



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**  
**INGENIERÍA EN GESTIÓN Y DESARROLLO SOCIAL**

**TEMA:**

**“DÉFICIT DE PROTECCIÓN FAMILIAR EN EL CUIDADO DEL ADULTO  
MAYOR EN LA COMUNIDAD SANTA ISABEL, PROVINCIA DE  
PICHINCHA, CANTÓN CAYAMBE”**

**TRABAJO DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
INGENIERÍA EN GESTIÓN Y DESARROLLO SOCIAL**

**AUTORA:** María Elena Gualavisi Guzmán

**TUTOR:** Vivian Ojeda La Serna

**IBARRA 2020-2021**

## APROBACION DE TRABAJO DE GRADO

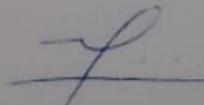
### CERTIFICADO DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designada por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad, Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como directora de trabajo de titulación: **“DÉFICIT DE PROTECCIÓN FAMILIAR EN EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR EN LA COMUNIDAD SANTA ISABEL, PROVINCIA DE PICHINCHA, CANTÓN CAYAMBE”** investigación realizada por la estudiante *María Elena Gualavisi Guzmán* previo a la obtención del título de Ingeniería en Gestión y Desarrollo Social.

Al ser testigo y corresponsable directo del presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentados públicamente ante un tribunal que sea designado oportunamente.

Esto es lo que puedo certificar en honor a la verdad.

Atentamente



MSc/Vivian Ojeda  
Directora de Trabajo de Grado  
CI: 1756887640

# AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

### AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	172359754-6		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Gualavisi Guzmán María Elena		
DIRECCIÓN:	Cayambe, comunidad Santa Isabel		
EMAIL:	mgualavisig@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2127797	TELÉFONO MÓVIL:	0994277373

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"Déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la comunidad Santa Isabel, Provincia de Pichincha, Cantón Cayambe"
AUTOR (ES):	María Elena Gualavisi Guzmán
FECHA: DD/MM/AAAA	10-12-2020
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Ingeniería en Gestión y Desarrollo Social
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Vivian Ojeda

#### 2. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 8 días del mes de abril del 2021

EL AUTOR:

Nombre: Gualavisi Guzmán María Elena

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a mis padres que ha sido mi apoyo fundamental y el pilar más importante en mi vida porque con su amor y sus consejos me guiaron para ser una persona de bien, todo esto que he logrado con mucho esfuerzo y dedicación es gracias a ti y para ti.

## **AGRADECIMIENTO**

En la esencia de todo ser humano se registra grandes y pequeñas cosas que llenaron de felicidad, entre ellas se registran la gratitud y el reconocimiento a las personas que de forma directa e indirecta contribuyeron a la culminación de este proyecto. Por esta razón agradezco a la UTN por ser la casa de estudios que me brindo conocimiento valioso para que hoy en día son practicados. Además, agradezco a mi tutora de tesis que me guio en este gran paso a mi vida profesional, ya que con su apoyo y compromisos contribuyo a la culminación de este proyecto.

## RESUMEN

El déficit de protección familiar en cuidado del adulto mayor hace referencia a la escasa atención que el núcleo familiar presta a la tercera edad ya sea por motivos de trabajo, situación económica, salud o la difícil esta de sobre llevar los cuidados que requiere una persona de la tercera edad. El propósito de esta investigación es diagnosticar los principales problemas que aqueja el adulto mayor con respecto al déficit de protección familiar que existe en la comunidad Santa Isabel perteneciente a la provincia de Pichincha, cantón Cayambe. El estudio fue de carácter mixto porque se sustenta de una combinación del método cualitativo y cuantitativo, el tipo de investigación fue documental, descriptiva y propositiva; las técnicas utilizadas fueron la encuesta y la observación como instrumento de la investigación. La población investigada fue 1100 comuneros, el cual el tamaño de la muestra será 226 residentes con un margen de error del 0,05%. Los resultados de la investigación evidencian que el 72% de adultos mayores viven solos dentro de esta problemática se encuentra también asociadas la escasa comunicación, escasos recursos económicos e intolerancia familiar. La principal conclusión que refleja esta investigación es que este grupo de atención prioritaria se encuentra en un estado de exclusión familiar.

**Palabras claves:** Adulto mayor, grupo prioritario, déficit de protección familiar

## ÍNDICE

APROBACION DE TRABAJO DE GRADO .....	2
DEDICATORIA.....	4
AGRADECIMIENTO .....	5
RESUMEN .....	6
ÍNDICE.....	7
ÍNDICE DE TABLAS.....	9
CAPÍTULO I.....	11
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	11
1.1 Tema de investigación .....	11
1.2. Contextualización .....	11
1.3. Identificación de problema .....	13
1.4. Formulación del problema .....	14
1.5. Objetivos.....	14
1.5.1 Objetivo general .....	14
1.5.2. Objetivo específico.....	14
1.6. Preguntas de investigación.....	14
1.7. Justificación .....	15
CAPITULO II.....	16
MARCO TEÓRICO .....	16
2.1 Economía .....	16
2.1.1. Economía familiar .....	16
2.1.2. Bienestar económico en la vejez .....	16
2.1.3 Participación del adulto mayor en el crecimiento económico.....	17
2.1.4. Economía inclusiva .....	17
2.2. Proceso de envejecimiento.....	18
2.2.1. Tipos de envejecimiento.....	18
2.2.2. Enfoque de Dependencia.....	19
2.2.3. Envejecimiento Activo .....	19
2.3. Salud y Enfermedad.....	20

2.3.1. Salud.....	20
2.3.2. Enfermedades .....	20
2.3.3. Clasificación de las enfermedades .....	20
2.3.4. Cambios biológicos .....	21
2.4. Esperanza de vida en el adulto mayor en Ecuador .....	22
2.5. Psicología del adulto mayor.....	22
2.5.1 Depresión .....	22
2.5.2. Cambios nutricionales asociados con el proceso del envejecimiento .....	23
2.6. Patrones comportamentales .....	23
2.6.1. Cambios psicosociales.....	23
2.6.2. El Abandono Familiar en el Adulto Mayor.....	24
2.6.3. Contexto individual .....	24
2.6.4. Familia y adulto mayor .....	25
2.6.5. Estrategias de Atención.....	25
CAPÍTULO III .....	26
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	26
3.1. Tipo de Investigación.....	26
3.1.1 Investigación cualitativa .....	26
3.1.2 Investigación cuantitativa .....	26
3.1.3 Investigación documental .....	26
3.1.4 Investigación descriptiva .....	27
3.1.5 Investigación propositiva.....	27
3.3 Técnicas e instrumentos de la investigación.....	27
3.3.1 Encuesta.....	27
3.3.2 Población y Muestra .....	27
3.5. Operacionalización de las variables.....	28
3.6. Técnicas .....	29
3.7. Instrumentos.....	29
3.8. Impactos.....	30
CAPITULO IV .....	31
RECURSOS ADMINISTRATIVOS.....	31
4.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS .....	32

CAPITULO V .....	43
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	43
CONCLUSION Y RECOMNEDACIONES.....	44
5.1 Conclusión .....	44
5.2 Recomendaciones.....	44
CAPÍTULO VI.....	46
PROPUESTA .....	46
6.1 Título de la propuesta.....	46
6.1 Fundamentación.....	46
6.2. Destinatarios .....	48
6.3 Objetivos.....	48
6.3.1 Objetivo general .....	48
6.3.2. Objetivos específicos.....	48
6.4. Disposición y organización de los recursos .....	49
6.4.1. Recursos Humanos .....	49
6.4.2. Recursos Materiales .....	49
6.4.3. Recursos Tecnológicos.....	49
6.4.4. Metodología a utilizar en las sesiones de la intervención .....	49
5.4.5. Actividades.....	50
6.6. Temporización .....	65
Conclusiones.....	66
Recomendaciones .....	66
Bibliografía.....	68
.....	70
ANEXOS .....	70

## ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1 Tipos de envejecimiento.....</i>	<i>18</i>
<i>Tabla 2 Cambios biológicos.....</i>	<i>21</i>
<i>Tabla 3 Fórmula finita.....</i>	<i>28</i>
<i>Tabla 4 Operacionalización de las variables.....</i>	<i>28</i>
<i>Tabla 5 Recursos Administrativos.....</i>	<i>31</i>



# CAPÍTULO I

## PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### **1.1 Tema de investigación**

Déficit de Protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la comunidad Santa Isabel, provincia Pichincha, cantón Cayambe.

### **1.2. Contextualización**

En Francia a nivel global se aborda las formas de protección en la vejez en el marco familiar, en el cual se podrá ver el alcance y la diversidad local de las prácticas existentes (Fuentes, 2016). En un segundo momento, se analizará el cambio que mostro la vejez en el siglo XVII y XIX con el movimiento de las luces, en el cual apareció el moderno concepto de pensión y por otro el ideal del abuelo cariñoso y comprensivo mediante la implementación de programas y políticas públicas que protejan a las personas de la tercera edad. Francia ha implementado medidas de protección familiar en el cuidado del adulto mayor mediante visitas domiciliarias en el sector urbano y rural (Acevedo, 2015).

Esta investigación es similar a otras que se ha desarrollado en América Latina como es el caso de Cuba el estudio del envejecimiento y sus características se ha convertido en objeto de atención prioritaria y de interés en la actualidad, debido a que el aumento de la calidad de vida y la protección del adulto mayor en la población, se debe a las diferentes atenciones que brinda el Estado en proporcionar una mejor atención en el sector urbano y rural proporcionando de suficientes recursos humanos: médicos, geriatras, internistas y psicólogos para mejorar las condiciones de envejecimiento activo (Carvalho, 2017).

La intersectorialidad constituye una vía esencial para mejorar la calidad de vida en las personas de la tercera edad el cual, se realizó una revisión bibliográfica con el objetivo de mostrar cómo la acción intersectorial, rectorada por el sector salud, puede contribuir a transformar la situación de salud, de bienestar y calidad de vida del adulto mayor.

En Ecuador como parte de América Latina, con la promulgación de la Revolución Ciudadana en el 2008, constituye uno de los hitos más importantes para el Ecuador porque pasa a ser un Estado garante de derechos, caracterizado por ser enérgico, influyente y ser el primero en preocuparse por la atención y el servicio al adulto mayor entre otros grupos, en proporcionar

políticas de protección contra la violencia, mendicidad, etc. Frente a las diferentes obligaciones con la sociedad. Al mismo tiempo, se procura conocer cómo se manifiestan esas políticas públicas en la agenda social de la provincia de Pichincha, Cantón Cayambe, Parroquia Juan Montalvo, Comunidad Santa Isabel y se pretende analizar la coherencia entre el discurso y la acción política (Flores, 2016).

La presente investigación trata sobre el déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la provincia de Pichincha, cantón Cayambe, parroquia Juan Montalvo, comunidad Santa Isabel, por tanto la desprotección del adulto mayor por parte del núcleo familiar se ha vuelto en nuestro país un problema crítico y social que enfrenta la tercera edad así como también una serie de causas generadas regularmente por el aislamiento familiar y social que padece por parte de cada uno de los integrantes de la familia, el cual ha sido de gran importancia para la ciencia abordar el tema de déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor debido a que es un problema que día a día va en aumento.

**Desafíos para la humanidad: Desafíos para la humanidad:** Debido al acelerado envejecimiento del ser humano las Naciones Unidas y La Organización Mundial para la Salud consideran al envejecimiento como el calentamiento global que enfrentara en el siglo XXI, en el cual el estado no se encuentra capacitado para proveer de un entorno adecuado que permita un envejecimiento activo como sujetos de derecho.

Según el Censo de población y vivienda 2010 menciona que las condiciones económicas en la que viven los adultos son desfavorables debido a que 537.421 de adultos mayores se encuentran en condiciones de pobreza y extrema pobreza, debido a su edad no pueden incorporarse fácilmente al ámbito laboral, sin embargo, si su realidad económica es adversa, en lo social y afectivo es desalentadora ya que 41.000 personas adultas viven en condiciones malas e indigentes lo que se evidencia la escasa corresponsabilidad familiar hacia las personas de la tercera edad, considerándoles "pocos útiles" para la sociedad según (FIAPAM, 2014)

El 75% de la población adulto mayor no cuenta con afiliación a un seguro de salud privada y solo el 23% se encuentra afiliado al seguro social, según el INEC. Cabe recalcar que el MIES a través del Bono de Desarrollo Humano intenta suplir esta necesidad, siendo así que se han impulsado varios programas en la constitución del 2008 con políticas que promuevan el cumplimiento de sus derechos, garantizando igualdad, dignidad e integración al desarrollo social, económico y político. Sin embargo, en Ecuador persiste todavía un entorno negativo hacia el proceso de envejecimiento en el cual la tercera edad se ha visto invisibilizados tanto en

el sector público y privado debido a la exclusión y discriminación en distintos ámbitos según la encuesta SABE (Freire, 2010) 132.365 adultos mayores viven solos, es decir fueron abandonados.

### **1.3. Identificación de problema**

El problema considera una serie de aspectos en el cual el adulto mayor debido a los cambios estructurales en el núcleo familiar, las condiciones socioeconómicas, condiciones de salud y los mecanismos de protección no han sido favorables en el desarrollo de un envejecimiento saludable. Además, el estudio provee disponer datos a través de los aspectos señalados y las medidas suficientes para mejorar las condiciones de vida de las personas sobre el cual en estos aspectos existe una serie de indicadores de los cuales ahora mismo no se tiene información disponible como;

- Número de personas que viven en el hogar
- Ocupación laboral
- Apoyo familiar en el cuidado del adulto mayor
- Comunicación familiar
- Nivel educativo y pobreza
- Condiciones de vivienda
- Servicios básicos
- Enfermedades catastróficas
- Discapacidad
- Violencia
- Atención al interior de la familia
- Apoyo de la familia extendida
- Centro geriátrico
- Contratación de personal de apoyo enfermera

Se ha visto la necesidad de hacer un análisis de la situación actual del adulto mayor fundamentándonos en el origen de estas conductas radicales en la familia tomando en cuenta el abandono a que son sometidos una parte de la familia.

El presente trabajo de investigación a través de estos aspectos pretende dar respuesta a la deficiente protección que existe en el cuidado del adulto mayor por parte del núcleo familiar, el cual ha sido de gran importancia proponer un modelo de estrategias para el cuidado de las

personas de la tercera edad, que contemple aspectos de salud, alimentación y recreación ya que ayudara a contribuir al desarrollo del buen vivir, un envejecimiento saludable y digno. A través de este diseño se pretende brindar atención prioritaria a la edad adulta buscando mejorar el desarrollo de su autoestima con la finalidad de apoyar y dar solución a la deficiente protección que presenta el adulto mayor por parte del núcleo familiar, debido a la diversidad de situaciones que se presenta hoy en día en las relaciones familiares.

#### **1.4. Formulación del problema**

De tal manera que la investigación consiste en encontrar las respuestas más pertinentes a la siguiente interrogante:

¿Cuáles son los factores que inciden en el déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la comunidad Santa Isabel de Cantón Cayambe, Provincia Pichincha?

#### **1.5. Objetivos**

##### **1.5.1 Objetivo general**

- Analizar el déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la Comunidad de Santa Isabel perteneciente a la provincia de Pichincha, cantón Cayambe, para construir un diseño de estrategias encaminado a solucionar la diferente problemática que se sitúan en los grupos vulnerables.

##### **1.5.2. Objetivo específico**

- Investigar los patrones comportamentales del núcleo familiar que inciden en el abandono del adulto mayor a través de los conocimientos adquiridos en la carrera
- Realizar una investigación meticulosa para que el proyecto se sustente de la realidad que se propone resolver a través de una investigación técnica.
- Diseñar un modelo de estrategias que contemplen mecanismos de atención en salud, alimentación y recreación.

#### **1.6. Preguntas de investigación**

- 1) ¿Cuáles son los patrones comportamentales que inciden en el núcleo familiar?
- 2) ¿Qué tipo de investigación se realizará?

3) ¿Qué tipo de diseño ayudaría a mejorar las condiciones de vida del adulto mayor

### **1.7. Justificación**

La presente investigación es de gran importancia debido a que el investigador tiene el interés de estudiar el déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor, porque permitirá desarrollar y palpar la realidad de cómo se encuentra el adulto mayor en cada uno de sus hogares. El cual es de gran importancia porque pretende solucionar una problemática puntual que permitirá cubrir las necesidades básicas del adulto mayor que se encuentra en situación de abandono y vulnerabilidad, brindándole seguridad y desarrollo emocional. Para el cual se utilizará diferentes métodos y técnicas que ayuden a conocer la opinión de los residentes de la comunidad acerca de esta problemática que se viene desarrollando en el transcurso de la investigación ya que serán de gran valor y trascendencia en el desarrollo del presente proyecto (González, 2015).

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

En principio se estima que el marco teórico de la presente investigación estará estructurado de la siguiente manera:

#### **2.1 Economía**

##### **2.1.1. Economía familiar**

La economía familiar o economía doméstica se basa en los gastos e ingresos que se genera por parte del núcleo familiar con el fin de contribuir a una buena gestión de los recursos e ingresos que genera la familia logrando su satisfacción de las necesidades básicas y esenciales por tanto, la familia se convierte en un pilar esencial en el cuidado del adulto mayor pero día a día con la desintegración del núcleo familiar el trabajo, el avance de la tecnología, la educación y el involucramiento de la mujer en las actividades económicas ha generado que la familia descuide al adulto mayor debido a que la economía y las necesidades básicas de hogar van aumentando. (Valdez, 2018)

##### **2.1.2. Bienestar económico en la vejez**

El bienestar o seguridad económicos en el adulto mayor constituye un elemento fundamental en la calidad de vida (Guzmán, 2006). Por lo tanto, el bienestar económico en el adulto mayor constituye la capacidad de poseer bienes económicos y no económicos, ya que el adulto mayor tendrá la capacidad de disponer y usar de forma autónoma e independiente los recursos que posee con la finalidad de asegurar una vejez digna a través de su trabajo, ahorros, pensiones, etc. El cual le permitirá disfrutar un envejecimiento activo y saludable en el cumplimiento de los roles que se generen dentro del núcleo familiar. (Madrigal–Martinez, 2010)

Sin embargo, las condiciones de vida del adulto mayor se pueden ver amenazadas cuando uno de los integrantes del núcleo familiar percibe cambios en el ámbito laboral sin considera los aportes que hacen los adultos mayores al grupo familiar.

### **2.1.3 Participación del adulto mayor en el crecimiento económico**

La contribución económica en el adulto mayor constituye la colaboración proactiva en las tareas del hogar, así como también en las actividades económicas de la familia en los huertos familiares, cabe recalcar que la participación del adulto mayor en el núcleo familiar hoy en día se ha convertido en un mecanismo de recreación y atención creando así un entorno compensativo con la tercera edad y de esta manera disminuir el abandono del adulto mayor creando corresponsabilidad en la familia y participación proactiva. (Cepeda Beccar, 2010)

### **2.1.4. Economía inclusiva**

#### **2.1.4.1. Precepción de la vejez a través del tiempo**

##### **2.1.4.1.1. Estereotipos**

En el transcurso de envejecer el ser humano ha estado rodeado de estereotipos y creencias relacionadas con los problemas funcionales que presentan como: Discapacidad funcional, enfermedades y problemas cognitivos, entre otro. En su mayoría estos problemas no están asociados con la realidad, pero sin embargo crea en la sociedad una imagen de impedimento en la realización de las actividades para realizar como: Trabajar, cocinar, estudiar, etc. Debido a que se ven influenciadas por factores personales, sociales y culturales. Por tanto, se puede decir que la imagen creada por la sociedad hacia los adultos mayores afecta negativamente hacia la autopercepción que tienen de sí mismo asilándose de la sociedad (Vélez, 2010, pág. 88).

Los estereotipos y las creencias erróneas creadas por la sociedad sobre el adulto mayor han generado intranquilidad e incluso aumentando el riesgo de mortalidad y depresión ya que vienen acompañadas por conductas discriminatorias y juicios negativos por cuestiones de edad provocando desvalorización en la vejez.

##### **2.1.4.1.2. Vejez y envejecimiento como fenómeno social**

Según Paula (Aranibar, 2015) la edad y la estructura social son dos variables estructuradoras, por un lado, la vejez que permite comprender la edad de la persona adulta y por otro lado la sociedad que impone reglas y normas de comportamiento. Es decir, la sociedad pone conceptos de edad y por lo tanto de vejez porque la estructura social en la que vivimos así lo desea, es así que estas dos directrices actúan a la par, en donde la edad se articula en función de la sociedad

del imitando el terreno una de la otra en los diferentes campos y parámetros sociales, espaciales y temporales que enmarcan la aparición social de la vejez por convencionalismos sociales.

## **2.2. Proceso de envejecimiento**

El proceso de envejecimiento comienza a los 65 años, donde se comienza a mirar una serie de cambios en el ser humano debido a que afectan en el aspecto físico, psicológico y emocional por lo que afecta también en los roles sociales y familiares que cumple dentro de su entorno generando de esta manera problemas de estrés emocional. Es preciso mencionar que los cambios físicos que se dan en la vejez son producto del decline de la madurez física que comienza a los 22 años debido a los cambios corporales que se produce en ser humano, pero cabe recalcar que no todos los cambios se generan al mismo tiempo en todos los individuos. Una de las manifestaciones más notorias en la tercera edad es la pérdida de fuerza en la masa muscular.

### **2.2.1. Tipos de envejecimiento**

La Organización Mundial de la Salud define al envejecimiento en tres etapas y hace referencia tanto al bienestar físico, mental y social. Para lo cual es importante que las personas adopten costumbres con respecto a la alimentación y el ejercicio ya que ayudara a mejorar la salud ya disminuir el estrés emocional. (Sánchez, 2016)

*Tabla 1 Tipos de envejecimiento*

<b>Envejecimiento Normal</b>	Es un estado natural y fisiológico del ser humano que se encuentra asociado con la edad el envejecimiento es único y diferente en cada persona.
<b>Envejecimiento Patológico o secundario</b>	Son cambios que produce en la tercera edad a consecuencia de las enfermedades como el Alzheimer, párkinson, demencia senil, etc. A veces puede generarse por malos hábitos que pueden ser irreversibles.

<b>Envejecimiento Optimo</b>	Tiene lugar a un envejecimiento activo y saludable debido a que no presenta enfermedades en el transcurso del envejecimiento.
------------------------------	---

### **2.2.2. Enfoque de Dependencia**

La dependencia en el adulto mayor es generada mayormente por los recursos generados en el transcurso de su vida por su trabajo, pensiones, remesas u otras fuentes de ingresos que ayudan a cubrir sus necesidades básicas. Sin embargo, desde la perspectiva de la sociología en cuanto a estar activo y a recibir apoyo social en la vejes ayudan a mejorar la dependencia en las actividades que realiza en el ámbito familiar y social

### **2.2.3. Envejecimiento Activo**

La Organización Mundial de la Salud define al envejecimiento activo como el proceso de optimizar oportunidades de salud, experiencias positivas, autonomía, productividad, protección y participación en el ámbito político, social y cultural con el fin de mejorar la calidad de vida del adulto mayor e introduciendo también aquellas personas que se encuentra en estado de vulnerabilidad y que necesitan asistencia ya que el adulto mayor puede seguir aportando activamente con su familia y la comunidad.

Es importante mantenerse activo físico, social, y mentalmente activo en:

- Actividades recreativas
- Actividades educativas
- Crear y mantener relaciones de compañerismo
- Convivencia familiar
- Actividades sociales y culturales en la comunidad

A finales de 1990 el término “envejecimiento activo” fue adoptado por la Organización Mundial de la Salud con el objetivo de brindar a la sociedad un horizonte más amplio basado en las necesidades y derechos del adulto mayor en la igualdad de oportunidades y un trato justo en todos los ámbitos a medida en que van envejeciendo, con el propósito de que estos grupos etarios reflejen el dinamismo en una sociedad activa y productiva con la finalidad de romper

con los paradigmas sociales y dar giro en torno a una ideología política local, regional, nacional e internacional de un envejecimiento activo. (OMS, 2015)

## **2.3. Salud y Enfermedad**

### **2.3.1. Salud**

La Organización Mundial de la Salud menciona que para hablar de “salud”, el ser humano debe ver más allá de la enfermedad en el cual contemple las diferentes aristas que conforman el estado de bienestar, en cuanto al bienestar físico, mental y social, considerando esta aseveración se entiende que el envejecimiento saludable no solo responde a la ausencia de enfermedades propias de la edad. Cabe mencionar que para el adulto mayor la salud está basada principalmente por componentes que se derivan por su condición física y los factores de dependencia que son causadas por las limitaciones propias de la edad.

### **2.3.2. Enfermedades**

Las enfermedades en la vejez tienen un impacto social y sanitario a medida que incrementa la edad, la salud también se ve deteriorada entre las personas de 75 años y más, así como también los hechos sociales afectan de forma directa e indirecta en la salud del adulto mayor. Un aspecto importante en el envejecimiento es la presencia de enfermedades en el deterioro de la memoria, orientación, lenguaje, capacidad de aprendizaje, mala alimentación, estos factores críticos se ven más inmersos en la población adulto mayor debido al bajo nivel de ingreso económico y educación, evidentemente la indigencia también representa un factor de riesgo en la salud y de posibles enfermedades de orden físico, mental y psicológico, a medida que avanza la edad se produce un desgaste de la dentadura lo que dificulta la ingesta de una adecuada alimentación.

### **2.3.3. Clasificación de las enfermedades**

Las enfermedades crónicas degenerativas como la:

- Osteoporosis
- Artritis
- Artrosis
- Demencia senil

Contribuyen de forma notable a la discapacidad y dependencia física del adulto mayor debido a que estas enfermedades son paulatinas. Sin embargo, otro factor que se ve implícito es la cantidad de agua y sal que tiene los riñones en el cuerpo, es así que las enfermedades cardiovasculares e hipertensión se consideran la primera causa de muerte en la población Adulta Mayor debido a una mala alimentación, tabaquismo, consumo de alcohol, estrés y sedentarismo.

#### 2.3.4. Cambios biológicos

El envejecimiento es el proceso natural que toma el ciclo de la vida en los cambios fisiológicos y anatómicos del cuerpo estos pueden ser derivados por factores genéticos o por los aspectos socio ambientales, cabe mencionar que el envejecimiento primario toma el curso normal de la vida y el envejecimiento secundario viene procedente de una enfermedad, es importante resaltar que el envejecimiento está ligado a un proceso de mayor fragilidad y por tanto se encuentra asociado a mayor vulnerabilidad frente a las enfermedades. (Villavicencio, 2014, pág. 17)

*Tabla 2 Cambios biológicos*

<b>CAMBIOS BIOLOGICOS EN EL ADULTO MAYOR</b>	
<b>Sistema</b>	<b>Descripción</b>
<b>Piel</b>	Pérdida gradual de la elasticidad en los tejidos Pérdida de grasa subcutánea hace que la piel se arrugue
<b>Cabello</b>	Cambios de pigmentación hace que el cabello pierda su color Debilitación capilar
<b>Esqueleto</b>	Pierde altura Los huesos se hacen más quebradizos Presencia de osteoartritis
<b>Osteomuscular</b>	Pérdida de la masa muscular Pérdida de la fuerza muscular
<b>Corazón</b>	Las arterias se hacen más gruesas Reducción de oxígeno Se esfuerza por bombear la sangre
<b>Pulmones</b>	Pierden elasticidad con los años Reducción del oxígeno por todo el organismo

<b>Cerebro</b>	Disminución del cerebro Memoria a corto plazo El tiempo de reacción de los nervios aumenta, lo que ocasiona que las respuestas sean más lentas
<b>Visión</b>	El cristalino del ojo de vuelve opaco Pérdida de visión

## 2.4. Esperanza de vida en el adulto mayor en Ecuador

Según (Parales, 2002, pág. 111) La esperanza de vida en el adulto mayor no necesariamente ha significado una mejora en la calidad de vida ya que el envejecimiento a nivel individual a representado un deterioro de las capacidades funcionales y los cambios fisiológicos propios de la edad que han limitado las actividades habituales que realizan con la limitación de su independencia y la necesidad de ayuda. De acuerdo con la Comisión Económica para América Latina y el Caribe, la esperanza de vida en Ecuador se encuentra entre los 72 años para los hombres y entre los 78 años para las mujeres, sin embargo, se evidencia que los principales factores de mortalidad en el adulto mayor fueron de neumonía, diabetes, insuficiencia cardiaca, infartos e hipertensión.

## 2.5. Psicología del adulto mayor

### 2.5.1 Depresión

Durante el proceso de envejecimiento el ser humano pasa por una serie de cambios psicológicos debido al deterioro de sus capacidades cognitivas. La depresión en la tercera edad se presenta como un factor de riesgo ya que su estado de ánimo y sus emociones presentan variaciones de cambio como tristeza y alegría de un momento a otro. Cabe recalcar que la depresión es una enfermedad que se encuentra relacionada con la disminución de la serotonina que ayuda a regular las emociones a su vez, se ve reflejada también por una serie de alteraciones en su energía debido a que sus recuerdos cercanos lo van olvidando. (Romero, 2003, pág. 31)

### Indicios de la depresión

- Tristeza-Alegría
- Pérdida de interés en las actividades que realiza

- Trastornos de sueño
- Baja autoestima
- Vulnerabilidad psicológica esencialmente en la parte afectiva

### **2.5.2. Cambios nutricionales asociados con el proceso del envejecimiento**

Una buena alimentación aumenta la esperanza de vida en el proceso de envejecimiento, sin embargo, muchas veces esta realidad puede verse deteriorada por la calidad de vida que lleve la persona debido a su estado nutricional bajo que constituye un factor de riesgo en el cual se verá afectado el adulto mayor por enfermedades crónicas en su organismo.

La mala nutrición en la vejez se ve deteriorada por diversos elementos asociados al sedentarismo, falta de educación nutricional, ingesta incorrecta de alimentos, patología aguda y crónica, depresión y aislamiento social, estas variables permiten visualizar una verdadera valoración nutricional en el adulto mayor lo que permite corroborar que esta situación se debe a los escasos recursos económicos que se centra en los sectores populares.

Por otra parte, existen patrones relacionados con el envejecimiento que se ven asociados con la desnutrición uno de ellos es la falta de apetito, disminución de la sensación del gusto y el olfato, muchas veces estos factores son esquemas que representan para el adulto mayor una forma de llamar la atención en el núcleo familiar. Un estado nutricional adecuado viene acompañado de una alimentación balanceada de nutrientes y proteínas que favorezcan una buena digestión de alimentos contribuyendo eficazmente al buen funcionamiento del organismo y a una vida activa y saludable. (SERNAC, 2004)

## **2.6. Patrones comportamentales**

### **2.6.1. Cambios psicosociales**

Los principales cambios psicosociales que sufre el adulto mayor es comprender y aceptar las diferentes transformaciones de su vida por lo que le ha imposibilitado hacer uso de su experiencia frente a los cambios personales, lo que conlleva una serie de eventos negativos debido a que en la tercera edad las personas no muestran felicidad de bienestar o satisfacción en las actividades que realiza.

Entre los cambios psicológicos también encontramos una serie de situaciones que repercuten en el estado emocional y en el cambio psicosocial como las jubilaciones, pérdida de un ser amado y las enfermedades, pero el principal cambio psicosocial radica principalmente en la sociedad en la falta de políticas no paternalistas que integren la tercera edad como al resto de la sociedad y que se les vea como sujetos de derecho sabios, con experiencia, y útil para la comunidad ya que la tercera edad no es sinónimo de incapacidad. (López, 2015)

Es importante realizar una transformación social en pro de la cultura del envejecimiento que permita mirar una visión más general de las necesidades que requiere esta población, permitiéndole una adaptación favorable de los cambios producidos durante esta etapa vivir en un estado de bienestar y plenitud.

### **2.6.2. El Abandono Familiar en el Adulto Mayor**

Antes de la revolución industrial el anciano representaba el eslabón que unía el pasado y que contribuía con la nación, pero desde hace poco tiempo el adulto mayor ha sufrido grandes transformaciones en la sociedad. En la actualidad el anciano ya no representa la sabiduría que conformaba la historia, sino como un aspecto residual de la nueva sociedad, que no reconoce su heroica contribución con la nación en cuanto hoy disfruta la sociedad.

El abandono del adulto mayor por parte del núcleo familiar es uno de los problemas más frecuentes que hoy en día la sociedad presenta, debido al rechazo e intolerancia de sus propios hogares, reflejándose este como el verdadero flagelo que golpea a la sociedad puesto a que son aún víctimas de maltrato físico, psicológico, social, económico y descuido.

### **2.6.3. Contexto individual**

En lo que concierne a las funciones que realiza el individuo en el contexto social llegar a la vejez puede representar en muchos casos un desequilibrio en las actividades que realiza como adulto, es decir su estatus adquirido como jefe de familia tiende a empeorar por la pérdida de estatus laboral, proveedor económico del núcleo familiar, así como también la disminución en el apoyo socio familiar. Es decir que la disminución de su autonomía influye significativamente en la toma de decisiones las cuales pueden ser positivas o en algunos casos pueden generar

pocas ganas de vivir, es ahí donde el uso del tiempo cobra importancia y se convierte en un amigo o enemigo si no se sabe qué hacer con él.

Es importante generar en actividades en la familia que ocupen el tiempo libre del adulto mayor como la pintura, leer, jardinería, participación en actividades comunales, visitar amigos, actividades recreativas, etc. para que sigan siendo personas independientes y autónomas.

#### **2.6.4. Familia y adulto mayor**

El núcleo familiar constituye la unidad social que une lazos de consanguinidad, de relaciones afectivas, valores y se trasmite la cultura donde cada uno de ellos cumple diferentes roles y funciones.

La interacción con el adulto mayor es de gran importancia para el desarrollo de la sociedad ya que el adulto mayor como integrante del núcleo familiar tiene mucho por contribuir y aportar. Al envejecer la familia y el adulto mayor deben acoplarse a varios cambios dentro de la estructura familiar, en algunos casos los hijos abandonan a los padres para formar sus propias familias en busca de mejores días. (Placeres & León , 2011, pág. 1)

#### **2.6.5. Estrategias de Atención**

Actividades lúdicas

Potencialidades de cada adulto mayor

Centros de protección familiar

Actividades deportivas

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Tipo de Investigación**

El tipo de investigación que presenta el trabajo es de grado mixto porque se sustenta de una combinación del método cualitativo y cuantitativo, por medio de la recolección de los datos que nos suministran las personas se podrá analizar, comprobar, y verificar que los objetivos que se están trazando en la investigación se cumplan, por lo tanto el método cualitativo nos ayudara a determinar la situación actual en la que se encuentra los adultos mayores a través de un análisis de opinión y puntos de vista, de esta manera se establecerá un análisis objetivo de la descripción del problema y con esto proponiendo soluciones que mejoren el contexto identificado. (Sampieri, pág. 12)

##### **3.1.1 Investigación cualitativa**

La investigación cualitativa ayudara en el análisis de la realidad existente de la problemática de estudio, que en este caso es el déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor, en el cual se ha visto inmerso la escasa inserción familiar y comunitaria en actividades ocupacionales. Para este tipo de investigación se utilizó la recopilación de los antecedentes, en documentos que se encuentra relacionado con el objeto de estudio. Además, el método proyectivo ayudará a contribuir al mejoramiento de la realidad estudiada.

##### **3.1.2 Investigación cuantitativa**

La investigación cuantitativa se utilizó como un mecanismo estadístico en cuanto al contexto que se pretende estudiar debido a que ayudara a medir el porcentaje de vulnerabilidad en el que se encuentra el adulto mayor, estableciendo un marco estadístico de priorización.

##### **3.1.3 Investigación documental**

Este método investigativo se desarrolló a través de antecedentes bibliográficos e investigativos, es decir: libros, revistas, artículos científicos, tesis, entre otros. mismos que ayudaron a sustentar la investigación sobre la calidad de vida de los adultos mayores.

### **3.1.4 Investigación descriptiva**

Facilitará la descripción de las características generales en una circunstancia temporal y geográfica, es decir, ayudar a responder a una serie de cuestionamientos relacionados con el problema de investigación mediante el contexto social, económico, político y cultural que lo rodea.

### **3.1.5 Investigación propositiva**

La investigación propositiva va en conjunto con la investigación descriptiva debido a que tiene la finalidad de diagnosticar y resolver el problema, dando paso a la propuesta que busca disminuir el nivel de vulnerabilidad de los adultos mayores en la comunidad Santa Isabel, mediante la generación de estrategias de atención e inserción familiar y comunitaria que ayuden a mejorar la calidad de vida de este grupo prioritario.

## **3.3 Técnicas e instrumentos de la investigación**

La técnica de recopilación de la información fueron las siguientes:

### **3.3.1 Encuesta**

Se baso en la recopilación de datos mediante un cuestionario, cuyo documento se aplicó de forma directa al grupo de investigación, con el fin de conocer el nivel de vulnerabilidad en el que se encuentra este sector prioritario de la población y a su vez conocer si el tipo de estrategias de inserción en la propuesta responde a la problemática de estudio.

### **3.3.2 Población y Muestra**

El total de la población es de 1100 pobladores de la Comunidad de Santa Isabel, el tamaño del a muestra será de 226 residentes.

#### **Muestra**

$$n = \frac{N * \alpha^2 * Z^2}{(N-1)e^2 + \alpha^2 * Z^2}$$

## Fórmula Finita

Tabla 3 Fórmula finita

NOMENCLATURA	PARÁMETRO	OPERACIÓN	VALORES
N	Número de muestra	A calcular	226
N	Población Total	variable	1100
Z	Nivel de confianza	constante	1,96
P	Probabilidad favorable	constante	0,5
Q	Probabilidad en contra	constante	0,05
E	error máximo probable	variable	0,05%

Cálculo de la muestra de adultos:

$$n = \frac{1100 * 0,5^2 * 1,96^2}{(1100 - 1)0,005^2 + 0,5^2 * 1,96^2}$$

$$n = \frac{1100 * 0,25 * 3,84}{(1100)0,0025 + 0,25 * 3,84}$$

$$n = \frac{1100,32}{3,92 + 0,96}$$

$$n = \frac{1100,32}{4,88}$$

$$n = 226$$

### 3.5. Operacionalización de las variables

Tabla 4 Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
<b>Déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor</b>	Define como el acto injustificado de desamparo hacia uno o varios miembros de la familia.	Estructura Familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Número de personas que viven en el hogar</li> <li>✓ Ocupación laboral</li> <li>✓ Comunicación familiar</li> </ul>	

Condición socioeconómica	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Nivel educativo y pobreza</li> <li>✓ Condiciones de vivienda</li> <li>✓ Servicios básicos</li> </ul>
Condiciones de salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Enfermedades catastróficas</li> <li>✓ Discapacidad</li> <li>✓ Violencia</li> </ul>
Mecanismos de protección	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Atención al interior de la familia</li> <li>✓ Apoyo de la familia extendida</li> <li>✓ Centro geriátrico</li> <li>✓ Contratación de personal de apoyo enfermera</li> </ul>

### 3.6. Técnicas

La técnica que se utilizará para la investigación será la encuesta que será diseñada técnicamente para medir el grado de compromiso que tiene el núcleo familiar con el adulto mayor con la finalidad de obtener información de interés sociológico y relevante del porqué del abandono de un miembro de la familia de la tercera edad, de igual manera se realizará la entrevista que nos permitirá a ver el criterio que tienen acerca de esta problemática que hoy en día va creciendo y finalmente utilizaremos la técnica de observación que nos ayudará a partir de hechos generales para llegar a especificarlos y de esa manera generar estrategias y propuestas que ayuden a desarrollar nuevos mecanismos de apoyo al adulto mayor donde cada persona de la tercera edad se sienta bien ya que a través de ellas se analizará las características de cada persona.

### 3.7. Instrumentos

Para la técnica de observación se empleará fichas de observación, y fotografías. A sí mismo, para las encuestas y entrevistas se formularán un cuestionario para determinar en enfoque necesario.

### **3.8. Impactos**

La presente investigación tendrá incidencia social y familiar porque a través de la propuesta de diseñar una estrategia que contemple mecanismos de salud, alimentación y recreación ayudará a generar un impacto positivo en el desarrollo de la tercera edad y a tener una vida digna y por ende a elevar su autoestima.

## CAPITULO IV

### RECURSOS ADMINISTRATIVOS

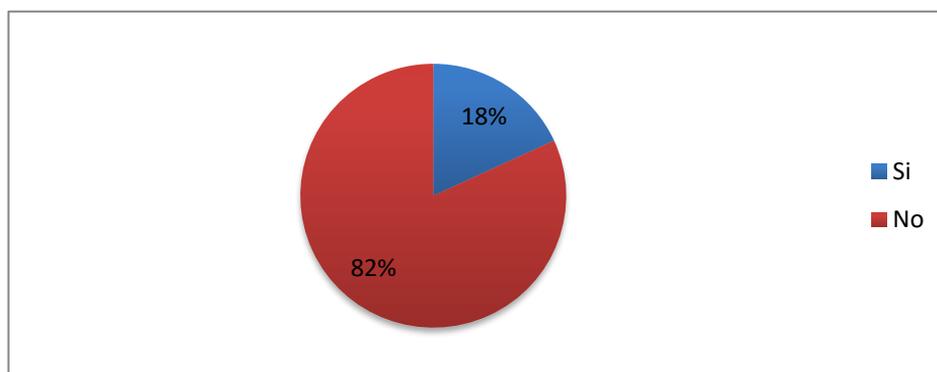
Tabla 5 Recursos Administrativos

<b>RECURSOS HUMANOS</b>	
<b>Recursos</b>	<b>Costos</b>
Investigador	
Tutor	
Comunidad	
Cabildo	
<b>Subtotal</b>	
<b>RECURSOS MATERIALES</b>	
<b>Recursos</b>	<b>Costos</b>
Papel bon	\$50
Impresión	\$50
Copias	\$170
Esferos	\$10
Lápiz	\$5
Anillado	\$25
Empastado	\$50
Cd	\$10
<b>Subtotal</b>	<b>\$145</b>
<b>OTROS</b>	
<b>Recursos</b>	<b>Costos</b>
Movilización	\$50
Servicio de internet	\$120
Recargas de celular	\$50
<b>Subtotal</b>	<b>\$220</b>
<b>Subtotal</b>	<b>\$ 365</b>
<b>15% de imprevistos</b>	<b>\$55</b>
<b>Total</b>	<b>\$420</b>

## 4.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

### TABULACIÓN

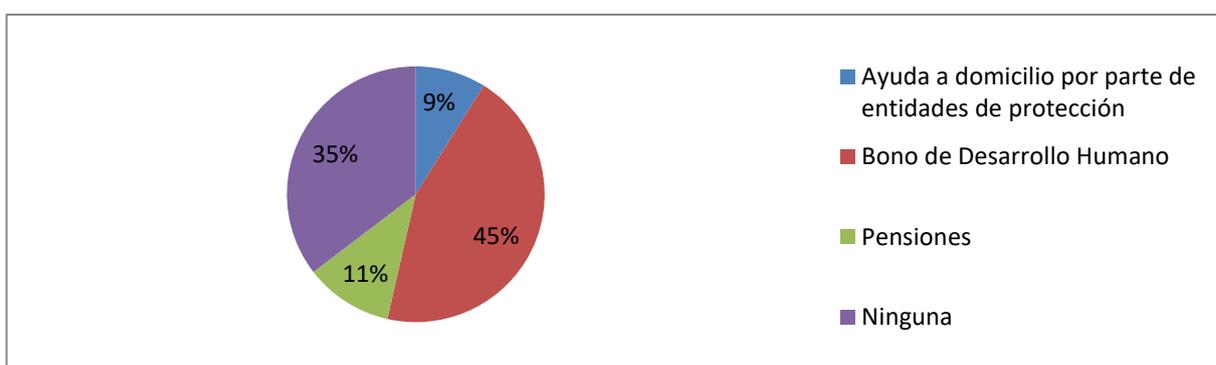
1.- ¿Conoce usted sí el Estado ecuatoriano da el suficiente apoyo para el cuidado del adulto mayor?



### Análisis

De acuerdo con la encuesta realizada se puede determinar que existe un gran porcentaje de personas que no conocen el apoyo que brinda el Estado ecuatoriano a las personas de la tercera edad, por lo tanto, solo una pequeña parte de la población alude conocer el apoyo que brinda el estado a través de los proyectos de inclusión. Esta pregunta provocó discusión entre los encuestados debido a que el porcentaje más alto de la población insinuó que no tiene conocimiento del apoyo que da el estado para el cuidado del adulto mayor, en el cual manifestaron de que el problema estaba en la gran cantidad de personas de la tercera edad en la calle en situación de abandono debido a la situación económica de las familias. (Ley orgánica de las personas adultas mayores, 2019)

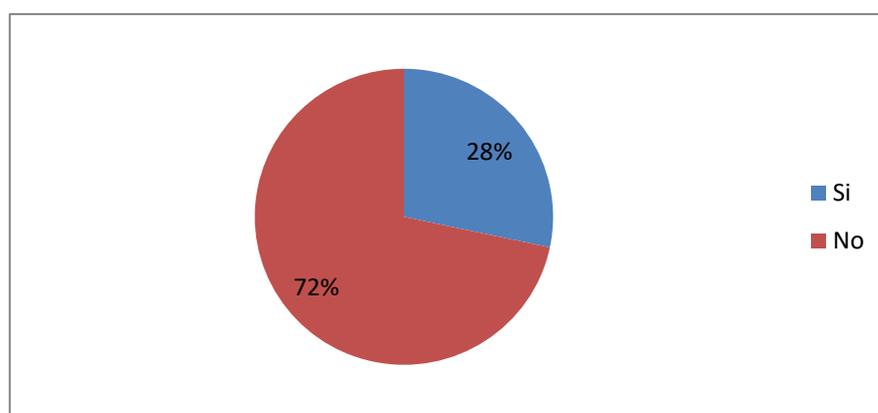
2.- ¿Qué ayuda o prestación social recibe?



### Análisis

A través de la encuesta se analizó que no existe una mayor discrepancia entre el indicador del bono de desarrollo humano y ninguna prestación social sin embargo es preocupante que exista una cierta parte de la población que no reciba algún apoyo de las entidades de protección que brinda el Estado para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. En el Ecuador la Constitución tipifica los derechos que tienen los grupos vulnerables y las obligaciones que adquieren las familias no solo en la parte económica si no también en la emocional. (Loor, 2018)

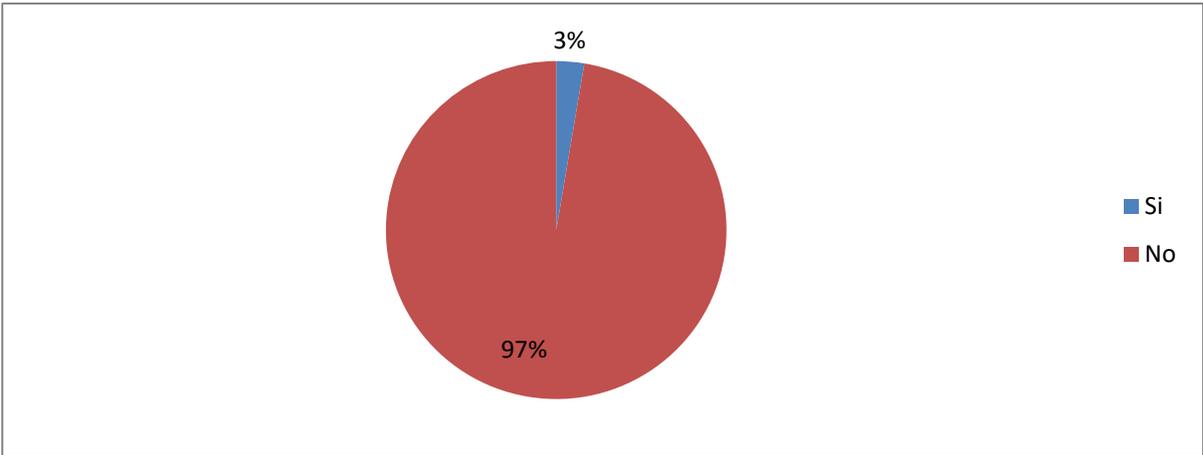
### 3.- ¿Conviven otras personas con el adulto mayor?



#### Análisis

Del total de la población encuestada una gran parte de las familias no convive con el adulto mayor debido a que los hijos ya forman nuevas familias, la economía no alcanza y no tienen los suficientes recursos para solventar sus gastos en el cuidado de una persona de la tercera edad, otros manifiestan que no tiene tiempo debido a su trabajo, sin embargo, una minoría de las personas encuestadas respondieron que si conviven con sus abuelitos y aprende de sus experiencias. Según estudio realizado por (W.Andrade, 2017) en las parroquias urbanas de Ibarra un 24,1% viven solas la cual es alarmante por la problemática psicosocial que esto conlleva.

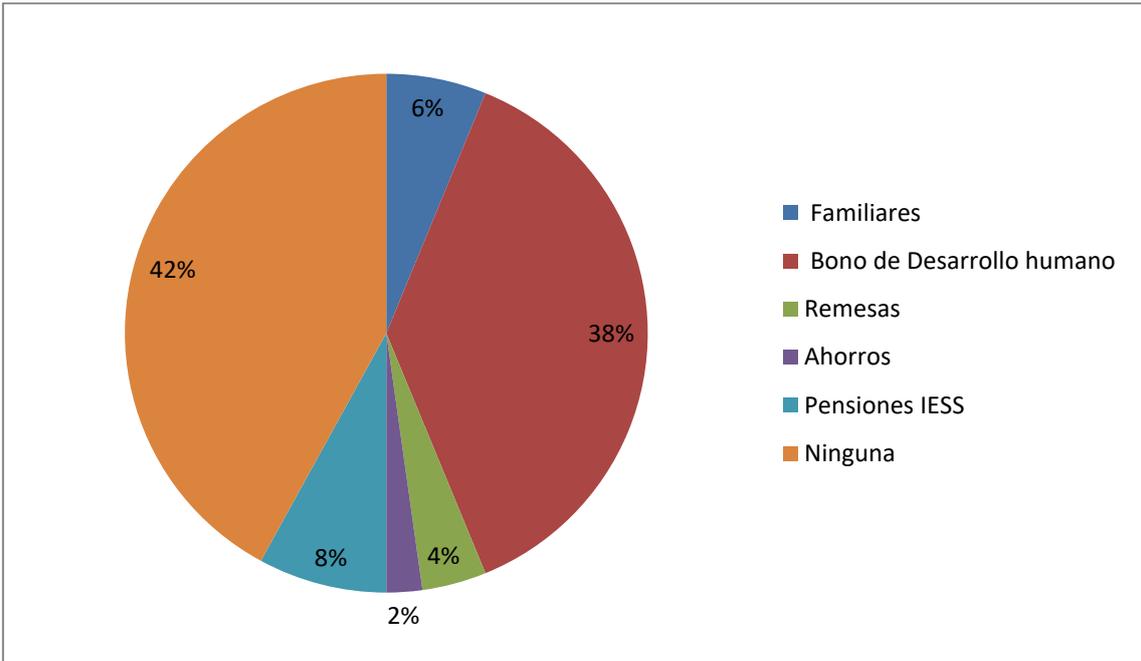
### 4.- Los beneficios económicos que son proporcionados por el estado para el adulto mayor. ¿Cree usted que son suficientes?



**Análisis:**

El MIES a través de sus programas de inclusión social trata de disminuir esta problemática que aqueja a muchas familias ecuatorianas, sin embargo sigue siendo un reto cubrir las necesidades básicas de los grupos prioritarios (MIES, 2019). La mayoría de las personas mencionaron que los recursos proporcionados por el Estado para el adulto mayor no son suficientes debido a que, no solo se necesita de lo económico sino también que se les brinde talleres de formación a las familias para el cuidado del adulto mayor en cambio una pequeña parte de la población manifestó que los beneficios económicos que son proporcionados por el estado para el adulto mayor si son suficientes.

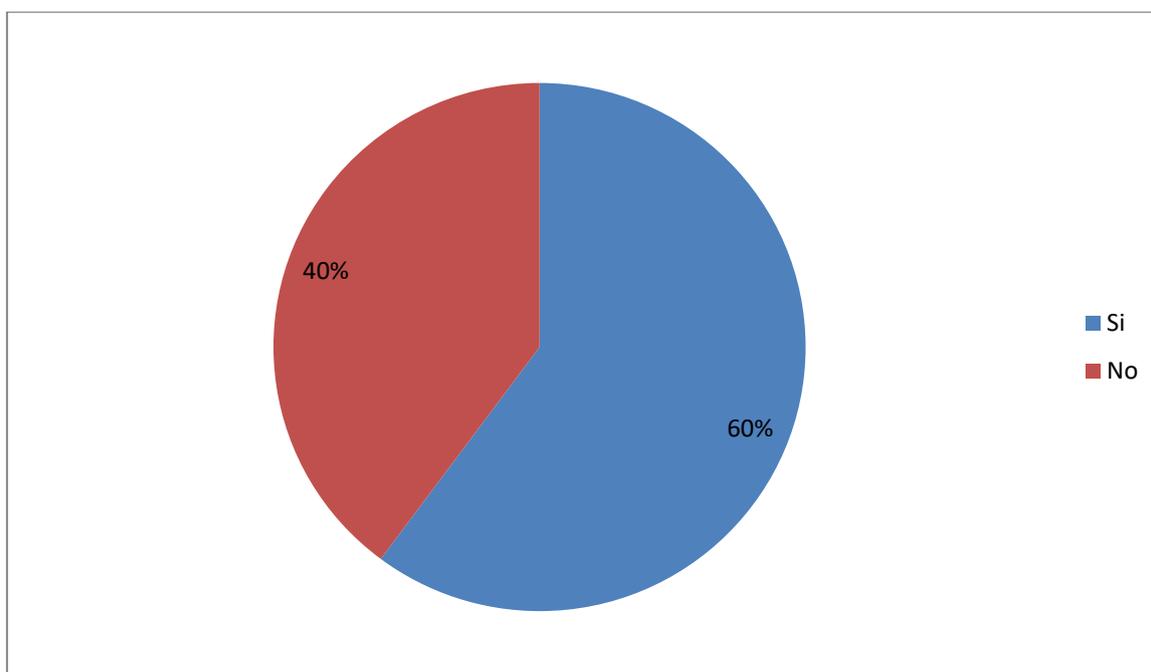
**5.- Fuente de ingresos económico regular del adulto mayor.**



**Análisis:**

Los resultados obtenidos evidencia que la mayor parte de adultos mayores no perciben ningún ingreso económico, lo que muestra que una gran cantidad de adultos mayores se encuentran en situación de vulnerabilidad y pobreza extrema, sin embargo, otro porcentaje de la población manifiesta que si percibe ingresos económicos de diversas fuentes como: el bono de desarrollo humano, remesas, ahorros, pensiones y familiares. Según (Machado, 2019) 22.975 personas viven en condiciones de pobreza y 60.000 se encuentran en situación de extrema pobreza.

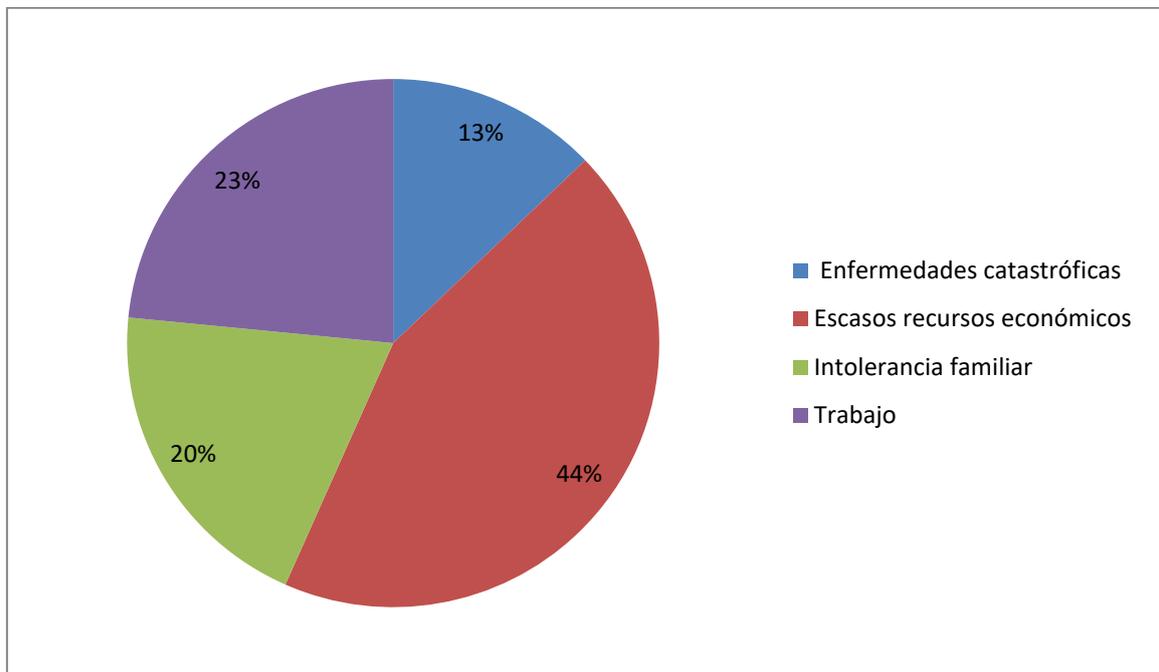
**6.- ¿Cree usted que existe déficit en el cuidado del adulto mayor por parte del núcleo familia?**



**Análisis:**

Del total de la población de estudio se pudo determinar que existe déficit en el cuidado del adulto mayor por parte del núcleo familiar, lo cual demuestra que es importante la realización de un proyecto comunitario que contemple mecanismos de cuidado y atención al adulto mayor que ayuden a mejorar las estrategias de cuidado. La baja autoestima, el sentimiento de tristeza son evidencias claras del abandono familiar y del proceso de abandono en la calle como tal. (Mera J. J., 2012)

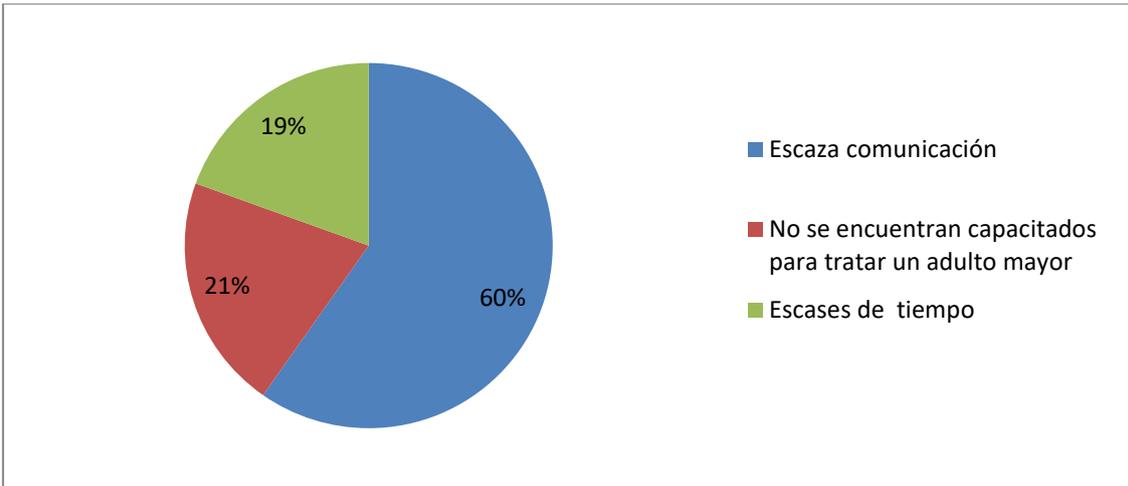
**7.- ¿Cuál cree usted que son los factores sociales que inciden en el déficit del cuidado del adulto mayor**



**Análisis:**

La vejez es el periodo de vida que se caracteriza por la pérdida física y mental del cuerpo humana asociadas por enfermedades catastróficas, bienestar económico, independencia, y trabajo (Fuentes I. , 2003). La mayoría de las personas encuestadas aluden que uno de los factores que incide en el déficit del cuidado del adulto mayor son los escasos recursos económicos que posee la familia para solventar algunos gastos extras en la atención del adulto mayor, seguidamente se puede identificar que una mínima parte de la población menciona también que uno de los factores que incide en el déficit del cuidado del adulto mayor es la intolerancia familiar debido a que algunas personas de la tercera edad conviven con sus hijos y ellos están al cuidado de los nietos generando un espacio de incomprensión y abandono.

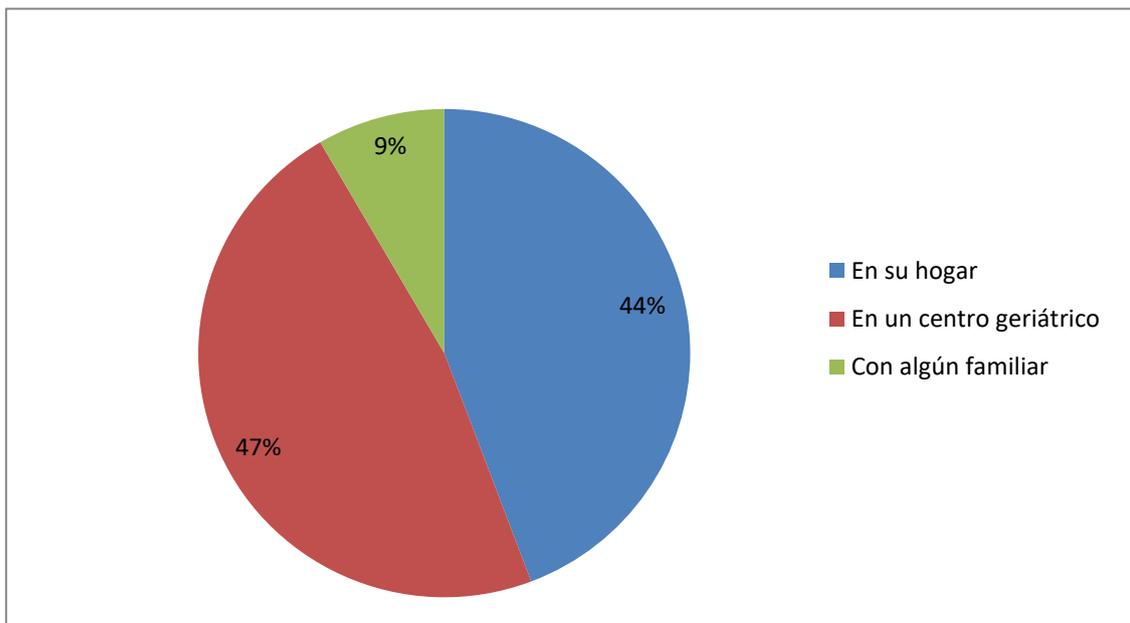
**8.- ¿Por qué cree usted que existe déficit en el cuidado del adulto?**



**Análisis:**

De acuerdo con la encuesta realizada en su gran mayoría el déficit en el cuidado del adulto mayor se debe a la escaza comunicación que existe entre los miembros de la familia, en el cual la población también alude que se debe a que muchas familias no se encuentran capacitados en brindar una atención adecuada al adulto mayor, mientras que otra parte de la población manifiesta a que se debe al escaso tiempo que tienen debido a que trabajan y estudian. Entre los cambios que más aqueja la tercera edad es su falta de autoridad en la familiar dado por la independencia de los niños y la dependencia económica de la tercera edad sobre ellos. (Magali, 2019)

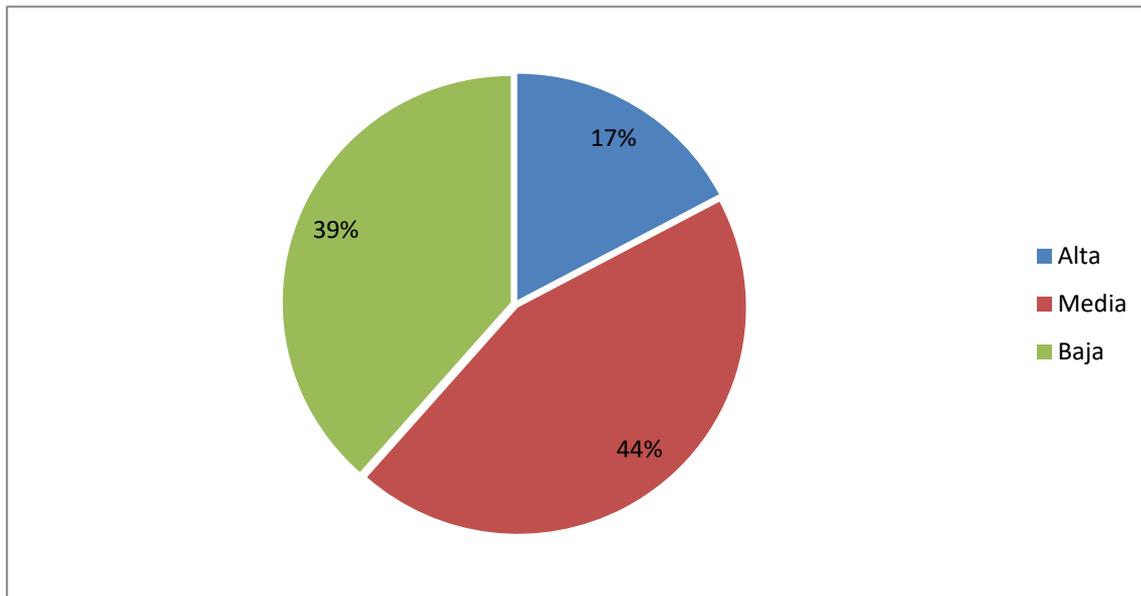
**9.- Pensando en su vejez ¿Qué lugar considera adecuado para vivir?**



**Análisis:**

Del total de la persona encuestada insinúan que prefiere vivir en su centro geriátrico, debido a la atención que van a recibir y se encontraran con personas de su misma edad, mientras que otro porcentaje de las personas encuestadas consideran que un lugar adecuado para vivir es su propio hogar y finalmente manifiesta que otros prefieren vivir con algún familiar porque se siente más seguro con la familia que vivir solo.

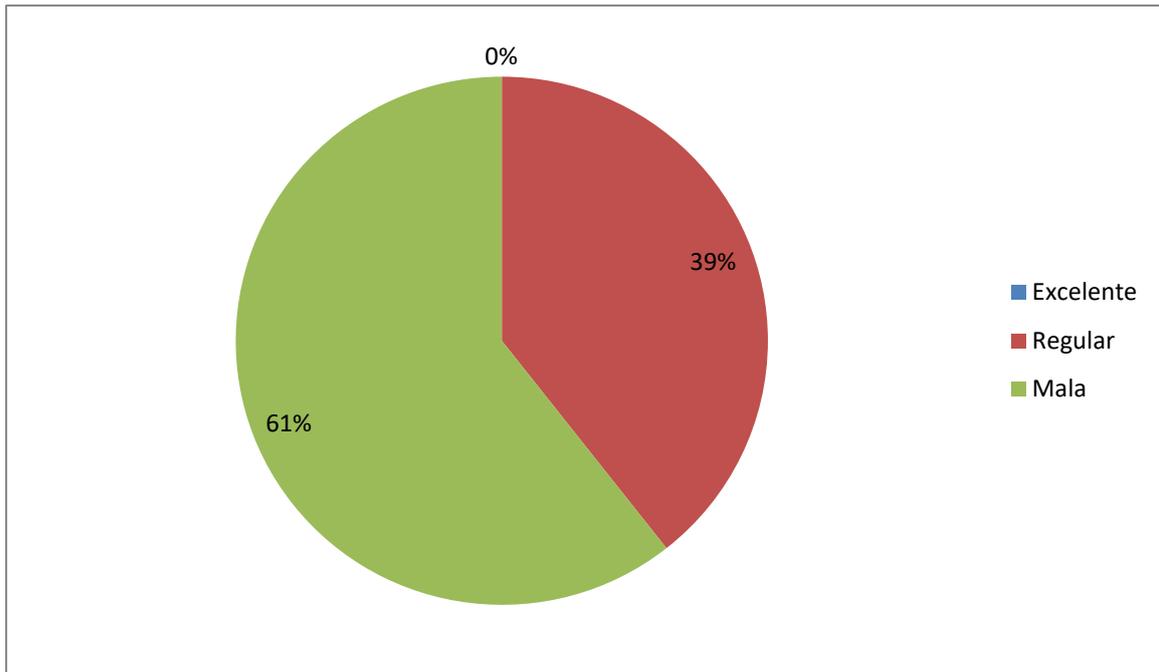
**10.- La convivencia familiar con el adulto mayor es:**



**Análisis:**

Se muestra que la convivencia familiar con el adulto mayor se encuentra en un estándar entre media y bajo, el cual indica que la relación familiar se ha visto deteriorada por varios factores que se ven inmersos como el trabajo, la educación, enfermedades degenerativas de la tercera edad, distancia, tareas del hogar (Gloria, 2007) es decir solo un cierto porcentaje de las familias manifiestan que la convivencia familiar con el adulto mayor es buena debido a que viven con ellos.

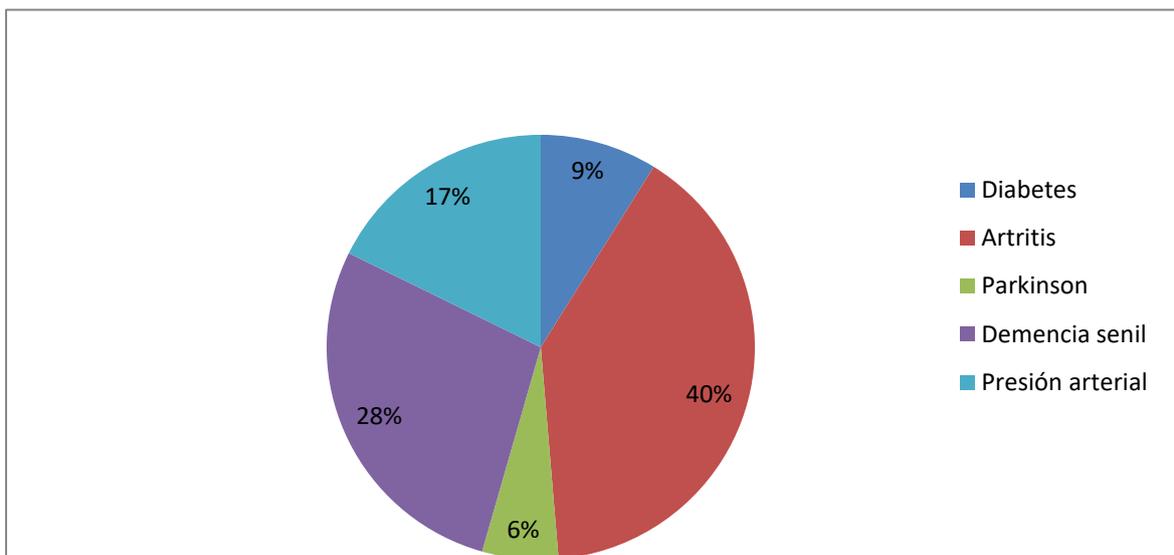
**11.- ¿Cómo cree usted que ha sido el apoyo entregado durante los últimos 10 años por el gobierno en el área de salud en el cuidado del adulto mayor?**



**Análisis:**

Se determinó que el apoyo entregado por el gobierno durante los últimos 10 años en el área de salud ha sido malo debido a que no fueron atendidos con las medidas necesarias que un adulto mayor requiere, por lo que muestra que los familiares del adulto mayor presentaron dificultades a la hora de brindar atención y cuidado a su familiar. La salud constituye una obligación moral, tanto del estado como de la sociedad, participar activamente en mejorar y solucionar los problemas. (Monzón, 2008)

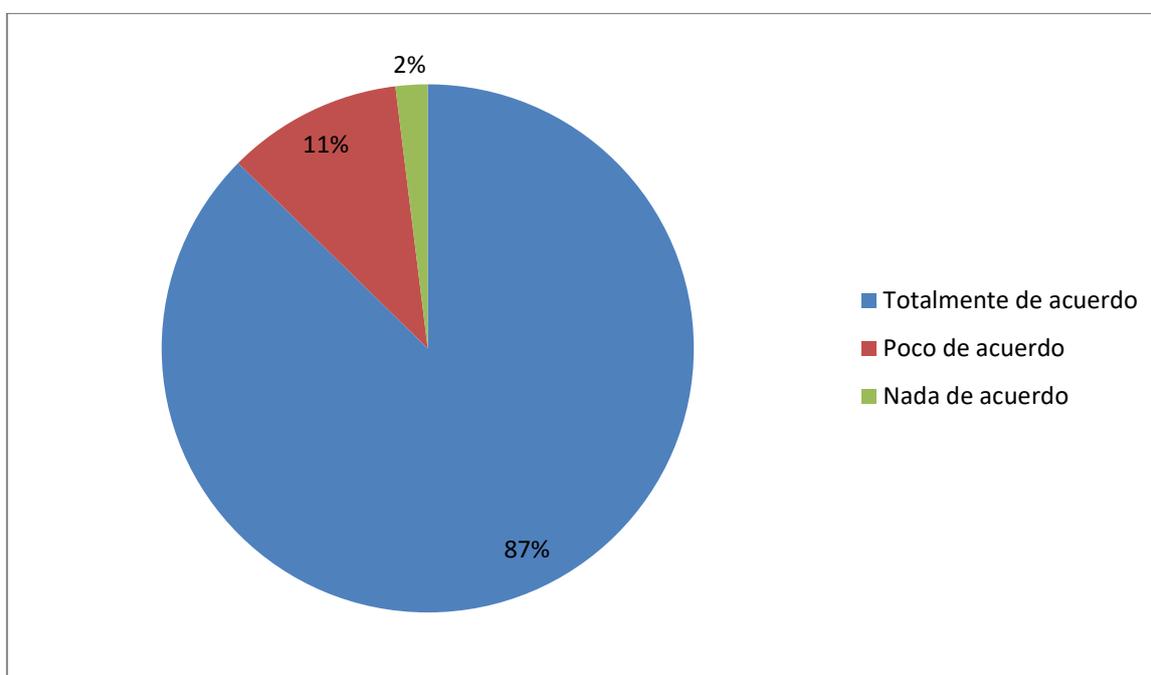
**12.- ¿Cuál cree usted que es la enfermedad más padecida en la tercera edad?**



**Análisis:**

Como se puede evidenciar la enfermedad más padecida en la tercera edad, es la artritis seguidamente demencia senil, presión arterial, diabetes y finalmente Parkinson lo que demuestra que la enfermedad más padecida en la tercera edad es la artritis, lo que representa un alto grado de cuidado en el adulto mayor, en el cual las familias no se encuentran suficientemente capacitado para brindar la atención requerida al adulto mayor debido al temor de realizar un mal movimiento. según la (OMS, 2012)

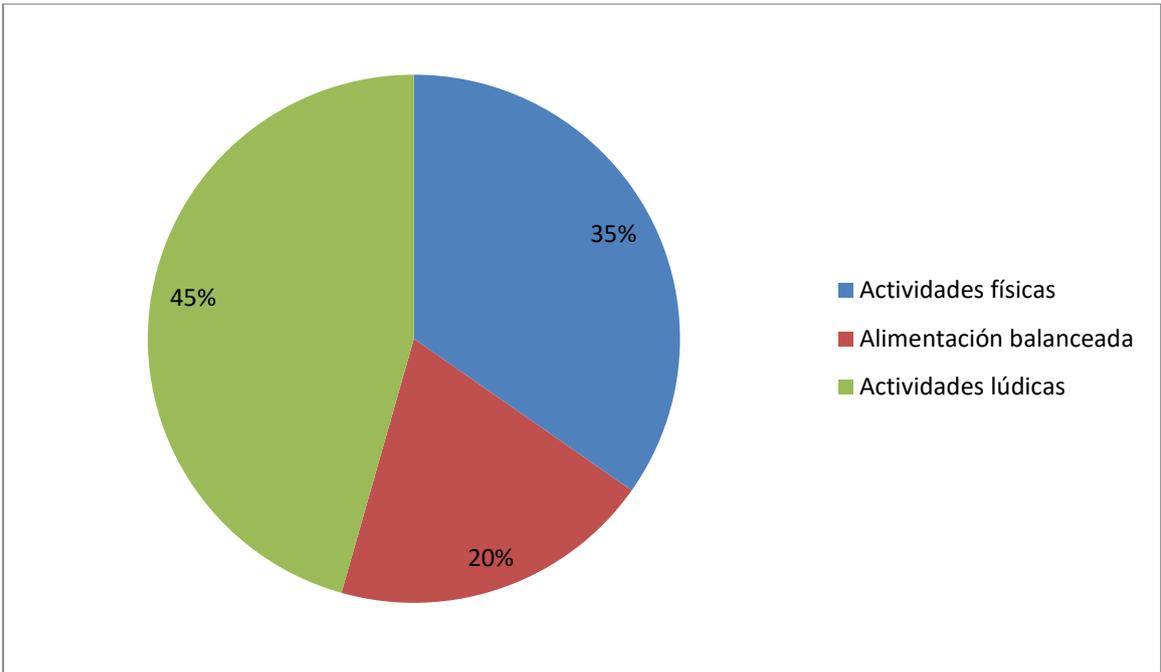
**13.- ¿Está de acuerdo en que se debería crear un espacio adecuados en la comunidad para la atención integral del adulto mayor?**



**Análisis:**

Se muestra que la mayoría de la población, se encuentra totalmente de acuerdo en que se debería implementar un centro de atención integral para el adulto mayor, en donde se cree diferentes talleres de recreación lúdica como también actividades físicas que contribuyan a un envejecimiento activo y saludable mientras que una tercera parte de la población menciona que se encuentra poco de acuerdo y una mínima parte del total de los encuestados mencionan que no están nada de acuerdo en que se cree un centro de integración debido a que prefieren que se realice actividades de mejora.

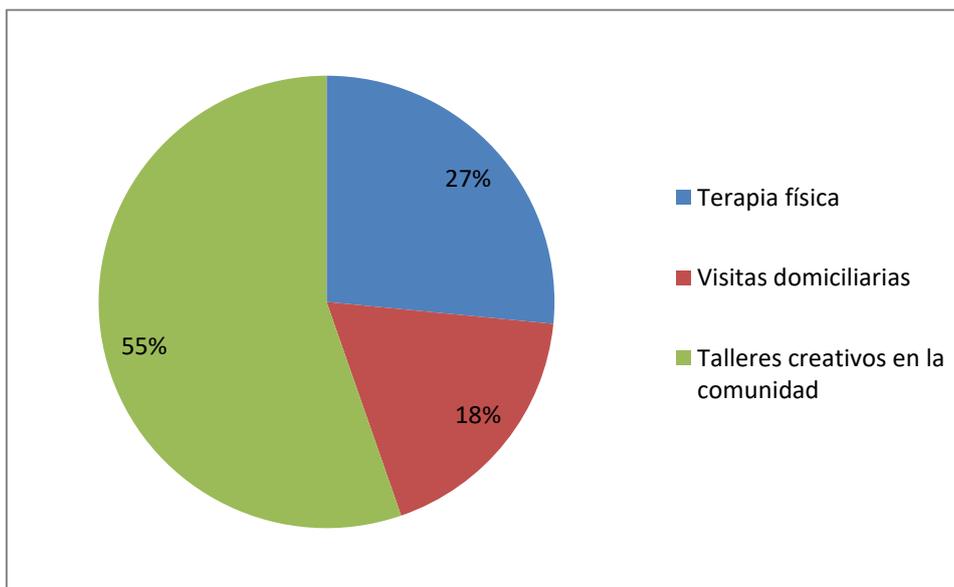
**14.- ¿Qué intervención cree usted que contribuye a la salud a lograr un envejecimiento activo y saludable?**



**Análisis:**

Del total de la población encuestada manifiestan que sería importante que se realice actividades lúdicas que contribuyan a la salud a lograr un envejecimiento activo y saludable, seguidamente las actividades físicas y de una adecuada alimentación balanceada. El mantener la autonomía del adulto mayor está estrechamente vinculada a actividades de óseo y seguridad física (García, 2017).

**15.- ¿Qué estrategias cree usted que se debería implementar para el cuidado del adulto mayor?**



**Análisis:**

De las estrategias que se debería implementar para el cuidado del adulto mayor la mayoría de las personas respondió que le gustaría que se realice talleres recreativos en la comunidad, así como también terapia física, visitas domiciliarias. Lo cual indica que la incorporación del adulto mayor a las actividades lúdicas ayudara a mantener unas vidas activas y saludables. Criterios similares (Pinto, Acosta,& Andrade, 2017, pág. 23) muestran que las actividades recreacionales en cierta forma fortalecen y mejoran las funciones psicosomáticas y motoras de estas personas, es fundamental enfatizar que el realizar este tipo de momentos fomentan la convivencia familiar y social.

## **CAPITULO V**

### **DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

En un estudio realizado por la Universidad Católica Santiago de Guayaquil, en cuanto al déficit de protección familiar menciona que el 35% de los adultos mayores sufren de abandono bilógico, debido a que presentan discapacidad física, enfermedades crónicas e intolerancia familiar, el cual el mismo porcentaje manifiesta no tener ninguna relación con sus familiares y a ver sido abandonados por sus seres queridos.

El Déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la comunidad Santa Isabel, perteneciente al Cantón Cayambe, se encuentra en una situación deficiente debido a que un 44% de la población encuestada menciona que no tienen una buena relación familiar de padre a hijo y abuelo a nieto debido a que la tecnología, el trabajo a remplazado las relaciones familiares.

Entre los factores económicos, biológicos y psico-familiares que alude al déficit de protección familiar, en el cuidado del adulto mayor que se detectaron en esta investigación es la escasa comunicación, la no inserción del adulto mayor en actividades del hogar, bajos ingresos económicos, trabajo y enfermedades catastróficas por tal motivo un 42% de la población adulta no recibe apoyo económico de su familia para cubrir sus necesidades básicas.

En otro estudio realizado por la psicóloga clínica Jessica Jhona Delgado Mera, el abandono del adulto mayor manifiesta que los factores internos al núcleo familiar se encuentran asociados debido a que el ser humano ha remplazado la comunicación familiar por la tecnología en el cual, describe que la interacción social y familiar se ha visto deteriorada. (Mera, 2012)

En la investigación realizada en la Comunidad antes mencionada se evidencio que existe una escasa interacción de padre a hijo, el cual ha inducido un deterioro significativo en la conducta social y familiar en la tercera edad provocando de esta manera que un 47% de la población adulta mayor prefiera vivir en un centro geriátrico que con la familia debido a que el núcleo familiar no les presta la atención que se merecen y por otra parte la familia no se encuentra capacitada en el cuidado del adulto mayor ya que en esa edad las personas de la tercera edad presentan mayor dificultad.

## **CONCLUSION Y RECOMENDACIONES**

### **5.1 Conclusión**

El Déficit de Protección Familiar en el cuidado del Adulto Mayor, según los resultados obtenidos, el núcleo familiar constituye un pilar fundamental en el envejecimiento del adulto mayor, sin embargo, en muchas familias se ha visto que existe un déficit de protección familiar, debido a las diferentes actividades que desempeña los miembros de la familia en su diario vivir el cual ha conllevado a que el hogar se convierta en un espacio de marginación y abandono emocional, social y económico.

Una de las principales causas que se atribuyen a esta problemática, es que existe una gran cantidad de adultos mayores que no tiene un ingreso económico fijo, razón por la cual se encuentran en un alto grado de vulnerabilidad y en algunos casos en el abandono por parte del núcleo familiar.

El apoyo entregado durante los últimos 10 años por el gobierno en el área de salud para los adultos mayores parece ser deficiente en cuanto se habla de hacer que los ancianos sean más activos, realizar actividad física, comer mejor entre otros.

Las estrategias que involucran juegos, deportes, recreación y ocio representar herramientas eficientes de atención primaria para priorizar el envejecimiento saludable. Sin embargo, se destaca la importancia de insertar a los ancianos como coautor en el proceso de preparación de programas de ejercicio físico, sugiriendo, planificando y ejecutando acciones. Tal medida puede promover la proactividad, la autonomía y la capacidad de manejar la actividad física, mejorando así el aspecto socioeducativo de la intervención.

### **5.2 Recomendaciones**

Buscar mecanismos que ayuden a fortalecer los lazos familiares, mediante un adecuado manejo del tiempo en donde el núcleo familiar integre al adulto mayor en las actividades que realiza dentro del hogar.

La comunidad Santa Isabel y la familia desarrolle actividades que permita la integración del adulto mayor en actividades culturales, reuniones y programas sociales con el objetivo de

afianzar una participación en la toma de decisiones debido a que permitirá desarrollar y transmitir su conocimiento a los más jóvenes de la comunidad a través de su larga experiencia en la vida.

Es importante crear redes que involucren a las instituciones académicas a trabajar en conjunto con las comunidades rurales en brindar estrategias de atención a la familia en el cuidado del adulto mayor.

A través de la investigación realizada se recomienda desarrollar estrategias de atención al adulto mayor en la comunidad, donde se brinde espacios de recreación y atención integral ayudando de esta manera a mitigar los problemas de déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor.

## **CAPÍTULO VI**

### **PROPUESTA**

#### **6.1 Título de la propuesta**

**ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN ALIMENTACION SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR EN LA COMUNIDAD DE SANTA ISABEL PERTENECIENTE A LA PROVINCIA DE PICHINCHA, CANTÓN CAYAMBE.**

#### **6.1 Fundamentación**

La importancia de la investigación se justifica por el hecho que hoy en día existe una capa significativa de envejecimiento de la población (Ministerio del Trabajo, 2017). En este sentido, es necesario no solo el apoyo de la familia, sino también la constitución de personas técnicas: médicos, psicólogos, fisioterapeutas, trabajadores sociales, etc. quién puede brindar apoyo profesional a este tipo grupo de personas.

Por lo tanto, el envejecimiento con calidad ha sido una preocupación de los estudiantes. Sin embargo, hay dos formas de ofrecer apoyo social a las personas mayores: redes formales y redes informales. La red formal de apoyo social consta de hospitales, clínicas médicas ambulatorias, entre otras áreas de salud, además de profesionales de la salud. Las redes informales de apoyo están representadas por familiares, amigos y vecinos que ofrecen soporte en diferentes áreas de la vida de las personas mayores (Carvalho, 2017).

Según el Consejo Federal de Psicología (2008), la vejez es un proceso personal, natural e inevitable para muchos seres humanos en la evolución de la vida. Este proceso está relacionado con varios factores en la vida de una persona. Envejecer significa agregar todas las experiencias de la vida, es el resultado de todas las elecciones y decisiones que se tomaron a lo largo de la misma. Por lo que, experimentar el envejecimiento presenta diferentes situaciones para cada ser humano, porque cada ser humano es único. El envejecimiento de la población generó varios riesgos que la sociedad no estaba preparada para enfrentar, como discapacidades, aislamiento, soledad y exclusión social de los ancianos (Araújo, 2015).

Las personas mayores viven más y en esta etapa final de la vida necesitan el apoyo de sus familiares, así como el apoyo de la sociedad para garantizar la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores. El proceso de envejecimiento se entiende históricamente desde dos perspectivas diferentes: una que lo entiende como la etapa final de la vida que dirige al individuo hacia la muerte; otro, que lo percibe como un momento de sabiduría, serenidad y madurez.

El propósito de la familia es ofrecer a las personas protección, afecto, intimidad e identidad social. La solidaridad intergeneracional es una de las principales funciones de la familia, pero en las últimas décadas, los modelos familiares han sufrido cambios en su dinámica y estructura, lo que impide, parcial o totalmente, que los miembros de la familia puedan ejercer el papel de cuidador. Un cambio importante en este contexto fue la inserción de las mujeres en el mercado laboral, que llegó a obstaculizar el desempeño del papel que la familia asumió como cuidadora de los ancianos. Luego surgió la necesidad de transferir o compartir esta responsabilidad, y el apoyo a los ancianos ahora se comparte con instituciones públicas y privadas de solidaridad social. Las redes de apoyo social también son muy importantes y necesarias para mantener la salud emocional durante todo el ciclo de vida. Según Carvalho (2017), algunas de las funciones más importantes de estas redes de apoyo social para personas mayores son:

- 1) Crear nuevos contactos sociales.
- 2) Proporcionar y recibir apoyo emocional.
- 3) Obtener la seguridad de que son respetados y valorados.
- 4) Mantener el sentimiento de pertenencia a una red de relaciones comunes y brindar apoyo a las personas mayores que han sufrido pérdidas físicas y sociales.

Las redes de apoyo social formadas por familiares y amigos sacuden significativamente los efectos del estrés en las personas mayores, ofrecen apoyo social en forma de amor, afecto, preocupación y asistencia. Los efectos estructurales sobre el bienestar psicológico de las personas están implícitos en la teoría de la integración social de Durkheim. Estrictamente hablando, para el autor, la integración social promueve un sentido de significado y propósito para la vida. En general, la perspectiva de la integración social supone que la frecuencia de los contactos promueve el bienestar (Carvalho, 2017).

La vejez es inevitable y presenta diferentes situaciones y aspectos para cada persona que puede llegar a esta etapa. Fue posible analizar que el apoyo familiar se revela como un factor diferencial para quienes experimentan a las personas mayores, transmitiendo a estas la seguridad, el amor y la estima que reflejan su bienestar. El bienestar a su vez interfiere con la salud emocional de las personas mayores, que está relacionada con la longevidad.

La función de la familia es ofrecer protección, afecto, intimidad e identidad social a la persona mayor, aclarando que el vínculo familiar tiene consecuencias positivas en la salud de la persona mayor, ya que aquellos que están más cerca de sus familias viven más y tienen más salud.

## **6.2. Destinatarios**

La presente propuesta tiene como propósito fundamental aplicar una propuesta de intervención con la finalidad de proporcionarle una atención apropiada al adulto mayor de la comunidad de Santa Isabel perteneciente a la provincia de Pichincha, cantón Cayambe.

Será destinada a la comunidad, directivos, adulto mayor y fundamentalmente a la familia de este grupo de individuos vulnerables de la población, a través de un grupo de actividades destinadas al adulto mayor.

## **6.3 Objetivos**

### **6.3.1 Objetivo general**

- Diseñar una estrategia de atención en salud y recreación del adulto mayor en la comunidad de Santa Isabel perteneciente a la provincia de Pichincha, cantón Cayambe.

### **6.3.2. Objetivos específicos**

- Sensibilizar a las familias sobre la importancia del entorno familiar y su influencia en la salud del adulto mayor.
- Organizar las estrategias que debe realizarse para un mejor desenvolvimiento y calidad de vida del adulto mayor.

- Implementar la propuesta en la comunidad sobre la importancia del entorno familiar en el adulto mayor.

#### **6.4. Disposición y organización de los recursos**

Para el desarrollo de las actividades que serán realizadas en la propuesta de intervención se requieren diferentes recursos didácticos, materiales y herramientas como cartulinas, plastilinas, láminas, crucigramas, entre otros.

##### **6.4.1. Recursos Humanos**

Jefe barrial, responsable de la propuesta, Geriatra, Psicólogo, Nutricionistas, Adultos mayores y familiares que son los involucrados en el desarrollo de la propuesta.

##### **6.4.2. Recursos Materiales**

En torno a los recursos materiales es preciso detallar los siguientes:

Libros, hojas en blanco, pinturas, lápices, láminas, crucigramas, rompecabezas, plastilina, Juegos de mesa, bolígrafos, cuaderno que serán empleados en cada una de las actividades.

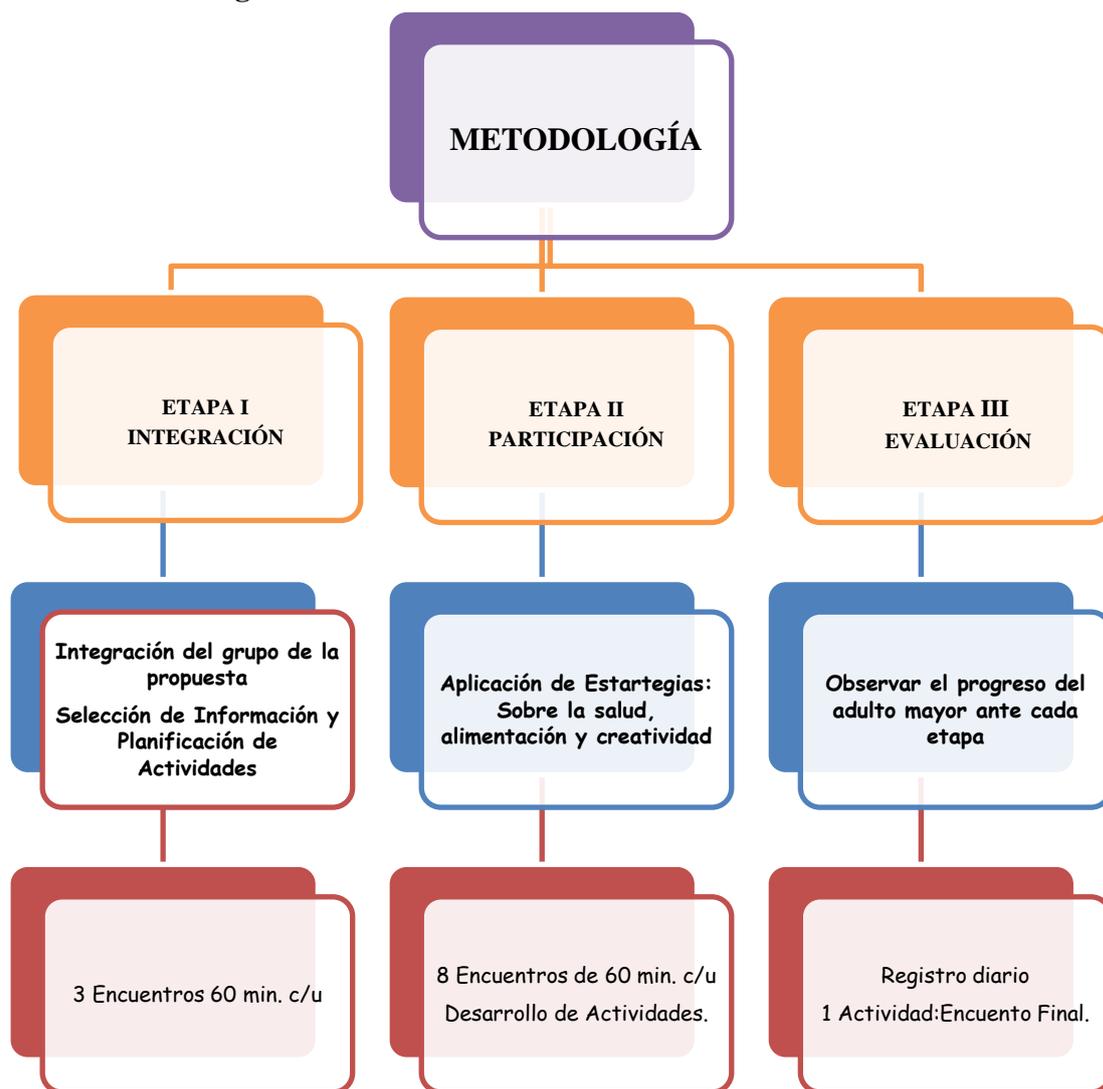
##### **6.4.3. Recursos Tecnológicos**

Para el cumplimiento de diferentes actividades de la propuesta se debe tener una computadora, proyector y videos.

##### **6.4.4. Metodología a utilizar en las sesiones de la intervención**

Para las sesiones de la propuesta se empleará la metodología en base a diferentes etapas, que se explicarán detalladamente a través de las siguientes tablas.

#### 6.4.4.1 Metodología



Para el desarrollo de la primera etapa serán realizados tres encuentros:

1. Reunión con todo el grupo que conformará la propuesta sobre las diferentes actividades que serán desarrolladas.
2. Focalización con el presidente de la comunidad para determinar el estado de salud del adulto mayor.

Socialización con los familiares de los adultos sobre la situación de salud y las principales actividades que se pueden desarrollar con ellos y cuál es el rol que debe desempeñar la familia en el hogar para favorecer la calidad de vida de estas personas.

#### 5.4.5. Actividades

Entre las actividades que se van a realizar se han considerado un conjunto de técnicas e instrumentos como son:

1. ***Ejercicio físico:*** Encontrándose dentro de este grupo la Bailoterapia ejercicio físico que integra el baile, expresión corporal, gimnasia, ejercicios aeróbicos a través del ritmo musical, los que favorecen la tonificación muscular (Barros, 2015)
2. ***Actividades recreativas:*** Estimulan la creatividad, favoreciendo así la autoestima, el bienestar y la salud del adulto mayor, al lograr una integración social (Gramunt, 2016).
  - ***Juegos de mesa:*** Porque favorecen la memoria por mantener activa la concentración y atención, así como el proceso de relación y socialización con los demás (Molina & Tarrés, 2017).
  - ***Pasatiempos:*** Son instrumentales que se emplean para distraer, los cuales poseen gran ventaja a quienes lo utilizan porque mantienen el cerebro activo, debido a que el individuo se ve en la obligación de hacer uso del razonamiento lógico y escudriñar los conocimientos con los que cuenta (Contreras, 2015)

## ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR

**ETAPA INICIAL**

<b>Actividad 1 y 2</b>	Fecha: _____ Lugar: Casa Comunal de Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min c/u	<b>Instrumento:</b> Opiniones	
<b>Recursos:</b>	<b>Encargados:</b>	
Computadora y proyector	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategia:</b>	<b>ACTIVIDADES LUDICAS</b>	
	<b>Bailo terapia</b>	
<b>Tema:</b>	<b>Desarrollo:</b>	<b>Objetivos:</b>
<b>Elección de los participantes</b>	Taller con el grupo que conformará la propuesta sobre las diferentes actividades que serán desarrolladas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Establecer población a intervenir.</li> </ul>

<b>ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR</b>		<b>ETAPA INICIAL</b>
<b>Actividad 3 y 4</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal de Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min c/u	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b>  Computadora y proyector	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategia:</b>	Análisis de las actividades principales que deben desarrollarse	
<b>Tema:</b>  <b>Elección sobre las estrategias que serán empleadas</b>	<b>Desarrollo:</b>  Por medio de un taller se realizará un encuentro grupal donde cada especialista exponga sus principales criterios a seguir para lograr un buen equilibrio emocional en el adulto mayor.	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Determinar las estrategias adecuadas.</li> <li>● Planificar las actividades.</li> </ul>

## ETAPA INTERMEDIA

Se considera la etapa más importante porque se realiza el primer acercamiento con el adulto mayor y el desarrollo de las diversas actividades planificadas. El cual se llevará en sesiones detalladas a continuación:

<b>ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Actividad 5</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal de Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Computadora, video y proyector	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategia:</b>	Taller de familiarización donde participan los adultos mayores y la familia	
<b>Tema:</b> Charla Psicoeducativa sobre los hábitos alimenticios y el ejercicio físico para la salud del adulto mayor.	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Presentación del grupo que intervendrá en la propuesta</li> <li>✓ Información a la familia sobre el apoyo que deben brindar al adulto mayor para favorecer una vida activa y saludable.</li> <li>✓ Presentar las actividades que serán desarrolladas.</li> <li>✓ Ver la disposición de la familia para que participen en algunas de las actividades a desarrollar para que se familiarice y sepan la forma en que deben actuar en el hogar con estos ancianos.</li> </ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Concientizar a la familia sobre la importancia de una vida saludable y activa para mantener la calidad de vida en los ancianos.</li> </ul>

**ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR**

**ETAPA  
INTERMEDIA**

<p align="center"><b>Actividad 6</b></p>	<p><b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal Santa Isabel</p>	
<p><b>Duración:</b> 60 min</p>	<p><b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.</p>	
<p><b>Recursos:</b> Tarjeta, colores, cuadernos</p>	<p><b>Encargados:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<p><b>Estrategias:</b></p>	<p>Dinámica de presentación</p>	
<p><b>Tema:</b>  <b>Conformación del grupo de los adultos mayores.</b></p>	<p><b>Desarrollo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ El responsable explica en que consiste la actividad.</li> <li>✓ Se basa en pegar a cada persona una tarjeta en el pecho con: datos personales, gustos y aficiones. Una vez hecho esto cada participante la ira pasando y será leída por otra persona.</li> </ul>	<p><b>Objetivos:</b> Generar empatía y afinidad entre sus compañeros.</p>

<b>ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Actividad 7</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa comunal Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Video, música, vocinas.	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Bailoterapia	
<b>Tema:</b>  <b>Actividad Física y recreativa.</b>	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ El responsable explica en que consiste la actividad.</li> <li>✓ La música es la libre expresión de las emociones. Mediante la expresión corporal en el colectivo eleva el estado de anímico, libera tensiones y motiva al adulto mayor a crear empatía con su entorno.</li> </ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Tonificar y preservar la masa muscular.</li> <li>● Reducir la tensión en cuello y espalda.</li> <li>● Aumentar la capacidad pulmonar.</li> </ul>

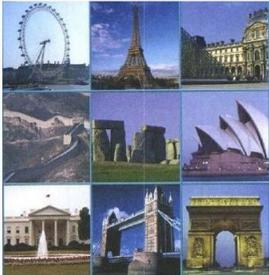
**ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR**

**ETAPA  
INTERMEDIA**

<b>Actividad 8</b>		<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa comunal Santa Isabel
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Juego de ajedrez, cartas y dominó.	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Juegos de mesa al aire libre	
<b>Tema:</b>  <b>Juegos de mesa</b>	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ Se conforman los equipos para cada uno de los juegos.</li> <li>✓ Se indica en qué consisten cada uno de ellos y se procede al juego.</li> </ul> <p>Con esta actividad se liberan la presión social debido a limitaciones impuestas por la sociedad, son más sociables al sentir conexión con su entorno de forma directa.</p>	
		<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fomentar el envejecimiento sano.</li> </ul>

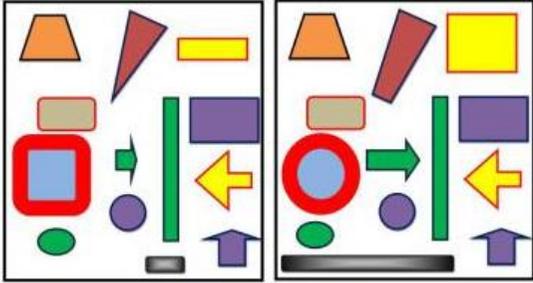
## ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR

# ETAPA INTERMEDIA

<b>Actividad 9</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa comunal Santa Isabel		
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Fichas e imágenes.	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Ejercicios de memoria	
<b>Tema:</b>  <b>Juegos para ejercitar la memoria</b>  	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ Se conforman los equipos para cada una de las pinturas a mostrar.</li> <li>✓ Se muestran las pinturas y se deben responder las preguntas.</li> </ul> <p>Responde a estas preguntas</p> <p>¿Qué ciudad es la de la casilla de arriba en el centro?</p> <p>¿Qué ciudad es la de la casilla central a la derecha?</p> <p>¿Qué ciudad es la de la casilla de abajo a la izquierda?</p>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ejercitar la memoria.</li> </ul>

## ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR

# ETAPA INTERMEDIA

<b>Actividad 10</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa comunal Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Dibujo.	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Ejercicios de atención	
<p><b>Tema:</b></p> <p><b>Juegos para ejercitar la atención</b></p> 	<p><b>Desarrollo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ Se conforman los equipos.</li> <li>✓ Se muestra el dibujo.</li> </ul> <p>Encuentra las 5 diferencias</p>  	<p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fomentar diferentes capacidades cognitivas.</li> </ul>

--	--	--

<b>ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Actividad 11</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa comunal Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Dibujo y Plastilinas.	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Plastinoterapia	
<b>Tema:</b>  <b>Actividades manuales</b>	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ Se conforman los equipos para cada una de las pinturas a mostrar.</li> <li>✓ Se muestra el dibujo a pintar.</li> </ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Desarrollo de la creatividad.</li> </ul>
		

## ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR

### ETAPA INTERMEDIA

<b>Actividad 11</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal Santa Isabel		
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Pelota.	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Actividad física con la pelota	
<b>Tema: Actividad deportiva</b>  	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ El responsable explica en que consiste la actividad.</li> </ul> <p>La actividad deportiva, junto a una buena alimentación, es clave para conservar una buena salud.</p>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Trabajar la memoria y la atención.</li> <li>● Mejorar la autoimagen y la autoestima.</li> <li>● Mejorar el estado de ánimo, previniendo o mejorando la depresión, la ansiedad.</li> <li>● Mantener la autonomía psíquica.</li> </ul>

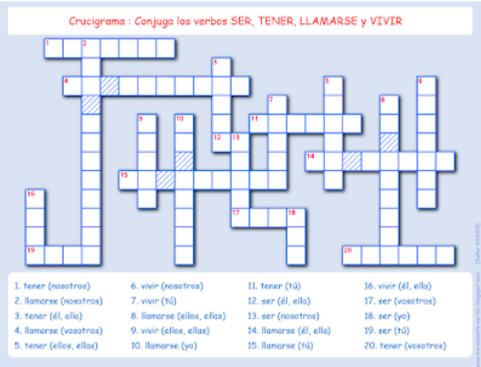
## ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR

# ETAPA INTERMEDIA

<b>Actividad 12</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal Santa Isabel	
<b>Recursos:</b> Juego	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor.</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Ludoterapia	
<b>Tema: Actividad deportiva</b>  	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ El responsable explica en que consiste la actividad.</li> </ul> <p>Dichas actividades no sólo permiten el entretenimiento, sino que muestra su evolución y la identificación de las áreas cognitivas afectadas, posibilitando una atención eficiente y específica en ellas. En los adultos mayores estimula la creatividad y refuerza la memoria, llegando a una sensación de bienestar psicofísico profundo</p>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Trabajar la expresión y la comunicación.</li> <li>● Desarrollo de habilidades físicas, tanto perceptivas como sensoriales.</li> </ul>

## ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR

# ETAPA INTERMEDIA

<b>Actividad 13</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal Santa Isabel																					
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.																					
<b>Recursos:</b> Crucigrama	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>																					
<b>Estrategias:</b>	Crucigrama																					
<b>Tema:</b> Crucigrama	<p><b>Desarrollo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ El responsable explica en que consiste la actividad.</li> </ul> <div style="text-align: center;">  <p style="font-size: small; text-align: center;">Crucigrama : Conjuga los verbos SER, TENER, LLAMARSE y VIVIR</p> <table style="font-size: x-small; margin: auto;"> <tr> <td>1. tener (nosotros)</td> <td>6. vivir (nosotros)</td> <td>11. tener (tú)</td> <td>16. vivir (él, ella)</td> </tr> <tr> <td>2. llamarse (nosotros)</td> <td>7. vivir (tú)</td> <td>12. ser (él, ella)</td> <td>17. ser (nosotros)</td> </tr> <tr> <td>3. tener (él, ella)</td> <td>8. llamarse (ellos, ellas)</td> <td>13. ser (nosotros)</td> <td>18. ser (yo)</td> </tr> <tr> <td>4. llamarse (vosotros)</td> <td>9. vivir (ellos, ellas)</td> <td>14. llamarse (él, ella)</td> <td>19. ser (tú)</td> </tr> <tr> <td>5. tener (ellos, ellas)</td> <td>10. llamarse (yo)</td> <td>15. llamarse (tú)</td> <td>20. tener (vosotros)</td> </tr> </table> </div>	1. tener (nosotros)	6. vivir (nosotros)	11. tener (tú)	16. vivir (él, ella)	2. llamarse (nosotros)	7. vivir (tú)	12. ser (él, ella)	17. ser (nosotros)	3. tener (él, ella)	8. llamarse (ellos, ellas)	13. ser (nosotros)	18. ser (yo)	4. llamarse (vosotros)	9. vivir (ellos, ellas)	14. llamarse (él, ella)	19. ser (tú)	5. tener (ellos, ellas)	10. llamarse (yo)	15. llamarse (tú)	20. tener (vosotros)	<p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fortalece la memoria y concentración.</li> </ul>
1. tener (nosotros)	6. vivir (nosotros)	11. tener (tú)	16. vivir (él, ella)																			
2. llamarse (nosotros)	7. vivir (tú)	12. ser (él, ella)	17. ser (nosotros)																			
3. tener (él, ella)	8. llamarse (ellos, ellas)	13. ser (nosotros)	18. ser (yo)																			
4. llamarse (vosotros)	9. vivir (ellos, ellas)	14. llamarse (él, ella)	19. ser (tú)																			
5. tener (ellos, ellas)	10. llamarse (yo)	15. llamarse (tú)	20. tener (vosotros)																			

### Etapa Final (Evaluación)

Esta etapa permite valorar si el desarrollo de la propuesta ha tenido impacto positivo en los adultos mayores y en sus familiares a través de esta etapa se podrá realizar un análisis detallado de las principales dificultades encontradas.

<b>ESTRATEGIA DE ATENCIÓN EN SALUD Y RECREACIÓN DEL ADULTO MAYOR</b>		<b>ETAPA INTERMEDIA</b>
<b>Actividad 13</b>	<b>Fecha:</b> _____ <b>Lugar:</b> Casa Comunal Santa Isabel	
<b>Duración:</b> 60 min	<b>Instrumento:</b> Cuaderno de apuntes.	
<b>Recursos:</b> Crucigrama	<b>Encargados:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Responsable de la propuesta</li> <li>● Presidente de la comunidad</li> <li>● Núcleo familiar</li> <li>● Adulto mayor</li> </ul>	
<b>Estrategias:</b>	Lluvia de ideas	
<b>Tema:</b> Evaluación de la propuesta.	<b>Desarrollo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida a los participantes.</li> <li>✓ El responsable explica en que consiste la actividad.</li> <li>✓ Por medio de las lluvias de ideas se realizará una evaluación del cumplimiento de los objetivos y los avances obtenidos en el adulto mayor.</li> </ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Analizar el progreso de la propuesta y el impacto en los adultos mayores y su familia.</li> </ul>

**6.6. Temporización**

ETAPAS	ENE.	FEB.	MAR.	ABR.	MAY.	JUN.	JUL.	AGO.	SEP.	OCT.	NOV.	DIC.
I												
II												
III												

## **Conclusiones**

Se diseñaron actividades que ayudan a prevenir la ansiedad, tristeza y depresión en los adultos mayores, entre ellas actividades recreativas, juegos de mesa, musicoterapia, de atención, memoria, Plastinoterapia, y ludo terapia, cada una de las cuales fueron realizadas en equipo para facilitar el trabajo en grupo, favoreciendo la autoestima, comunicación, para analizar su desempeño que realizan en la vida diaria permitiéndole que se mantengan activamente.

Las estrategias planificadas se diseñaron en el área psico-emocional con la finalidad de impedir atmósferas que conllevan a la depresión y al aislamiento social en este grupo debido a que al proporcionarle opciones específicas para que sepan invertir su tiempo libre sin que tengan tiempo de concentrarse en pensamientos negativos que perjudiquen su salud.

## **Recomendaciones**

1. Implementar la propuesta diseñada para mejorar los estilos de vida del adulto mayor.
2. Las familias deben dedicar una mayor parte del tiempo libre a la atención de este grupo vulnerables de la población.
3. Propiciar actividades familiares que involucren al adulto mayor para hacer su vida más placentera.
4. Apoyo familiar para que se mantengan activo física y cognitivamente.
5. Que la familia le brinde apoyo, cariño y afecto, además de mantenerlo en la vida activamente conectado.



## Bibliografía

- Acevedo, J. (2015). *Envejeciendo dignamente. Una mirada hacia las condiciones de la vida del adulto mayor*. México: Plaza y Valdés Editores.
- Anónimo. (21 de Agosto de 2018). Qué es la Economía Familiar. *Coatm.es*.
- Aranibar, P. (2015). *Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina*. Chile. Obtenido de [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/7157/1/S01121061\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/7157/1/S01121061_es.pdf)
- Araújo, L. (2015). Family support to elderly with commitment of functionality: a family perspective. *Psicología Clínica*, 687.
- Barros, C. (4 de Enero de 2015). La bailoterapia y su influencia en el estilo de vida de los pacientes del Centro Geriátrico "Nueva Esperanza". Cuenca, Azuay, Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana.
- Carvalho, B. V. (2017). Envelhecimento e Apoio Familiar: Importância no Bem-Estar da Pessoa Idosa. *Psicología*, 28.
- Cepeda Beccar, A. (Diciembre de 2010). *Los as adultos mayores como sujetos económicos, sociales y de derechos en las políticas de vejez en Chile*. Obtenido de <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/handle/10469/6595>
- Contreras, F. (2015). *Sociedad interconectada, cultura desconectada*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- FIAPAM. (marzo de 2014). Los desafíos del envejecimiento en Ecuador. Obtenido de <https://fiapam.org/los-desafios-del-envejecimiento-en-ecuador/>
- Flores, F. (2016). *La indigencia de adultos mayores como una forma de abandono social en el Estado de México, Tesis de Licenciatura*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Freire, W. (2010). *Encuesta de salud Bienestar y envejecimiento*. Obtenido de <https://www.gerontologia.org/portal/archivosUpload/Ecuador-Encuesta-SABE-presentacion-resultados.pdf>
- Fuentes, G. (2016). La indigencia de adultos mayores como consecuencia del abandono en el Estado de México. *Scielo*, 87.
- González, F. (2015). *Los derechos de las personas mayores en el siglo XXI: situación, experiencias y desafíos, CEPAL y Gobierno de la Ciudad de México*. México: Naciones Unidas.
- Gramunt, N. (2016). *Vive el envejecimiento activo: Ejercicios y actividades para le estimulación cognitiva*. Barcelona: Fundación "la Caixa".
- Guzmán, S. H. (2006). Seguridad Económica y Pobreza en la Vejez: Tensiones, Expresiones y Desafíos para la Políticas. Chile .

- López, A. M. (2015). *Aspectos psicológicos y psiquiátricos del adulto mayor*. Mexico. Obtenido de <https://amapsi.org/web/index.php/articulos/196-aspectos-psicolgicos-y-psiquitricos-del-adulto-mayor>
- Madrigal–Martínez, M. (2010). Ingresos y bienes en la vejez, un acercamiento a la configuración de la seguridad económica de los adultos mayores mexicanos. *SciELO*.
- Mera, J. J. (2012). *Abandono familiar y conductas sociales en adultos mayores; Centro del Buen Vivir*. universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Psicológicas. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/6456>
- Molina, P., & Tarrés, P. (2017). *Terapia ocupacional en geriatría. Principios y práctica*. Barcelona: Elsevier España, S.L.
- OMS. (2015). *El envejecimiento y la salud*. Obtenido de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873\\_spa.pdf?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1)
- Parales, C. J. (2002). *La Construcción social del envejecimiento y de la vejez*. Colombia. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80534209.pdf>
- Placeres & León . (2011). La familia y el adulto mayor. *SciELO*, 1. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242011000400010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242011000400010)
- Romero, A. E. (2003). *Guía de Atención Integral en Salud Mental para el Adulto Mayor*. Quito. Obtenido de <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/55800.pdf>
- Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación* (sexta edición ed.). Obtenido de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Sánchez, A. (8 de Junio de 2016). *SlideShare*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/soyaranxa/vulnerabilidad-tipos-de-envejecimiento>
- SERNAC. (2004). *Nutrición y cuidados del adulto mayor. Recomendaciones para una alimentación saludable*. Chile. Obtenido de <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/10/Nutricion-y-Cuidados-del-Adulto-Mayor.pdf>
- Vélez, M. d. (2010). *Mitos y Estereotipos sobre la Vejez. Propuesta de una Concepción Realista y Tolerante* .
- Villavicencio, F. N. (2014). *Evaluación de las Actitudes de los estudiantes de Medicina hacia los Adultos Mayores*. Quito. Obtenido de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/7387/11.27.000925.pdf?sequence=4&isAllowed=y>



## ANEXOS



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**  
**INGENIERÍA EN GESTIÓN Y DESARROLLO SOCIAL**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGIA**

### **OBJETIVO GENERAL**

Analizar el déficit de protección familiar en el cuidado del adulto mayor en la Comunidad de Santa Isabel perteneciente a la provincia de Pichincha, Cantón Cayambe para construir un diseño de estrategias encaminado a solucionar la diferente problemática que se sitúan en los grupos vulnerables.

**SEXO:** F\_\_\_\_ M\_\_\_\_\_

**ESTADO CIVIL:** Soltero\_\_\_\_ Unión Libre\_\_\_\_ Casado\_\_\_\_ Divorciado\_\_\_\_ Viudo\_\_\_\_

**INSTRUCCIÓN:** Analfabeto\_\_\_\_ Primaria Incompleta\_\_\_\_ Secundaria\_\_\_\_ Superior\_\_\_\_

**TIPO DE FAMILIA:** Extensa\_\_\_\_ Ampliada\_\_\_\_ Unipersonal\_\_\_\_

**PRESTACIONES SOCIALES**

**1.- ¿Recibe alguna prestación social?**

SI

NO

**2.- Que ayuda o prestación social recibe:**

Ayuda a domicilio por parte de entidades de protección

Bono de Desarrollo Humano

Pensiones

Ninguna

**DATOS SOCIO ECONOMICOS**

**3.- ¿Conviven otras personas con el adulto mayor?**

SI

NO

**4.- Los beneficios económicos que son proporcionados por el estado para el adulto mayor. ¿Cree usted que son bien administrados por las personas que conviven con el adulto mayor?**

SI

NO

**5.- Fuente de ingresos económicos regulares de los adultos mayores**

Familiares

Bono solidario

Remesas

Ahorros

Pensiones IESS

Ninguna

**6.- ¿Cree usted que existe déficit en el cuidado del adulto mayor por parte del núcleo familia?**

Si

No

**7.- ¿Cuál cree usted que son los factores sociales que inciden en el déficit del cuidado del adulto mayor?**

Enfermedades catastróficas

Escasos recursos económicos

Intolerancia familiar

Trabajo

**8.- ¿Por qué cree usted que existe déficit en el cuidado del adulto?**

Escasa comunicación familiar

No se encuentran capacitados para tratar a un adulto mayor

No tienen tiempo

**9.- Pensando en su vejez ¿Qué lugar considera adecuado para vivir?**

En su hogar

En un centro geriátrico

Con alguno de sus familiares

**10.- La convivencia familiar con el adulto mayor es:**

Alta	Media	Baja	Nada
------	-------	------	------

**11.- ¿Cómo cree usted que ha sido el apoyo entregado durante los últimos 10 años por el gobierno en el área de salud para los adultos mayores?**

Excelente	Regular	Mala	
-----------	---------	------	--

**12.- ¿Cuál cree usted que es la enfermedad más padecida en la tercera edad?**

Diabetes

Artritis

Parkinson

Demencia senil

Parkinson

Presión arterial

**13.- ¿Está de acuerdo en que se debería crear espacios adecuados para la atención integral del adulto mayor?**

Totalmente de acuerdo

Poco de acuerdo

Nada de acuerdo

**14.- ¿Qué intervención contribuye a la salud a lograr un envejecimiento activo y saludable?**

Actividades físicas

Alimentación balanceada

Actividades lúdicas

**15.- ¿Qué estrategias cree usted que se debería implementar para el cuidado del adulto mayor?**

Terapia física

Visitas domiciliarias

Talleres creativos en la comunidad

