

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



**“APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR QUE
ASISTE AL CENTRO DE DÍA “SAN FRANCISCO DE ASIS”
UBICADO EN LA ZONA 12”**

VILMA LORENA BOROR SIAN

GUATEMALA, JULIO DE 2009

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**“APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR
QUE ASISTE AL CENTRO DE DÍA “SAN FRANCISCO DE ASIS”
UBICADO EN LA ZONA 12”**

INFORME FINAL DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

VILMA LORENA BOROR SIAN

PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGA
EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIATURA

MIEMBROS CONSEJO DIRECTIVO

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín
DIRECTORA

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA

Doctor René Vladimir López Ramírez
Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo
REPRESENTANTES DE CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS

Ninette Archila Ruano de Morales
Jairo Josué Vallecios Palma
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES
ANTE CONSEJO DIRECTIVO**



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

C.c. Control Académico
EPS
Archivo
REG.381-2007
CODIPs. 1018-2009

De Orden de Impresión Informe Final de EPS

10 de julio de 2009

Estudiante

Vilma Lorena Boror Sian
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO SEXTO (26°) del Acta QUINCE GUIÓN DOS MIL NUEVE (15-2009) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 02 de julio de 2009, que copiado literalmente dice:

"VIGÉSIMO SEXTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: **"APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASIS UBICADO EN LA ZONA 12"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

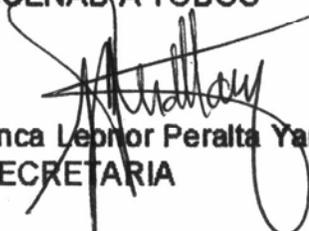
VILMA LORENA BOROR SIAN

CARNÉ No.9818532

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por el Licenciado Rafael Estuardo Espinoza y revisado por el Licenciado Domingo Romero Reyes. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA



Melveth S.



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

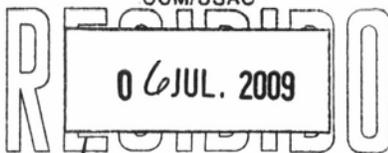
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"

TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



Firma [Signature] hora 13:50 Registro 381-07

Reg. 381-2007
EPS. 025-2007

29 de junio del 2009

**Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas**

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha asesorado, revisado y supervisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de **Vilma Lorena Boror Sian**, carné No. **9818532**, titulado:

"APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASIS UBICADO EN LA ZONA 12".

De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, se hace constar que la revisión del Informe Final estuvo a cargo del Licenciado Domingo Romero Reyes, en tal sentido se solicita continuar con el trámite correspondiente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciada **Claudia Rossana Rivera**
COORDINADORA DE EPS



/Dg.

c.c. **Control Académico
EPS**



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Reg. 381-2007
EPS. 025-2007

22 de junio del 2009

Licenciada

Claudia Rossana Rivera Maldonado
Coordinadora del EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM

Respetable Licenciada:

Tengo el agrado de comunicar a usted que he concluido la revisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- de **Vilma Lorena Boror Sian**, carné No. **9818532**, titulado:

“APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASIS UBICADO EN LA ZONA 12”.

De la carrera de **Licenciatura en Psicología**

Así mismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este departamento, por lo que me permito dar la respectiva **APROBACIÓN**.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Domingo Romero Reyes
Revisor



/Dg.
c.c. Expediente



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Reg. 381-2007

EPS. 025-2007

20 de mayo del 2009

Licenciada
Claudia Rossana Rivera Maldonado
Coordinadora del EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM

Respetable Licenciada:

Informo a usted que he concluido la supervisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de **Vilma Lorena Boror Sian**, carné No. **9818532**, titulado:

"APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASIS UBICADO EN LA ZONA 12".

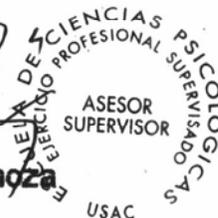
De la carrera de Licenciatura en Psicología

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este Departamento, me permito dar mi **APROBACIÓN** para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciado Rafael Estuardo Espinoza
Asesor-Supervisor



/Dg.
c.c. Expediente



c.c. Control Académico
EPS
Archivo
Reg.381-2007
CODIPs.602-2007

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

De Aprobación de Proyecto EPS

27 de abril de 2007

Estudiante

Vilma Lorena Boror Sian
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO TERCERO (13o.) del Acta DIECINUEVE GUIÓN DOS MIL SIETE (19-2007) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 24 de abril de 2007, que literalmente dice:

"DÉCIMO TERCERO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: **"APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASIS UBICADO EN LA ZONA 12"** de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

VILMA LORENA BOROR SIAN

CARNÉ No. 199818532

Dicho proyecto se realizará en la ciudad capital, asignándose al Licenciado Elsa Arenales quién ejercerá funciones de supervisión por la parte requiriente, y al Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez por parte de esta Unidad Académica. El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**"

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Helvin Velásquez Ramos; M.A.
SECRETARIO



c.c.r



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL

Edificio S-1, Segundo Nivel, Ciudad Universitaria, zona 12. Guatemala, Centroamérica.

PBX. 24439500 Extensiones: 1454 - 1456 - 1457 - 1459

DEXT-107/2008

Tels. Directos: 24769590 - 24769602 - 24762063 - 24762065 - 24767612 - 24767629

Guatemala, 18 de julio de 2008

Licenciada
Claudia Rivera
Coordinadora de EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
PRESENTE

Licenciada Rivera:

Me dirijo a usted para informarle que la estudiante: **VILMA LORENA BOROR SIAN** con carné No. 9818532 realizó su Ejercicio Profesional Supervisado de Psicología en el Programa de Atención Integral al Adulto Mayor, San Francisco de Asís de la Parroquia Inmaculado Corazón de María del Departamento de Extensión de la Escuela de Trabajo Social durante el período comprendido del 11 de abril del 2007 al 11 de abril del 2008, habiéndolo concluido de manera satisfactoria y entregando su Informe Final de EPS, por lo tanto no tiene nada pendiente ni en esta institución, ni en la parroquia donde realizó su práctica.

No está demás indicar que durante ese periodo la estudiante se desempeñó en forma profesional y responsable, demostrando su capacidad en el campo de la Psicología.

Suscribo, Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licda. Elsa Arepales
COORDINADORA DEPARTAMENTO
DE EXTENSIÓN



EA/wdec
cc. Lic. Estuardo Espinoza, Supervisor de EPS
cc. archivo

MADRINAS

Zoila Aurora Núñez de Jáuregui
Licenciada en Psicología
Profesora de Educación Media en Psicología
Colegiado 2,121

Vania Eunice Gómez Pineda
Licenciada en Psicología
Terapeuta del Lenguaje
Colegiado 644

DEDICATORIA

A DIOS: Por brindarme sabiduría, amor, comprensión y bendiciones en todo momento de mi vida.

A MIS PADRES: Por su apoyo, sacrificios, amor y confianza incondicional demostrados en todo instante. Quienes son fuente de rectitud y valores los cuales me motivan a seguir adelante.

A MI HERMANA: Por su comprensión, amor y alegría que me transmite diariamente.

A TODAS MIS AMIGAS Y AMIGOS: Mil gracias porque de una u otra forma me han demostrado su apoyo, me motivan a seguir adelante pero sobre todo me han brindado su cariño.

A MIS MADRINAS: Por compartir sus conocimientos, brindarme su apoyo incondicional, ser ejemplo de profesionalismo y compromiso con la sociedad.

AGRADECIMIENTOS

A:

- Mi Patria Guatemala
- Universidad de San Carlos de Guatemala
- Escuela de Ciencias Psicológicas
- Al Programa de Extensión de la Escuela de Trabajo Social, en especial a la licenciada Elsa Arenales por el apoyo brindado durante la realización del proyecto.
- Al Programa Integral del Adulto Mayor "San Francisco de Asís" gracias por permitir el ejercicio profesional con la comunidad que atienden, por su valiosa intervención y colaboración en este trabajo.
- Al Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado en especial a los licenciados Estuardo Espinoza y Domingo Romero, por su asesoría y apoyo durante este proceso.

INDICE

Resumen	1
Introducción	3

CAPITULO I

ANTECEDENTES

1. Monografía de la ciudad de Guatemala	5
1.2 Descripción del centro de Día San Francisco de Asís.	8
1.3 Descripción de la población atendida	10
1.4 Planteamiento del problema	11

CAPITULO II

REFERENTE TEÓRICO METODOLÓGICO

2.1 Abordamiento teórico metodológico	13
2.2 Objetivos	
2.2.1 Objetivo general	19
2.2.2 Objetivos específicos (por subprograma)	19
2.3 Metodología de abordamiento	21

CAPITULO III

PRESENTACIÓN DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS

3.1 Subprograma de servicio	24
3.2 Subprograma de docencia	27
3.3 Subprograma de investigación.	30
3.4 Otras actividades y resultados	36

CAPITULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1	Subprograma de servicio	39
4.2	Subprograma de docencia	42
4.3	Subprograma de investigación.	44
4.4	Análisis de contexto	47

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1	Conclusiones	
5.1.1	Conclusiones generales	49
5.1.2	Subprograma de servicio	49
5.1.3	Subprograma de docencia	50
5.1.4	Subprograma de investigación.	50
5.2	Recomendaciones	
5.2.1	Recomendaciones generales	51
5.2.2	Subprograma de servicio	52
5.2.3	Subprograma de docencia	52
5.2.4	Subprograma de investigación.	53
	Bibliografía	54
	Anexos	56

RESUMEN

El presente documento contiene la descripción general del trabajo realizado a través del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) que se llevó a cabo en el Centro de Día San Francisco de Asís, ubicado en la zona 12. La población beneficiada con la intervención fue el adulto mayor de género femenino comprendidas entre los 50 a 83 años aproximadamente. El trabajo realizado estuvo enfocado en las necesidades de la población asistente. La primera parte está conformada por la descripción del lugar, institución, población en donde y con quienes se realizó el trabajo, así como el planteamiento de las necesidades y problemas del mismo.

El proyecto valoró casos de interés, como los problemas de tipo afectivo, social y psicológico; por lo que se dirigió el trabajo hacia propósitos de atención primaria y secundaria. Lo cual se desarrolló a partir de tres componentes: servicio, docencia e investigación.

Para la ejecución del EPS fue necesario hacer reuniones con las coordinadoras del grupo, talleres, juegos, charlas, recolección de información documental y entrevistas a las personas de la tercera edad que asisten al programa.

De acuerdo a los resultados de la observación y fundamentación teórica se desarrollaron actividades específicas entre las que se pueden mencionar talleres sobre temas de interés, terapia individual, formación de un grupo de apoyo entre otros. Para éstas actividades se contó con el apoyo de los estudiantes de Trabajo Social, ECTAFIDE, epesista de Humanidades, la coordinación del adulto mayor, el departamento de extensiones de la Escuela de Trabajo Social que tiene a su cargo la Licenciada Elsa Arenales y la epesista de Psicología.

En este informe se hace una descripción de las actividades, metodología, técnicas, logros, conclusiones y recomendaciones alcanzados en el EPS a través de los tres subprogramas: servicio, docencia e investigación.

En el subprograma de servicio se brindó atención individual y grupal, con el objetivo de orientar y apoyar psicológicamente a la población que lo requiriera, aunque el trabajo grupal fue el más solicitado, lo cual permitió la creación del grupo de apoyo; espacio utilizado para hacer catarsis y encontrar el apoyo emocional y moral por parte de las asistentes. El trabajo en grupo se complementó con el área de docencia.

En el subprograma de docencia se aportaron y fortalecieron conocimientos en el área psicológica, social y física, con el fin de obtener un desarrollo integral para la población; por lo anterior fue necesario impartir charlas y talleres sobre temas afines a cada área.

En el subprograma de investigación se realizó una investigación descriptiva para conocer la valoración que las señoras tienen sobre el programa para el adulto mayor "San Francisco de Asís", por lo cual fue necesario entrevistar a un grupo de señoras con mayor tiempo en el programa.

INTRODUCCION

En Guatemala el grupo de la tercera edad va en aumento, es muy preocupante que no se cuente con los programas necesarios para trabajar en pro de la salud emocional, afectiva y mental de esta población. Es importante que se le dé el valor e interés que se requiere, debido a que en esta etapa de la vida el ser humano atraviesa por varias situaciones que generan stress, angustia, depresión, inestabilidad y temores. Entre los factores que puedan desencadenar estas reacciones están la jubilación, duelo, económicos, sociocultural, familiar, enfermedad, violencia y temor a la muerte, entre otros.

En relación al grupo de personas que asisten al Centro de Día "San Francisco de Asís", se detectaron personas con poca productividad y movilidad por diferentes aspectos como físicos, socioeconómicos y psicológicos. El aburrimiento, depresión, dependencia, timidez, baja autoestima y falta de concentración; son las características que se lograron identificar dentro de la población que asiste al programa.

Las personas de la tercera edad deben valorarse como individuos capaces de seguir transmitiendo sus conocimientos y experiencias, que como parte de una sociedad deben recuperar el lugar que les pertenece; lo cual ayudará a que se sientan útiles y productivos dentro del ambiente en el que conviven.

Para esto se implementaron diversos temas y técnicas las cuales se aplicaron de forma individual y grupal según las necesidades de cada miembro. Cada subprograma contiene experiencias de vida difíciles de expresar pero que contribuyeron al éxito del trabajo, y que de una u otra forma demostraron que la tercera edad todavía tiene muchas capacidades, habilidades que pueden compartir y que cada integrante es una fuente inagotable de experiencias y sabiduría.

Es necesario crear programas de apoyo para que las personas de la tercera edad puedan aprender a prevenir y afrontar estas situaciones. Por lo anterior fue desarrollado el grupo de apoyo que tenía como objetivo apoyar y orientar al adulto mayor que asiste al Centro de Día "San Francisco de Asís" ubicado en la zona 12.

Además de los aprendizajes adquiridos, queda la satisfacción de haber contribuido y apoyado a una población que realmente lo necesita y requiere. También queda el agradecimiento recibido por parte de cada una de las asistentes al programa hacia la epesista.

CAPITULO 1

ANTECEDENTES

1.1 MONOGRAFÍA DEL LUGAR

La ciudad de Guatemala, se ubica en el departamento del mismo nombre, situada en el valle de la Ermita, en las tierras altas volcánicas. La ciudad de Guatemala es la más grande del país y está formada por 25 zonas, la mayoría de las industrias se encuentran ubicadas en las afueras de la ciudad. Aquí se encuentra la Universidad de San Carlos de Guatemala fundada en 1676, la Universidad Francisco Marroquín (1971), Universidad Mariano Gálvez, Universidad del Valle, Universidad del Istmo, Universidad Rafael Landívar entre otras. Las edificaciones más notables son el Palacio Nacional (1943) llamado ahora Palacio de la Cultura, Conservatorio Nacional de Música (1880) y la Catedral Metropolitana (1815), parcialmente reconstruida después de los daños sufridos en el terremoto de 1976. Muy cerca se localizan algunas ruinas mayas de gran importancia, como las de Kaminal Juyú.

La ciudad de Guatemala fue asentada cuatro veces, la primera fue en Iximché en 1524 por Pedro de Alvarado, se trasladó por ataques de cakchiqueles; la segunda ciudad se fundó en el Valle de Almolonga en 1527 por Jorge de Alvarado, se trasladó por la erupción del volcán de Agua; la tercera ciudad fue fundada en 1543 por Francisco Marroquín y Francisco de la Cueva en el Valle de Panchoy, en esta época la ciudad llega a ser muy importante a nivel centroamericano, aunque fue trasladada por los numerosos terremotos y sismos; la cuarta ciudad se asentó en 1776, Valle de la Ermita o de la Virgen. Esta es la ciudad donde nos encontramos ubicados en la actualidad y se le asignó el nombre de “La Nueva Guatemala de la Asunción” Después de la independencia del país (1821), la ciudad se convirtió entre 1823 y 1831 en la capital de la Federación de las Provincias Unidas de Centroamérica (disuelta entre 1838 y 1840)

La fiesta titular se festeja el 15 de agosto en honor a la virgen de la Asunción.

En la ciudad capital aún se centralizan las principales actividades de tipo político, administrativo, económico y comercial de todo el país. (Enciclopedia Encarta; 2001)

Según el perfil de la pobreza en Guatemala la tasa de pobreza en la región metropolitana es de 64.3%, la tasa de extrema pobreza es de 30%, según la fuente consultada.

La capital cuenta con gran cantidad de escuelas, colegios e institutos, se ha visto la necesidad de abrir colegios debido a la demanda que hay en el área de educación. En el caso de los indicadores relacionados con el nivel educativo de la población, presentan las tasas de analfabetismo y de población sin estudios formales más bajo en todo el país demostrando la alta inversión de recursos por parte del sector educación en el departamento de Guatemala. La ciudad capital cuenta con áreas de potencial turístico como las ruinas de Kaminal Juyú, el Palacio de la Cultura, Centro Cultural Miguel Ángel Asturias, la Catedral Metropolitana, Museos y las iglesias La Merced, Santo Domingo, El Calvario entre otras.

En cuanto a las condiciones de vivienda este departamento se ubica en el primer lugar a nivel nacional en cuanto a la cobertura de los servicios públicos como agua, energía eléctrica y sistemas de drenajes.

El transporte urbano de la Calzada Raúl Aguilar Batres se vio modificado con el nuevo programa del Transmetro que brinda un servicio más ágil; utilizando para ello 65 unidades aproximadamente, atendiendo en un horario de 4:30 a.m. a 11:00 p.m. de lunes a viernes y fines de semana de 5:00 a.m. a 10:00 p.m. con un costo de Q. 1.00, los cuales realizan un recorrido desde la Central de Mayoreo Cenma hacia el Trébol o Municipalidad de Guatemala.

Entre los aspectos más importantes del área de trabajo se puede mencionar que la zona 12 "Se describe a partir de la intersección de la calzada Raúl Aguilar Batres y finaliza con el lindero sur de la lotificación El Carmen, que está constituida por

colonias y asentamientos" Catálogo de comunidades 1983; 282 Entre los que se pueden mencionar:

Lomas de Pamplona	La Reformita	Santa Rosa	La Colina
Santa Rosa I y II	Santa Elisa	Lutero	Rivera
Industria Santa Elisa	El Carmen	Javier	Miles Rock
1°. De Septiembre	Ciudad Real	Guajitos	San Carlos
Monte María	Eureka	Monte María	

La Reformita

Esta colonia cuenta con servicios básicos de agua, luz, drenajes, calles asfaltadas, recolección de basura. Además con un mercado municipal "La Reformita".

Salud

El dispensario Buenaventura presta sus servicios de medicina general, clínica dental, laboratorio en la jornada matutina y vespertina, además la colonia cuenta con varias farmacias, hospitales privados entre los que se pueden mencionar El Monte Sinai, Hospital Cristiano de Guatemala, Sanatorio Nuestra Señora de Fátima y Clínicas de APROFAM.

Educación

Cuenta con la escuela Puerto Rico que atiende el nivel pre-primario y primario, también cuenta con varios colegios entre los que se pueden mencionar: Emaus, Eloy Suárez Cobián, 12 de Octubre, Juan Apóstol, Los Cedros atendiendo el nivel pre-primario, primario, básico y diversificado en estos últimos. También cuenta con una academia de mecanografía "Fátima"; en esta también se dan cursos de corte y confección los fines de semana.

Economía

La colonia está cerca de la Universidad de Guatemala por lo que cuenta con negocios de cafetería, comedores, tienda de artículos de primera necesidad, un mercado municipal, librerías, farmacias, talleres de mecánica, salones de belleza, panaderías, lavanderías guarderías, carpinterías, ferreterías, café Internet, albergues y hospedajes para los estudiantes de la Universidad.

Vivienda

La mayor parte de las construcciones son formales de block y ladrillo. Hay viviendas que tienen de dos a tres niveles.

1.2 DESCRIPCIÓN DEL CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASIS

El Centro de Día San Francisco de Asís tiene el programa de atención al adulto mayor, el cual tiene sus instalaciones en la parroquia Inmaculado Corazón de María; ubicada en la 7av. 27-03 zona 12 Reformita, a un costado del paso a desnivel que colinda con la Universidad de San Carlos.

La parroquia proporciona el salón parroquial y una oficina donde se realizan labores administrativas para el programa. Sus objetivos son proporcionar a la población un servicio profesional que estimule su participación y brindar formas para afrontar sus problemas, esto con el fin de mejorar su calidad de vida. Para ello se atienden aspectos como salud mental, educación, recreación y cultura.

El programa dio inicio en febrero del año 2001, está coordinado por el departamento de extensión de la Escuela de Trabajo Social que está dirigido por la Licenciada Elsa Arenales, también cuenta con el apoyo de 10 señoras del programa; quienes tienen a su cargo la coordinación general de las actividades culturales, sociales y recreativas, junto al equipo multidisciplinario de la Escuela de Ciencias y

Tecnología de la Actividad Física y el Deporte (ECTAFIDE), Trabajo Social, Humanidades y Psicología; unidades académicas de la Universidad de San Carlos.

El programa atiende a la población a partir del mes de enero y finaliza el último día hábil del mes de noviembre. En los meses de enero y febrero las coordinadoras son las encargadas de realizar la inscripción de las integrantes del programa. Como requisito solicitan que cada asistente que participe en dos actividades del programa y que tengan como mínimo 50 años.

El programa atiende a la población en dos jornadas: matutina y vespertina. En la jornada matutina se realizan actividades físicas como tai chí y gimnasia. Estas actividades están a cargo de las señoras del programa y las coordinadoras. Quienes se alternan para dirigir las actividades planificadas.

En la jornada vespertina se trabaja el área educativa, gimnasia y manualidades. El área educativa y la gimnasia están a cargo del equipo multidisciplinario cada una dentro de su especialidad. La clase de manualidades la tiene a su cargo una señora del programa, quien cuenta con la apoyo del equipo multidisciplinario.

Las actividades en el programa se planifican por semestre; para ello participan las coordinadoras, equipo multidisciplinario y la coordinación del departamento de extensiones de la Escuela de Trabajo Social. Dentro de las actividades que se planifican están las de tipo cultural, recreativo y físico; entre ellas excursiones, caminatas, rifas, celebraciones de fechas importantes, tardes culturales y convivio navideño.

Al finalizar cada semestre se hace un análisis de los resultados obtenidos en cada una de las actividades realizadas. Con el fin de enriquecer el programa en todas las áreas posibles.

1.3 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN ATENDIDA

El programa inició en febrero del 2001, por el departamento de Extensión de Trabajo Social, siendo coordinado por la Licenciada Elsa Arenales quien ha apoyado en las gestiones para que el programa sea un centro de practica y de EPS el cual pueda coadjuar en el desarrollo profesional tanto para practicantes como para epeistas de las unidades académicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Asimismo se pone a la disposición un grupo multidisciplinario de Trabajadores Sociales epeistas de ECTAFIDE, Psicología y de Pedagogía, quienes trabajan para el beneficio del adulto mayor.

En el programa participan señoras de la tercera edad, hay alrededor de 100 personas inscritas con un rango de edad entre 50 a 83 años, con diversas ocupaciones como amas de casa, jubiladas y comerciantes: este último en un porcentaje menor, por lo que en su mayoría son de escasos recursos y dependen de la ayuda económica del cónyuge, hijos o familiares cercanos. La mayoría profesa la religión católica, gran parte de la población reside en la colonia Reformita y en otras alledañas a la zona 12.

De acuerdo a las necesidades de las personas que están en el programa se ha creado talleres y varias actividades entre las cuales se pueden mencionar: gimnasia, manualidad, Tai Chi, excursiones, caminatas y otras actividades coordinadas por el departamento de extensiones de la Escuela de Trabajo Social, coordinadoras del programa y equipo multidisciplinario. En las actividades programadas durante la semana por los practicantes de Trabajo Social, epeista de ECTAFIDE, Psicología y Pedagogía participan alrededor de 10 a 20 personas a diferencia de las actividades de tipo cultural, social y recreativo el número oscila entre 75 a 80 personas.

1.4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Referente al tema del adulto mayor en Guatemala no se le da la importancia que debería tener, a pesar que en el artículo 51 de la Constitución Política de la República de Guatemala (1993; p 10) hace mención de ello, "El Estado protegerá la salud física, mental y moral de los menores de edad y de los ancianos. Les garantizará su derecho a la alimentación, salud, educación y seguridad y previsión social"

A pesar de los avances que se han ido realizando no se cumplen en su totalidad las expectativas del tema. "En nuestro país muchos de los adultos mayores se ven perjudicados en sus derechos ya que una mayoría no logra obtener una atención médica integral, otros, además de su avanzada edad deben seguir trabajando para subsistir por lo reducido en sus pensiones mientras que un porcentaje carece de empleo o se encuentra en el desamparo" ONU (1997; 8)

Entre los factores que afectan a esta población también se pueden mencionar la vivienda, economía, abandono y educación; en nuestro país no se ha brindado la asesoría y atención adecuada para que la población esté preparada para afrontar y llevar esta etapa de la vida de forma satisfactoria, por lo que al llegar a ésta las personas no saben cómo manejarla y se enfrentan con una serie de conflictos a nivel emocional, físico, mental y social. En relación al grupo de personas que asisten al Centro de Día San Francisco de Asís se ubican en el rango de 50 a 83 años de edad, se detectaron personas con poca productividad y movilidad por diferentes aspectos como físicos, socioeconómicos y psicológicos. Las características que se presentan a continuación se lograron identificar a través de la técnica de la observación, entrevista y comentarios realizados en el grupo.

- Aburrimiento: la persona se aburre porque sus actividades se centran en las labores domésticas que realiza a diario, lo cual las aleja de toda posibilidad de distraerse y hace que se convierta en una rutina.

- Depresión: acompañada de tristeza y apatía, regularmente esto por diversas razones entre las que se pueden mencionar abandono de familiares, duelo, enfermedad, violencia familiar y falta de seguridad en el país.
- Dependencia: esto causa angustia, ansiedad y desesperación en algunas personas, debido a que dependen de parientes. Lo cual no es agradable porque tienden a pensar que son una carga.
- Timidez: algunas personas tienen poca o nula participación en actividades que se realizan.
- Baja autoestima: esto se detectó en algunas personas a través de los comentarios que se realizan en el grupo cuando se refieren a sí mismas.
- Falta de concentración: esta es una característica en esta etapa de la vida por lo que es indispensable enseñarles como manejarla.

Asimismo se puede mencionar que otra de las preocupaciones del grupo es la poca afluencia de personas a las tardes educativas, el número oscila entre 10 a 15 participantes mientras que en las actividades de tipo recreativo o práctico asisten alrededor de 20 personas.

CAPITULO II

REFERENTE TEÓRICO METODOLÓGICO

2.1 ABORDAMIENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO

La Vejez

El envejecimiento es un proceso dinámico, continuo, irreversible, que el paso de los años deja en una persona. “La vejez se puede definir bajo diversos aspectos entre los que se pueden mencionar el físico, biológico, psicológico, social y espiritual.” Mira y López, Emilio, Hacia una vejez joven, Buenos Aires 1961; 174 Comúnmente se toma la definición a nivel físico-biológico en donde se define como una etapa en la cual el cuerpo es incapaz de mantenerse por sí solo y realizar las cosas que antes realizaba sin mayor dificultad. Los cambios que se presentan son graduales e inevitables sin importar el estilo de vida o salud de la persona.

Comienza a los 65 años aproximadamente y se caracteriza por un declive gradual del funcionamiento de todos los sistemas corporales. Por lo general se debe al envejecimiento natural y gradual de las células del cuerpo. A diferencia de lo que muchos creen, la mayoría de las personas de la tercera edad conservan un grado importante de sus capacidades cognitivas y psíquicas. Mientras que para otros la vejez es un proceso continuo de crecimiento intelectual, emocional y psicológico. Las causas del envejecimiento mental normal se deben a la intervención de cuatro factores los cuales se mencionan a continuación:

- El deterioro progresivo de las propias funciones físicas.
- El declinar progresivo de las facultades y de las funciones mentales.
- La transformación del medio familiar y de la vida profesional.
- Las reacciones del sujeto ante estos diversos factores.

Entre los factores que afectan la etapa de la vejez se pueden mencionar los siguientes: las relaciones interpersonales, la afectividad, la jubilación o un duelo no resuelto. Las relaciones interpersonales continúan siendo importantes en esta etapa de la vida, el ser humano necesita vivir en sociedad. La soledad genera inseguridad, depresión y deterioro. La necesidad de afiliación es un aspecto importante en el ser humano. A lo que se llama felicidad es en gran parte el producto de las relaciones con los demás. Si se observa que esta vida de relación se deteriora, pueden generarse sentimientos de soledad e incertidumbre. Todo individuo normal necesita mantener un mínimo de intercambio con su ambiente social. Se puede decir que en las labores diarias es donde se establece con frecuencia las mejores formas de convivencia.

Las relaciones afectivas de la mayoría de los individuos de edad avanzada se enriquece por la presencia de personas que cuidan de ellos y a quienes éstos sienten cercanos. La familia es todavía la fuente primaria de apoyo emocional, y en la edad avanzada tiene sus propias características especiales. La mayoría de las familias incluyen por lo menos tres generaciones; la presencia de tantas personas es enriquecedora pero también crea presiones especiales. Aunque muchos ancianos aún están resolviendo asuntos inconclusos de la niñez o de la edad adulta temprana. Muchos eventos de la vida son especialmente típicos de la familia de edad avanzada (aunque no se limitan a ellas): volverse abuelo o bisabuelo, retirarse del trabajo y perder al cónyuge.

La jubilación es otro factor que afecta la vida del adulto mayor "La idea estéril de que realmente no hay vida que valga la pena cuando se ha dejado el trabajo ha sido refutada muchas veces. Cada vez más, los estudios acerca de los años de jubilación revelan una diversidad de "vidas futuras". No todos los jubilados permanecen retirados muchos continúan activos en campos relacionados con inclinaciones que han tenido toda su vida, otros cultivan nuevas aficiones o vuelven a

algunas que antes no pudieron realizar.” Consultado el 3 de marzo 2007. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos14/psicolvejez/psicolvejez.shtm>

Hay personas que aceptan el retiro como una liberación de las exigencias sociales aunque hay otras que rehuyen de tal situación, dado que el retiro constituye para ellas una admisión de derrota, de dejar de ser, de cesar en sus funciones como miembro útil del cuerpo social.

Más difícil resulta afrontar la pérdida de un ser querido; este es uno de los acontecimientos más estresantes de la vida. La pérdida es seguida de un período de luto y de aflicción por la persona fallecida. El proceso de duelo puede durar un breve período o no terminar nunca. Las reacciones al duelo se presentan en los cuatro niveles:

- **Reacciones Físicas.** El duelo es acompañado por una amplia gama de reacciones físicas que pueden incluir al insomnio, la falta de apetito o el comer en exceso, las molestias estomacales, diarrea, fatiga, dolores de cabeza, insuficiencia respiratoria, sudoración excesiva y mareos.
- **Reacciones Emocionales.** Estas incluyen la depresión, abatimiento, llanto, conmoción e incredulidad, enojo, ansiedad, irritabilidad, preocupación y pensamientos del fallecido, sentimientos de desamparo, dificultad para concentrarse, olvidos, apatía, indecisión y aislamiento o sentimientos de soledad.
- **Reacciones Intelectuales.** Estas incluyen los esfuerzos por explicar y aceptar las causas de la muerte de la persona y en ocasiones de racionalizar o tratar de comprender las razones de la muerte. La gente desea saber qué fue lo que sucedió y por qué pasó. Una reacción intelectual común al duelo es la idealización, es decir, el intento por purificar la memoria del fallecido disminuyendo mentalmente sus características negativas.
- **Reacciones Sociológicas.** Las reacciones sociológicas al duelo incluyen los esfuerzos de la familia, los amigos para unirse, compartir la experiencia y

ofrecerse apoyo y comprensión. La reacción sociológica también incluye los esfuerzos por reorganizar la vida después de la pérdida: los reajustes financieros, la reorientación de los roles familiares y comunitarios, el regreso al trabajo, la reanudación de actividades sociales y comunitarias.

Otro aspecto de interés en relación a la tercera edad, es que en la vejez se da una reducción de la capacidad funcional del individuo. Puede encontrarse declinación en funciones intelectuales tales como: análisis, síntesis, razonamiento aritmético, ingenio e imaginación, percepción y memoria visual inmediata. Es importante hacer notar, que el anciano presenta menor deterioro de las facultades intelectuales siempre y cuando se mantenga activo y productivo, cualquiera que sea la actividad que realice. Estos cambios que se producen hacen que el adulto mayor se sienta muchas veces alejado de esa sociedad que un día dirigió y construyó, y que aparezcan sentimientos de inutilidad y vacío existencial, para lo cual es necesario la ayuda psicológica, la cual puede darse a través de la psicoterapia individual o grupal, técnicas de relajación, talleres de afectividad, autoestima, meta-cognición, autoconocimiento y aceptación.

La atención primaria forma parte tanto del sistema nacional de salud, del que constituye la función central y el núcleo principal. Representa el primer nivel de contacto de los individuos, la familia y la comunidad con el sistema nacional de salud llevando lo más cerca posible la atención al lugar donde residen y trabajan las personas y constituye el primer elemento de un proceso permanente de asistencia sanitaria. OMS, 1979 Las acciones de promoción de la salud deben tener, carácter multidisciplinario y deben implicar un importante compromiso de las autoridades políticas. Morales Calatayud 1999; 143

Diekstra propone cinco categorías de problemas susceptibles de intervención psicológica en el nivel primario de atención:

- 1 Problemas de ansiedad y estrés: incluye ansiedad, fobias, enfermedades inducidas por el estrés.
- 2 Trastornos de hábitos: incluye comportamientos habituales que conducen a problemas sociales y de salud.
- 3 Dificultades y decisiones educacionales u ocupacionales: incluye decisiones en los puntos de transición a lo largo de la vida. Problemas educacional-ocupacional.
- 4 Problemas interpersonales, sociales y maritales: incluyen problemas que surgen en las relaciones con los demás.
- 5 Ajuste psicológico a la enfermedad física y a otros acontecimientos significativos de la vida: se incluye el ajuste al trauma de la enfermedad y la hospitalización, incapacidad crónica, enfermedad terminal y la muerte.

Todo esto sin restar importancia a las acciones de atención secundarias, por lo que es importante trabajar en una forma integral con el adulto mayor, para esto es necesario utilizar varias técnicas entre las que se pueden mencionar: La psicoterapia ésta se define como el tratamiento de los problemas y trastornos emocionales y de la personalidad, por medios psicológicos. Se pueden hablar de muchas técnicas terapéuticas pero lo más importante es el rapport que el paciente puede establecer con el terapeuta. A través de la psicoterapia se pueden trabajar temas como la autoestima, inseguridad, angustia o presencia de conflictos que afecten al individuo. Algo muy importante es que el paciente debe asistir voluntariamente al proceso de lo contrario no tendrá el objetivo esperado. Para abordar el proceso de psicoterapia se enfocará en la terapia cognitivo conductual dicha terapia se centra en la modificación del pensamiento y la conducta para llevar al individuo a un comportamiento saludable.

Las técnicas de relajación son otra herramienta utilizadas para contrarrestar situaciones de mucho stress, ansiedad o enojo entre otros. Hay una gran variedad

algunas son más prácticas que otras. Entre la primera clasificación podemos mencionar las siguientes:

- Abandonar la habitación en que se encuentra, utilizar de 5 a 10 minutos.
- Respirar profundamente por la nariz 5 veces, cerrar los ojos y prestar atención a la respiración. (meditación corta)
- Tomar 1 ducha rápida de agua caliente.
- Tomarse un té para calmar los nervios si fuera necesario.
- Detenerse y estudiar la situación por la que se está pasando.
- Reír, escuchar o leer chistes.
- Escuchar música relajante.
- Dar un paseo por el lugar utilizando alrededor de 10 minutos.
- Abrazar a alguien que se aprecie.
- Romper la rutina es algo que ayuda en algunas situaciones.

Entre la segunda clasificación podemos encontrar: relajación muscular progresiva, entrenamiento autógeno, ejercicios de respiración, estiramientos de yoga, imaginación y meditación. Smith, (2001; 25)

Las técnicas de relajación son aconsejables realizarlas diariamente, tomándose para esto de 10 a 15 minutos diarios de preferencia por las mañanas o tardes, se debe evitar que sea tiempo de comida o la persona esté demasiado cansada. Por esto es importante tener un lugar o espacio disponible para realizarse fuera de toda interferencia ambiental.

Por último se pueden mencionar las terapias de grupo que tienen como objetivo la resolución de problemas por medio de la presentación del mismo; ante un público o grupo de mayor de 8 personas, tienen la ventaja de demostrar al paciente que sus problemas no son únicos, así como de fomentar la salud, aliviar síntomas y sobre todo enseñarle a relacionarse con los demás. Aquí lo más importante es la

interacción que puede darse entre los miembros lo cual será de gran beneficio para todos. El papel del terapeuta es ser un facilitador y orientador de la actividad.

La imagen de sí mismo es un aspecto importante en relación con la salud y el bienestar humano, porque son elementos que también afectan o benefician al ser humano en el desarrollo de su autoestima, auto-conocimiento y aceptación por lo que es importante abarcarlos y desarrollar actividades para elevar el nivel de vida del ser humano a nivel afectivo, emocional y psicológico. Por ello se pretende realizar talleres en los cuales se puedan desarrollar estos temas y llevarlos a la práctica.

A través la educación en la tercera edad puede lograrse que el anciano se encuentre interesado en el futuro, que se sienta parte de la sociedad, con funciones y roles sociales. Los centros de salud, familias, comunidades son agentes importantes que en su interacción con el anciano, éstas instituciones pueden trabajar en su estimulación y preparación durante esta etapa.

2.2 OBJETIVOS

2.2.1 Objetivo General

Brindar apoyo y orientación psicológica al adulto mayor que asisten al Centro de Día San Francisco de Asís ubicado en la zona 12.

2.2.2 Objetivos Específicos

Servicio

- En pro de la salud emocional y afectiva se brindará apoyo y orientación de forma grupal e individual a la población del adulto mayor.

Docencia

- Fortalecer la personalidad del adulto mayor a través de la implementación de talleres abordando temas a nivel afectivo, intelectual, conocimiento de sí mismo y aceptación.

Investigación

- Conocer la valoración que las señoras hacen sobre el programa del adulto mayor "San Francisco de Asís".

2.3 METODOLOGÍA DE ABORDAMIENTO

SUBPROGRAMA DE SERVICIO

Este subprograma estuvo dirigido a personas de la tercera edad de género femenino, que asisten al centro de Día "San Francisco de Asís"; jornada vespertina, ubicado en la zona 12.

Para el desarrollo del programa se realizaron las siguientes fases:

- Promoción del servicio psicológico

Se realizaron carteles para la divulgación del programa y servicios que se brindaron.

- Establecimiento de un espacio y horario para la atención

Aquí se definió el lugar físico para la atención individual y grupal así como los horarios, según las necesidades.

- Acercamiento a la población

Ésta se realizó a través de observaciones, entrevistas, comentarios, pláticas informales para dar a conocer los objetivos del programa.

- Identificación de los problemas

En esta parte del programa se identificaron las problemática que afectaban a la población complementándose con la ya existente y recabada en la fase de observación.

- Formación del grupo de apoyo

Después del proceso de evaluación se invitó a la población para que asistieran al grupo de apoyo. Es importante mencionar que también se realizó la invitación al resto de la población de los programas. Los temas trabajados se desarrollaron de acuerdo a las necesidades de la población asistente.

SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

El subprograma se trabajó a partir de las siguientes fases:

1. Promoción del servicio psicológico

Se realizaron carteles para la divulgación del programa y servicios que se brindaron.

2. Acercamiento a la población.

Ésta se realizó a través de observaciones, entrevistas, comentarios, pláticas informales para dar a conocer los objetivos del programa.

3. Establecimiento de los temas a trabajar

De acuerdo a las necesidades encontradas en la fase de observación se desarrollaron los temas de autoestima, afectividad, auto-conocimiento, meta cognición, depresión y otros que la población requirió.

4. Abordamiento docente

Esta parte se llevó a cabo a través de charlas y talleres. Las charlas educativas e informativas tienen un máximo de 25 minutos, a grupos que solo actúan como receptores, debiendo regirse por los siguientes pasos:

Bienvenida a los asistentes

Identificación del tema

Dinámica rompehielo

Desarrollo del tema

Comentarios, preguntas y respuestas

Fin de la actividad, despedida de los asistentes.

Un taller es un espacio donde se realiza una actividad de formación o capacitación, en el cual todas las personas son motivadas por medio de técnicas adecuadas para participar. Éstas siguen una estructura similar a la de una charla, a diferencia que se incorporan una mayor cantidad de dinámicas lo cual hace que sean más participativos los asistentes. Los participantes son los que elaboran el contenido de la actividad bajo la dirección del organizador.

5. Identificación de casos clínicos

Conforme se desarrollaron los temas y actividades se observó el impacto de éstos en cada una de las personas, con lo cual se detectó si necesitaba o solicitaba el apoyo psicológico.

6. Diagnóstico de logros.

Aquí se evaluaron las actividades realizadas para ver si se lograron los objetivos trazados.

Esto se realizó a través de comentarios individuales, grupales, hojas de evaluación al final de cada tema, así como la experiencia de vida de cada participante.

SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

Este subprograma al igual que los anteriores fue dirigido a personas de la tercera edad de género femenino comprendidas entre los 50 a 70 años aproximadamente.

Para lo cual se llevaron a cabo los siguientes pasos:

- Elegir a la población

Se tomó una muestra de 5 señoras comprendidas entre las edades de 50 a 70 años y que tiene alrededor de 5 años de asistir al programa.

- Observación, entrevista

Estos instrumentos son importantes para llevar registro sobre la información que se trabajó. También se logró un contacto más directo con la población a través de la entrevista realizada sobre el tema de trabajo.

- Tabulación e interpretación de los resultados

En esta etapa se agruparon y ordenaron los datos obtenidos de acuerdo a las preguntas realizadas a cada señora.

- Análisis de los resultados obtenidos.

Este fue uno de los últimos pasos, el cual consistió en analizar los resultados obtenidos en las fases anteriores.

- Elaboración del informe final

Aquí se relacionaron todos los datos obtenidos y a partir de ellos se elaboran las conclusiones y recomendaciones del caso.

CAPITULO III

PRESENTACIÓN DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS

La realización del Ejercicio Profesional Supervisado se efectuó en el programa de atención integral al adulto mayor "San Francisco de Asís" cuyas instalaciones se ubican en la parroquia Inmaculado Corazón de María, zona 12 colonia La Reformita. Iniciando el 11 de abril de 2007 para finalizar el 11 de abril de 2008, se atendió a personas que están inscritas en dicho programa; específicamente se trabajó con la población de la tarde.

Para el desarrollo del programa psicológico se realizaron las siguientes fases:

- Promoción del servicio psicológico

Se realizó exposición oral, presentación de carteles, para la divulgación del programa y servicios que se brindaron dentro del área psicológica.

- Establecimiento de un espacio y horario para la atención

Se definió el lugar físico para la atención individual y grupal así como los horarios, según las necesidades.

- Acercamiento a la población

Ésta se realizó a través de observaciones, entrevistas, comentarios, pláticas informales para dar a conocer los objetivos del programa psicológico.

3.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

Este subprograma brindó a la población asistente atención individual y grupal.

➤ Trabajo Individual:

Se atendió a 10 personas entre las que pueden mencionar siete señoras del programa, dos adolescentes y un niño, estos últimos eran familiares de las asistentes al programa, ellas solicitaron el servicio para apoyarlos porque lo requerían. En

algunos casos atendidos se logró llenar ficha clínica para obtener datos generales, los días trabajados fueron los martes y miércoles, las sesiones duraban alrededor de 35 a 45 minutos según el caso.

Entre la población atendida del adulto mayor se detectaron problemas de baja autoestima, alcoholismo, mala relación en la pareja y con los hijos. Durante el proceso terapéutico se fueron observando cambios positivos en cada situación que les aquejaba; lo cual hizo que mejorara su situación.

En algunos casos las personas únicamente requerían ser escuchadas, otras pedían sugerencias ante la problemática que presentaban en sus hogares. Los casos anteriores y los de baja autoestima fueron trasladados a la forma grupal, con lo que se lograron mejores resultados.

➤ Forma Grupal:

Ésta se implementó a partir del mes de julio del 2007, los días de trabajo fueron los lunes conjuntamente con el área de docencia. Se utilizaban alrededor de 15 a 20 minutos para trabajar el grupo de apoyo en relación al tema tratado en cada sesión. Este grupo tenía como objetivo hacer que las personas exteriorizaran su problemática y a la vez recibir apoyo moral de las compañeras del programa. Lo anterior les benefició bastante pues les servía de catarsis; en algunos casos expresaron las situaciones a través de llanto, con lo cual lograban sentirse más tranquilas, además las asistentes al grupo brindaban su apoyo, algunos comentarios y/o soluciones a la problemática planteada.

Los temas abordados fueron de acuerdo a las necesidades de la población, al inicio se pudo observar que las personas tenían cierta resistencia al hecho de exteriorizar sus problemas; pero a medida que fueron tomando confianza y creyeron oportuno los expusieron. Se logró la diversidad de opiniones, lo que permitió tener más soluciones a la problemática planteada. Participaban alrededor de 15 a 20 personas, las cuales asistían regularmente a todas las actividades de la semana; los lunes a tardes

educativas; a cargo de la practicante de Trabajo Social y epesista de Psicología, los martes y jueves a gimnasia; a cargo de la practicante de ECTAFIDE y los viernes a manualidades a cargo de una de las señoras del programa.

Se utilizó varias técnicas rompehielo y otras de acuerdo al tema trabajado, con el fin de compartir sus ideas. Otro instrumento utilizado en todo momento fue la oración para poder aceptar que a través de un poder supremo podían resolver o descargar cualquier problema de la vida diaria, ya que todas asisten a la iglesia con regularidad.

El grupo asistente expresó que se sentía muy bien con la creación del grupo de apoyo, porque podían compartir problemáticas y sentían el apoyo e interés de las demás asistentes. Asimismo se logró la sociabilidad de mejor manera y se lograron conocer más a fondo.

Logros

- ✓ Creación y establecimiento del grupo de apoyo, con el cual se pudo observar mayor satisfacción al participar en él.
- ✓ Las personas lograron afrontar problemáticas que les afectaba en su vida diaria.
- ✓ El interés en la participación grupal. Cada asistente expuso experiencias y aportó soluciones para otras.
- ✓ Se creó un ambiente de confianza y apoyo mutuo, y con mucha satisfacción de pertenecer al programa del adulto mayor.

3.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

Este subprograma se trabajó los días lunes con una duración de dos horas aproximadamente en el horario de 3:00 a 5:00 p.m. Para el desarrollo del mismo se contó con el apoyo del equipo multidisciplinario el cual estaba formado por: una practicante de Trabajo Social, ECTAFIDE y la epesista de Psicología. Los temas trabajados fueron de acuerdo a las necesidades encontradas en la población. La forma en que se desarrollaron las charlas y los talleres fue la siguiente: al inicio de cada sesión de trabajo se revisaba la asistencia de la población, para llevar un mejor control de las asistentes. Se daba la bienvenida a cada asistente y se realizaba la oración de acción de gracias por la tarde o se pedía por la salud de alguna persona. A continuación se realizaba la dinámica rompe-hielo para crear un ambiente de confianza y desarrollar el tema de la tarde, en el transcurso del tema se realizaba otra técnica relacionada al mismo. Al finalizar se daba alrededor de 15 a 20 minutos para trabajar el grupo de apoyo en relación al tema tratado en cada sesión. Por último se realizaban los comentarios y evaluación de la actividad.

El abordaje de los temas se realizó desde el enfoque social y psicológico; porque se unificaron éstas dos áreas para el beneficio de la población. La forma de impartirse cada tema fue amena y dinámica tomando en cuenta que se estaba trabajando con el adulto mayor y era necesario que las actividades fueran acopladas a sus necesidades de atención, audición, retención; para lo cual fue necesario hacer uso de diferentes dinámicas de motivación, utilización de carteles, mensajes, dados didácticos, tarjetas, mensajes, murales, juegos, memorias, crayones, dramatizaciones, dibujos, cuentos, mímicas, dulces y tests de acuerdo a los temas que se desarrollaron.

El promedio de asistentes a cada sesión de trabajo fue de 20 a 25 personas aproximadamente.

La siguiente tabla muestra los temas que se desarrollaron en éste subprograma:

Mes	Tema
Mayo	Autoestima Gimnasia Cerebral Afectividad
Junio	Las emociones Inteligencia emocional
Julio	La depresión, tipos y tratamiento. Expresión corporal
Agosto	La soledad y el duelo Relaciones Humanas y valores morales Alcoholismo causas y tratamiento.
Septiembre	Violencia intrafamiliar Maltrato a las personas de la 3ra. Edad y sus derechos
Octubre	Resolución de conflictos El amor y el perdón Expresión artística
Noviembre	Ensayo de coro
Enero	Conoce a tu compañera Gimnasia Cerebral
Febrero	Buzón de los problemas Gimnasia Cerebral
Marzo	Las emociones La motivación Exposiciones
Abril	Cómo vencer la timidez Exposición de departamentos

Logros

- ✓ Se observó el interés de la población por asistir a las charlas y talleres, los cuales fueron de beneficio propio y en algunos casos familiar; porque las asistentes compartían la información con sus familiares cercanos.
- ✓ Las asistentes se dieron cuenta que tienen muchas habilidades y capacidades por conocer o que han olvidado por el transcurrir de los años.
- ✓ Las actividades realizadas fortalecieron en las participantes sus habilidades artísticas, afectivas y cognoscitivas. Así como el fortalecimiento de su autoestima al igual que sus habilidades.
- ✓ Las asistentes lograron comentar argumentar y exponer su punto de vista en relación a cada tema impartido, lo que permitió que muchas lograran vencer la timidez al hablar o presentar en público.
- ✓ Se logró compartir puntos de vista y aprender de la experiencia de vida que cada integrante posee.

3.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACION

A través de la asistencia y participación dentro del programa se pudo observar que las asistentes se caracterizan por ser dinámicas, con mucha imaginación, con habilidades artísticas y con mucho entusiasmo; para desarrollar las actividades tanto prácticas como teóricas; que se plantean en el programa, sin importar enfermedad o edad de las asistentes. Por lo que se planteó la inquietud sobre “La valoración que las señoras tienen del programa del adulto mayor”. Se seleccionaron cinco señoras del programa, las cuales tienen 6 años aproximadamente de pertenecer al programa, son las de mayor edad y asisten a todas las actividades que se desarrollan en el mismo.

Se elaboraron 8 preguntas generadoras que permitieron realizar la entrevista, cada persona fue entrevistada individualmente para exponer sus respuestas, se utilizaron alrededor de 4 días para realizar la exploración.

Las interrogantes que se plantearon fueron las siguientes:

1. ¿Cómo conoció el programa?

<p>Z H 82 años</p>	<p>Por medio de una persona que asistía aquí y yo en ese tiempo acababa de fallecer mi esposo y yo tenía una depresión muy grande y ella me invitó para venir. Estoy muy contenta, ya llevo 5 años de estar aquí en el programa y aquí yo supere mi depresión que yo tenía y cada día siento más mío el programa, verdad muy contenta, las compañeras siento que ellas me tienen cariño y cuando hemos salido ellas me cuidan porque saben que yo padezco de presión alta pues siempre estoy muy bien.</p>	<p>Valoración positiva del proceso que se realiza en el programa, lo cual es de gran beneficio para sus asistentes.</p> <p>Apropiación afectiva lo cual conlleva a tener un sentido de pertenencia por cada integrante del programa.</p>
------------------------	--	--

C R 75 años	Por medio de la iglesia porque ahí lo anunciaron y ahí me enteré del programa.	La divulgación de su existencia es importante porque permite nuevas integrantes cada año.
L C 78 años	Lo dijeron aquí en la iglesia, entonces yo vine el día que fue la inauguración.	Muchas vinieron por curiosidad pero ahora tienen años de asistir.
Z S 77 años	Que yo salí a caminar, salí a caminar, hacer ejercicio porque me había recomendado que el doctor hacer ejercicio y salí a caminar, pero que con eso una amiga me dijo que aquí había un programa de para ejercicios y me vine para acá y me ha gustado y me ha caído bien.	Ven beneficios físicos a nivel personal lo que permite que motiven a otras personas a que asistan.
M C 63 años	Sola, escuchaba sobre él	Es conocido el programa lo que permite nuevas integrantes cada mes.

2. Tiempo de asistir al programa

Z H	5 años
C R	4 años, empecé en el 2004
L C	7 años
Z S	5 o 6 años
M C	6 años

3. ¿A qué actividades ha asistido dentro del programa?

Z H	Gimnasia y clase educativa
C R	A todas gimnasia, Taichí, actividades de la tarde.
L C	La gimnasia, a pláticas y excursiones.
Z S	A gimnasia y Taichí.
M C	Gimnasia y tardes educativas.

4. ¿A qué actividades asiste actualmente dentro del programa?

Z H	Gimnasia y clase educativa
C R	A todas gimnasia, Taichí, actividades de la tarde.
L C	Sólo a las pláticas que dan ustedes y a la gimnasia
Z S	A gimnasia, Taichí, tardes educativas y las excursiones.
M C	Gimnasia

5. ¿Qué beneficios ha obtenido a nivel personal al asistir al programa?

Z H	"Muchos seño porque yo me siento muy bien y he superado y padezco de presión alta"
C R	"Pues buenos porque yo vine al programa que la doctora me mandó porque tenía muchos dolores en las articulaciones y entonces ella me dijo que buscara un lugar donde hubiera Taichí pero yo me quedé a las 2 cosas y me ha hecho muy bien, me ha ayudado bastante"
L C	Pues hacer amistades y a sentirme con la gimnasia me siento mejor, me siento más ágil y me siento más contenta.
Z S	Me ha ayudado en la forma de que padezco mucho de dolor de cuerpo, los ejercicios me ha caído bien y el Taichí.
M C	He sentido que me cae bien.

6. ¿Qué beneficios ha obtenido su familia del programa?

Z H	Si, mis hijas pues ellas están contentas de ver que yo he avanzado bastante en el programa pues ellas se daban cuenta de que yo estaba bastante mal emocionalmente por la muerte de mi esposo.
C R	Están muy contentos principalmente mis nietos porque ellos me dicen que bueno abue que usted esté recibiendo Taichí porque una de ellas ya tiene 21 años y ella lee los beneficios que da el Taichí, cada paso para que del cuerpo entonces ella dijo que está muy contenta y estan muy contentos los tres de que yo esté viniendo en las actividades que no me las pierde dicen ellos.
L C	Ninguno, no me comentan nada.
Z S	Ninguno
M C	Ninguno

7. ¿Qué opina del programa?

Z H	Es una maravilla este programa porque le ayuda a uno mucho salir adelante.
C R	Ay el programa es una maravilla verdad que mire todo lo que uno recupera de lo que ustedes enseñan y los primeros 2 años que yo vine pues vinieron a darnos muchas pláticas, dos doctores creo y otras, señoritas hablarnos de alimentación. En fin entonces si me gusta mucho porque se aprende cosas que a uno aunque sea grande uno no sabe, entonces a mi me ha llenado mucho y estoy contenta de estar aquí.

LC	Que está bonito y que ojalá no lo quiten.
ZS	Bonito, está bueno yo no quiero que lleve a cabo que lo lleguen a quitar no.
MC	Cae bien para todos, para divertirse, relajarse y distraerse.

8. Usted recomendaría el programa a otras personas. ¿Por qué?

ZH	Claro que sí lo recomendaría, hace poco le dije a una señora pero no quería por las religiones y le dije ahí no están viendo la religión; tome mi ejemplo mió, porque acaba de morir su esposo también, pero ya está viniendo.
CR	Si claro que sí, yo por lo menos si les he recomendado al decir vayan porque cuando yo llegué al programa yo no podía mover la mano izquierda y tenía una pelota como por acá, que me había hecho y cuando hacía la gimnasia me dolía pero al poco tiempo me alivio bastante, entonces yo si les recomiendo a las personas.
LC	Pues si, porque se distrae uno bastante y uno tiene que dedicarle un poquito de tiempo a su persona. Uno se dedica tiempo al venir al programa. Porque estando en la casa que uno ya hace esto que hace el otro y uno que? nada.
ZS	Si lo he recomendado porque a mi me ha hecho bien y hay señoras ya grandes que no tratan, no hacen por venir y yo las he recomendado hasta la dirección les he dado para que vengan.
MC	Si, porque uno se siente bien para la salud.

Dentro de las respuestas recibidas ante las interrogantes planteadas se presentan las siguientes:

“Ya que yo superé la depresión que yo tenía y cada día siento más mío el programa”
“Yo me siento muy bien en el programa” “Mi familia está contenta de ver que yo he avanzado bastante en el programa, porque yo estaba bastante mal” “El programa es una maravilla, porque mire todo lo que uno se recupera en su estado de salud, después todo lo que ustedes enseñan” “A mí me ha llenado mucho y estoy contenta de estar aquí”

Por lo anterior y en base a los resultados de las entrevistas que se aplicaron se pueden mencionar los siguientes aspectos:

- ❖ El programa ha beneficiado de forma social, psicológica, física y afectivamente a las asistentes, porque les ha permitido conocer, convivir y compartir con otras personas. Ya que muchas de ellas son viudas o viven solas. Asimismo les ha ayudado a fortalecer sus capacidades y habilidades.
- ❖ Los temas que se trabajan en el programa también es de beneficio a terceras personas entre las que se encuentran: hijos, nietos, hermanos entre otros.
- ❖ Algunas de las asistentes al inicio sólo querían conocer el programa, pero les gustó mucho las actividades que allí se realizan, por lo que aún continúan asistiendo; de esto ya hace 6 años.
- ❖ En la participación de actividades culturales y recreativas las asistentes demuestran todas sus habilidades artísticas y creatividad. Porque en cada una de ellas ponen todo su interés, confianza y esfuerzo para lograr la meta u objetivo que se plantean.

Logros

- ✓ La población que asiste al programa integral "San Francisco de Asís" confía mucho en él, en la coordinación y equipo multidisciplinario que lo dirige.
- ✓ Las asistentes se dieron cuenta que tienen muchas habilidades y capacidades por conocer o que han olvidado por el transcurrir de los años.
- ✓ Se logró compartir puntos de vista y aprender de la experiencia de vida que cada integrante posee.

3.4 OTRAS ACTIVIDADES

El número de asistentes a las actividades complementarias varía de acuerdo a la actividad; aunque en su mayoría el número oscilaba entre 30 a 45 asistentes aproximadamente.

Dentro de estas actividades se pueden mencionar las siguientes:

Mayo 2007	Celebración del día de la Madre Excursión "Panajachel"
Junio	Organización y planificación de actividades del segundo semestre
Julio	Caminata a Cayalá
Agosto	Tarde cultural

Septiembre	Elección de Reina Coronación de Reina Tarde cívica Excursión a "Amatitlán"
Octubre	Celebración del día del abuelo y la abuela Presentación de baile, gimnasia y Taichí en la Escuela de Trabajo Social
Noviembre	Ensayo de coro Convivio Navideño
Enero 2008	Inscripciones 2008 Organización y planificación de actividades del primer semestre con coordinación
Febrero	Organización y planificación de actividades del primer semestre con equipo multidisciplinario Día del cariño Aniversario del Programa Viaje de aniversario
Marzo y Abril	Reuniones con la Licda. Elsa Arenales Encargada del Programa "San Francisco de Asís"

Asimismo a lo largo de cada mes se realizaron reuniones con la licenciada Elsa Arenales, coordinación y equipo multidisciplinario para organizar, planificar y evaluar los talleres, celebraciones y actividades especiales.

Logros

- ✓ La mayoría de la población asistente al programa integral "San Francisco de Asís" trata de participar en las actividades y celebraciones que se organizan; las cuales están enfocadas exclusivamente para ellas.
- ✓ Estas actividades permiten que las asistentes lograrán demostrar sus habilidades artísticas y capacidades que han dejado de aplicar o practicar por el transcurrir de los años; entre los que se pueden mencionar la dramatización, bailes, canto, declamación entre otros.
- ✓ A través de estas actividades se logró compartir y conocer a las señoras desde otra perspectiva. Especialmente las excursiones permitieron conocer más a fondo algunas situaciones familiares, personalidades y sobre todo valorar a la población de la tercera edad, porque a pesar de la edad que puedan presentar siempre están dispuestas a participar con entusiasmo y activamente en las actividades que se le planteen o asignen.
- ✓ Estas actividades también permitieron conocer más a fondo y compartir con cada integrante del grupo multidisciplinario y establecer una amistad que actualmente persiste.

CAPITULO IV

ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS

4.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

La participación de las asistentes permitió llevar a cabo los objetivos planteados dentro de este subprograma, aunque al inicio no fue como se esperaba. Entre los factores que no permitieron que se lograra la asistencia al proceso individual; está la poca apertura de las asistentes al trabajo, especialmente por el temor a expresar y dar a conocer problemáticas personales. Otra razón que también afectó fueron los patrones de crianza o sociales, los cuales no permitieron que expresaran sus sentimientos o ideas, porque creen que no tiene derecho a expresar lo que siente o piensan. Lamentablemente lo anterior son ideas erradas que se transmiten de generación en generación. Muchas de ellas por su edad optaron por vivir con la problemática, sobrellevar su vida de esa forma y en algunos casos ellas resolvieron por sí solas las situaciones.

Con la población que se logró trabajar individualmente fue un grupo pequeño aunque en su totalidad sólo requerían ser escuchadas y compartir alegrías o tristezas. Lo anterior hizo que la interacción terapeuta y pacientes se volviera más frecuente, sincera y confiable; lo anterior sin perder el sentido del proceso psicoterapéutico. Hay que tomar en cuenta que el adulto mayor es más vulnerable a su entorno, la necesidad de afecto y la atención que les fue brindada paulatinamente, les permitió hacer cambios positivos a su vida diaria.

La parte grupal fue difícil trabajarla en la forma en que se había planteado al inicio del proceso, debido a que las asistentes al programa no disponían del tiempo para que se realizará los días miércoles; porque se pretendía que el proceso grupal fuera una actividad independiente de las otras. Por lo anterior se tomó la decisión de integrarlo al área educativa. El grupo de apoyo tenía como objetivo hacer que las personas exteriorizaran su problemática y a la vez recibir apoyo moral de las compañeras del programa. Lo anterior les benefició bastante porque les servía de

catarsis; en algunos casos expresaron las situaciones a través de llanto, con lo cual lograban sentirse más tranquilas, además las asistentes al grupo brindaban su apoyo, algunos comentarios y/o soluciones a la problemática planteada. Al inicio fue un poco difícil la participación de las asistentes a comentar sus preocupaciones por que las situaciones comentadas eran muy personales, por lo que se optó realizar la actividad a través de papelito; en los cuales ellas planteaban los problemas y luego se le daba lectura, para que en conjunto se dieran soluciones o recomendaciones. Con el tiempo ellas optaron por comentar sin necesidad de hacerlo de forma escrita, sino lo realizaban de forma verbal. Lo anterior también dependió de la personalidad de cada asistente, porque en algunos casos exteriorizaban sin temor o pena, mientras que en otros realizaban su intervención a través de la forma escrita.

Otro instrumento utilizado en todo momento fue la oración para poder aceptar que a través de un poder supremo podían resolver o descargar cualquier problema de la vida diaria, ya que todas asisten a la iglesia con regularidad, confían y creen en la parte espiritual. Algo muy interesante de este aspecto es que aunque no todas compartían la misma creencia religiosa, esto no impidió o fue un obstáculo para que se establecieran y fortalecieran algunos valores como la armonía, compañerismo, generosidad, amistad, colaboración, sobre todo el respeto y la fé.

El grupo asistente expresó que se sentía muy bien con la creación del grupo de apoyo, porque podían compartir problemáticas y sentían el apoyo e interés de las demás. Asimismo se alcanzó la sociabilidad de mejor manera y lograron conocerse más a fondo.

Se considera que la parte grupal es la más conveniente para trabajar con la población porque a veces las señoras no tienen la suficiente confianza para solicitar o expresar de forma individual una problemática y prefieren callar. Mientras que en la forma grupal, el hecho de conocer que otras personas presentan la misma problemática, les permite confiar, exteriorizar sus emociones y expresar lo que piensan. Dentro de los temas trabajados en el grupo de apoyo se pueden mencionar varios, pero los que destacan o tuvieron mayor efecto en la población están: el alcoholismo, el duelo, la soledad, la depresión y la violencia intrafamiliar. Estas

problemáticas afectan de forma directa o indirecta a la población sin importar la edad o condición social. Y tomando en cuenta que era un grupo de adulto mayor se optó por transmitir estos conocimientos o temas a través de lecturas, historias, mensajes, frases y juegos. Sin perder la parte informativa y formativa de cada uno. Esta forma dinámica en que se desarrollaron permitió la apertura de la población, para expresar lo que sentían o pensaban de la situación planteada. Es importante destacar que éstos se abarcaron desde el punto de vista social y psicológico, dándole mayor importancia a la parte emocional pues muchas veces es la más afectada en el ser humano.

Tomando en cuenta que al final se logró que la mayoría participará y exteriorizará sus problemas, aunque se realizara de forma oral y/o escrita. También se puede destacar que las señoras lograron estrechar lazos de amistad y compañerismo, lo cual es beneficioso para alcanzar las metas del programa y sobretodo permitirle a cada asistente sentirse bien emocionalmente y verse bien físicamente, tomando en cuenta que ambas áreas están relacionadas y el ser humano es reflejo de lo que vive y siente. Sin importar la edad del mismo, y con mayor razón si se trata del adulto mayor, que tiene tantas carencias afectivas por el ambiente en que se desarrolla o que es desplazado por su edad a un segundo plano dentro del núcleo familiar, esto cuando existe uno; porque muchas veces son adultos mayores que viven solos.

Afortunadamente en relación al espacio físico se contó con el adecuado, tanto para el área individual como grupal, lo que permitió desarrollar los objetivos planteados.

Este proceso fue de gran beneficio para la población como para la terapeuta porque se obtuvieron muchas experiencias enriquecedoras, las cuales sólo pudo ofrecer un grupo de señoras con una gran experiencia de vida.

4.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

Al inicio del proceso psicológico esta área se llevaba independiente del área de Trabajo Social, pero después de analizar algunos factores como la poca afluencia de personas, el tiempo y objetivos del programa, se decidió unificar ambas áreas; Trabajo Social y Psicología. Esto fue de gran beneficio para el programa porque cada tema trabajado se enfocaba desde las dos áreas. Los temas trabajados fueron de acuerdo a las necesidades encontradas en la población y desde diferentes puntos de vista o enfoques. Con lo anterior se logró que el proceso fuera integral para cada una de las necesidades de la población asistente.

El abordaje de los temas se realizó desde el enfoque social y psicológico; porque se unificaron estas dos áreas como se mencionó al inicio; con el fin de beneficiar a la población. La forma de impartirse cada tema fue amena y dinámica tomando en cuenta que se estaba trabajando con el adulto mayor y era necesario que las actividades fueran acopladas a sus necesidades de atención, audición y retención; por lo que fue necesario hacer uso de diferentes dinámicas de motivación, utilización de carteles, mensajes, dados didácticos, tarjetas, mensajes, murales, juegos, memorias, crayones, dramatizaciones, dibujos, cuentos, mímicas, y bailes de acuerdo a los temas que se desarrollaron. Aquí se pudo observar y conocer las capacidades que tienen las señoras, porque las actividades que se plantearon y realizaron, permitieron que las demostraran.

Este subprograma era muy esperado por las asistentes porque recibían información de temas de mucho interés a nivel personal y familiar. Entre los temas trabajados se pueden mencionar: gimnasia cerebral, autoestima, las emociones, inteligencia emocional, expresión corporal, artística, el colesterol, presión arterial, entre otros. Se abordaron temas del área física, emocional y social. Los cuales contribuyeron a tener una mejor visión de cada asistente; por el intercambio de opiniones y comentarios en relación a los temas planteados.

También estos talleres favorecieron la expresión de emociones y sentimientos, ya que las asistentes requerían liberar tensiones, para lo cual fue necesario utilizar

bailes y las dramatizaciones, las cuales fueron estrategias de mucho agrado y aceptación para la población. Conforme se fue trabajando se desarrolló un ambiente más cálido y amigable, en todo momento se pudo observar la colaboración de las asistentes respondiendo motivadas a las actividades planteadas.

El programa planifica sus actividades por semestre, lo cual favorece porque se organizan actividades especiales como tardes culturales, caminatas, excursiones, celebraciones de días especiales y festivos. Esto ayuda a tener otro punto de vista de las asistentes, en especial las excursiones; porque con estas actividades se logra tener otra perspectiva. Estas actividades permiten conocer más a fondo las experiencias de vida de cada una; las cuales no se pueden percibir en un período de una o dos horas, que es lo que normalmente duran las tardes educativas. Este grupo asistente también demostró lo dinámico, entusiasta y creativo que pueden ser sin importar su edad o salud física. Porque han logrado que las conozcan a nivel de comunidad, a través de presentaciones de bailes y obras teatrales que montan bajo la dirección de las epesistas o por las coordinadoras.

Dentro del grupo participante se logró observar que se fortalecieron los lazos de amistad, compañerismo, apoyo, autoestima, solidaridad e interés por todas las asistentes.

Para el desarrollo de subprograma se contó con el apoyo del equipo multidisciplinario el cual estaba formado por: una practicante de Trabajo Social, ECTAFIDE y la epesista de Psicología.

Es importante destacar el trabajo que realiza el equipo multidisciplinario, la responsabilidad que cada uno tiene dentro del grupo, porque si uno falla esto perjudica a todos los integrantes y sobretodo el éxito de las actividades planificadas. Al inicio del EPS éste fue una de las limitantes; porque cada uno tenía sus propios objetivos, los cuales no estaban en función del trabajo integral. Afortunadamente se logró modificar y acoplar cada área, para obtener un proceso integral y beneficiar a la población.

La coordinación que se logró posteriormente permitió que se planificaran exitosamente las actividades y que se obtuvieron buenos resultados en cada una de

las actividades realizadas. Afortunadamente las integrantes del equipo multidisciplinario se acoplaron entre sí, lo que contribuyó al avance y desarrollo positivo de las actividades del programa, porque cada una conocía sus responsabilidades y deberes dentro de la institución. La personalidad de cada una favoreció para llevar a cabo las actividades planificadas de forma práctica, coordinada, amena y divertida, lo cual se pudo ver reflejado en las actividades que se planificaron y ejecutaron. Por último se puede mencionar que se establecieron lazos de amistad dentro de éste equipo, lo cual fue de gran beneficio para llevar a cabo de mejor manera las actividades y en un ambiente agradable para toda la población y para las integrantes del equipo multidisciplinario.

4.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

A través de la asistencia y participación dentro del programa se pudo observar que las asistentes se caracterizan por ser dinámicas, con mucha imaginación, con habilidades artísticas y con mucho entusiasmo para desarrollar las actividades tanto prácticas como teóricas; que se plantean en el programa, sin importar enfermedad o edad de las asistentes. Lo anterior es producto o resultado de la participación y asistencia al programa Integral del adulto mayor "San Francisco de Asís". Por lo anterior se planteó el tema "La valoración que las señoras tienen del programa del adulto mayor".

Al entrevistar a cada persona se pudo conocer qué beneficios ha obtenido la población del programa, los cuales se han reflejado en tres áreas: la física, ésta se ha trabajado por medio de la gimnasia, la cual les ha ayudado a tener una mejor salud y condición física. En lo emocional su autoestima se ha reforzado y aumentado, han afrontado situaciones difíciles con el apoyo de compañeras y amigas. Aquí han encontrado el apoyo que necesitan en muchas ocasiones. Y el área educativa, ha contribuido a tener conocimiento de temas diversos que serán de gran

beneficio personal y familiar; porque las asistentes comparten y transmiten lo aprendido en el programa a sus hermanos, hijos o nietos

Un factor importante dentro del programa es la estructura organizativa con la que cuenta; porque sin ella no se podrían llevar a cabo todas las actividades. El programa cuenta con el apoyo directo del área de extensión; el cual es parte de la Escuela de Trabajo Social y un grupo de diez coordinadoras integrantes del programa quienes tienen a su cargo las finanzas, cultura, deportes y recreación. También es importante mencionar el trabajo que realiza cada integrante del grupo multidisciplinario, porque complementa la organización del programa. El trabajo y la unión del grupo de coordinadoras y equipo multidisciplinario es un factor importante dentro del proceso y funcionamiento del programa, ya que sin éste no se podrían ejecutar las actividades o no tendrían el éxito que se tiene. Por lo anterior es importante el rapport que se establezca entre coordinadores y equipo multidisciplinario, porque a lo largo del proceso es importante contar con apoyo y confianza mutua.

Aquí es donde se ve reflejado el éxito que ha tenido el programa dentro de la comunidad a la que pertenece. El programa tiene alrededor de seis años que abrió sus puertas para atender a la población de la tercera edad que lo necesita, y que como parte de una sociedad en donde ésta etapa generacional queda en un segundo o tercer plano, por tanto se cree que no pueden brindar mayor apoyo o ayuda a la sociedad a la que pertenecen.

El programa está diseñado para trabajar con población femenina y masculina pero lamentablemente el género femenino es el que se inclina más a este tipo de programas, esto no quiere decir que no se acepten personas del género opuesto, de hecho hace algunos años sí había asistencia de dos o tres personas del género masculino, pero dejaron de asistir.

Es importante destacar que la publicidad del programa se realiza generalmente al inicio del año, a través de carteles y dentro de las misas que se realizan en la iglesia. El programa funciona en dos jornadas: la matutina y la vespertina, lo anterior con el objetivo de beneficiar a toda la población que desee formar parte él.

Aunque dentro de las limitantes en esta área se puede mencionar que lamentablemente no se cuenta con ningún integrante del equipo multidisciplinario en la jornada matutina. Lo anterior perjudica el contacto directo con esta población y únicamente se les llega a conocer a través de las actividades especiales; como excursiones, caminatas o celebraciones. Anteriormente si había estudiantes y epesistas, para trabajar, pero desafortunadamente no asistían o eran muy pocos los asistentes a las actividades planificadas. Por lo que la coordinación y departamento de extensión del área de Trabajo Social optó por solicitar estudiantes únicamente en la jornada vespertina, tomando en cuenta que en esta jornada era más funcional que en la otra. Posiblemente un factor que pudo contribuir a esto es la situación económica de las asistentes, porque la jornada de la mañana tiene mejores condiciones económicas que la población de la tarde. Por la misma situación la población de la tarde valora más el apoyo y ayuda que se les brinda; en su mayoría son amas de casa y vendedoras del mercado aledaño. También se debe mencionar que hay personas que hacen uso del programa al ciento por ciento ya que asisten a las dos jornadas del programa, y algunas de ellas son las de mayor edad.

El promedio de asistencia a lo largo de este año se ha mantenido entre 80 a 100 asistentes aproximadamente, este número varía cada año, hay años en los que ha habido poca población y en otros más. Dentro de este grupo hay señoras que están desde el inicio del programa. También existe un grupo poblacional que por diversas razones deja de asistir al programa o se ausenta por semanas o días; entre ellas están las abuelas que cuidan a los nietos, problemas de salud, actividades propias del hogar y situación económica. También está la época lluviosa que es un factor que contribuye a la poca afluencia de población, debido a que el cien por ciento de la población es adulto mayor y tienden a enfermarse con facilidad y más si no se cuidan. Aunque esto es un factor que está fuera de nuestro alcance el poder evitarlo.

Lo anterior influye fuertemente en la decisión de asistir a las actividades del programa. Pero tomando en cuenta que esto es pasajero, algunas señoras se integran posteriormente a la situación presentada. Mientras que hay otro grupo que no lo hace o prefiere esperar hasta el próximo año.

Cada integrante del programa tiene una experiencia de vida que contribuye a que cada día se enriquezca más y que ayude a otras que lo necesitan. Las asistentes ven y sienten el programa como parte de su vida, que en él pueden realizar y llevar a cabo diversas actividades que en algún momento no realizaron cuando eran jóvenes o que habían olvidado a través de los años.

Cabe mencionar que la población tiene más tendencia de asistir al programa cuando se realizan actividades prácticas o físicas, como gimnasia, excursiones, bailes, dramatizaciones, lo anterior les favorece a expresarse libremente, vivir y disfrutar cada día de su existencia. También dan a conocer sus habilidades ante un público, que en ocasiones son ellas mismas y en otras son personas ajenas al programa. Lo cual es importante hacer notar, esto podría contribuir al programa; con el fin de crear nuevas áreas de aprendizaje y desarrollo; como el área de expresión en la cual se puede incluir la pintura, el baile, el teatro entre otros. Lo cual sería muy beneficioso para que más personas estuvieran interesadas en asistir al mismo.

Las asistentes han visto grandes beneficios en ellas a nivel físico, emocional y personal, por lo que recomiendan el programa a otras personas, además que dentro de él se sienten como en familia y desean que los demás también puedan disfrutarlo y vivirlo.

4.4 ANÁLISIS DE CONTEXTO

El programa de atención integral para el adulto mayor ha sido de gran beneficio para la comunidad, porque se puede brindar apoyo físico, social y psicológico a la población que asiste, e incluso a los familiares de éstas personas, debido a que hay situaciones que requieren la intervención oportuna del área social y en su mayoría la psicológica. Las asistentes al conocer que se trabaja el área de psicología; piden el apoyo y orientación para familiares como hijos, nietos o vecinos, como es el caso de dos adolescentes y un niño que fueron atendidos dentro del programa. Estos casos

sólo quieren ser escuchados y orientados. Pero también puede darse alguna situación que no pueda trabajarse en el programa; por lo que se hace necesario trasladar el caso a otra institución en la cual le puedan brindar la ayuda necesaria. Lo anterior tomando en cuenta que el programa y las actividades que se llevan a cabo fueron diseñadas específicamente para trabajar con el adulto mayor.

Actualmente en el programa hay alrededor de 100 personas inscritas, las cuales están comprendidas entre las edades de 50 a 80 años de género femenino. El grupo de asistentes varía de acuerdo a la actividad; a las actividades que más asisten es a tardes educativas y a la clase de gimnasia. Actualmente el número de asistentes al programa y a las diversas actividades ha aumentado en comparación a años anteriores.

En relación al espacio físico la institución cuenta con varios salones los cuales se pueden utilizar para el trabajo individual o grupal, sin interferir con las otras actividades del programa.

Dentro de los aspectos positivos que se pudieron observar durante el proceso de EPS fue la empatía que se va creando entre las epevistas, las coordinadoras y población asistente al programa.

Además brindó la oportunidad de conocer más a fondo a esta población, que forma parte de nuestra sociedad aunque no se le da el lugar que debe ocupar. Pues ellas podrían brindar muchas experiencias de vida y sabiduría. Además que muchos creen que ya no tienen la capacidad de realizar actividades, lo cual no es cierto, ellas tienen mucha energía la cual canalizan a través de diferentes actividades.

Esta fue una experiencia satisfactoria porque permitió compartir con otras personas de diferentes unidades de estudio, las cuales se vieron complementadas en el trabajo de equipo multidisciplinario. También se puede mencionar la buena relación con las coordinadoras quienes en todo momento brindaron su apoyo.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

5.1.1 Conclusiones generales

- El conocimiento teórico y las prácticas previas realizadas, fue un marco de referencia e importante para ejercer el Ejercicio Profesional Supervisado, éste proporciona experiencias las cuales van a contribuir al desarrollo profesional de la epeista.
- La convivencia y relación que se establece entre la población y los epeistas es de suma importancia; pues ello contribuye al éxito y alcance de las metas que se hayan planteado al inicio del proceso.
- El trabajo multidisciplinario que se realiza dentro del programa del adulto mayor es de gran beneficio para la población asistente, ya que le permite obtener resultados a nivel integral, pues cada estudiante da un enfoque diferente y propone estrategias de solución interrelacional y factibles.

5.1.2 Subprograma de servicio

- El trabajo grupal es más eficaz y aceptado por la mayor parte de la población asistente al programa, por lo que es más beneficioso que la terapia individual.
- A través del grupo de apoyo el adulto mayor puede expresar sus problemáticas, ideas o sentimientos, lo cual permitirá modificar actitudes o formas erróneas de pensar.

5.1.3 Subprograma de docencia

- Los talleres y charlas impartidas cumplieron la función de transmitir y reforzar conocimientos en la población asistente al programa.
- El trabajo en equipo es muy importante y sobre todo si se trata de diversas áreas como sucedió en el equipo multidisciplinario. Porque las actividades se planifican y se ejecutan exitosamente.
- El trabajo multidisciplinario que se realizó en cada uno de los talleres fue de gran beneficio para la población; porque los temas eran abordados desde tres disciplinas o áreas; la social, física y la emocional. Logrando así resultados integrales.

5.1.4 Subprograma de investigación

- El programa ha sido de gran beneficio para toda la población que asiste; porque se abarca el área social, física y psicológica. Logrando así un proceso integral en beneficio de todas las asistentes.
- Las integrantes encuentran en el programa apoyo, afecto, amistad y compañía. Los anteriores son factores importantes dentro de un grupo; porque estos contribuyen a una permanencia dentro del mismo.
- Las diferentes actividades que se desarrollan dentro del programa ayudan a la población a mejorar y restablecer su estado de salud física y emocional.
- La forma dinámica del programa ha permitido que la población sea participativa, extrovertida y comunicativa.

5.2 RECOMENDACIONES

5.2.1 Recomendaciones generales

- Que las integrantes del equipo multidisciplinario sigan trabajando conjuntamente como se hizo a lo largo del proceso. Organizar y planificar en grupo las actividades del programa, tratando que cada uno exponga su punto de vista para abordar los temas y actividades desde las diversas disciplinas que conforman el equipo.
- Que se realicen actividades que permitan la convivencia y relación entre la población y epevistas.
- Que el epevista o parte del equipo multidisciplinario pueda brindar el apoyo o servicio en ambas jornadas del programa, para beneficiar a toda la población asistente en un cien por ciento.
- Continuar con la publicidad del programa Integral del Adulto Mayor “San Francisco de Asís” a la comunidad y a la sociedad en general.
- Que el estudiante epevista tenga los conocimientos teóricos y prácticos relacionados al área de psicología, porque son parte fundamental en el proceso.

5.2.2 Subprograma de servicio

- Fortalecer el trabajo grupal para que se obtengan mayores resultados que beneficien a la población asistente.
- Proveer del mobiliario adecuado a la epesista para la tención psicológica de la población que lo requiera, y buscar mecanismos para hacer del proceso individual algo común dentro de la población.
- Seguir trabajando el grupo de apoyo integrado al área educativa, porque se ven grandes y positivos resultados dentro de la población.

5.2.3 Subprograma de docencia

- Los temas ha implementar que se desarrollen de forma sencilla y dinámica para la comprensión de todos los asistentes. Logrando así transmitir y reforzar los conocimientos.
- Que los temas a desarrollar vayan en función de las necesidades emocionales, físicas, personales y sociales de la población.
- Seguir trabajando los temas desde las tres perspectivas que conforman el equipo multidisciplinario: el área física, social y psicológica. Y al hacerlo realizarlo de forma integral y no independiente una de la otra.

- Que el equipo multidisciplinario participe en las actividades complementarias que se realizan dentro del programa con el fin de compartir con la población y conocerlas desde otro enfoque o punto de vista.

5.2.4 Subprograma de investigación

- Continuar trabajando y planificando conjuntamente las áreas de Psicología, Trabajo Social y Ectafide para obtener resultados integrales en la población.
- Fortalecer los lazos de amistad, compañerismo, afecto y apoyo, en la población asistente. Porque muchas de ellas buscan en el programa éste apoyo y es parte esencial para que permanezcan en él.
- Seguir realizando actividades en el área física y emocional para contribuir a la salud integral de las asistentes al programa.
- Que las actividades que se realicen en el programa logren la participación activa y dinámica de la población.
- Seguir trabajando conjuntamente el área de Extensión de la Escuela de Trabajo Social, las coordinadoras y equipo multidisciplinario del programa para lograr un desarrollo exitoso de las actividades que se planifiquen. Así lograrán continuar como programa modelo.

BIBLIOGRAFIA

LIBROS DE TEXTO

1. Catálogo de comunidades 1983;
2. Documento de apoyo Programa de atención integral al adulto mayor del Centro de Día "San Francisco de Asís"
3. Guatemala, ciudad, Enciclopedia Encarta 2001 Microsoft Corporation, derechos reservados.
4. Guatemala, ciudad, Enciclopedia Encarta 2007 Microsoft Corporation, derechos reservados.
5. Mira y López, Emilio, (1961) Hacia una vejez joven, Buenos Aires: Kepelusz Editorial
6. Morales Calatayud Francisco, (1999) Introducción a la Psicología de la salud
Buenos Aires: Paidós Editorial
7. Smith, Jonathan, (2001) Entrenamiento ABC en relajación
España: Desclae de Brouwer, S.A. Editorial

PAGINAS WEB

1. <http://www.acnefi.com/revista/n00720.htm> 16 de marzo 2007
2. <http://www.monografias.com/trabajos14/psicolvejez/psicolvejez.shtm>
consulta 3/03/07
3. <http://www.monografias.com/trabajos23/terceraedad-educacion/terceraedad-educacion.shtm/> 10 de marzo 2007
4. <http://es.wikipedia.org/wiki/Geriatria> 10 de marzo 2007
5. http://es.wikipedia.org/wiki/Terapia_cognitiva 16 de marzo 2007

ANEXO

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS CUM
PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR "SAN FRANCISCO DE ASÍS"
SUBPROGRAMA DE INVESTIGACION**

TEMA:

"La valoración que las señoras tienen del programa del adulto mayor".

DATOS PERSONALES

NOMBRE _____

EDAD _____ ESCOLARIDAD _____

DIRECCION _____

TELÉFONO _____ FECHA _____

PERSONAS CON LAS QUE VIVE _____

DATOS PSICOSOCIALES

1- ¿Cómo conoció el programa? _____

2. ¿Cuánto tiempo tiene de asistir al programa? _____

3. ¿A qué actividades ha asistido dentro del programa? _____

4. ¿A qué actividades asiste actualmente dentro del programa? _____

5. ¿Qué beneficios ha obtenido a nivel personal al asistir al programa?_____

6. ¿Qué beneficios ha obtenido su familia del programa?_____

7. ¿Qué opina del programa?_____

8. Usted recomendaría el programa a otras personas. SI NO ¿Por qué?
