



# **UNIVERSIDAD ESTADAL DEL VALLE DE ECATEPEC**

## **LICENCIATURA EN GERONTOLOGÍA**

### **Planificar trabajo con grupos de adultos mayores**

**Profesora Angélica María Razo González**

# GRUPOS

Se pueden clasificar de acuerdo con su:

- ✓ tamaño
- ✓ grado de interacción entre sus miembros, grado de intimidad
- ✓ nivel social
- ✓ lugar donde se encuentran
- ✓ objetivos
- ✓ características comunes
- ✓ tiempo de interacción

Se pueden encontrar grupos:

- **Trabajo**
- **Terapéuticos**
- **Sociales**
- **Comités**
- **Equipos**
- **Pandillas**
- **De estudio**
- **Religiosos**
- **Políticos**
- **Familiares**
- **Comunitarios entre otros.**



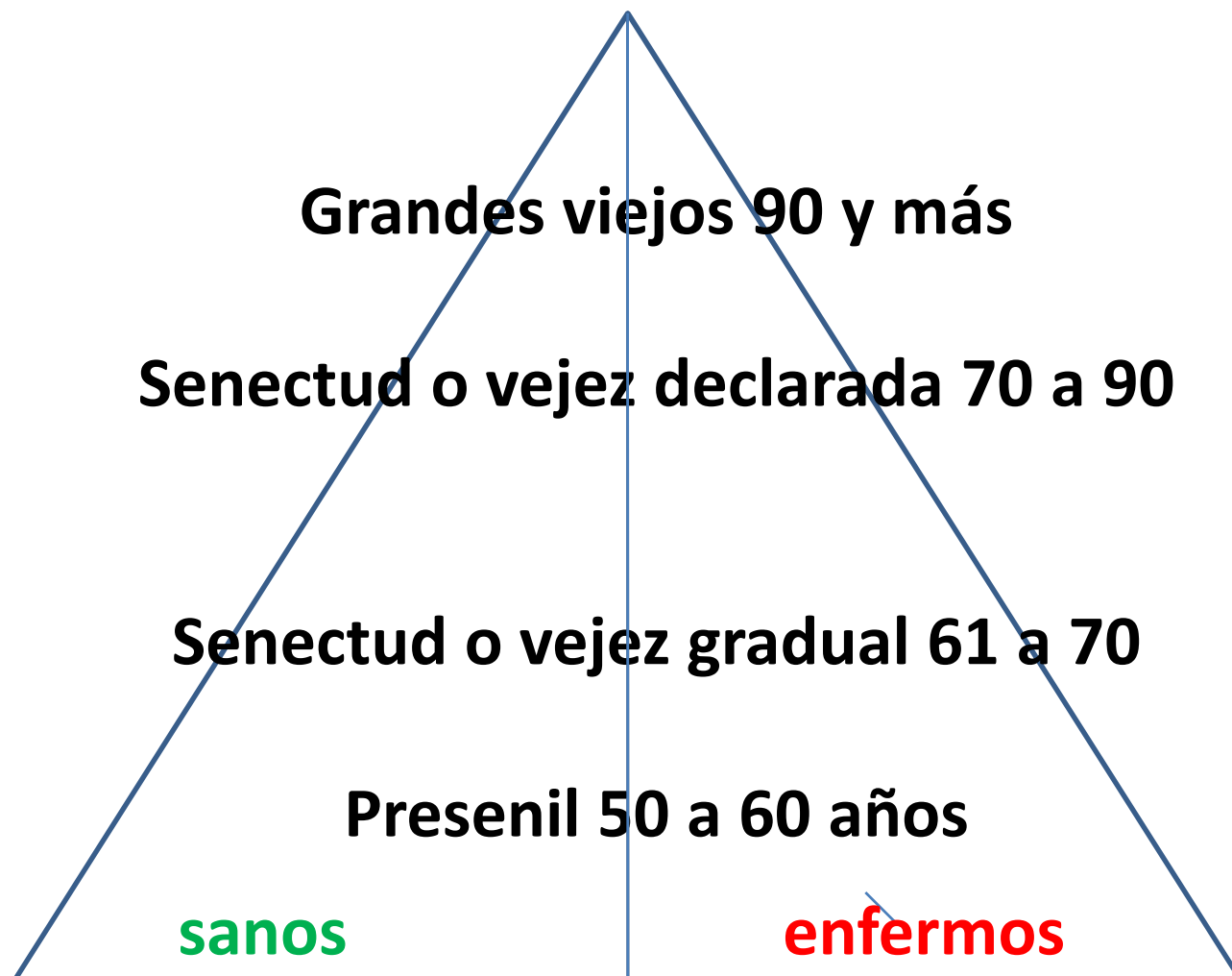
# GRUPOS DE ADULTOS MAYORES

De acuerdo con sus objetivos, características e intereses.

- Asociaciones de jubilados;
- Grupos de autoayuda: diabéticos e hipertensos;
- Grupos de actividades culturales: coros, danza regional, clases de iniciación artística, talleres de artesanías y artes plásticas;
- Grupos que se forman en centros educativos, clubes de la tercera edad;
- Grupos de excursionistas;
- Congregaciones religiosas.
- Asociaciones de vecinos

# CONOCER AL GRUPO

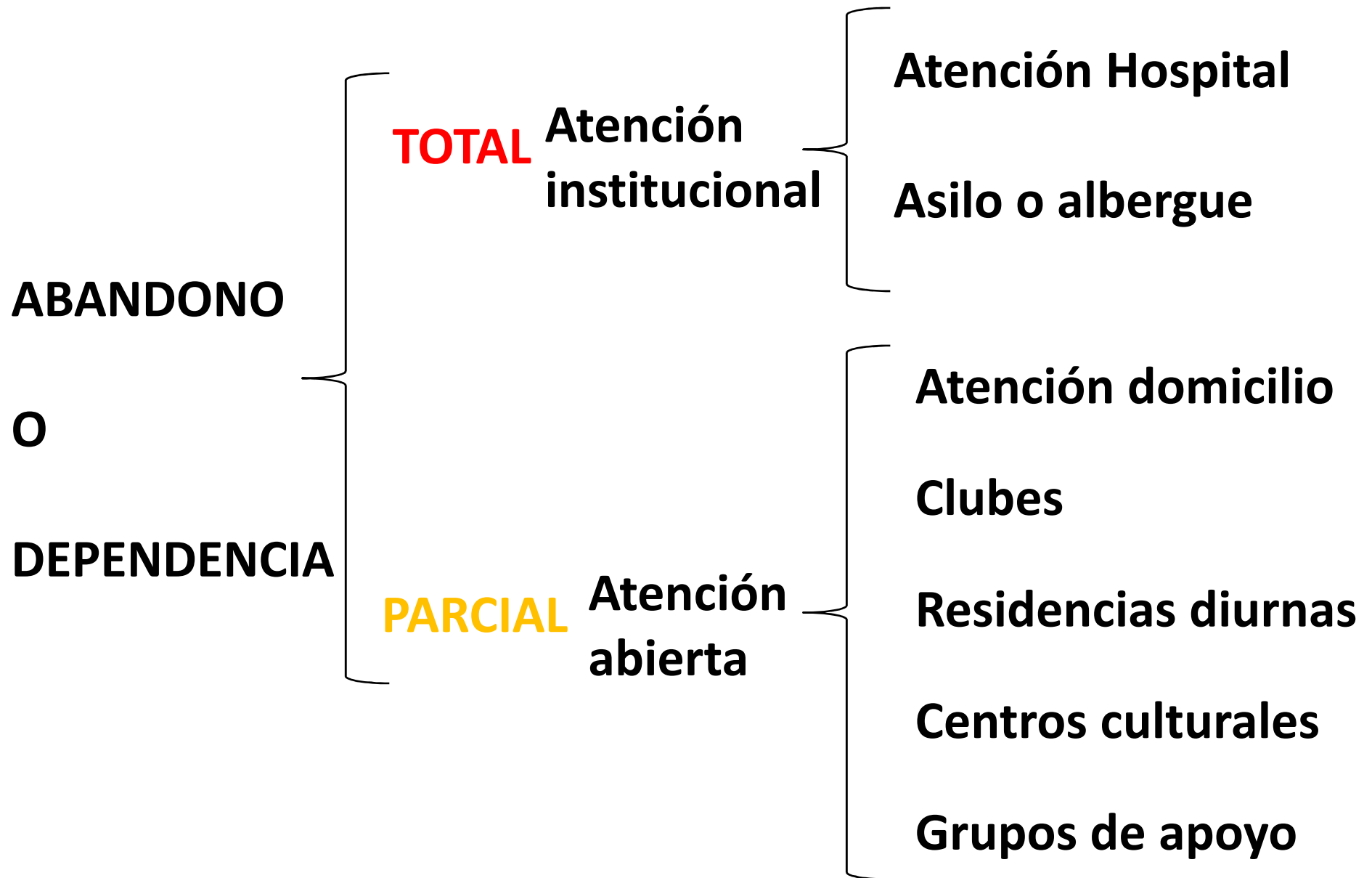
## ETAPAS DE INTERÉS GERIÁTRICO



En estas últimas fases el grado de dependencia suele ser mayor o total

El grado de dependencia es menor o tiene una dependencia parcial

viejos dependientes, semi-dependientes e independientes



# Conocer al grupo

## Redes Sociales

Las redes sociales de apoyo se clasifican en tres:

- 1) **Redes Primarias:** la familia, los amigos y los vecinos
- 2) **Redes Secundarias o extrafamiliares:** el mundo externo a la familia, grupos recreativos, de adultos mayores, organizaciones civiles y sociales, organizaciones religiosas, laborales o de estudio.
- 3) **Redes Institucionales o formales,** instituciones del sector público de los tres poderes y en los tres niveles de gobierno.

# Conocer al grupo

## Redes Sociales

Tipos de apoyo social para el adulto mayor:

- **Materiales:** Dinero, alojamiento, comida, ropa, pago de servicios
- **Instrumentales:** Cuidado, transporte, labores del hogar
- **Emocionales:** Afecto, compañía, empatía, reconocimiento, escucha
- **Cognitivos:** Intercambio de experiencias, información, consejos

***El trabajo con estos grupos requiere la aplicación de técnicas grupales utilizando una metodología que:***

- Distinga entre dinámica y técnica grupal
- Parta del conocimiento del grupo, su condición, su historia, objetivos, características de sus integrantes, atmósfera grupal
- Realice una **planeación y objetivo** de las técnicas
- Evalué los recursos
- Informé a los participantes
- Aproveche los recursos del facilitador
- Mantener el estilo
- Pensar que el grupo es el principal protagonista
- Trabajar con un co-facilitador

# Herramientas de intervención

El trabajo cotidiano con grupos de adultos mayores requiere:

- Conocer al grupo
- Definir los objetivos de trabajo
- Conocer y aplicar distintas técnicas y metodologías
  - ✓ Terapia ocupacional, Arteterapia. Danzaterapia, expresión corporal, inteligencia emocional, asertividad, animación sociocultural, educación para la salud, alfabetización...
- Conocer las reglas y procesos que enmarcan la dinámica de todos los grupos
- Manejar con efectividad esta dinámica

# Etapas de un programa de intervención específica

- Necesidad
- Planeación
- Ejecución
- Evaluación



# NECESIDAD

## Detección y diagnóstico

- El primer paso siempre es definir la necesidad que se quiere cubrir con el programa, puede provenir de:
  - Lo Político
  - La política
  - A petición del grupo
  - Como resultado de la evaluación de acciones previas
  - Por recomendación

# PLANEACIÓN

## Sustentación del programa

- Es el conjunto de cuestiones a considerar y pasos esenciales a seguir para que el programa tenga éxito.
- Incluye la fundamentación o **justificación**, se explicita qué se propone hacer y por qué, se indica la necesidad o problema que lo origina. Debe apoyarse en razones técnicas y políticas, así como en los datos del estudio diagnóstico.

# PLANEACIÓN

## Elaboración de objetivos

- **Objetivo General:** Es el propósito central del proyecto. Para mayor claridad desde su redacción debe responder a varias cuestiones fundamentales: Qué se quiere hacer, con quiénes, para qué y a través de qué.
- Los **objetivos específicos** son especificaciones o pasos que se requieren para alcanzar o consolidar el objetivo general. Indican los cómo.

# PLANEACIÓN

## Metas

- Operacionalizan los objetivos, que producto quiero obtener.
- Responden a la pregunta ¿**Cuánto** se quiere hacer? y ¿**En cuánto tiempo?**
- Éstas deben ser **cuantificables**, es decir deben poder medirse y ser claras porque con base en ellas se determina el avance del proyecto en términos cuantitativos.

# Planeación

## **Indicadores**

- Son estándares utilizados para medir el progreso y logros de un proyecto.
- Sirven para hacer el seguimiento y la evaluación del proyecto o programa.
- Deben ser específicos, posibles de alcanzar, realistas, en un tiempo determinado.
- Operacionaliza variables.

# Planeación

## Indicadores

- Los indicadores requieren una fórmula

Ejemplo de indicadores

1. Personas atendidas =

Total de personas / personas que asisten

2. Número de sesiones

Sesiones programadas / sesiones realizada

Cada indicador requiere **EVIDENCIA**

# Ejecución

## Determinar **estrategias** y **actividades**

- Responde a la pregunta ¿a través de qué?
- Su ejecución debe ser secuencial e integrar las diversas actividades propuestas.

## Metodología ¿cómo se hace?

- En ella se especifica el instrumental metodológico y técnico para realizar las diferentes actividades
- Procedimientos, métodos y técnicas

# Esquema de planeación



# Recursos

Para asegurar el éxito de un programa es necesario siempre analizar y considerar los medios y recursos para realizarlo.

- Humanos: personal disponible, remunerado o voluntario
- Materiales: infraestructura, equipo, material de trabajo
- Financieros: fuentes de financiamiento, disponibilidad financiera (calcular costos)
- Técnicos: Uso de técnicas sociopedagógicas, procedimientos técnico operativos

# Programas y Actividades

## **Programa: Animación Sociocultural**

**Objetivo:** estimular, movilizar y organizar a los individuos y grupos alrededor de los valores Sociales, Educativos y Culturales, actuando en diferentes ámbitos de la calidad de vida, mediante la participación de las personas en su desarrollo cultural.

**Población:** Independiente que se encuentra en la comunidad

### **Actividades comunes:**

**De formación** - cursos, talleres, conferencias, mesas redondas, círculos de lectura, reuniones de corte cultural y actividades de formación complementaria para adultos

**Difusión** - del patrimonio heredado, videotecas, fonotecas, bibliotecas, galerías de arte y museos de todo tipo, como de expresiones de la cultura viva, tradiciones y fiestas populares

**Artísticas** - favorecen la expresión e iniciación artística de las personas en actividades como canto, música, baile, artes escénicas, artes visuales y otras formas de expresión, incluyendo las artesanías y el arte popular;

**Lúdicas** - actividades de cultura física, así como de recreación y esparcimiento;

**Sociales** - fiestas, convivios, tertulias, encuentros y acciones vecinales

# Programas y Actividades

---

## **Programa: Terapia ocupacional**

**Objetivo:** conservar y/o recuperar capacidades, habilidades y destrezas afectadas que limitan la independencia y la posibilidad de realizar actividades que le son significativas a las personas. Apoya la rehabilitación

**Población:** independientes, semi-dependientes.

**Actividades comunes:**

**Actividades de cuidado y desarrollo personal** – ejercicios para cuidar el cuerpo, desarrollar conciencia de sus recursos, desarrollar potencialidades y capacidades

**Actividades de creatividad** – Descubrir la parte creativa, actividades artísticas que apoyen el desarrollo y mantenimiento de las funciones superiores

**Actividades de esparcimiento y recreación** – Promover la espontaneidad en la expresión, la iniciativa, la integración y las capacidades sociales

# Programas y Actividades

---

## **Programa: Arteterapia e inteligencia emocional**

**Objetivo:** Ayuda a reconocer, aceptar y expresar las emociones, utilizando la expresión artística, rescatando el poder de la imaginación y la creatividad

**Población:** semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

**Actividades comunes:**

Elaboración de objetos artesanales y manuales; Dibujo y pintura  
Escultura; Escritura; Musicoterapia; Ejercicios de Meditación;  
Sociodramas y Narración oral.

Lo importante es la creación, la proyección de las emociones y experiencias y la introyección de éstas desde un nuevo enfoque

# Programas y Actividades

---

## **Programa: Danzaterapia y expresión corporal**

**Objetivo:** es una práctica que busca la creación, expresión y comunicación del individuo a través del cuerpo en movimiento, desarrollando sentido del ritmo, conciencia, control y coordinación corporal.

**Población:** semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

**Actividades comunes:**

Ejercicios de ritmo, relajación, meditación, coordinación, control y conciencia corporal

Expresión de las emociones a través del ritmo y movimiento

Trabajo de cada parte del cuerpo por sesiones o como un todo integrado

# Programas y Actividades

---

## Programa: Educación para la salud

**Objetivo:** brindar información a las personas para que aprendan a cuidar de su salud y a llevar a cabo prácticas de auto cuidado

**Población:** semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

**Actividades comunes:**

Talleres de temas que promuevan la salud en sus tres niveles:

**Biológico** – Prevención control y manejo de enfermedades, Cuidados físicos, control de hábitos dañinos y promoción de conductas saludables

**Psicológico** – autoestima, manejo emocional, conductas de higiene mental, promoción de relaciones interpersonales asertivas

**Social** – participación e integración, fortalecimiento de redes sociales.

# Ejecución

## Descripción de las estrategias y definición de las sesiones

Calendarización o cronograma de actividades

Programa ...

ESTRATEGIA:			OBJETIVO DE LA ESTRATEGIA:		
SESION	ACTIVIDAD	DESCRIPCION	TIEMPO	MATERIAL	RESPONSABLE
Objetivo de la sesión					

## **Observaciones**

- ✓ Al finalizar cada sesión se deja un espacio para registrar las observaciones que retroalimenten y apoyen la evaluación y mejora de las acciones

## **EVALUACIÓN**

En todo programa es necesario evaluar el cumplimiento de las metas con respecto a los indicadores que se establecieron previamente en el diseño, así como adjuntar las evidencias que se recabaron en el proceso.