mejorar su calidad de vida. Durante la conferencia se motivara a los adultos a participar dando a conocer	20 Minutos	Conferencia de “Autoestima”  Sillas Proyector Laptop Bocinas	Psicóloga	Las sillas estarán acomodadas en media luna de manera que la psicóloga pueda interactuar con los adultos para posteriormente



	<p>sienta relajado y seguro de ser quien es, además de mejorar la relación entre los adultos mayores.</p> <p>El adulto mayor describirá dos cosas que le gusta hacer y explicará las razones por las que se permite hacerlas,</p>	<p>25 Minutos</p>	<p>Reflexión “siento mi valor cuando fluye mi energía”</p> <p>Sillas</p>	<p>Subdirectora de asistencia social</p>	<p>Se formara un círculo en el que los adultos puedan estar cara a cara para tener una comunicación verbal y visual.</p>
<p><b>Cierre</b></p>	<p>Compartir en forma individual de manera que el adulto se sienta motivado y atraído para contar su historia de vida, donde reflejen las acciones que ayudan a sentirse bien y aquellas que afectan su estabilidad emocional.</p>	<p>40 Minutos</p>	<p>Collage Hojas blancas tamaño oficio. Recortes o fotos. Pegamento. Tijeras.</p>	<p>LIE</p>	<p>El espacio debe de ser amplio y en cada silla se colocaran los collages y los adultos los darán a conocer a los demás.</p>

**Estrategia:** “Experiencias Vividas”

**Tema:** Salud

**Objetivo:** Desarrollar actividades encaminadas al autocuidado personal del adulto mayor a partir de la reflexión con la intención de que reconozcan los beneficios y para tener una vida saludable

**Duración:** 2 horas con 10 minutos

**Lugar:** Comunidad de Taxadhó

<b>SEGUNDA SESION</b>					
<b>Momentos</b>	<b>Actividades</b>	<b>Duración</b>	<b>Material</b>	<b>Responsable de la actividad</b>	<b>Organización del espacio</b>
<b>Inicio</b>	Activación Física A través de la danza terapia para que el adulto libere tensiones y estrés antes de iniciar la sesión.	20 minutos	Música de relajación “Divano-Era” Laptop	Subdirectora de asistencia social	El espacio debe ser amplio y sin tener un obstáculo cerca que les impida realizar la actividad.
	Formar binas con los adultos mayores. Tomar una hoja que se encontrara dentro de una caja, la cual tiene una imagen de una enfermedad posteriormente los adultos la observaran y darán a conocer sus conocimientos	20 minutos	Dinámica: “el cofre”  Caja Imágenes Sillas Mesas Hojas	LIE	Las sillas se acomodarán en forma circular, de manera que solo una mesa quedará en el centro del círculo este será la ubicación del cofre. Así se permitirá que todos puedan escuchar cada una de las opiniones.

	previos de la enfermedad que les corresponda.				
<b>Desarrollo</b>	<p>Después de haber compartido información sobre algunas enfermedades que conocen los adultos se proyectara un video sobre una buena salud.</p> <p>Observaran algunos aspectos que se deben de realizar para poder tener una buena salud.</p> <p>Comentaran algunos hábitos que llevan en su vida diaria y que les han ayudado para llevar una buena salud así como también los malos hábitos.</p> <p>La conferencia es realizada con finalidad de reforzar los aspectos anteriormente revisados.</p> <p>En ella la participación será tanto de la doctora como de los adultos puesto que es realizada de manera retro alimentadora.</p>	15 minutos	<p>Video: "La importancia de la buena salud"</p> <p>Proyector Mesa Laptop Sillas</p>	LIE	Las sillas se acomodaran en media luna para que todo puedan observar el video. Y pueda llevarse a cabo la conferencia.
		20 minutos	<p>Conferencia "la salud y yo"</p>	<p>Doctora</p>	

	<p>Se realizara lo siguiente:</p> <p>-En una hoja el, adulto mayor pegara una imagen que ilustra un aviso clasificado como los de un diario, ofreciendo información acerca de la importancia de los cuidados de la salud</p> <p>- Se pondrán los avisos en la pared para que los adultos puedan observar que es lo que a cada uno le pareció relevante sobre el tema.</p>	30 Minutos	<p>Dinámica “avisos clasificados”</p> <p>Papel Plumones Imágenes del cuidado del adulto. Colores Cinta adhesiva</p>	LIE	<p>Las mesas, las sillas de manera que las personas adultas se ubiquen en equipos y puedan moverse sin dificultad. Los materiales se podrán en cada una de las mesas para evitar retardar la actividad.</p>
<b>Cierre</b>	<p>Los adultos mayores se forman en círculo, tomando un estambre el primero dará a conocer lo que le pareció el tema tomando la punta del estambre lo arrojará a alguien más y se seguirá la misma dinámica.</p> <p>Después cuando todos los adultos hayan participado, en la misma secuencia en que lo realizaron irán desenredándose ya que se forma una telaraña, hasta volver a formar la bola de estambre.</p>	25 minutos	<p>Dinámica “la madeja de lana” Estambre</p>	LIE	<p>El mobiliario se acomoda alrededor del espacio, de manera que se pueda formar un círculo de personas en el centro.</p>

**ESTRATEGIA:** Sonrisas que alegran el alma

**Tema:** Los valores

**Objetivo:** Promover el respeto y apreciación del adulto mayor en el contexto familiar con la finalidad de propiciar la convivencia para elevar el autoestima del adulto mayor.

**Duración:** horas con minutos

**Lugar:** comunidad de Taxadhó.

**Modo de evaluación:** Escala estimativa

TERCERA SESIÓN					
Momentos	Actividades	Duración	Recursos	Responsable de la actividad	Organización del espacio
<b>Inicio</b>	Realizar activación física para iniciar la sesión de manera activa y con una actitud participativa. Seguida de ella se les harán las siguientes preguntas: ¿Qué son los valores? ¿Qué valores se practican en su hogar? ¿Para ustedes son importantes los valores? ¿Por qué?	15 minutos	Bailo terapia Música de relajación	Subdirectora de asistencia social	El espacio deberá ser amplio sin ningún obstáculo para que puedan moverse de manera libre y puedan relajarse.
<b>Desarrollo</b>	Consiste en una representación del adulto mayor junto con un niño(a) sobre la relación que existe entre ellos.	25 minutos	Dinámica "actuación sin fronteras" Música "Duran Duran-Come Undone"	Psicóloga	Con las sillas se formará una media luna de manera que al momento que pasen a realizar la actuación puedan observarlos

	<p>Los adultos observaran que existen diversos factores que influyen para la comunicación con los niños.</p> <p>Se observara la importancia de los valores y como se deben poner en práctica. Los adultos y los niños participaran compartiendo lo más importante que rescatan del video y diciendo porque lo es para cada uno.</p> <p>Consiste en representar el rol que tiene el adulto y el niño en la sociedad para saber cómo es su la convivencia entre ambos.</p>	<p>15 minutos</p> <p>15 minutos</p>	<p>Video “los valores de la familia”</p> <p>Proyector Laptop Bocinas Sillas</p> <p>Dinámica “yo soy” Música “The Cranberries- Dreams” Sillas</p>	<p>LIE</p> <p>Subdirectora de asistencia social</p>	<p>todos y posteriormente puedan ver un video.</p> <p>El espacio deberá ser amplio las sillas deberán estar acomodadas de manera circular para que puedan pasar al centro a realizar la actividad.</p>
<b>Cierre</b>	<p>Es una actividad la cual consta en que los adultos y niños escriban un valor que a ellos les sea relevante poner en práctica en su vida diaria. La hoja en la que lo realicen la decoraran con colores y una imagen representativa del valor elegido.</p>	<p>25 minutos</p>	<p>“La pirámide” Hojas blancas Colore Pegamento. Cinta adhesiva Mesa</p>	<p>LIE</p>	<p>Se colocara la mesa al centro del espacio para que puedan apoyarse a escribir para después formar la pirámide.</p>

**Estrategia:** Sonrisas que alegran el alma.

**Tema:** Motivación

**Objetivo:** Estimular al adulto mayor mediante la realización de manualidades que permitan disminuir el estrés y permitan ocupar el tiempo libre.

**Duración:** 2 horas con 5 minutos.

**Lugar:** comunidad de Taxadhó

CUARTA SESIÓN					
Momentos	Actividades	Duración	Material	Responsable de la actividad	Organización del espacio
Inicio	Consiste en formar una telaraña con un estambre el cual se tomara de la punta y los adultos compartirán el motivo que los lleva a asistir a la sesión. Lograr crear un ambiente agradable para el adulto y el niño y así adquieran confianza y participen.	20 Minutos	Dinámica “La telaraña” Una bola de estambre. Grabadora Extensión Música “Lounge piano”	LIE	Un lugar amplio libre de algún mobiliario para poder formar un círculo grande.
Desarrollo	Consta en pintar pequeños círculos para que los adultos puedan estar dentro del mismo y cuando se les de la indicación brincarán fuera de el y dentro del mismo.	15 Minutos	Técnica de animación y concentración “Mar adentro y mar afuera” Gises Hojas blancas	LIE	Espacio amplio para poder ponerse de pie y tener una buena distancia para las actividades.

	<p>Esto se realizara con el propósito de iniciar las actividades de manera activa y para que se animen a participar en las actividades posteriores.</p> <p>Los adultos realizaran manualidades las cuales serán flores del tamaño y color que cada uno guste.</p>	40 Minutos	<p>Taller de manualidades Desarrollar Hojas de color. Tijeras. Fomi. Mesas y sillas. Grabadora. Música "Two Door Cinema Club - What You Know"</p>	LIE	Amplio para poder acomodar las mesas de manera cuadriculada.
<b>Cierre</b>	<p>En esta técnica se realizara Se dibujara una situación de animación para los adultos al que se encuentre enfrente se le explicara bien el dibujo y se lo comunicara al de al lado y asi sucesivamente identificando quienes de los adultos están animados por estar en el grupo</p> <p>"Baila conmigo" realizar un baile en el que todos los adultos y niños participen, se relajen y diviertan después de las actividades antes mencionadas. Música danzón</p>	30 Minutos	<p>Técnica "La clínica del rumor" Mesas. Sillas. Grabadora. Música "Desierto lounge remix"</p>	LIE  Un evaluador externo.	<p>Espacio amplio para poder acomodar el mobiliario en forma circular.</p> <p>Espacio amplio libre de algún mobiliario.</p>
		20 Minutos		Instructor de baile	



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO  
SEDE REGIONAL IXMIQUILPAN  
LINEA ESPECÍFICA EDUCACION PARA JOVENES Y ADULTOS



**Estrategia:** “Historias Encadenadas”

**Tema:** Creatividad compartida

**Objetivo:** Sensibilizar a los jóvenes sobre la importancia que tiene el adulto mayor en su vida, a través de actividades encaminadas a desarrollar la creatividad en equipo.

**Duración:** 1 hora con 55 minutos

**Lugar:** Comunidad de Taxadhó

<b>QUINTA SESIÓN</b>					
<b>Momentos</b>	<b>Actividades</b>	<b>Duración</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable de la actividad</b>	<b>Organización del espacio</b>
<b>Inicio</b>	Se realizaran ejercicios que ayudaran a activar el cuerpo antes de iniciar con la sesión.	20 minutos	Activación física Música de relajación “Divano-Era” Grabadora	Subdirectora de asistencia social	El espacio debe ser amplio o puede ser al aire libre.
	Es para pasar momentos agradables pues se necesita de la creatividad sirve para cambiar actitudes negativas por positivas.	25 minutos	Dinámica “El bosque animado” Cartulinas. Rotuladores. Gomas. Pinturas para la cara.	LIE	Las sillas deben de estar acomodadas en media luna de manera que al hacer la representación todos puedan verla.

			Sillas.		
<b>Desarrollo</b>	<p>El tema principal será las etapas por las que pasa el ser humano y como es que cada uno las vive.</p> <p>Reflexionar lo importante que es cada una de ellas en la vida de las personas.</p> <p>Se formaran equipos de 3 personas de manera que todos participen.</p>		<p>Conferencia “las etapas de la vida”</p> <p>Laptop</p> <p>Proyector</p> <p>Juego “La caza”</p> <p>Balones ligeros.</p>	<p>Psicóloga</p> <p>LIE</p>	<p>El espacio debe ser amplio y sin ningún obstáculo para que los adultos y jóvenes puedan moverse de manera rápida y libre.</p>
<b>Cierre</b>	<p>En equipo realizaran un álbum con recortes de revistas y periódicos en los cuales buscaran momentos que vivieron con el adulto mayor o que les gustaría compartir en algún momento.</p> <p>Se realizaran en binas de manera que puedan comunicarse para compartir ideas de cómo pueden realizar su álbum.</p> <p>Al finalizar cada bina dará a conocer su álbum mostrando el trabajo en equipo.</p>	25 minutos	<p>El álbum de fotos”</p> <p>Revistas.</p> <p>Periódicos.</p> <p>Tijeras.</p> <p>Pegamento.</p> <p>Hojas.</p> <p>Mesa.</p>	LIE	<p>Todos deben de sentarse en binas alrededor de la mesa para que puedan realizar el álbum.</p>



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
 SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO  
 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO  
 SEDE REGIONAL IXMIQUILPAN  
 LINEA ESPECÍFICA EDUCACION PARA JOVENES Y ADULTOS



**Estrategia:** “Historias Encadenadas”

**Tema:** Movilidad

**Objetivo:** comprender la importancia de realizar algún deporte y/o actividad física en compañía de un familiar para integrarse a partir de la expresión corporal.

**Duración:** 1 hora con 35 minutos

**Lugar:** Comunidad de Taxadhó

<b>SEXTA SESIÓN</b>						
<b>Momentos</b>	<b>Actividades</b>	<b>Duracion</b>	<b>Material</b>	<b>Responsable de la actividad</b>	<b>Organización del espacio</b>	
<b>Inicio</b>	<p>Activación Física Mediante la expresión corporal los jóvenes realizaran un vínculo de comunicación no verbal por medio de la mímica y movimientos corporales</p> <p>Formar dos equipos para realizar una dinámica con la ayuda de aros, en ellos deberá pasar por el cuerpo para mostrar reacción y agilidad.</p>	20 minutos	<p>Música de relajación “Divano-Era” Grabadora</p> <p>Juego “Los aros locos” Aros de gimnasia.</p>	Subdirectora de asistencia social	LIE	<p>El espacio debe ser amplio o puede ser al aire libre, debido a que estas actividades se realizan con la intención de que el adulto mayor se sienta relajado y motivado a continuar en la sesión.</p>

<b>Desarrollo</b>	Se formarán dos equipos ambos estarán conformados por jóvenes y adultos mayores de esta manera aprenderán que pueden realizar un deporte juntos y tener una buena convivencia.	30 minutos	Partido de futbol  Balón de futbol.	Entrenador de futbol.	Debe de ser en una cancha empastada que tenga porterías, a fin de evitar accidentes graves, claro está que para desarrollar esta actividad tanto jóvenes como adultos deberán ser conscientes de su condición física.
	Al término del partido se realizara una serie de ejercicios de relajación, para ello es necesario formar un circulo cada una de los integrantes se pondrá detrás de la persona que tiene frente de ella y comenzara a masajear lentamente sus hombros, dar palmadas en la espalda.	10 minutos	Música "Lounge piano"	Subdirectora de asistencia social	
<b>Cierre</b>	Realizar un dibujo en el que representen las emociones, sentimientos y brinden ideas sobre el tema y las actividades que se realizaron.	15 minutos	Hojas blancas. Lápices Colores. Goma Sacapuntas Mesa Sillas	LIE	Las sillas se colocarán alrededor de la mesa de manera que se puedan apoyar para realizar su dibujo el cual será individualmente.



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
 SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO  
 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO  
 SEDE REGIONAL IXMIQUILPAN  
 LINEA ESPECÍFICA EDUCACION PARA JOVENES Y ADULTOS



**Estrategia:** El corazón que brinda todo sin pedir nada a cambio.

**Tema:** Mi edad no es un impedimento

**Objetivo:** Favorecer la socialización del adulto mayor con mujeres cercanas a ellos con la finalidad de conocer cuáles son las necesidades básicas del adulto mayor.

**Duración:** 2 horas

**Lugar:** comunidad de Taxadhó

**SÉPTIMA SESIÓN**

momentos	Actividades	Duración	Material	Responsable de la actividad	Organización del espacio
Inicio	Se Colocaran tarjetas en las paredes con diferentes temas y las mujeres invitadas tomarán una, posteriormente expondrán el tema que les toco desarrollar y así evidenciaremos las diferentes necesidades de cada adulto mayor.	15 Minutos	Dinámica “Ve a tu puesto” Tarjetas Marcadores Cinta adhesiva	LIE	Debe ser un espacio amplio sin ningún mobiliario dentro.
	Aprender a expresarse con el baile y a convivir de manera dinámica con los demás adultos y las mujeres que nos acompañan en la actividad.	25 Minutos	Cuando yo bailo me expreso.  Laptop Bocinas	Instructor de baile para adultos.	El espacio debe ser amplio y no debe tener ningún material solo la grabadora dentro del espacio ubicado de manera estratégica para poder realizar la actividad.

			Extensión Música		
<b>Desarrollo</b>	<p>Desarrollar un café literario con la intención de reconocer las características del adulto mayor y sus necesidades básicas, así como dar a conocer aspectos que son de importancia para el cuidado y autocuidado del adulto mayor.</p> <p>Después de haber realizado el café literario, se continúa con la dinámica “representaciones” Que el adulto se dé cuenta que aún es una persona creativa y que puede realizar diferentes actividades.</p>	<p>30 Minutos</p> <p>15 Minutos</p>	<p>Café literario sobre los adultos mayores. Galletas. Café. Sillas. Mesas.</p> <p>Dinámica “Representaciones”  Creatividad.</p>	<p>LIE Psicóloga</p> <p>LIE</p>	<p>El espacio debe ser amplio el mobiliario acomodado en forma circular.</p> <p>Espacio amplio y los demás adultos estar con las sillas en forma circular.</p>
<b>Cierre</b>	<p>Repasar las actividades que se han presentado y ser reforzadas. En la tarjeta los adultos pondrán quienes son ya sea que escriban o se dibujen y las mujeres escribirán en la tarjeta que son los adultos para ellas.</p>	<p>35 Minutos</p>	<p>¿Quién soy? Tarjetas en blanco. Lapiceros. Una caja. Sillas</p>	<p>LIE</p>	<p>Colocar las sillas en forma circular.</p>



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO  
SEDE REGIONAL IXMIQUILPAN  
LINEA ESPECÍFICA EDUCACION PARA JOVENES Y ADULTOS



**Estrategia:** El corazón que brinda todo sin pedir nada a cambio

**Tema:** Nutrición

**Objetivo:** Brindar información acerca de una buena alimentación para el adulto mayor a través del plato del buen comer.

**Duración:** 1 hora con 55 minutos

**Lugar:** comunidad de Taxadhó

<b>OCTAVA SESIÓN</b>					
<b>Momentos</b>	<b>Actividades</b>	<b>Duración</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable de la actividad</b>	<b>Organización del espacio</b>
<b>Inicio</b>	Se crea un ambiente de confianza y se rompe el hielo.	15 minutos	Activación Física dinámica "La cebolla" Música de relajación "Divano-Era" Grabadora	LIE	El espacio debe ser amplio o puede ser al aire libre.
<b>Desarrollo</b>	Participaran los adultos mayores dando a conocer lo que saben de una buena alimentación para sí mismo.	10 minutos	Dinámica "la pelota preguntona" Una pelota Música Grabadora	Subdirectora de asistencia social.	Espacio amplio para poder formar un círculo no debe de haber ningún obstáculo que le impida al adulto realizar la dinámica.

	<p>El adulto debe ser concientizado sobre si lleva una buena alimentación.</p> <p>Trabajar similitudes y diferencias del grupo para reconocerse mejor de esta manera que aprendan a dialogar y a respetar las posturas de los demás.</p>	<p>30 minutos</p> <p>30 minutos</p>	<p>Platica de "Nutrición"</p> <p>Dinámica "Afirmaciones en grupo"</p> <p>Folletos con imágenes.</p> <p>Sillas</p> <p>Pizarra</p> <p>Bolígrafos</p>	<p>Nutriólogo</p> <p>LIE</p>	<p>Las sillas se deberán acomodar en "U" para que el nutriólogo pueda tener más contacto con cada adulto.</p> <p>Formar equipos de 5 adultos.</p>
<p><b>Cierre</b></p>	<p>Realizaremos el debate con el propósito de saber que les pareció el tema que se trató.</p> <p>Se les brindaran hojas con la imagen de un adulto y de diferentes alimentos en la cual el adulto debe de relacionar que es lo que si puede comer.</p>	<p>15 minutos</p> <p>15 minutos</p>	<p>"Debate grupal"</p> <p>Sillas</p> <p>Mapa mental</p> <p>Hojas</p> <p>Colores</p> <p>Mesa</p>	<p>Subdirectora de asistencia social.</p> <p>LIE</p>	<p>Formar un circulo con las sillas de tal forma que todos se miren de frente</p> <p>Los adultos se sentaran alrededor de la mesa de manera que puedan realizar su mapa sin ninguna dificultad.</p>

**Estrategia:** La participación hace la diferencia

**Tema:** Relaciones interpersonales con autoridades de la comunidad de Taxadhó

**Objetivo:** fomentar la participación de las autoridades que integran la comunidad con los adultos mayores, para recoger el trabajo colaborativo hacia esta población con vulnerabilidad.

**Lugar:** comunidad de Taxadhó

NOVENA SESIÓN					
Momentos	Actividades	Duración	Recursos	Responsable de la actividad	Organización del espacio
<b>Inicio</b>	Para iniciar esta sesión se comenzara con la realización de la activación física ya que permite que los adultos se sientan relajados en cada una de las actividades además permitir la integración de las autoridades a la sesión.	15 min	Activación física Laptop Bocinas Extensión música	LIE	Deberá ser amplio sin algún obstáculo que impida la actividad.
	La actividad siguiente es una lluvia de ideas sobre lo que son las relaciones interpersonales, y su importancia con la intención de hacer notar la indispensable que son estas en la vida del adulto en su contexto inmediato.	20 min	Ideología "relaciones interpersonales"  Pizarrón Marcadores Borrador	Autoridad de Taxadhó	Las sillas deberán ser acomodadas en forma de "U", para que los adultos puedan verse cara a cara en el momento de la participación.

<b>Desarrollo</b>	<p>Se formaran equipos de cinco integrantes, a los cuales se les entregara un ficha con una pregunta que tendrán que responder en equipo, posteriormente cada integrante dará su opinión.</p> <p>Las preguntas serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-¿Cómo es nuestra relación de comunicación en la comunidad?</li> <li>-¿Qué es importante para nosotros?</li> <li>-¿Cuáles son nuestros puntos fuertes o débiles?</li> <li>- ¿Cuál es nuestro papel en la comunidad de hoy (o de mañana)?</li> <li>-¿En qué medida depende nuestra existencia de la comunidad?</li> </ul>	30 a 40 min	<p><b>"Cambiar de punto de vista"</b></p> <p>Tarjetas Lapiceros</p>	LIE	Las sillas deberán ser acomodadas de acuerdo al número de integrantes, guardando cierta distancia uno con el otro.
	<p>Dinámica: "La papa caliente"</p> <p>En esta dinámica se buscara fortalecer la comunicación en equipo y compartir aspectos de la comunidad.</p>	15 min	Balón de hule	LIE	El espacio deberá despejarse para permitir que cada equipo este de pie.

<b>Cierre</b>	Se entregara una tarjeta a cada adulto con una imagen que deberá decir dos características, los demás tendrán que poner atención ya que con dichas características tendrán que encontrar a su pareja.	10 a 15 min	Dinámica "Para cada acción, una solución"  Tarjetas con imágenes	LIE	Las sillas se acomodaran en forma de "u" permitiendo a cada adulto observar la actividad que se realizara.
---------------	---	-------------	--	-----	--

## CAPITULO V EL INFORME

### 5.1 Metodología de investigación

El termino metodología designa el modo en que enfocamos los problemas y buscamos las respuestas, ya que para toda investigación es indispensable, pues permite tener presente la orientación que ha de tener la investigación, en este caso este trabajo de investigación toma como base la metodología cualitativa porque está orientada a la caracterización del objeto de estudio, sus causas, consecuencias, sus efectos, y sobre todo permite una relación directa con las personas.

La intervención no se reduce a ámbitos tradicionales sino que a través de ella se busca atender a sujetos y grupos sociales que no han sido atendidos, es decir, buscar nuevos espacios. De esta manera “la frase metodología cualitativa se refiere a su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable”<sup>82</sup>.

Hablar de metodología no significa que es un proceso que deba seguir un orden específico o lógico, sino que permite seleccionar las técnicas a fin de que estas sean útiles para la recopilación de información, una investigación no solo es una simple revisión de las técnicas ocupadas, sino que, estas deben generar el deseo de investigar y de entender las actuaciones de las personas y del porque se da dentro del grupo, así mismo determinar cómo afecta a la personas, familia, sociedad, y miembros del grupo.

El proceso de investigación social pretende tener una abstracción de la realidad a nivel global, de manera específica a definir los fenómenos sociales, también busca comprender, interpretar y reflexionar para establecer propuestas que ayuden a mejorar la situación, por lo que, la metodología cualitativa tiene presente la

---

<sup>82</sup> TAYLOR S. J. y R. Bogdan (1990). “Introducción. Ir hacia la gente” En: introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados. Buenos Aires: Paidós; 15-27. Antología UPN/Elementos de Investigación Cualitativa. Pág. 107

observación específica o bien micro sociales, de un grupo, del individuo, de las relaciones interpersonales, que se suscitan dentro del trabajo de investigación.<sup>83</sup>

Para la estructuración de este trabajo de investigación se retomaron herramientas cualitativas como; la observación de campo, las entrevistas, dichas herramientas nos permitieron hacer un análisis e interpretación de los datos recabados, “ya que a partir de estas herramientas se busca la explicación de los procesos sociales a partir de la realidad y del sentido común de los que mejor conocen esta realidad”<sup>84</sup>. De ahí que el análisis de contenido es un método que busca descubrir la significación de un mensaje, ya sea este un discurso, una historia de vida, un artículo de revista, un texto escolar, un decreto ministerial, etc.

Se considera que la investigación y la observación puede hacerse siguiendo dos métodos diferentes: por un lado, la observación directa de la realidad social por medio de entrevistas, encuestas, cuestionarios y observación participante; por otro lado, la observación y el análisis de documentos diversos y materiales audiovisuales.

La investigación participativa es forma parte importante dentro de este proceso, pues permitió lograr un primer acercamiento con el grupo, para entablar las primeras relaciones y observaciones generales del grupo, poco a poco se fue adquiriendo mayor confianza con las personas adultas esto ayudó a conocer sus necesidades, dejando de lado las propias creencias, perspectivas y predisposiciones, de ahí que “la realización de una investigación requiere de una actitud mental y psicológica adecuada. La investigación es una indagación, en busca de nuevo conocimiento y de nueva comprensión”<sup>85</sup>, la actitud mental y psicológica que debemos adquirir como interventoras, debe ser adecuada para realizar una interpretación verídica de los datos que se recuperan en la investigación que se realizó.

---

<sup>83</sup> Pacheco M. Teresa. (2000) “La investigación social en educación. Consideraciones metodológicas”. Pág. 57-75. Ibid. La investigación social. Problemática metodológica para el estudio para el estudio de la educación. México. CESU-UNAM.

<sup>84</sup> BARQUERA, Humberto, “las diversas modalidades de la investigación participativa”. En: investigación participativa. Algunos aspectos críticos y problemáticos, Capítulo III, cuadernos de la CREFAL, No. 18, Pátzcuaro, Michoacán, México, Julio 1991.

<sup>85</sup> WOODS, Peter. (1993) “el comienzo de la investigación”. Pág. 31-47. Ibid. La escuela por dentro. Barcelona. Paidós. Antología UPN/ Seminario de Titulación. Pág. 26

Acorde con lo anterior nos permitimos desarrollar en este apartado como se realizó esta investigación, exponiendo dentro de estos párrafos cual fue el resultado de la de las herramientas aplicadas a las personas que conforman al grupo “Ñhañhu”, así, como los resultados la observación no solo al grupo sino también las realizadas dentro del sistema municipal DIF.

La observación se efectuó durante todo el proceso, sin embargo se orientó a dos espacios: primeramente a DIF como institución encargada de operar el programa Calidad de Vida del Adulto Mayor, donde nos percatamos de diferentes situaciones que afectaban al desarrollo de este programa; tal es el caso de falta de personal para atender a los diferentes grupos de adultos que maneja esta institución, existe una mala organización del personal porque continuamente cambia, dado a que es una dependencia gubernamental. En fin solo existe una persona que se encarga de desarrollar el programa y atender a los diferentes grupos lo que limitaba a visitarlos una vez por mes.

El segundo proceso de observación se realiza dentro de la comunidad de Taxadhó específicamente del grupo Ñhañhu antes mencionado, observar consiste en observar a la gente en su contexto donde desarrolla normalmente sus actividades, para captar aquellos aspectos que son más significativos. Durante el transcurso de la observación consideramos necesario presentar las características específicas de cada uno de los adultos sobre lo que observamos y la impresión que deja en nosotros. Podemos concluir que no todo lo que observamos es real, recordamos que cuando llegamos al grupo de Taxadhó todos los adultos se mostraban serios e inquietos platicando entre ellos en el teatro del pueblo, pero con el paso del tiempo llegamos a ganarnos su confianza lo que nos permitió conocerles cada día más.

Un proceso de investigación abarca todo el ambiente físico, social, cultural, etc. Donde la gente se desarrolla, pues pretende comprender a las personas desde ver la realidad como ellos la ven, desde el contexto en el que se encuentran. Lo anterior se relaciona con todo ese proceso que la investigación tiene que seguir, desde las investigaciones de campo hasta las investigaciones ya documentadas. Según Pinto y Grawitz las categorías deben provenir de dos fuentes principales: «del documento mismo y de un cierto conocimiento general del campo de donde provienen», es decir

a partir de la interacción entre el interventor y el adulto, puesto que a partir de ello es posible sustentar cada una de las afirmaciones que se podrán hacer al concluir dicha investigación, la buena elección de la metodología y de las herramientas de la misma, serán parte fundamental para lograr la explotación de los resultados.

La investigación-acción “busca la explicación de los procesos sociales a partir de la realidad y del sentido común de los que mejor conocen esta realidad”<sup>86</sup> para posteriormente formular alternativas de solución para dicho problema, para ello la interacción es un aspecto fundamental que se propicia entre los sujetos por medio del diálogo, Fals Borda describe las siguientes características metodológicas de la investigación-acción, refiriéndose sobre todo al papel del investigador como intelectual orgánico: compromiso, anti dogmatismo, devolución sistemática de la investigación, equilibrio entre la reflexión y acción, técnicas dialógicas e instrumentos modestos.

Considerar la investigación acción como parte de la metodología fue importante dado a que lo que pretende es accionar ante las problemáticas que aquejan a las personas del grupo a los cuales hemos caracterizado, por ello la entrevista “es un contacto interpersonal que tiene por objeto el acopio de testimonios orales”<sup>87</sup>; tiene como finalidad la obtención de información en este caso del entrevistado quien facilita información sobre sí mismo, su experiencia o de algún tema en cuestión.

La aplicación de las entrevistas a las personas de la tercera edad fue un tanto laborioso ya que la mayoría de ellos no sabe leer o escribir, así que nos vimos en la necesidad de hacerlas personalmente para poder explicarles en qué consistía cada una de las preguntas para obtener respuestas útiles a nuestra investigación. Pretendemos conocer con las propias palabras de las personas adultas, como es que se relacionan dentro de la familia, amigos y sociedad.

---

<sup>86</sup> BARQUERA, Humberto, “las diversas modalidades de la investigación participativa”. En: investigación participativa. Algunos aspectos críticos y problemáticos, Capítulo III, cuadernos de la CREFAL, No. 18, Pátzcuaro, Michoacán, México, Julio 1991.

<sup>87</sup> YOUNG Pauline V, métodos científicos de investigación social; introducción a los fundamentos contenido, método, principios, análisis de las investigaciones sociales. UNAM c1960 s. 194. Antología UPN/ Seminario de titulación.

## **5.2 Informe de resultados de estrategias**

El informe es “comunicar a las personas interesadas el resultado total del estudio, con suficiente detalle y dispuesto de tal modo que haga posible que el lector comprenda los datos y determine por sí mismo la validez de las conclusiones”<sup>88</sup>, de esta manera es que se realiza el informe de estrategias de intervención del proyecto “Atención del Adulto Mayor a partir de la Recreación Activa, Motriz y Social como medio para la Mejora de la Calidad de Vida del Adulto Mayor”, con la finalidad de dar a conocer la manera en que fueron realizadas cada una de las estrategias, el material de apoyo, los adultos mayores y personas que fueron invitadas a ser partícipes de cada estrategia.

Cabe resaltar que se realiza el informe de cada estrategia de manera clara y precisa, de igual manera la respuesta positiva que se obtuvo por parte del grupo de adultos mayores, haciendo mención de las opiniones que cada adulto realizaba enriqueciendo el tema. De igual forma damos a conocer de algunas limitantes que se nos presentaron para la realización de las estrategias y cómo es que se les dio una solución.

### **Estrategia: Experiencias Vividas**

**Tema: Autoestima**

**Fecha de aplicación: 4 de junio de 2016**

**Hora de inicio: 9:20 am**

Antes de la aplicación de la estrategia realizamos dos gestiones; la primera fue en el DIF donde nos encontramos realizando el servicio social. Por lo que solicitamos el material necesario para la aplicación de las estrategias como fue: un cañón, la granja (espacio donde la gente de la comunidad ocupa para hacer reuniones) que es un espacio techado y cerrado, elegimos ese espacio por ser amplio y porque cuenta con sillas, mesas y un pizarrón; tuvimos respuesta favorable en el momento, ya que las dos somos originarias de la comunidad y también porque las actividades eran dirigidas al grupo de adultos de Taxadhó.

---

<sup>88</sup> GOOD William y Paul Hato. “preparación del informe”. En Métodos de Investigación Social. México. Trillas. Antología UPN Elementos Básicos de Investigación Cualitativa. Pág. 247

Sin duda alguna, hasta ese momento no se nos había presentado ningún inconveniente. Pero después la subdirectora de asistencia social del DIF nos comunicó que no podrían acompañarnos para apoyarnos en la realización de todas las estrategias en las cuales teníamos contempladas como agentes educativos la subdirectora y a la psicóloga, ya que al día siguiente serían las elecciones para elegir al diputado, presidente municipal y gobernador del Estado, explicándonos que está prohibido realizar actividades sociales en estas fechas, ya que se mal interpretaría por parte de otros partidos políticos o por los mismos ciudadanos, así que nos vimos en la necesidad de preparar la conferencia de autoestima para los adultos que daría la psicóloga y realizar las actividades que dirigiría la subdirectora.

En el momento si nos preocupamos, pues el personal de DIF reforzaría nuestra estrategia, en cambio nosotras realizamos la planeación de las estrategias así que teníamos conocimientos suficientes para aplicarlas.

El día sábado llegamos al lugar a las ocho y media de la mañana para realizar la instalación del proyector, laptop y bocinas que eran nuestros materiales que necesitarían de energía eléctrica. Aquí se nos presentó nuestro segundo inconveniente, ya que no teníamos conocimiento que dentro de la granja no había instalación de luz y solo llevábamos una extensión de dos metros, de inmediato buscamos de donde podríamos tener energía eléctrica y encontramos en el teatro que esta fuera de la granja está demasiado alejado del contacto eléctrico, más o menos a una distancia de 10 metros; por lo que la extensión no alcanzaría; así que tuvimos que pedir prestada una extensión grande a una vecina que vive cerca de la granja, y así solucionamos el problema.

Por lo que iniciamos con la dinámica de activación física; como sabemos que a todos les gusta realizar ejercicio, muy motivados lo realizaron; después de los quince minutos tomaron nuevamente asiento e iniciamos la conferencia de autoestima; los animamos para que participaran, lo cual fue favorable, ya que nos compartieron sus conocimientos sobre el tema.

Un adulto mayor expreso su sentir, lo único que si se nos fue un poco de las manos y no supimos controlar es que en el momento que iniciaron a participar nos

extendimos en tiempo y duro más de lo planeado más sin embargo, los adultos estaban a gusto y no se desesperaron.

Posteriormente les pusimos un video de reflexión llamado “la vida puede ponerme arrugas pero jamás envejeceré”, el cual fue acertado, pues les agrado mucho y los motivo a participar, expresando lo que entendieron del video y lo relacionaban con su vida cotidiana. El video trató de que a pesar de ser adultos mayores aún pueden bailar, salir a caminar, trotar, que tienen derecho a cuidarse y acudir al médico a sus revisiones y, lo más importante, que tienen derecho a ser felices.

Después del video, los adultos comentaron que sí era acertado todo lo que vieron en el video; que está bien, sólo que hay momentos en los que les es difícil por los problemas que llegan a tener dentro de su familia, ocasionando que los adultos se preocupen al grado que se descuiden y que hay momentos que de la preocupación no comen y después por eso se enferman. Otros decían que a pesar de los problemas tenían que realizar actividades que a ellos les ayude a su autoestima y que realizarán las cosas que les gusta hacer, porque si se preocupaban y dejaban de comer se enfermarían y eso no ayudaría en nada en su familia, sino todo lo contrario; también comentaban que sí está bien que se preocupen por sus hijos pero no al grado de descuidarse como adulto mayor o permitir que los hijos los maltraten, pues eso también repercute en su autoestima.

Al escuchar las opiniones de cada uno de los adultos del grupo, coincidimos en que es importante que a pesar de los problemas que se puedan llegar a tener en la familia ellos no deben descuidarse y mucho menos permitir que sean maltratados, nos percatamos que hay varios adultos que tienen una autoestima alta pero que también hay pocos que como lo decía el video no importa que ellos estén mal ya sea de salud o emocionalmente siempre que esté bien su familia y es respetable el pensar de cada uno de los adultos no podemos imponerles que no se preocupen por su familia sólo platicar con ellos lo importante que es estar bien, para poder apoyar cuando se presenten los problemas.

La actividad de musicoterapia “siento mi valor cuando fluye mi energía” se realizó, pero en esta ocasión no todos los adultos la entendieron, y no realizaron los

ejercicios como se visualizaba en el video; aunque después lograron entender lo que se pretendía que era que se relajaran con estos ejercicios.

En la actividad del cierre que se tenía planeado realizar un collage ya no se pudo hacer porque no había suficientes revistas solo eran 4, ya que no esperábamos que asistieran 30 adultos, porque al grupo solo asistían 17; por lo que optamos por cambiar la actividad. Que en una hoja pegaran una imagen y nos explicaran por qué la habían escogido, qué les gusto; y varios nos comentaron que eran imágenes que representaban el autoestima alto y que así debería de ser en el adulto mayor.

Solo tres de los adultos mayores decidieron no pegar una imagen, una, solo coloreo de rojo el corazón que tenía dibujada la hoja que les dimos, al momento que le preguntamos por qué lo había coloreado de ese color; por lo que nos respondió que ese color es vida y alegría. Otro de los adultos realizó dos imágenes una era ella y el otro era su esposo que también asiste al grupo, en el cual escribió una pequeña historia sobre ellos, fue muy emotivo al momento que lo compartió en el grupo; y, por último el otro adulto no sabe escribir pero si leer y dentro del corazón pidió que se escribieran unas palabras de la biblia que nos compartió que es lo que lo motiva.

Como toda estrategia, los adultos mayores nos tuvieron que evaluar pero fue contradictorio porque varios no saben leer o escribir, así que decidimos preguntarles que les parecieron las actividades, para lo cual comentaron que les gustaron, solo que el video y la música que les compartimos estaban a un volumen alto y nos sugirieron bajarle a la próxima vez, los colores que utilizaron para decorar su hoja no tenían punta y no teníamos sacapuntas así que no sugirieron tomar en cuenta estas observaciones al momento de realizar las demás actividades.

Hora de Termino 11:40 am

**Estrategia: Experiencias Vividas**

**Tema: Salud**

**Fecha de aplicación: 11 de junio de 2016**

**Hora de inicio: 9:30 am**

Para el seguimiento de la primera estrategia se realizó el mismo proceso de gestión sin embargo en esta ocasión se presentaron dos inconvenientes la primera fue que

el delegado se le olvido abrir la granja y no teníamos espacio adecuado para instalar el proyector, la segunda fue que los primeros cinco adultos que se encontraban en ese momento decidieron realizar otra actividad, los adultos restantes fueron llegando e incorporándose a la actividad, así que cancelamos la sesión, nuevamente consideramos a personal del DIF para que nos apoyaran pero nos informaron que no podrían pues se encontraban con mucho trabajo dentro de la oficina así que dirigimos todas las actividades.

Cuando se terminó la actividad de cachi bol que los adultos realizaban todos nos retiramos a nuestras casas dejando pendiente la estrategia para el día 11 de junio, un día antes del once nuevamente acudimos a delegación para gestionar el espacio y al igual que la primera vez no se negó el apoyo, llegamos a las ocho y media para instalar nuestro material a utilizar nos percatamos que no se había abierto la granja así que esperamos a que llegara una persona del comité de la delegación pero cuando nos dimos cuenta eran las nueve de la mañana ya era tarde enseguida llego el representante del grupo y traía llaves para abrir y de esa manera es que pudimos entrar e instalar para dar seguimiento a la estrategia acomodamos el espacio y el mobiliario para que conforme fueran llegando tomaran asiento esperamos quince minutos más para que llegaran todos los adultos que son constantes en sus asistencias al grupo y dar inicio pues para nosotras es importante que todos los asistentes al grupo estén informados.

Una vez que los adultos llegaron dimos inicio a las actividades las cuales iniciamos con danza terapia les explicamos en qué consistía, que pretendíamos; les proyectamos un video de cómo se practicaba la danza terapia e iniciaron con la actividad. Tres adultos se reusaron a realizar esta actividad por más que los animaban no lo hacían después nos dimos cuenta que era por pena y como el tema de la estrategia fue diseñado en base a las demandas que realizaban, así que decidimos por no obligarlos buscando que durante el desarrollo de las demás actividades participaran, el video duro un minuto con veinticuatro segundos así mismo para dar seguimiento a la activación física les proyectamos otro video de mambo en el que participaban adultos y con muchas ganas, actitud positiva bailaron a excepción de los tres antes mencionados.

Cuando terminaron de bailar expresaron de inmediato que les agrado mucho el video tanto que querían seguir bailando pero nosotras no podíamos acceder ya que teníamos una planeación elaborada y que teníamos que darle continuidad y así fue como la segunda actividad se inició con una dinámica llamada el cofre con la que pretendíamos rescatar los saberes previos de los adultos sobre las enfermedades más comunes en la etapa de la adultez y sin duda alguna se logró pues todos compartieron sus conocimientos, dentro de nuestra planeación estaba previsto proyectar un video pero decidimos dar primero la conferencia “la salud y yo”, pues nos percatamos que si participarían ya que las conferencias las estábamos realizando de una manera dinámica en la que los adultos rescaten en ese momento los aspectos que les sean relevantes para su vida cotidiana, en esta ocasión solo cinco adultos participaron y los demás estaban de acuerdo con los puntos que se compartieron.

Después de la conferencia proyectamos el video “la importancia de la buena salud” para reforzar la actividad anterior para los que no participaron durante la conferencia les pedimos que rescataran ideas relevantes para ellos y que lo dieran a conocer al grupo después de diez minutos les explicamos que la siguiente actividad consistía en realizar avisos clasificados en base al tema que se estaba analizando, sobre una mesa colocamos imágenes de lo que debía de realizar el adulto mayor para auto cuidarse de manera adecuada tanto físicamente y emocionalmente, les dimos a cada quien una hoja en que pegarían una imagen que ellos elegirían y decorarían para después pegarlas en el pizarrón, cuando ya todos hicieron y pegaron su aviso clasificado los invitamos a pasar para observar y analizar cada aviso también para ver si todos habían entendido el tema.

La actividad con la que decidimos cerrar la sesión fue con una dinámica llamada la madeja de lana con la que pretendimos recuperar los conocimientos que cada adulto mayor adquirió durante la sesión y los cuales se compartieron al grupo, esta dinámica en el último momento se nos fue de las manos pues hubo adultos quienes compartieron lo aprendido pero también mencionaron otros aspectos que no estaban acorde al tema pero que si eran relevantes para nosotras pues de alguna manera

iniciaron con la evaluación hacia nosotras y a nuestras actividades que diseñamos para el grupo.

Termino: 12:30 pm

**Estrategia: Sonrisas que alegran el alma**

**Tema: Valores**

**Fecha de aplicación: 25 de junio 2016**

**Hora de inicio: 9:20 am**

Esta estrategia fue realizada con niños de 7 a 10 años de edad y con los adultos mayores del grupo HÑAHÑU para la asistencia de los niños pedimos de favor a los adultos que invitaran a uno de sus nietos para las actividades que se realizarían lo que se buscaba era la convivencia del adulto mayor con el niño que forma parte de su familia, sin duda alguna desde el momento que fue diseñada la estrategia estábamos conscientes que abría la posibilidad de que no contáramos con la asistencia de los niños por diversas situaciones.

El día sábado se realizó la estrategia cuando llegamos al teatro del pueblo donde se llevaría a cabo nos percatamos que nuestra hipótesis de que no asistirían todos los adultos con un niño resulto ser cierta pues solo tres adultos llegaron con su nieto en ese momento pensamos en diversas cuestiones por las cuales los demás iban solos pero en ese momento no preguntamos nada e iniciamos con dicha estrategia con activación física a la cual llamamos “Bailo terapia” en el momento que iniciamos los niños no querían realizar la actividad comentaban que porque no sabían bailar, que les daba pena en cambio los adultos como ya tienen tiempo reuniéndose ya cuentan con mayor confianza y libertad para realizar las actividades así que en ese momento tuvimos que ver cómo integrar a los niños, lo que nos sorprendió fue cuando los adultos tomaron de las manos a los niños e iniciaron a bailar fue entonces cuando los niños obtuvieron un poco de confianza y se integraron.

Después de la activación se realizó la segunda actividad que se llama “Actuación sin fronteras” en ella tenían que realizar una representación corta sobre un valor que debe estar presente en la convivencia del niño con el adulto al principio el adulto mayor no sabía cómo la iba a realizar y la niña estaba un poco nerviosa por su participación pero se les explico después dándoles un ejemplo de cómo era la

actividad, nos pidieron que les diéramos unos minutos para ponerse de acuerdo y se los dimos, después iniciaron con su representación la cual trato sobre el amor y respeto entre ambos, los demás adultos estuvieron de manera atenta observándolos, al final todos les aplaudieron diciéndoles que estuvieron muy bien en ese momento los niños sonrieron demostrando que fue de su agrado la actividad.

Continuando con dicha actividad se proyectó un video con el nombre “Mis zapatos” para lo cual les pedimos que pusieran atención pues al terminar les haríamos preguntas y fue así como todos los adultos comentaron de que se trataba pero lo que no esperábamos era el comentario de una niña que fue “en el video pasan dos niños uno que tiene los tenis rotos y se burlan de él lo cual está mal, otro que está sentado y el niño de los tenis rotos se sienta a lado después se aleja pidiendo con toda su fe estar en su lugar del niño y se cumple pero después se da cuenta que el otro niño no puede caminar y se pone triste” sin duda alguna su participación con dicho mensaje no lo esperábamos, después su abuelita participa diciendo “que en esta vida se debe valorar los sentimientos, momentos que se viven juntos y no las cosas materiales” al terminar de hablar todos los demás adultos comentan en un solo instante que si pero que actualmente todas las personas están preocupadas por lo material dejando a un lado los valores y sentimientos.

Después de todas sus participaciones se realizó la tercera actividad que fue la dinámica “yo soy” en la que por cinco minutos conversaron con los niños sobre que les gustaba hacer y en cuestión de segundos cambiaron de rol y se dieron cuenta que en ambos necesitan convivir el uno con el otro diciendo que invitáramos más seguido a otros niños para que convivan con ellos.

La actividad de cierre fue llamada “la pirámide” en la cual escribieron un valor, otros realizaron un dibujo en que se refleja el valor que para ellos es importante para posteriormente pegarlas y compartirlas con todos, al final de todo comentaron que les parecieron las actividades del día y nos encontramos con respuestas positivas de que les gustaría que se volviera a repetir dejándonos a nosotras una muy grata experiencia.

**Estrategia: Sonrisas que alegran el alma**

**Tema: Motivación**

**Fecha de aplicación: 2 de julio de 2016**

**Hora de inicio: 9:20 am**

Dándole seguimiento a la estrategia con los niños y adultos la cual se llama motivación el nombre es porque se busca que ambos, niños y adultos se motiven el uno al otro para tener una convivencia de mutua confianza en la que a ninguno le dé pena decir lo que piensa y siente, así como para realizar algunas actividades.

Primer dinámica “mar adentro y mar afuera” se realizó para lograr un ambiente sano y de cordialidad, no hubo dificultad para lograrlo ya que era el segundo día que asistían los niños, así que su participación fue de manera espontánea y por voluntad de los niños, a excepción de una niña que era el primer día en asistir el cual era un contexto diferente en el que ella está acostumbrada a socializar así que fue normal la primer reacción así que fue normal su primer reacción ante el grupo de adultos pero al ver a los otros niños participar se animó a realizar las actividades con los adultos los cuales le mostraron calidez, confianza y le apoyaron para desenvolverse con mayor seguridad con el grupo.

Primer actividad “manualidades” en ella se proporcionó el material suficiente para realizarlas: (fomi, colores, tijeras y pegamento) para que adultos y niños realizaran la manualidad de su agrado fue un momento en el que se observó la creatividad de los adultos y niños en conjunto, el apoyo que se brindaron al realizar su manualidad, se brindaron ideas entre los integrantes del grupo para quienes aún no sabían que realizarían, al finalizar todos mostraron lo que realizaron en su mayoría fueron flores otros una casa, después en papel pellón se puso la mano de cada uno de los adultos y los niños y aun costado pegaron la manualidad realizada, posteriormente todos pasaron a ver el trabajo de equipo que se realizó .

Después proseguimos con la dinámica “la telaraña” en la cual se formó un círculo y con una bola de estambre en las manos dio inició el primer adulto compartiendo su opinión sobre lo que le parecieron las actividades realizadas en ese día después arroja la bola de estambre a la persona que se encuentra frente a él quedándose con la punta del mismo estambre, para que la otra persona realice su participación al

igual que el primer adulto y así sucesivamente de tal manera que al finalizar todas las participaciones se formaría una telaraña, durante la participación de cada uno todos bromeaban, reían, jugaban con la bola de estambre, sugerían otras actividades de tal manera que la dinámica fue realizada de manera muy amena y en un ambiente agradable para todo el grupo.

La actividad de cierre fue un baile en la que todos participaron de manera muy agradable los niños ya se encontraban con mayor confianza al observar que entre los participantes se apoyaban y decían como bailar; entre risas y comentarios positivos que se hacían demostraron que si se puede convivir de manera sana y respetuosa con los adultos, ver que los adultos se encontraban felices por las actividades que fueron de su total agrado y de la respuesta de los niños percibimos el logro de nuestro objetivo que fue una buena convivencia.

**Estrategia: “Historias encadenadas”**

**Tema: Creatividad compartida**

**Duración: 1 hora con 55 minutos**

**Primera sesión**

Historias encadenadas es el título que lleva la tercera estrategia que se aplicó al grupo de adultos mayores de Taxadhó, cuenta con dos sesiones al igual que las estrategias anteriores, lo que se pretendía lograr en la aplicación es sin duda concientizar a los jóvenes la importancia de convivir con los adultos de la comunidad ya que consideramos importante para mejorar su calidad de vida no solo en su persona sino en su relación con los demás, sin embargo nos topamos en su aplicación con situaciones que amenazaron el resultado que esperábamos. Para invitar a jóvenes pensamos en los que pertenecen a cada una de las familias de los diferentes adultos y así fue, se les hizo una petición a los adultos de que invitaran a sus nietos, nietas a asistir al grupo y concretar las actividades planeadas considerando también que nos encontrábamos en temporadas vacacionales, por otra parte nos permitimos invitar a algunos jóvenes más dentro de la comunidad recibiendo una respuesta positiva y favorable.

Aunque para el día que fueron citados no llegaron de inmediato preguntamos a los adultos si habían invitado a sus nietos algunos de ellos respondieron que si pero que

no podían porque en temporadas vacacionales salen a trabajar, otros comentaron que es muy difícil que asistan con ellos al grupo, ya que se niegan acompañar a sus abuelos, aunque los mismo adultos mencionan que no asisten porque hay una diferencia de edad muy grande entre ellos, una de las razones es porque atraviesan una etapa de la vida en el que se vuelven rebeldes.

Fueron tres sesiones en las que estuvimos con la esperanza de que asistieran jóvenes pero no fue nada favorable así que decidimos realizar las sesiones planeadas sin jóvenes aparentemente no afecto a los adultos pues ellos son muy entusiastas y en sus palabras comentaron que ellos son jóvenes a pesar de tener la apariencia de un adulto mayor y que no había problema, para iniciar la sesión se realizó la activación física mediante la expresión libre donde se permite la libertad de movimientos de cada una de las personas adultas, con la activación se sienten muy motivados puesto que favorece a su salud física lo que se aprecia a simple vista.

Para continuar con las actividades se realizó una dinámica llamada “el bosque animado” con la intención de hacer un momento de convivencia y generar en ellos la participación, esta dinámica consistía en que cada una de las personas mayores debería elegir un animal al cual tendrían que representar con el sonido y movimientos haciendo una interpretación real del animal que eligieron cada uno de ellos buscando desarrollar la creatividad. En esta actividad se logró lo esperado cada uno de ellos se sintieron alegres y seguros pues han logrado un ambiente de confianza y apoyo entre ellos se preguntaban cómo podían hacer para representar lo que les había tocado.

Terminado esta actividad dimos paso a una conferencia referente a “las etapas de la vida”, con la intención de reconocer las características de cada etapa por las que pasa el ser humano, pero como no había jóvenes la conferencia se realizó solo con las personas adultas y tres personas que laboran en el desarrollo infantil ubicada dentro de la misma comunidad, la visita de estas personas fue benéfica ya que ellos trabajan con jóvenes en diferentes comunidades y tiene una visión de cómo son los comportamientos de ellos, de esta manera dimos paso a realizar esta conferencia como una plática donde cada uno dio puntos de vista diferente, los adultos por ejemplo dieron a conocer cómo es que se han perdido los valores en los jóvenes

pues en tiempos anteriores respetaban a sus adultos mayores y no respetarlos era una falta a los buenos valores; las personas de esta fundación dieron a conocer los cambios por los cuales atraviesa y que los separan de los adultos, puesto que son etapas y momentos que viven de diferente manera.

Seguida de esta actividad se aplicó otra dinámica llamada la caza que consistía en formar equipos de tres personas con la finalidad de que todos participen en la actividad con la intención de relajar al adulto y seguir con la actividad final, para ello se utilizó una pelota la cual tenía que agarrar sin dejar caer el suelo.

Como actividad final se consideró hacer un álbum de fotos donde se plasmaran a partir de imágenes las actividades que los adultos y jóvenes realizaban así mismo plasmar lo que les gustaría hacer juntos para convivir, sin embargo los adultos se negaron pues no tenía caso hacerla ya que no había jóvenes para decirles lo que ellos sentían y querían para tener un acercamiento, así que se realizó como una plática donde plasman una historia de cómo eran los jóvenes antes, como son ahora y como deberían ser según su visión de ellos. Sin duda alguna esta actividad despertó el interés de las personas que asistieron, pues les permitió recordar los momentos que vivieron en su juventud.

**Estrategia: “Historias encadenadas”**

**Tema: Movilidad**

**Duración: 1 hora con 35 minutos**

**Segunda sesión**

La segunda sesión igual también destinada a realizarse con jóvenes sin embargo tampoco asistieron se inició la sesión con la activación física como en otras sesiones es la parte inicial pero en esta ocasión fue esencial dado a que la sesión el tema central fue la movilidad física, durante la realización de ejercicios cada uno de los adultos dieron a conocer sus puntos de vista acerca de lo importante de ejercitar su cuerpo y los beneficios que han adquirido a partir de las actividades físicas.

Como segundo paso de esta estrategia se realizó una dinámica llamada los aros locos destinada a desarrollar la agilidad física en los adultos se realizaron dos equipos al inicio cada equipo contaba con cinco y seis personas, aunque después se fueron integrando otras personas que llegaron más tarde por lo que cada equipo

contaba con ocho integrantes, las instrucciones fueron las siguientes cada equipo deberá pasar por todo su cuerpo un aro de plástico, no dejarla caer al piso, y realizar esta actividad lo más rápido posible fueron las reglas de este juego; de esta manera se lograría que cada equipo se uniera para lograr realizar esta actividad, sin duda cada equipo logro realizarlo algunos más rápido otros lento, se reflejaba en algunos la desesperación pero cuando entendieron la dinámica pudieron mejorar su desempeño en esta ocasión asistieron algunos niños nietos de los adultos, y decidimos intégralos a la dinámica y no dejarlos a un lado eran niños entre 8 y 9 años y algunos de 4 y 5 años.

Para continuar se tenía previsto un partido de futbol sin embargo se optó por cambiar a realizar un partido de cachi bol entre adultos mayores debido a que no asistieron los jóvenes que teníamos contemplados, para ellos el cachi bol no es una competencia sino un momento en el que pueden divertirse sanamente sin necesidad de insultarse como lo hace los jóvenes en partidos de futbol que aunque les llamen amistosos se insultan unos a otros, ahora bien por lo que respecta a los resultados que ha traído este deporte a sus vidas son muchas, pero se puede observar en su desempeño físico, cuando iniciaron con este deporte se sentían temerosos de lastimarse, de equivocarse o de dejar caer la pelota al suelo, se desanimaban, pero hoy los podemos observar más fuertes, despiertos y atentos a atrapar la pelota en su gran mayoría se han beneficiado de este deporte.

**Estrategia: “El corazón que brinda todo sin pedir nada a cambio”**

**Tema: Mi edad no es un impedimento**

**Duración: 2 horas**

**Primera sesión**

Para iniciar esta sesión se aplicó la dinámica “ve a tu puesto” con la finalidad de que surgiera una interacción agradable con mujeres pertenecientes a su familia a fin de lograr identificar las necesidades más importantes del adulto con quien comparte la mayor parte del tiempo, esta actividad consistió en realizar diferentes tarjetas con temas relacionados a aspectos importantes sobre la tercera edad, para realizar dicha actividad se le pidió a los adultos que invitaran a sus hijas, nietas, nueras también se invitaron a otras mujeres de la comunidad.

Llegado el día de la sesión esperábamos que si asistieran las personas adultas con su invitada sin embargo fueron llegando poco a poco pero solos como normalmente lo hacen, cuando la mayor parte de ellos estaban reunidos nos permitimos preguntarles si habían invitado a las diferentes mujeres de su familia, enseguida la respuesta fue si algunos otros se quedaron callados e incluso afirmaron que habían olvidado invitar a alguien. Aquellos que respondieron afirmativamente preguntamos por qué no habían llegado acompañados la respuesta de varios de ellos fue que los quehaceres del hogar son un impedimento para dejar la casa sobre todo para las mujeres más jóvenes pues la gran mayoría prefiere aprovechar el tiempo en concluir los quehaceres cotidianos que adquieren cuando se convierten en amas de casa, el salir a trabajar para apoyar los gastos de la casa fue otras de las razones que dieron a conocer solo cuatro adultos.

Sin embargo a la sesión faltaron varias mujeres adultas mayores (familiares de los adultos de la tercera edad), la interrogante en ese momento fue porque no habrán venido si la sesión comienza a las 9:00 am y este es el horario que eligieron la gran mayoría de ellos, ante esta pregunta el representante contesto que no habían asistido por que tenían una salida a Santiago de Anaya por parte del programa Prospera, donde aún se encuentran inscritas y donde la asistencia era obligatoria, esta situación no detuvo la planeación agendada para aplicar la estrategia, puesto que los adultos que asistieron vieron que la gran mayoría eran mujeres y que con ellas podríamos hacer las actividades, aunque estuvimos de acuerdo con ellos les explicamos que la asistencia de las mujeres era para que pudieran tener una aproximación más cercana, alejados de los quehaceres del hogar, es decir que se permitieran olvidar por unas horas todas sus ocupaciones y se permitieran tener un momento para convivir con las personas de la tercera edad.

Así que a partir de lo anterior decidimos comenzar con la participación de una mujer que acompañaba a don Nico, esta persona desde que llego al lugar donde nos reunimos con los adultos se encontraba muy contenta y animada por estar ahí con los diferentes adultos, pero cuando iniciamos la actividad se sentía apenada porque era la única decidimos que la mejor manera de llevar a cabo la actividad era sentar a los adultos para entablar una plática menos formal el tema sobre el cual decidieron

abordar es la activación física y la salud en la vida del adulto mayor, en la opinión de esta invitada fue muy concreta – los ejercicios son importantes porque ayudan al cuerpo y previenen enfermedades- hubo diferentes participaciones por parte de los adultos la gran mayoría de acuerdo con lo que la señora comentaba porque muchas veces tener una vida sin movimientos hace que los nervios se encojan, que el cuerpo duela sin razón alguna por lo que las enfermedades se apoderen de nosotros fueron algunos de los comentarios que hicieron acerca del tema.

Siguiendo esta misma línea pedimos a los adultos que se levantaran para realizar la activación física a partir del baile que aplicamos dando al comienzo la libertad a los adultos de realizar ejercicios que ellos sintieran a partir de la música que escuchaban al mismo tiempo damos a conocer que para activar el cuerpo no solo se trata de repetir una serie de ejercicios sino que estos están ligados a la vida cotidiana de algunos de ellos, por lo que la actividad física es en sí parte esencial de la vida de todo ser humano, sobre todo al realizar todos estos movimientos de manera grupal con ellos se busca que se apoyen los unos con los otros, mientras realizábamos esta actividad se acercaron dos mujeres más que pasaban por donde nos encontrábamos, amablemente se acercaron a saludar a los adultos y estos les invitaron a unirse a esta activación realizaron uno que otro ejercicio y se retiraron del lugar excusándose diciendo que tenían una salida.

Seguida de esta actividad realizamos un café literario donde la pregunta fundamental fue ¿qué tan importante son las personas adultas en la vida de los hijos y las nueras? con la finalidad de identificar su lugar dentro de su familia, lo que más se marcó en la participación de ellos fue que si es verdad ocupan un lugar importante en su familia pero los hijos al formar una familia la prioridad es sacarlos adelante por lo que entienden que no puedan pasar tanto tiempo como ellos quisieran pero que se conforman con estar cerca de ellos, aunque claro está que sería mejor que entendieran que son sola una familia puesto que las nueras, yernos y nietos son integrantes importantes al igual que ellos.

Para finalizar esta sesión realizamos una actividad llamada ¿Quién soy? Esta actividad está destinada a hacer que los adultos visualicen quienes son ellos personalmente y en grupo, de manera que nos permitiera identificar y evaluar a

partir de su participación si en realidad creen que su edad no es un impedimento para realizar actividades físicas y convivir con su familia, sobre todo porque las conductas que hemos observado nos remiten a pensar que si hay un cambio de mentalidad en ellos, pues que ahora buscan el autocuidado de su persona.

El resultado fue el siguiente:

La gran mayoría coincidió en que son adultos mayores de 60, 65,70, 77, e incluso de 80 y tantos años de vida, pero son felices con la vida que les toca vivir porque esos momentos son únicos y no los volverán a vivir; que los problemas son muchos pero se hacen menos pesados cuando tratamos de solucionarlos con la familia; por lo que respecta a la salud comentaron que a veces se convierte en una excusa para seguir adelante pero siempre buscan una razón para animarse a asistir.

Hoy podemos estar seguras que existen muchas posibilidades de trabajar con los adultos mayores al principio cuando comenzamos a visitarlos solo asistían 17 aunque en algunas ocasiones eran menos, lo que hacía que se desanimaran, sin embargo poco a poco aumento y son más recurrentes en el grupo siendo en ocasiones 22 asistentes.

**Estrategia: “El corazón que brinda todo sin pedir nada a cambio”**

**Tema: Nutrición**

**Duración: 2 horas**

**Segunda sesión**

El tema a tratar en esta sesión fue la nutrición con el objetivo de concientizar al adulto mayor sobre la importancia de una buena alimentación recuperando lo que conocen acerca de esta tema así mismo lograr la interacción con adultos jóvenes para ello fueron considerados a familiares cercanos a su entorno familiar.

Para iniciar se realizó la activación física a partir de la dinámica titulada “la cebolla” con la finalidad de crear un ambiente de confianza entre el adulto mayor y las personas invitadas a la realización de esta estrategia, las indicaciones fueron las siguientes cada una de las personas deberán formar un círculo grande a fin de facilitar la construcción de la cebolla, una vez organizado el círculo todos se acercan de manera que todos quedaran lo más junto posible, además cada uno de ellos

deberá sujetarse del compañero que tiene enfrente, al lado de manera que no puedan romper la cebolla, solo un integrante deberá quedar fuera para que sea quien comience a arrancar las hojas de dicha cebolla.

Al principio fueron alrededor de 12 personas aunque más adelante se integraron algunas más a la actividad. Al considerar que era conveniente iniciar la activación física con una dinámica, es porque no debería ser rutinario sino que debe ser interesante y relajante para los adultos, con esta dinámica se fortalecerían los brazos y espalda.

Cada una de las personas se tornaron muy indecisos a participar pues hay personas que no entendieron la actividad debido a que algunos no entienden el español muy bien, así que Don Chucho y Don Leo fueron de mucha ayuda para explicarles y convencerlos de que participaran en la actividad, obviamente contemplamos que jalar a un adulto mayor era un peligro pues podría caerse y lastimarse, así que Don Nico fue muy cuidadoso para no lastimar a nadie, se escuchaban risas, algunos hacían señas para ayudar a quien rompía la cebolla, incluso aquellos que preferían no participar se integraron, a esta actividad que sirvió a su vez para romper el hielo y sentirse en confianza para pasar a la siguiente actividad, solo hubo dos personas que no participaron Doña Lina porque es una persona de edad muy avanzada, aunque esto no le impidió divertirse y apoyar a las personas que estaban en la dinámica y Don Cheve no participo ya que su discapacidad visual ha disminuido mucho que no puede distinguir a las personas a una distancia de un metro.

La nutrición es un tema elemental para el adulto mayor sobre todo porque cada uno de ellos tiene hábitos diferentes de nutrir su organismo, por esta razón era necesario conocer que opinión tenían y que conocían sobre el tema, para lograr esto realizamos otra actividad denominada la pelota preguntona, se formó un círculo para permitir que todos pudieran verse y prestar atención a la otras participaciones, aunque en dos ocasiones se les llamo la atención a algunas personas que insistían en platicar con la persona que se encontraba a su lado, todos querían decir lo que sabían o hacían para nutrirse bien, sobre todo cuando el adulto que participaba decía aspectos importantes a tomar en cuenta.

El resultado de esta actividad, previa a la plática sobre este tema, fue útil ya que todos escucharon las diferentes opiniones, en los comentarios emitidos para algunos es malo ingerir alimentos como las carnes, los embutidos, los refrescos y los azúcares, otros solo dicen que de algo tendrán que morir algún día, otros mencionaron que era necesario consumir de todo pero en pocas cantidades para que el cuerpo lo digiera como debe ser, no quisimos dar muchas respuestas para que en la plática participaran con todos sus argumentos y claro tratar de solucionar sus dudas sobre lo que tenemos que hacer para cuidar nuestra salud.

Durante la plática los adultos discuten sobre que se debe o no hacer, aunado a esto tratamos que dentro de esta plática se concientizara sobre la importancia de llevar una buena alimentación a fin de mejorar su salud y de esta manera estar bien físicamente, en esta actividad estaba contemplado la visita de un nutriólogo del DIF sin embargo no asistió a visitar este grupo, por lo que nos debíamos haber preparado con este tema y así lo hicimos tratamos de dar a conocer aspectos relevantes para que ellos pudieran entender lo que les decíamos, sin embargo, consideramos que terminamos aprendiendo más nosotras de ellos, porque nos hablaron sobre qué era lo que se comían cuando aún eran niños Don Conejo menciona que antes solamente había verduras y comían salsa en molcajete con tortillas hechas a mano y bebían agua o pulque lo que se consideraba limpio y sano, pero los tiempos han cambiado y hoy se prefiere comprar todo, por decir, si quieren comer frijolitos solo basta con ir a la tienda y comprar los enlatados todo eso afecta nuestra salud por que tienen conservadores que con el tiempo hacen daño.

Hubo otras participaciones que hacían referencia sobre las alternativas para curar las enfermedades con remedios caseros y que hasta hoy en día, la gran mayoría de los adultos mayores lo sigue ocupando para curarse, conocen remedios que ignoramos o más bien no creemos que puedan hacer efecto en nuestra salud.

Para dar continuidad realizamos otra actividad para afirmar todo lo que conlleva a una buena nutrición, fue necesario formar cinco equipos cada uno de los equipos tendría que trabajar similitudes y diferencias que hay respecto a las acciones que llevan a cabo y otras que no y que les permitirá conocer mejorar su salud; algunos preferían defender posturas personales lo que llevo a un conflicto de ideas, por lo

que fue necesario hacerles ver que todos de alguna manera saben que sí y que no deben de comer pero algunos llevan una dieta inadecuada.

Para finalizar esta actividad y como parte del cierre de la sesión nos permitimos realizar un debate con el propósito de conocer y saber las opiniones con respecto a las actividades realizadas, cuáles fueron sus impresiones, que les pareció, les gusto o no: aunque todos respondieron a una sola voz que estuvo bien, nos quedamos absolutamente inconformes porque esta respuesta es tan global que no dice nada, así que a cada persona se le pregunto cómo se sintieron con esta actividad, en algunas caras notamos interés, en otras aceptaciones de lo dicho. Como cierre se realizó un mapa mental aunque se pretendía que cada uno de ellos hiciera uno, decidimos que se hiciera uno sólo con la ayuda de todos los adultos mayores ya que permite compartir ideas de cómo hacerlo y que poner en el mapa así como las acciones que afectan a la salud.

**Estrategia: “La participación hace la diferencia”**

**Tema: Relaciones interpersonales con las autoridades de Taxadhó**

**Duración: 1 hora 30 minutos**

La estrategia que lleva por nombre la participación hace la diferencia se realizó con la finalidad de lograr el encuentro de las autoridades que conforman la delegación con el grupo de adultos mayores con la finalidad de propiciar la participación de los adultos en situaciones que ocurren dentro de la comunidad y para dar a conocer sus puntos de vista, para realizar esta estrategia acudimos con las autoridades de la comunidad se les planteo la actividad en la cual queríamos que participaran, nuestra visita genero curiosidad a aquellos que se encontraban dentro de la delegación, nos dirigimos de inmediato a la oficina del delegado donde se encontraba toda su comitiva al instante su pregunta fue ¿para qué me busca, que se les ofrece? Asi que nos presentamos como alumnas de la UPN asimismo le comentamos nuestra actividad y las actividades que hemos realizado con los adultos de la comunidad, su respuesta a nuestra petición fue que lo platicarían entre ellos para determinar si asistirían o no, pues la gran mayoría no dispone del tiempo.

Se les hizo la invitación de asistir al grupo el día martes, pues regularmente es el día en que se reúnen la gran mayoría, sin embargo como temíamos no asistieron, esto

afecto sin duda a la aplicación de la estrategia ya que no pudimos llevarla a cabo, nuevamente acudimos a la delegación a invitarlos y la respuesta fue positiva por parte de los integrantes les comentamos que iniciaríamos a las 9:00 am el día sábado, precisamente ese día estábamos inquietas por que los adultos en su mayoría llegaron temprano un poco más tarde llegaron las diferentes personas que integran el comité de la delegación.

Cuando los adultos mayores notaron la presencia del delegado se sorprendieron por la visita porque consideraban que nuevamente no asistirían a acompañarlos, en esta ocasión se presentaron ocho personas; siguiendo las actividades del día les pedimos que se reunieron en círculo en ese momento les dimos la bienvenida y agradecemos el haber aceptado la invitación que se les hizo, también algunos adultos dirigieron unas palabras de agradecimiento a las autoridades de la comunidad, después de este momento iniciamos la actividades planeadas para esta sesión.

Comenzamos con la realización de la activación física, con la intención de que las personas que nos visitaban se sintieran relajados e integrados para continuar con las actividades, durante estos quince minutos pudimos notar que se sentían comprometidos y hasta cierto punto obligados de estar ahí, pero poco después con los comentarios de los adultos su actitud cambio, estaban muy atentos a los comentarios que hacían sobre porque hacían ejercicio, fue un momento en que todos sonreían.

Para continuar realizamos una lluvia de ideas a la que nombramos, como “las diferentes ideologías sobre las relaciones interpersonales”, para ello se pidió a uno del comité de delegación que nos ayudará a escribir cuales son las diferentes posturas sobre lo que son las relaciones interpersonales y su importancia, obviamente no entendían a que nos referíamos con este término así que se les explico de una manera sencilla con la finalidad que ellos al igual que los adultos comprendieran que es lo que se tenía que realizar, esta actividad previa permitió que todos expusieran la importancia de la comunicación.

Después se realizó una dinámica llamada “cambiar de punto de vista” para generar un debate acerca de lo que ocurre dentro de la comunidad y que a los adultos les parece importante, se formaron en equipos de cinco personas a los cuales se les entregaría una pregunta por equipo por lo que tenía que realizar una discusión dentro del equipo para después dar a conocer una sola respuesta. Las preguntas fueron las siguientes:

-¿Cómo es nuestra relación de comunicación en la comunidad?

-¿Qué es importante para nosotros?

-¿Cuáles son nuestros puntos fuertes o débiles?

- ¿Cuál es nuestro papel en la comunidad de hoy (o de mañana)?

Se dio cinco minutos para ponerse de acuerdo, las repuestas que dieron las personas de delegación fueron respeto a lo que ellos tienen que hacer como personas a cargo del bienestar de los habitantes de la comunidad, mencionando que la comunicación entre los habitantes se torna un poco difícil porque tienen diferentes puntos de vista y en ocasiones impide que se pueda llegar a un acuerdo para solucionar algún tipo de problema que afecte a toda la comunidad, por esa razón ellos tienen que hacer lo que les parece mejor para el bienestar del pueblo.

Las respuestas que dieron cada uno de los equipos fueron importantes para reflejar las diferentes opiniones que cada adulto posee esto permitió favorecer la comunicación entre las personas adultas con las autoridades de la comunidad, además; los adultos mayores expresaron sus intereses y necesidades con la intención de hacer ver a las autoridades lo importante que son las personas adultas dentro de la comunidad y la responsabilidad que esto implica.

Hacer conciencia sobre este tema con estas preguntas fue fundamental para lograr esta interacción con los adultos mayores, después se aplicó una dinámica que permitió compartir aspectos y problemas urgentes dentro de la comunidad, “La papa caliente” es un juego intencional que permitió a cada uno de ellos expresar sobre lo que les pareció más importante de realizar dentro de la comunidad.

Las personas de la delegación mencionaron que trataran de realizar muchas cosas en la comunidad y que si no se han realizado es porque no han recibido respuesta acerca sobre los apoyos que han pedido; tal es el caso de la creación de un espacio especial para la atención del adulto mayor de la misma comunidad hablaron acerca de la importancia de realizar vigilancia durante la noche a fin de evitar que personas ajenas a la comunidad invadan y dañen a los vecinos. Los adultos pidieron que se les construyera un espacio donde ellos pudieran estar protegidos del sol o del frío, asimismo mobiliario para guardar los materiales que ellos ocupan pues es cansado llevarlos y traerlos de un lado a otro, a esto las autoridades respondieron que ellos les permitían usar la delegación o la granja para que se reunieran ahí, aunque los adultos no muy conformes con esto mencionaron que han tratado de darle uso pero que en ocasiones los candados son cambiados sin avisarles.

Por lo que se realiza la mayor parte de las actividades al aire libre al no contar con un espacio adecuado para ellos, a esto las personas de la delegación se excusaron diciendo que para crear una casa para el adulto mayor toda la comunidad debería de estar de acuerdo pues implica la realización de un proyecto que llevaría tiempo y el periodo que ellos cubren al servicio de la comunidad es de un año y no podrían concluir un proyecto así.

Lo benéfico de esta sesión es que permitió que los adultos expresaran las cuestiones que para ellos son importantes atender dentro de la comunidad, también hicieron la petición de que se les construyera un espacio destinado para ellos.

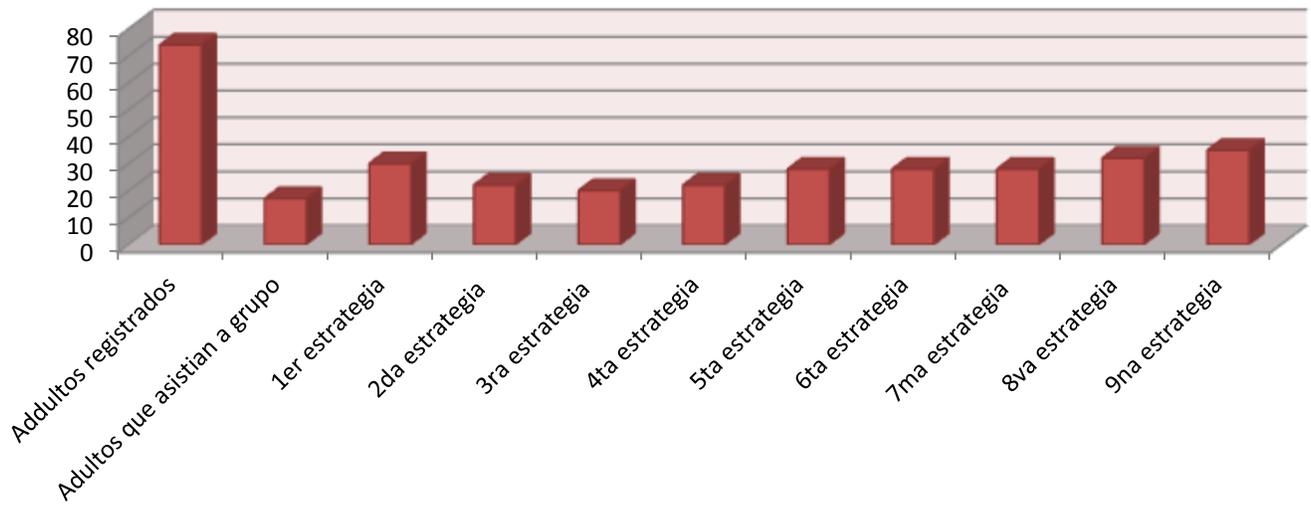
Haber realizado esta actividad con personas de la delegación los dejó más tranquilos porque han hecho peticiones que si bien tardaran en cumplirse, al menos tienen la esperanza que algún día tendrán un espacio para ellos, por esta razón; esta dinámica fue titulada “la participación hace la diferencia”, pues más vale expresar lo que pensamos que quedarnos en el silencio, sin tratar de hacer nada, obviamente los adultos están conscientes que son personas mayores pero esto no los imposibilita que participen con la comunidad.

A partir de esto con iniciativa propia ellos buscan continuamente espacios en los eventos culturales donde se les permita participar y sentirse así integrados dentro de la comunidad tal es el caso, del día de las madres, día del padre, etc.

La presente grafica muestra cuantos adultos mayores se encuentran registrados en la comunidad de Taxadhó, esto es para tener un control de los apoyos que se les brinda por parte de las instituciones que los atienden como lo es DIF y Casa de Día, sin embargo se puede observar que son minoria los adultos que asisten a las actividades que se realizan una vez por semana.

En el momento en que iniciamos la aplicación de la primera estrategia obtuvimos un resultado que no esperabamos pues asistieron más adultos mayores de los que asistian, pero en las siguientes sesiones volvio a bajar el numero de asistentes dejandonos desconcertadas, despúes nos informaron que no asistian porque las sesiones eran por las mañanas pero que harian un esfuerzo por asisitir ya que si les interesaban las actividades, de esta manera pudimos observar que el grupo en cada sesión iba siendo más grande pues en la ultima asistieron treinta y cinco adultos los cuales al termino de las estrategias mostraron estar contentos y satisfechos con las acciones que se realizarón, brindandonos como respuesta que los objetivos planteados se cumplierón no solo por el numero de asitentes si no tambien por los comentarios realizados por parte de los adultos mayores.

## Resultado de estrategias aplicadas



## CONCLUSIONES

Una vez analizado y presentado los resultados de las acciones implementadas se concluye en lo siguiente:

Las actividades recreativas tienen una importancia vital a lo largo de la vida de las personas mayores ya que ayudan a favorecer su bienestar, por tal motivo realizamos este proyecto de intervención socioeducativa ya que consideramos que trabajar la recreación con adultos mayores nos permitiría mejorar su calidad de vida, este tipo de actividades fueron pertinentes, pues los alentó hacia emociones positivas para vivir por lo cual se sintieron motivados e integrados a la vida, así mismo disminuyeron sus problemas emocionales y de salud.

Esta fue una gran oportunidad para motivar a los adultos mayores a vivir su vida con entusiasmo ya que consideramos que el adulto mayor puede permanecer sano y activo independientemente de los años que tenga de vida; puesto que el proceso de envejecimiento es un fenómeno que ha tomado relevancia en los últimos tiempos y se hace necesario prestar atención a esta población que es vulnerable.

Consideramos este proyecto como factible ya que la mayoría de las personas de la tercera edad son atraídos por las actividades de recreación, nuestra intervención fue destinada a propiciar la convivencia entre el adulto mayor, su familia: niños, jóvenes, adultos y las autoridades de la comunidad que forman parte de su contexto inmediato.

Generar la convivencia es sin duda un gran reto, sin embargo, este primer paso estuvo destinado a prestar atención en el adulto mayor para después incluirlos a la vida activa de la sociedad, una de las ventajas claras de este trabajo de intervención fue atender con acciones prácticas parte de la calidad de vida por medio de recreación que les permiten ocupar el tiempo libre del cual disponen, partiendo de cambiar hábitos y permitiendo la creación de espacios donde los adultos mayores desahoguen sus penas, expresen sus pensamientos, sentimientos y causas que han provocado en ellos alejarse de la familia y comunidad.

Este proyecto ofrece más posibilidades para seguir trabajando sobre todo porque es una comunidad y aunque no trabajamos con toda la población se puede ir pensando en más acciones que beneficien a los adultos mayores y propicien en ellos una mejor vida además de beneficiar a la sociedad recuperando valores perdidos.

En párrafos anteriores hablamos sobre las actividades de recreación y su impacto que tiene en la vida de los adultos mayores; en la convivencia con su familia, dando como resultado que la persona de la tercera edad adquiriera estabilidad emocional, como LIE's no fue fácil lograr esta estabilidad, puesto que, cada momento compartido con ellos eran diferentes emociones percibidas lo que nos dificultaba saber si realmente se cumplían los objetivos de las estrategias; así que nos vimos en la necesidad de platicar con ellos, sin que ellos supieran el objetivo de la plática para nosotras poder tener una respuesta verídica y comprobar si las estrategias cumplían con el objetivo.

Convivir con los adultos al principio no fue fácil pues no confiaban en nosotras, sin embargo, desde el primer día que nos presentamos con ellos fuimos recibidas amablemente, aunque se mostraban desconcertados por nuestra presencia nunca se negaron a realizar las actividades que les impartíamos, cada sesión permitió que la confianza aumentara generando una mejor interacción con el adulto mayor, todo esto se vio reflejado en su asistencia constante y en cada sesión se integraban más adultos, es importante compartir que las actividades de activación física beneficiaron sus vidas adquirieron mayor movilidad física.

Esto sin duda es una satisfacción para nosotras, sin embargo como LIE's carecíamos de: experiencia en el trabajo con adultos mayores, no dominamos a ciencia cierta la lengua Ñhañhu lo cual dificultaba entablar una conversación ya que la mayoría de ellos habla esta lengua, así mismo establecer un horario para las sesiones era difícil, pues no coincidíamos en la disponibilidad de horarios. Sin embargo, reconocemos que es a partir de la práctica donde se adquiere la experiencia. Poder observar todas las carencias y limitaciones que se presentaron durante la construcción de este proyecto de intervención no es algo que afecte directamente los resultados, ya que estas situaciones nos han enseñado a mejorar y a

ser capaces de tomar decisiones con la finalidad de que los objetivos que fueron propuestos se cumplieran.

Creemos firmemente que la edad de un adulto mayor no limita su capacidad para desarrollarse dentro de su ámbito familiar y social, obviamente el contexto donde se desarrolla marcan sus conductas y sus formas de ver la vida por eso desarrollar un proyecto que responda a sus necesidades y sean partícipes en aquello que les gusta realizar es indispensable para que su participación sea voluntaria.

Uno de los objetivos que marca la licenciatura es crear nuevos ambientes de aprendizaje, espacios donde la interacción con el adulto mayor sea recíproca, es decir, tener presente sus opiniones, expresiones y sus diferentes sugerencias, que mejor manera de propiciar nuevos ambientes a través de la ocupación de su tiempo libre, aunque para ellos no existen tiempos libres pues han dedicado su vida a trabajar y sustentarse económicamente por medio de diferentes labores como son la realización de artesanías y el trabajo en el campo, pero el reunirse dos o tres veces por semana con cada uno de los que integran el grupo de adultos mayores ha sido favorable pues han encontrado apoyo mutuo por medio de la convivencia.

Sin duda alguna la Licenciatura en Intervención educativa nos ha ofrecido herramientas que nos han servido para repensar la realidad del contexto donde estamos inmersos, de la misma forma nos ha demostrado que un niño, joven y adulto tienen el mismo derecho de aprender y de ser atendidos acordes a sus edades, necesidades y contexto, estos son aspectos que hacen que una intervención sea real y apropiada.

Haber desarrollado este proyecto de intervención ha sido una experiencia grande no solo en lo personal sino también en la preparación profesional, pues nos permitió tener un acercamiento real con el adulto mayor, a prender a escuchar, a respetarlos y animarlos, ellos nos han enseñado muchas cosas que han aprendido en su caminar lo que convierte su experiencia valiosa para ellos.

Durante los días, meses que compartimos con las personas de la tercera edad de Taxadhó, sirvió para confirmar que las experiencias son heterogéneas por lo que sus opiniones fueron importantes antes y durante la aplicación de este proyecto, sus

expresiones e incluso sus gestos son cuestiones que ayudan a evaluar la pertinencia de las estrategias aplicadas, pues son ellos quienes aceptan o rechazan alguna propuesta, la andragogía es considerada como un actividad guiada, permite ver que la educación de las personas adultas no debe ser semejanza de la de un niño más bien ser contextualizada según su edad.

## Bibliografía

BARQUERA, Humberto, "las diversas modalidades de la investigación participativa". En: investigación participativa. Algunos aspectos críticos y problemáticos, Capítulo III, cuadernos de la CREFAL, No. 18, Pátzcuaro, Michoacán, México, Julio 1991.

CIMBRANOS Fernando, David Montesinos y María Bustelo. En: "El análisis de la Realidad". Antología UPN/ Diagnostico Socioeducativo.

GOOD William y Paul Hato. "preparación del informe". En Métodos de Investigación Social. México. Trillas. Antología UPN Elementos Básicos de Investigación Cualitativa.

GOMEZ Cervantes Teresa (Julio 2003) programa indicativo diagnostico socioeducativo. Antología UPN Diagnostico Socioeducativo Edición 2006.

LINTON Ralp. Concepto de la Cultura. En: Cultura y personalidad. México, Brevario F.C.E. 1983. Antología UPN cultura e identidad.

MIKLOS Thomas ¿Qué es la planeación estratégica? Antología UPN Planeación y Evaluación Institucional.

Pacheco M. Teresa. (2000) "La investigación social en educación. Consideraciones metodológicas". Pág. 57-75. Ibid. La investigación social. Problemática metodológica para el estudio para el estudio de la educación. México. CESU-UNAM.

Programa de reordenamiento de la oferta educativa de las unidades UPN (Plan de estudios). Licenciatura en intervención educativa. 2002. En: antología Intervención educativa.

SERNA, Varela María. En: ámbitos y áreas de intervención.

S. SNOWLES, Malcolm, Elwood F. Holton III y Richard A. Swanson. En: Andragogía: El aprendizaje de los adultos. Primera edición en español publicada en 2001, Alfomega grupo editor, S.A. de C.V.

TAYLOR S. J. y R. Bogdan (1990). "Introducción. Ir hacia la gente" En: introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados. Buenos Aires: Paidós; 15-27. Antología UPN/Elementos de Investigación Cualitativa.

VALENZUELA Ma. De Lourdes y Gómez Gallardo. UPN Memoria del foro Nacional. Nuevos Rostros y Esperanzas para viejos desafíos. La Educación de las personas Adultas en México. 1995: pp. 223-228. Tomo II.

VALENZUELA Ma. De Lourdes y Gómez Gallardo. UPN Memoria Foro Nacional. Nuevos rostros y esperanzas para viejos desafíos la educación de las personas adultas en México. 1995: pp. 175-178 tomo II: en Enfoque sobre el aprendizaje en los

adultos; el adulto un ser evolutivo, antología UPN procesos de enseñanza aprendizaje en la educación de la personas jóvenes y adultas.

VAREA, Falcón Ángeles. Las políticas públicas y la educación de adultos y adultas. En: antología UPN; Ámbitos y Áreas de Intervención de la EPJA, julio 2004.

WOODS, Peter. (1993) "el comienzo de la investigación". Pág. 31-47. Ibíd. La escuela por dentro. Barcelona. Paidós. Antología UPN/ Seminario de Titulación.

YOUNG Pauline V, métodos científicos de investigación social; introducción a los fundamentos contenido, método, principios, análisis de las investigaciones sociales. UNAM c1960 s. 194. Antología UPN/ Seminario de titulación.

### **Bibliografía de internet**

ANAYA Hernández, L. A.; Ramírez Sánchez, M.: Historia General. Curso preparatorio de Acceso a la Universidad para mayores de 25 años. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, 2001, [https://www2.ulpgc.es/descargadirecta.php?codigo\\_archivo=16945](https://www2.ulpgc.es/descargadirecta.php?codigo_archivo=16945) (consultada en Septiembre de 2015).

Alfabetización y cultura, <http://www.unesco.cl/pdf/actyeven/ppe/boletin/artesp/32-9pdf>, Antología UPN procesos de enseñanza aprendizaje en la educación de las personas jóvenes y adultas.

ALPIZAR, Díaz Wendy, hacia la construcción del concepto integral de adultez, revista enfermería actual en costa rica, <https://revista.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/viewfile/10704/10096>. Consultada noviembre 2016.

ARDILA Rubén. En: Calidad de vida: una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 35, núm. 2, 2003, pp. 161-164 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia, <http://www.redalyc.org/pdf/805/80535203>.

BLENGIO Mariana, Manual de los derechos humanos, <http://docplayer.es/6656913-Manual-de-derechos-humanos-mariana-blengio-valdes.html>.

CARABALLO Colmenares, Rosana, en: La andragogía en la educación superior Investigación y Postgrado, vol. 22, núm. 2, 2007, pp. 187-206 Universidad Pedagógica Experimental Libertador Caracas, Venezuela, <http://www.redalyc.org/pdf/658/65822208>.

Catálogo de localidades, Información de localidad, Secretaria de Desarrollo Social (SEDESOL) <http://www.microrregiones.gob.mx/catloc/contenido.aspx?refnac=130300047> (consultada Septiembre de 2015).

Capítulo 1 El adulto mayor,  
[http://www.Catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lar/dionne\\_e\\_mf/capitulo1](http://www.Catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/dionne_e_mf/capitulo1),  
consultada el 28/11/16.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos México, derechos de los adultos mayores, abril 2012,  
[http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/9\\_Cartilla\\_Adultos\\_Mayores](http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/9_Cartilla_Adultos_Mayores).

DÁVILA, Mayuris. Universidad Nacional Experimental Rafael María Baralt, revista electrónica actividad física y ciencias, Julio 2014, El Valor de la Recreación en el Desarrollo Comunitario,  
<http://revistas.upel.edu.ve/index.php/actividadfisicayciencias/article/view/4920>.

Diego Armando, Plantas Medicinales Taxatho,  
<http://diegoronaldo.blogspot.mx/2009/06/taxatho.html> (consultada en Septiembre de 2015).

DUARTE, Duarte Jakeline, en: ambientes de aprendizaje una aproximación conceptual, <http://www.rieoei.org.org/deloslectores/524Duarte>.

EL DIF HOY. Dirección de comunidad Social, Sistema Nacional para el desarrollo integral de la Familia, febrero de 1996, En: origen y evolución del sistema para el Desarrollo Integral de la Familia <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/8661/Capitulo1> (consultada en Septiembre de 2015).

Elementos para una definición de evaluación, universidad de las Palmas de gran canaria,  
[https://www.2.ultgc.es/hege/almacen/download/38/38196/tema\\_5\\_elementos\\_para\\_una\\_definicion\\_de\\_evaluacion](https://www.2.ultgc.es/hege/almacen/download/38/38196/tema_5_elementos_para_una_definicion_de_evaluacion).

ESPINOZA Corrales Leana y VAN de Velde. En: Monitoreo, seguimiento y evaluación de proyectos sociales. Texto de referencia y de consulta. Agosto 2007,  
<https://fineanciamientointernacional.files.wordpress.com/2013/12/avaliac3a7c3a3o-managua>.

FRANCO Sánchez, Laura Myriam. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. En: migración y remesas en la ciudad de Ixmiquilpan,  
<https://es.scribd.com/document/311279921/migracion-y-remesas-en-la-ciudad-de-ixmiquilpan>, (consultada en Septiembre de 2015).

GAXIOLA Hilda, Olmedo Lourdes y Olivares Sofía, Un recorrido por la historia de la educación de adultos, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco,  
<http://docmia.es/d/243775> (consultada en Marzo de 2016).

GARCIA Araneda, Nelson Roberto, La Educación con Personas Mayores en una Sociedad que Envejece, Horizontes Educativos, vol. 2, núm. 2, 2007, Universidad del Bío Bío, Chillan, Chile, <http://www.redalyc.org/pdf/979/97917592006> (consultada en Marzo de 2016).

GARCIA García, Emilio, Dpto. de psicología básica, procesos cognitivos, Universidad Complutense, Madrid, Derechos humanos y calidad de vida, [http://www.eprints.u.ucm.es/8606/1/DERECHOS\\_HUMANOS\\_Y\\_CALIDAD\\_DE\\_VIDA](http://www.eprints.u.ucm.es/8606/1/DERECHOS_HUMANOS_Y_CALIDAD_DE_VIDA)

HERNANDEZ Sánchez caridad, universidad Complutense de Madrid. En: Ciudadanía, diversidad y participación desde la diversidad. Educar para la participación ciudadana en la enseñanza de las ciencias sociales. Asociación Universitaria del Profesorado de Didáctica de las Ciencias Sociales.

H. Ayuntamiento de Ixmiquilpan Hidalgo, Plan Municipal de Gobierno 2012-2016, <http://siieh.hidalgo.gob.mx/Planes%20Municipales/IXMIQUILPAN> (consultada en Septiembre de 2015).

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, Modelos de Atención Gerontológica, [http://adigac.org/gallery/libro\\_modelos\\_de\\_atencion\\_gerontologica\\_\(web\)](http://adigac.org/gallery/libro_modelos_de_atencion_gerontologica_(web))  
Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, N° 161, Octubre de 2011. <http://www.efdeportes.com/efd161/actividad-fisica-recreativa-del-adulto-mayor.htm>.

Martínez Miguélez, Miguel. Dimensiones Básicas de un Desarrollo Humano Integral. Revista de la Universidad Bolivariana, Volumen 8, N° 23, 2009, p. 119-138, <http://www.scielo.cl/pdf/polis/v8n23/art06>.

MasTiposde, equipo de redacción, (2016, 07). Tipos de recreación. Revista educativa MasTiposde.com. obtenido 11, 2016, de <http://www.mastiposde.com/recreacion.html>. Revisado el 04/11/2016.

Modelos de atención Gerontológica. Instituto nacional de las personas adultas mayores.

PEREDO Merlo María Alicia, Alfabetismo: ¿algo más complejo que leer y escribir?, Espiral, vol. IV. 10, septiembre-diciembre, 1997, Universidad de Guadalajara México, <http://148.202.18.157/sitios/publicacionesite/ppperiod/espiral/espiralpdf/Espiral10/44-61.pdf> (consultada en septiembre de 2015).

Programa de desarrollo integral del adulto mayor, un centro de día, [http://www.fechac.org/pdf/prodia/manual\\_creacion\\_de\\_centros\\_de\\_dia](http://www.fechac.org/pdf/prodia/manual_creacion_de_centros_de_dia). Consultada el 26 de octubre de 2016.

Programa Institucional de Adultos Mayores 2011-2016, <http://www.adultosmayores.hidalgo.gob.mx/normatividad/PIAM>.

¿Qué es la matrogimnasia?, <https://matrojardin.wordpress.com/about/>, (consultada en abril de 2016).

Universidad Académica de Humanismo Cristiano, adulto mayor y maltrato, Chile, Santiago 2006, <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/453/tesis%20traso155.pdf?sequence=4&isAllowed=y>, consultada el 28/11/16.

Universidad Pedagógica Nacional, conoce la UPN, Secretaria de Educación Pública, <http://www.upn.mx>index.php>conoce-la-upn> (consultada en Marzo de 2016).

Universidad Pedagógica Nacional, Licenciatura en Intervención Educativa (LIE), UPN Unidad 31 Unidad 31 A Mérida Yucatán, <http://upnmda.edu.mx/index.php/peto/intervencion-educativa> (consultada en Marzo de 2016).

Red latinoamericana de gerontología, Instituto Nacional de Atención a las Personas Adultas Mayores-México, publicado en junio de 2005 [www.gerontologia.org/portal/enformation/showInformation.php?idinfo=380](http://www.gerontologia.org/portal/enformation/showInformation.php?idinfo=380). Consultada el día 26 de octubre de 2016.

RODRÍGUEZ Rojas Pedro, Universidad Nacional Experimental Libertador, Caracas Venezuela, La andragogía y el constructivismo en la sociedad del conocimiento, Laurus, vol.9, núm. 15, 2003, <http://www.redalyc.org/pdf/761/76111335006>.

RODRIGUEZ, Santoyo Adolfo Rafael, fundamentos de mercadotecnia, en: concepto de estrategia, <http://www.eumed.net/libros-gratis/2014/1364/estrategia.html>.

Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia Hidalgo, Calidad de Vida en el Adulto Mayor, Hidalgo, Gobierno del Estado de Hidalgo, <http://difhidalgo.gob.mx/?p=956> (consultada en Septiembre de 2015).

Secretaria de Desarrollo Social, programas sociales 2015, [www.sedesol.gob.mx>images>guias](http://www.sedesol.gob.mx>images>guias), consultada el día 26 de octubre de 2016.

Secretaria de Gobernación, Diario oficial de la federación, [Dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5421758&fecha=30/12/2015](http://Dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5421758&fecha=30/12/2015). Consultada el 26/10/2016.

Sistema Estatal para el desarrollo Integral de la familia Hidalgo, calidad de vida en el adulto mayor, Gobierno del Estado de Hidalgo, [Dif.hidalgo.gob.mx/?p=956](http://Dif.hidalgo.gob.mx/?p=956) revisado el 07 de octubre del 2015.

TREJO García Elma del Carmen Investigadora Parlamentaria (Abril, 2007). En: Legislación Internacional y Derecho Comparado de la Educación Cívica. Centro de Documentación, Información y Análisis Dirección de Servicios de Investigación y Análisis Subdirección de Política Exterior. <http://www.diputados.gob.mx/sedia/sia/spe/SPE-ISS-09-07>.

TORRES Maria, Yvonne Fermín, Carlos Arroyo y Maria Piñero Núcleo Rafael Rangel – Trujillo. En: la horizontalidad y la participación en la andragogía. Educare,

Artículos, año 4, N° 10, Julio-Agosto-Septiembre, 2000,  
<http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/19444/1/articulo4-10-3>.

THOMPSON y Strickland, Capitulo 2 Marco Teórico. 2.1 ¿Qué es la estrategia?,  
[http://www.Catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lad/ruiz\\_g\\_ml/capitulo2](http://www.Catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/ruiz_g_ml/capitulo2).

VERA, Martha. Departamento Académico de Enfermería, Facultad de Medicina-  
Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima, Perú. En: Significado de la  
Calidad de Vida de Adulto Mayor para sí mismo y para su Familia,  
<http://www.sisbib.unmsn.edu.pe/BVrevistas/anales/v68n3/pdf/a12v68n3>.

ZICCARDI, Alicia. En: Espacios e instrumentos de participación ciudadana para las  
políticas sociales del ámbito local, Participación ciudadana y políticas sociales del  
ámbito local,  
<http://ru.iis.sociales.unam.mx/jspui/bitstream/IIS/4420/1/Participacion%20ciudadana%20y%20politicasy%20sociales%20en%20el%20ambito%20local>.

ZAPATA Domínguez Álvaro Ph.D. -Liliana Andrea PRIMERO CEBALLOS Bianney  
ARIAS QUEJAD. En: Cultura organizacional para la calidad total.  
<http://www.ascolfa.edu.co/web/archivos/eventos/encuentroinvestigacion2005/Cap-2009-Alvaro-Zapata>.

# **ANEXOS**

## Anexo 1



Gobierno del Estado de Hidalgo  
Secretaría de Educación Pública de Hidalgo  
Universidad Pedagógica Nacional Hidalgo  
Sede Regional Ixmiquilpan



HIDALGO

**Cuestionario a Adultos Mayores**

Nombre: Leonila Perez Cruz  
Edad: 80  
Ocupación: Ama de casa.  
Tejer Ayate.  
Estado civil: Casado

1. ¿Qué lo motiva a asistir al grupo?  
Porque me gusta los mercurios y porque ustedes bienen.
2. ¿Cuánto tiempo tiene asistiendo al grupo?  
4 años, me siento bien y contento por que nos atienden
3. ¿Conoce el programa con el que lo atiende DIF? SI NO  
es el de los Adultos Mayores.
4. ¿Conoce las actividades que imparte el programa?  
No pero me siento bien y feliz
5. ¿Qué servicios le ofrecen al grupo por parte del DIF?  
- Cobijas cada año
6. ¿Qué beneficios ha obtenido asistiendo al grupo?  
- Me siento bien y me regalado mis dolores.
7. ¿Cuántos hijos tiene?  
5 hijos hombres.  
6 hijas

8. ¿Con quién vive usted?

- a) Hijos                      b) Nietos                      c) Cónyuge                      d) Solo

¿Cómo es el trato hacia usted?

Bien, me trata bien todos ahora antes no si me trataban mal

9. ¿Tiene alguna enfermedad?      SI      NO      ¿Cuál?

10. ¿Tiene alguna incapacidad?      SI      NO  
¿Cuál?

11. ¿Cuenta con algún apoyo por parte de alguna institución?      SI      NO  
¿Cuál? PROSPERA / ZO y más.

12. ¿Sabe leer y escribir?      SI      NO

13. ¿Qué grado de escolaridad tiene?  
No se

14. ¿Usted asiste a la escuela de adultos?      SI      NO

¿En qué grado de escolaridad está inscrito?

Primario pero no sabe leer

¿En qué le ha ayudado?

Cuando escribo mi nombre pero no se mucho

15. ¿En la comunidad a usted lo toman en cuenta?      SI      NO

¿Cómo es su participación?

En las reuniones y actividades de festejo

## Anexo 2

 **HIDALGO**  
ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

 **UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL HIDALGO  
SEDE REGIONAL IXMIGUILPAN

**Entrevista a Adultos Mayores de la comunidad de Taxadhó**

Nombre: Olivia Martínez Hernández

1. ¿Cuánto tiempo tiene asistiendo al grupo de adultos?  
70

2. ¿Son de su agrado e interés las actividades que les brinda DIF? SI NO  
¿Por qué?  
Me ayuda a tener buenos momentos.

3. ¿Ha tenido algún beneficio para su vida diaria de alguna de las actividades que se les brinda? SI NO ¿Cuál? Hago ejercicio me ayuda a mi salud

4. ¿Qué le gustaría que DIF les enseñara?  
Bailé  
Canto.

5. ¿Cómo ve la atención que le brinda DIF a usted como adulto mayor?  
Buena Regular Malo ¿Por qué?  
Hay gente buena y con mucha paciencia para atenderlos

6. ¿Qué actividades cambiaría para mejorar la atención que se le brinda?  
Hacer más juegos.



La fotografía representa el momento en que nos presentamos ante el grupo de adultos mayores de Taxadhó, iniciando con una dinámica con la finalidad romper el hielo y conocer los nombres de los adultos que integran dicho grupo.



Realización de la conferencia sobre autoestima sobre aspectos específicos como: bienestar físico, psicológico y emocional, esta actividad permitió la participación de diferentes adultos a esta actividad asistieron 14 personas.



En esta imagen se puede apreciar la participación en una actividad de cierre que consistía en elaborar un collage con la participación de niños que son nietos de los adultos del grupo; dicha actividad se desarrolló con el objetivo de permitir la convivencia entre los adultos y sus nietos.



Avisos clasificados fue una dinámica donde se les pidió a los adultos que hicieran un aviso con imágenes relacionados con el tema de salud, en dichos aviso cada uno de ellos dio una explicación acerca de la imagen.



Esta fotografía fue tomada durante la activación física, para dicha actividad se recurrió a utilizar la música terapia a fin de que los adultos se sintieran relajados permitiendo con esto crear espacios de convivencia, donde se ven reflejados la alegría y el apoyo que existen en el grupo.



Activación física realizada por diferentes niños invitados para dicha actividad, tanto adultos como niños se mostraron alegres y contentos lo que permitió que adquirieran confianza y dar seguimiento a actividades siguientes.



Esta fotografía representa la participación de la sra. Nieves y la niña invitada, en la dinámica “actuación sin fronteras” fue realizada con la finalidad de evidenciar valores que deben existir en la convivencia con un adulto mayor.



Esta imagen es una presentación final de trabajo manual que adultos realizaron dentro de la sesión del tema motivación, utilizando la realización de manualidades.



Para la sesión de creatividad compartida se invitaron a jóvenes a ser partícipes en las actividades, en la fotografía podemos apreciar un partido amistoso de cachi bol, a lo largo del juego se pudo notar el apoyo entre adulto mayor y joven, cabe mencionar que durante la aplicación de estrategias existió visitas esporádicas de niños, jóvenes y los propios hijos y familiares de los adultos.



Aquí podemos representar momentos en los cuales se realizaron activación física, masajes de relajación y ejercicios con pelotas a fin de lograr mejorar su movilidad física, de la misma forma se puede apreciar que el número de asistentes durante la aplicación aumento notablemente.



Además se realizaron actividades de convivencia, lo que permitió que los diferentes adultos se dieran la oportunidad de participar con historias, palabras acordes al momento, canto, en esta actividades contamos con la participación de 30 adultos que por lo regular tratan de ser constantes en su asistencia en cada sesión, esto permitió que nos dieran sugerencia, consejos.



Dentro de la planeación de las diferentes sesiones, se contempló la participación de las autoridades de la comunidad con la intención de propiciar la participación de los adultos mayores en situaciones que ocurren dentro de la comunidad, asimismo lograr que las autoridades se involucrados con los adultos mayores que viven en la comunidad. Contamos con la presencia del delegado y subdelegado e integrante de su comitiva.



En estas foto podemos notar la visita de la persona encargada del área de asistencia social y de desarrollar el programa calidad de vida en el adulto mayor, sus visitas son esporádicas, asistía al grupo cada quince días o cada mes o bien cuando era necesario dar a conocer a los adultos información o entregar apoyos de los cuales han sido beneficiados los adultos tal es el caso del suplemento alimenticio.



En ambas fotografías podemos notar la una de las pasiones del grupo de adultos de Taxadhó, el canto; durante el tiempo que compartimos con ellos, el canto fue parte esencial de cada reunión además claro de las actividades físicas recreativas, su constancia y dedicación los ha llevado a ser tomados en cuenta en diferentes actividades socioculturales de la comunidad, tal es el caso del festejo del día de la madres, día del padre, desfile del 20 de noviembre.

**Escala estimativa para medir el desempeño del adulto mayor durante la estrategia**




GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
 SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO  
 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL - HIDALGO  
 SEDE REGIONAL IXMIGUILPAN  
 LINEA ESPECÍFICA EDUCACIÓN PARA JOVENES Y ADULTOS

Estrategia: "Experiencias Vividas"  
 Objetivo: Evaluar el logro de cada una de las actividades que se realizaron, para posteriormente realizar una interpretación de las acciones positivas o negativas que cada adulto mayor realizó durante su participación.  
 Primera sesión

Nombre	Luisa	Luz	Olga	Neves	Concepción	Patricia	Rebeca	Elisaveth	Rubén	Joseline	Amalia	Guadalupe	Maria de Jesús	Araceli	Celia	Jana	Angela
Indicador	1. Siempre			2. Algunas veces			3. Nunca										
Realizó adecuadamente la respiración	2	2	1	1	3	3	1	2	2	2	1	3	1	2	1	3	1
Participo de manera congruente y respetuosa	1	3	2	1	3	3	1	3	3	2	2	3	1	2	1	3	2
Se mostró motivado por las actividades y el coordinador	2	2	1	2	2	3	1	2	1	1	2	3	1	2	2	3	1
Apoyo a los demás	1	1	1	1	2	3	1	1	1	2	3	3	2	1	1	3	1

## Evaluacion de estrategia



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO  
SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL HIDALGO  
SEDE REGIONAL IXMIQUILPAN



Estrategia \_\_\_\_\_  
 Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
 Lugar: \_\_\_\_\_

Actividad	Para que	Número de Participantes	Objetivos que buscan obtener	Duración de la actividad	Con quienes	Responsables	Que sucedió realmente	Resultados Esperados /Alcanzados	Dificultades y/o sugerencias	Análisis