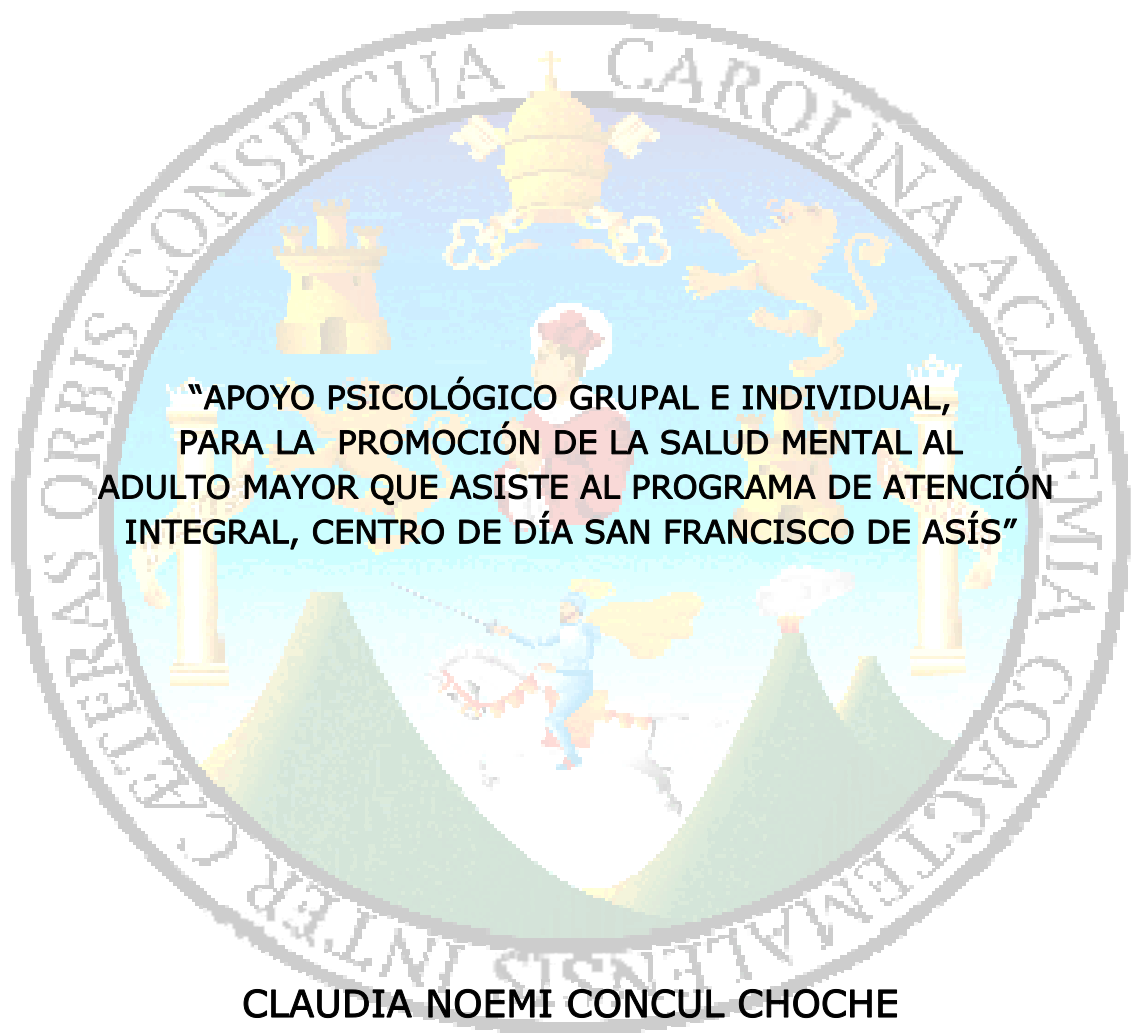


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



**"APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL,
PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL
ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN
INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS"**

CLAUDIA NOEMI CONCUS CHOCHÉ

GUATEMALA, FEBRERO DE 2011.

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**“APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL,
PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL
ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN
INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS”**

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

POR

CLAUDIA NOEMI CONCUL CHOCHÉ

PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE

PSICÓLOGA

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

LICENCIATURA

GUATEMALA, FEBRERO DE 2011.

MIEMBROS CONSEJO DIRECTIVO

Doctor César Augusto Lambour Lizama
DIRECTOR INTERINO

Licenciado Héctor Hugo Lima Conde
SECRETARIO INTERINO

Jairo Josué Vallecios Palma
REPRESENTANTE ESTUDIANTIL
ANTE CONSEJO DIRECTIVO



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"
Tel 24187530 Telefax 24187543
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

C.c. Control Académico
EPS
Archivo
REG.194-2008
DIR. 335-2010

De Orden de Impresión Informe Final de EPS

10 de noviembre de 2010

Estudiante
Claudia Noemi Concul Choche
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Transcribo a usted el ACUERDO DE DIRECCIÓN SEISCIENTOS NOVENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIEZ (697-2010), que literalmente dice:

"SEISCIENTOS NOVENTA Y SIETE: Se conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: **"APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL, PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por: .

CLAUDIA NOEMI CONCUL CHOCHÉ

CARNÉ No. 200021605

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por el Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez y revisado por el Licenciado Domingo Romero Reyes. Con base en lo anterior, se **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"



Doctor César Augusto Lambour Lizama
DIRECTOR INTERINO

Nelveth S.



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"
Tel. 24187530 Telefax 24187543
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC

RECEBIDO
16 NOV 2010

FIRMA: [Signature] HORA: 16:10 Registro: 194-08

Reg. 194-2008
EPS. 213-2007

10 de noviembre del 2010

Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha asesorado, supervisado y revisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de **Claudia Noemi Concul Choche**, carné No. **200021605**, titulado:

"APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL, PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS."

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 ENSEÑADA A TODOS" ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO
COORDINACION
USAC

Licenciada Claudia Rossana Rivera Maldonado
COORDINADORA DE EPS

/Dg.
c.c. Control Académico



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9^a Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Reg. 194-2008

EPS. 213-2007

10 de noviembre del 2010

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 Claudia Noemi Concul Choche, carné No. 200021605, titulado:

"APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL, PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS."

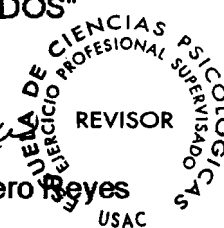
De la carrera de Licenciatura en Psicología

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. 24187530 Telefax 24187543
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Reg. 194-2008
EPS. 213-2007

05 de octubre del 2010

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 **Claudia Noemi Concul Choche**, carné No. **200021605**, titulado:

"APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL, PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS."

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 ENSEÑAR A TODOS"

Licenciado **Rafael Estuardo Espinoza Méndez**
Asesor-Supervisor



/Dg.
c.c. Expediente



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
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.194-2008

CODIPs.661-2008

De Aprobación de Proyecto EPS

16 de abril de 2008

Estudiante

Claudia Noemi Concul Choche
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CUADRAGÉSIMO QUINTO (45o.) del Acta DIEZ GUIÓN DOS MIL OCHO (10-2008) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 10 de abril de 2008, que literalmente dice:

"CUADRAGÉSIMO QUINTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: "APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL, PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL, CENTRO DE DÍA SAN FRANCISCO DE ASÍS", de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

CLAUDIA NOEMI CONCUL CHOCHÉ

CARNÉ No. 200021605

Dicho proyecto se realizará en la ciudad capital, asignándose a la Licenciada 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"


Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA



/rut



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL

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

PBX. 4439500 Extensiones: 1454 - 1456 - 1457 - 1459

Tels. Directos: 4769590 - 4769602 - 4762063 - 4762065 - 4767612 - 4767629

DEXT-80/2010

Guatemala, 10 de noviembre de 2010

Licenciada
Claudia Rossana Rivera Maldonado
Coordinadora de EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
Presente

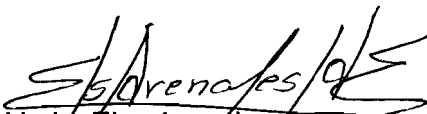
Licenciada Rivera:

Me dirijo a usted para informarle que la estudiante: CLAUDIA NOEMI CONCUL CHOCHÉ con carné No.200021605 realizó su Ejercicio Profesional Supervisado de Psicología en el Programa de Atención Integral al Adulto Mayor en el Centro de Día "San Francisco de Asís" del Programa de Extensión de la Escuela de Trabajo Social durante el período comprendido del 4 de febrero de 2008 al 10 de mayo de 2009, habiéndolo concluido de manera satisfactoria y entregando su Informe Final de EPS titulado: "APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL E INDIVIDUAL PARA LA PROMOCION DE LA SALUD MENTAL AL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL CENTRO DE DIA SAN FRANCISCO DE ASIS" por lo tanto no tiene nada pendiente en esta institución ni con la parroquia.

No está demás indicar que durante ese período 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 Arenales
COORDINADORA DEPARTAMENTO
DE EXTENSIÓN



EA/wdec
cc. archivo

PADRINOS

Carlos Mauricio González Choché

LICENCIADO EN ADMINISTRACIÓN DE
SISTEMAS DE INFORMACIÓN

Colegiado No. 7612

Mayra Rebeca Estrada Choché

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA Y
CONSEJERÍA SOCIAL

Colegiado No. 709

ACTO QUE DEDICO

- A DIOS:** Por elegirme desde el vientre de mi madre y llenarme de vida, dirigir mis pasos, concederme con su amor, sabiduría y fortaleza para llegar a este momento.
- A MIS PADRES:** Juan Francisco Concul Corado
Ester Noemi Choché Gaitán
Gracias por todos sus esfuerzos y la ayuda que me han brindado para salir adelante, sin ustedes no hubiera alcanzado este triunfo, que también es de ustedes, los quiero mucho.
- A MI HIJO:** Samuel David, te quiero mucho y gracias por tu apoyo y compañía para culminar mi carrera, tu eres la fuerza que me motiva para salir adelante y darte una mejor calidad de vida.
- A MIS HERMANOS:** Edwin Francisco y Evelyn Jessenia, gracias por su apoyo incondicional y su inmenso cariño demostrado a mi vida. Con respeto y admiración, los quiero mucho.
- A MI CUÑADA Y SOBRINAS:** Claudia Zaiden, Jaris Raquel y Ester Abigail, gracias por acompañarme y apoyarme en este camino, gracias por sus oraciones, las quiero mucho.
- A MIS TIOS Y PRIMOS:** Gracias por apoyarme y animarme en todo momento, con respeto y cariño.
Y en especial a mis tíos José Francisco y Rebeca de Estrada por apoyarme incondicionalmente con mi Hijo. Con gratitud, muchas gracias.
- A MIS ABUELOS:** María Lucila Gaitán + Samuel Choche + Clara Corado +, Cándido Concul + muchas gracias por sus consejos y apoyo incondicional que me brindaron en su momento, los extraño mucho.
- A MI FAMILIA EN GENERAL:** Por su apoyo incondicional recibido.
Con respeto y cariño
- A MIS AMIGAS:** Elsa Mauricio, Lidia Tomas, Valery Rodas y Leticia Ávalos, por haberme brindado su amistad y cariño. Las recuerdo siempre.

AGRADECIMIENTOS

- A DIOS:** Por su fidelidad en todo momento, porque hasta aquí me ayudo y me hizo más que triunfadora en Cristo Jesús.
- A:** La Universidad de San Carlos de Guatemala y a la Escuela de Ciencias Psicológicas por brindarme la oportunidad de formarme profesionalmente.
- A:** El Programa de Atención integral al Adulto Mayor, San Francisco de Asís, de la Parroquia Inmaculado Corazón de María, por haberme dado la oportunidad de ser parte del equipo de trabajo, por su amistad y haber engrandecido mi aprendizaje.
- A:** Licenciados Estuardo Espinoza Y Domingo Romero, por su amistad, consejos y compartirme sus conocimientos.
- A:** Licenciado Edwin Francisco, por haberme acompañado desde el inicio de mi formación académica Universitaria, te agradezco y te admiro.
- A:** Mis Padrinos: Licenciado Mauricio González y Mayra Estrada. Por haber aceptado esta invitación.
- A:** Todas las personas que de alguna forma colaboraron conmigo y están presentes en este acto importante para mí. Muchas Gracias.

INDICE

SINTESIS DESCRIPTIVA	1
INTRODUCCIÓN	2
CAPITULO I Antecedentes	
1.1 Monografía del lugar	3
1.2 Descripción de la Institución	5
1.3 Descripción de la Población	5
1.4 Planteamiento del Problema	7
CAPITULO II Referente Teórico Metodológico	
2.1 Marco Teórico	10
2.2 Objetivos	16
2.2.1 Objetivo General	16
2.2.2 Objetivo Específico	16
2.3 Metodología de Abordamiento	17
2.3.1 Subprograma de Servicio	17
2.3.2 Subprograma de Docencia	18
2.3.3 Subprograma de Investigación	18
CAPITULO III Presentación de Actividades y Resultados	
3.1 Subprograma de Servicio	20
3.2 Subprograma de Docencia	23
3.3 Subprograma de Investigación	26
3.4 Otras actividades y resultados	30
CAPITULO IV Análisis y Discusión de Resultados	
4.1 Subprograma de Servicio	34
4.2 Subprograma de Docencia	37

4.3	Subprograma de Investigación	39
4.4	Análisis de Contexto	41
CAPITULO V Conclusiones y Recomendaciones		
5.1	Conclusiones	43
5.2	Recomendaciones	45
BIBLIOGRAFIA		
		47
GLOSARIO		
		48
ANEXOS		
		50

SINTESIS DESCRIPTIVA

El presente Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado, se realizó dentro de un proceso psicoterapéutico, entre los problemas encontrados en el diagnóstico poblacional, integrando la participación del Adulto Mayor; brindando así una orientación psicológica individual y grupal, a la vez, promoviendo la Salud Mental, a través de sus diferentes actividades. Este Ejercicio Profesional Supervisado se realizó en el Programa del Adulto Mayor del Centro de Día San Francisco de Asís; ubicado en la Parroquia Inmaculado Corazón de María, Reformita zona 12; a partir del 28 de marzo del 2008 hasta el 10 de Mayo de 2009; en horario de lunes a viernes de 14:00 a 17:00 horas.

El trabajo está enfocado en tres subprogramas que son: Servicio, Docencia e Investigación.

El subprograma de Servicio dirigido a las personas de la Tercera Edad que asisten al Programa Centro de Día San Francisco de Asís, quienes requirieron de Atención Psicológica grupal y acompañamiento emocional en el desarrollo de las actividades.

El subprograma de Docencia: dirigido a los adultos mayores a través de sus distintas actividades como talleres, charlas y dinámicas relacionadas a las necesidades presentadas; entre las cuales podemos mencionar: Expresión de Sentimientos, Resolución de Conflictos, Medicinas Naturales, Derechos Humanos, Sexualidad en el Adulto Mayor, Nutrición Balanceada, Tardes de los Recuerdos, entre otras.

El subprograma de Investigación: se llevó a cabo con los adultos mayores del Programa de Atención Integral San Francisco de Asís, entrevistando a un determinado número de señoras, para identificar los problemas psicológicos que presenta el Adulto Mayor.

INTRODUCCION

En Guatemala, el grupo del Adulto Mayor se ha incrementado por los grandes avances de la tecnología, medicina y la prevención en la Salud, siendo un buen porcentaje de personas las que viven esta etapa de la vida.

Sin embargo, muchas de las personas mayores se encuentran solitarios y otros son encargados de llevar el cuidado de los quehaceres del hogar y del cuidado de los nietos. Factor que genera necesidades de salud y por consiguiente, participación de la Psicología.

Un indicador que presenta el Grupo del Adulto Mayor del Programa Centro de Día San Francisco de Asís, es el sentirse afectados emocionalmente y físicamente por los problemas familiares, económicos, culturales sociales y físicos, por lo que busca atención psicológica como acompañamiento emocional, con la finalidad de modificar sus conductas, orientadas con actividades que les permitan una mejor aceptación de sí mismos, fomentando su salud mental y por ello pueda vivir el resto de su vida plenamente.

El proyecto contiene tres subprogramas de atención, que buscó la participación en todas las actividades y así promover un apoyo emocional y una salud mental en el adulto mayor dentro y fuera del programa.

CAPITULO I

ANTECEDENTES

1.1 Monografía del Lugar:

Guatemala, capital del país y del departamento, está situada en el Valle de la Ermita, en las tierras volcánicas; limita al norte con los municipios de Chinautla y San Pedro Ayampuc, al sur con los municipios Villa Nueva, San Miguel Petapa, Villa Canales, al oriente con el municipio de Santa Catarina Pinula, San José Pinula y Palencia, al occidente con el municipio de Mixco. Es la ciudad más grande del país y su principal centro económico, cultural y de mayor transporte público. La ciudad capital se distribuye en calles y avenidas con 21 zonas. En la ciudad capital aún se centralizan las principales actividades de tipo político, administrativo, económico y comercial de todo el país. Se caracteriza por sus creencias, historias y costumbres arraigadas, las cuales se practican con solemnidad en diversas ceremonias rituales; fiestas patronales, ferias cantonales; las más tradicionales están dirigidas a los Santos Difuntos, Semana Santa, Rezados, Día de la Virgen del Rosario, Virgen de Guadalupe y la Fiesta titular del Día de la Virgen de la Asunción que se festeja el 15 de Agosto.

La ciudad capital contiene gran cantidad de Colegios, Escuelas, Institutos y se ha visto la necesidad de abrir más Colegios porque los centros educativos públicos no se dan abasto.

La ciudad capital cuenta con áreas de potencial turístico como La Catedral Metropolitana, El Palacio Nacional, las Ruinas de Kaminal Juyú, el Hipódromo del Norte, el Teatro Nacional Miguel Ángel Asturias, las Iglesias La Merced y el Calvario, distintos Museos entre otros.

En condiciones de vivienda este municipio se ubica en el primer lugar, a nivel nacional en cuanto a cobertura de los tres servicios básicos de agua, energía eléctrica y sistemas de drenajes.

Entre los aspectos más importantes del área donde se realizó el Ejercicio Profesional Supervisado, la Colonia la Reformita; Se describe entre la intersección de la Calzada Raúl Aguilar Batres y finaliza con el lindero sur de la Lotificación El Carmen, zona 12. Entre las colonias que conforman la zona 12 están: Lomas de Pamplona, Santa Rosa I y II, Lotero, Industrias Santa Elisa, 1ero. De Septiembre, Javier Monte Verde, Miles Rock, Santa María, La Reformita, El Carmen, Santa Elisa, Ciudad Real, Industrias Eureka, La Colina, Rivera, Residencia Universitaria, Monte María y San Carlos.

La Reformita cuenta con servicios básicos de agua, luz, drenajes, calles asfaltadas. Además cuenta con un Mercado Municipal: en el año 2003 se finaliza la construcción de un paso a desnivel que conecta la zona 12 con la zona 11, esto con la finalidad de mejorar el tránsito vehicular. Presta su servicio de Salud a través del Dispensario Buena Ventura. Cuenta con una Escuela Pública que atiende solamente a nivel primario, al igual que el Colegio Católico Eloy Suárez Cabán, también la Escuela 10 de Octubre que atiende las 2 jornadas, también se disponen de colegios para primaria y nivel medio.

La mayor parte de viviendas son construcciones formales de block o ladrillo. Por encontrarse cerca de la Universidad de San Carlos, su economía es un sector concurrido y se atienden negocios de cafetería, tiendas de artículos de primera necesidad; habitaciones para huéspedes, fotocopiadoras, librerías y albergues para estudiantes de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

En su mayoría, la población pertenece al grupo étnico ladino, que se toma en cuenta por pertenecer a un área metropolitana. El servicio de transporte con el que cuenta este sector tiene a su disposición los buses que cruzan a través de la Aguilar Batres, el Periférico, la Avenida Petapa y el bus de la ruta 96 que circula por la Colonia Reformita.

1.2 Descripción de la Institución:

El Programa de Atención Integral del Adulto Mayor se lleva a cabo en el Centro de Día San Francisco de Asís, el cual tiene sus instalaciones en la Parroquia Inmaculado Corazón de María, que proporciona un espacio para el desarrollo de dicho programa; ubicada en la 7av. 27-03, zona 12 Colonia La Reformita.

Uno de los recursos más importantes que proporciona la Iglesia son los espacios como el salón parroquial, donde se realizan actividades educativas y físicas; una oficina donde se realizan actividades administrativas y de atención personalizada para el programa del Adulto Mayor, su objetivo principal, es proporcionar a la población un servicio profesional que estimule su participación y ayude a la solución de sus necesidades y problemas, con el fin de mejorar su calidad de vida. Atendiendo aspectos sobre salud mental, educación, recreación y cultura.

Dicho programa da inicio en Febrero del año 2001 a cargo del área de Extensión de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, coordinado por la Licenciada Elsa Arenales; con la disposición de un grupo multidisciplinario de trabajadores sociales, epesista de la Escuela de Ciencias y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte (ECTAFIDE), epesista de Psicología, y un epesista de Pedagogía, con la colaboración del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social y el Ministerio de Cultura y Deportes.

1.3 Descripción de la Población:

El programa está ubicado en el centro de Día "San Francisco de Asís" en la parroquia Inmaculado Corazón de María zona 12. En el cual se pudo observar que participan un aproximado de 10 señoras inscritas en el programa de la tercera edad en las 2 jornadas, entre las edades de 50 a 90 años, con diversas ocupaciones laborales como: mujeres ya jubiladas, amas de casa, trabajadoras de diversas empresas o ventas

por catálogos; por lo tanto en su mayoría no cuentan con salario formal y dependen de la ayuda económica del cónyuge, hijos, del promedio de ventas, de jubilación o de familiares más cercanos. Pertenecen un buen número a la clase social media ó media – baja.

La mayoría profesa la religión católica y el resto opta por otras religiones; siendo una de las particularidades del grupo, el desarrollo en la Espiritualidad y la religiosidad. Gran parte de las participantes residen en la zona 12 Colonia La Reformita y las demás viven en zonas aledañas de la zona 12.

Cabe mencionar que la mayor parte del grupo ha participado desde su inicio, otras llevan varios años y las demás se han ido involucrando con el transcurrir del programa.

Por su parte, el nivel educativo de la mayoría es primario, con muy pocas personas analfabetas, algunas maestras y algunas profesionales retiradas o jubiladas.

El programa atiende varios tipos de actividades como gimnasia rítmica, Tai chi, excursiones al aire libre, caminatas, manualidades, tardes culturales, señora Independencia, aniversarios, presentaciones de bailes, entre otras.

Se puede mencionar que en las actividades de talleres educativos, las participaciones de las señoras son muy escasas, a diferencia de las actividades recreativas internas, que ofrecen alimentación como tardes culturales, Día de la Madre y una participación mayoritaria que logran reunir en las actividades externas del lugar, como excursiones a distintos lugares de la capital o departamentos de Guatemala.

1.4 Planteamiento del Problema:

En Guatemala, en los últimos años, la esperanza de vida ha aumentado, por lo que se ha notado un aumento paulatino y notable en el envejecimiento poblacional; se prevé que para los años 2025 en la región latinoamericana habrá aproximadamente 93,000,000 personas mayores de 60 años. Lamentablemente en Guatemala la necesidad de involucrar los servicios de educación, salud, empleo y recreación son insuficientes e inexistentes. Y se observa claramente la representación que tiene este grupo dentro de la sociedad, viéndose limitada a prejuicios, estereotipos y mitos, que buscan discriminar y excluir a las personas de la tercera edad; esto viene de generación a generación y son incorporados tanto por quien es discriminado como por quien discrimina. Esto produce que se evidencien diferentes síntomas y problemáticas, que dan como resultado del deficiente afrontamiento a esta etapa de la vida.

Lo que se ha hecho evidente en la cultura latinoamericana, es la pérdida de valores en relación a este grupo de personas. Pues basta con recordar del pasado, para darnos cuenta del papel que jugaba el anciano o el abuelo; el rol que tenía dentro de la comunidad, era tomado como sabio, líder, guía, consejero; en tanto que él ya había recorrido toda una vida, era considerado como un ejemplo de quién se podía aprender, y se encontraba en una etapa cumbre de su vida. Por lo que era respetado y muy estimado por todos los integrantes de la comunidad, a pesar de la escasa educación de Escuelas y la ausencia de Colegios, eran educados desde su niñez a respetar, dar el valor de esta persona.

Hoy en día vemos como tristemente, estando en una era de grandes avances tecnológicos, de modernización, también ha habido retrocesos importantes en los aspectos socio – económicos y cultural. Se ha dejado a un lado el aprecio a la sabiduría de nuestros ancianos. La sociedad se

ha desentendido de este grupo poblacional, negándoles el acceso a todos los avances, recursos actuales, servicios que debería gozar, para poder disfrutar de la vejez como la culminación de su vida.

En relación al grupo de personas que asisten al centro de Día San Francisco de Asís en el rango de 50 a 90 años de edad, se identificó a personas con poca productividad y movilidad por diferentes aspectos: físicos, como problemas en movilizarse por enfermedades como artritis y les dificulta participar en los roles diarios de sus hogares y en las actividades del programa; problemas en la columna que les dificulta estar mucho tiempo sentadas o bien paradas y evitan dar molestias a las demás personas en que les proporcionen de una ayuda al movilizarse en las diversas actividades, problemas en las piernas por la circulación y padecimiento de venas, por presión arterial alta; socioeconómicos: a los problemas que llevan día con día en refugiarse en su vida rutinaria para evitar sentirse como un carga para sus familiares y verse obligados ha hacer actividades como cuidar nietos, hacer los tiempos de comida para servirles a los hijos, a realizar oficios domésticos para proveerse de sus alimentos y necesidad de medicamentos o consultas médicas; psicológicos, se presentan con baja autoestima por sentirse que ya no valen nada, y que muchas veces hacen estorbo a sus hijos y familiares, o por los padecimientos o enfermedades que padecen y la dependencia de tomar diariamente medicamentos, retraimiento a estar en sus hogares porque no tienen derecho a disfrutar y gozar de lo que más les gusta, necesidad de afecto de sus hijos, nietos, familiares cercanos o muchas veces lejanos; y además sus peticiones más comunes son acerca del conocimiento de enfermedades, tales como el colon irritable, la artritis, hipertensión, diabetes, falta de la visión, audición y deficiencia motriz. Entre otras situaciones se caracterizan por lo siguiente: como el aburrimiento, las mujeres se aburren por las circunstancias que las hacen a no participar, no les motivan a realizar ciertos tipos de actividades, a distraerse, se

encierran a sus mismas actividades y sus entornos sociales; depresiones acompañadas de tristeza que van unidas a un conjunto de características como indiferencia a las actividades, talleres, actitudes de las mismas mujeres del centro, a la apatía a sus mismas actividades personales.

Además existe la preocupación de parte de la institución por la asistencia irregular que tiene las señoras del programa, en asistir en su mayor participación a actividades físicas como Tai Chi, la gimnasia rítmica, excursiones, caminatas y la ausencia que se tiene en la participación de las actividades educativas y talleres que ayudan al conocimiento de las necesidades que ellas mismas presentan.

CAPITULO II

REFERENTE TEORICO - METODOLOGICO

2.1 Marco Teórico:

Actualmente debido al desarrollo de la ciencia y la técnica aumenta a la esperanza de vida al nacer y con ello el envejecimiento poblacional. Las representaciones que socialmente se tiene de la vejez, así como los cambios físicos y psíquicos 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. La educación en el adulto mayor resulta un proceso saludable y que contribuye a trabajar en base al autodesarrollo, las potencialidades, la autovaloración, el autoconocimiento, todo lo referente a la esfera cognoscitiva y afectiva, propiciando bienestar en el anciano y viéndose como una necesidad de primer orden en nuestros días.

Satisfacer necesidades es un requisito absoluto para la supervivencia, tiene que ver con la existencia misma. Podemos definir como necesidad al estado del organismo determinado por un desequilibrio de las normas fisiológicas o culturales y por informaciones sobre la situación del medio interno o externo, o culturales; pueden ser innatas o adquiridas. La discordancia constatada entre los dos términos de la comparación (las normas ante la información sobre las condiciones del medio o sobre el estado funcional del sistema nervioso), constituye la necesidad que activará en el sistema nervioso central, las poblaciones de neuronas que controlan los comportamientos compensatorios (motivación). No es posible enumerar las necesidades, ni caracterizarlas de manera definitiva, pero se pueden agrupar en grandes categorías.

Las necesidades primarias, conciernen a la supervivencia del individuo y de su especie, además de las ligadas del desarrollo y al funcionamiento físico y mental del individuo. A estas necesidades primarias se

incorporan, por generalización, las necesidades secundarias, más extensas y variadas que el sistema nervioso y más complejas, como lo son las necesidades cognitivas, sociales y culturales; que ayudan a la formación de un comportamiento que puede generar Salud Mental en la persona. Se le conoce como Salud Mental a conocerse, aceptarse así mismo y a los demás, compartir, aprender y cambiar para mejorar, ser feliz con lo que se tiene.

Todo esto contribuye a que el individuo se aun ente productivo, puede aceptarse con sus limitaciones y siendo evidente que la salud mental es efectuada por el entorno del individuo, mantenga un equilibrio emocional para un adecuado funcionamiento social. Aunque nadie posee los componentes de la buena salud en forma permanente. Pero una persona con salud mental acepta y enfrenta las exigencias de la vida con una actitud positiva.

Las personas que gozan de salud mental son capaces de ser productivas en la sociedad, los estudios, el trabajo, el desarrollo de actividades que les resulten útiles para alcanzar sus metas, superar las dificultades de la vida cotidiana sin sentirse inútiles, poder entablar relaciones con los demás sin dificultad.

La adaptación del individuo a su mundo representa bienestar y cooperación. Y si aceptamos la convencional estratificación de la personalidad en las capas o esferas siguientes como lo Espiritual, Intelectual, Emotiva y Orgánica; podemos decir que el bienestar constituye la respuesta adecuada del individuo a su mundo.

Algunos principios de la salud mental: es vivir siempre en el presente, evitar la divagación mental que produce una pérdida de energías sin obtener algún beneficio y se espera que se viva cada momento de la vida con un propósito bien definido; cultivar y mantener el mayor número de interés como el contacto con la naturaleza, las amistades, beneficios sociales, religión, deportes donde se puede tener un ejercicio

saludable a las facultades y un medio de expresión de la energía personal adecuada; suprimir todo automatismo de nuestra vida, afrontar los problemas de cada día con decisión, vigilar una actitud despierta y vigilante en todo momento. Eso lleva a que el individuo pueda mantenerse activo y pueda tener una autoestima como ente productivo.

Autoestima se define como el conjunto de sentimientos que uno tiene acerca del mayor o menor valor de su propia persona. La autoestima elevada aporta equilibrio personal, mientras que la escasa autoestima provoca mayor vulnerabilidad emocional.

La autoestima es la experiencia de ser aptos para la vida y para sus requerimientos, consiste en la confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida. Consiste en la confianza, en nuestro derecho a ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestro esfuerzo.

La autoestima es una necesidad muy importante para el ser humano, es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, es indispensable para el desarrollo normal y sano, tiene valor de supervivencia. El no tener una autoestima positiva, impide el crecimiento psicológico. La autoestima positiva busca objetivos exigentes que la estimulen y el lograrlo lo alimenta, la baja autoestima busca la seguridad de lo conocido y por exigente.

Cuanto más elevada sea la autoestima mejor preparado se estará para enfrentar la adversidad en la vida personal, será más ambiciosa, no en lo económico sino en cuanto a las experiencias de la vida. Y eso ayudará a recibir esos cambios físicos que son parte de la última etapa de la vida, y digna como lo es: El Envejecimiento; que es el conjunto de las transformaciones físicas y psíquicas que tiene lugar en el último período de la vida y que forma parte de un proceso caracterizado por el

decaimiento de la vitalidad, debido a las modificaciones orgánicas propias de la senectud. Lo que puede limitar de forma progresiva la capacidad de adaptación del individuo al medio.

Por otra parte, siempre hay que considerar las diferencias individuales. En cualquier caso, la agudeza visual se reduce y la adaptación a los cambios de luz se enlentece, lo que da como resultado un mayor número de accidentes, sobre todo al pasar de una zona iluminada a otra más oscura. La fuerza muscular declina y disminuyen también las habilidades perceptivas, mientras que el tiempo de reacción se hace más lento. Las cualidades perceptivas, mientras que el tiempo de reacción se hace más lento. Las cualidades de aprendizaje y memoria de los ancianos, si bien sufren el declive propio de la edad, pueden ser mantenidas y recobradas mediante la práctica, la motivación y la instrucción. Es más, en muchas ocasiones la declinación se debe a un error en el empleo de estrategias y no a una falta de capacidad o habilidad. En cuanto a la inteligencia, todo lo que sea cristalizado no solamente se mantiene, sino que se incrementa con la edad. En cambio, las habilidades fluidas dependen mucho más de las capacidades fisiológicas, por lo que tenderán a decrecer a medida que se avanza en el tiempo vital.

Las personas mayores que continúan física y mentalmente activas tienen un mejor desempeño que lo que se vuelven inactivos.

Algunas características de la etapa: La vejez es un proceso de cambios determinados por factores fisiológicos, anatómicos, psicológicos y sociales.

La mayoría de las definiciones sobre la vejez enfatizan el aspecto biológico y plantean que es: "un proceso progresivo desfavorable de cambio a nivel fisiológico y anatómico, producto del paso del tiempo y que concluye invariablemente con la muerte"

Tradicionalmente la edad cronológica ha constituido el parámetro que determina el inicio de la vejez y se refiere a la edad calendario o número de años que un individuo ha vivido. Sin embargo, esto no constituye el mejor parámetro para determinar cuán productivo y capaz puede ser un sujeto, tanto para sí mismo como con su familia y la sociedad.

En el anciano se incrementa el temor a lo desconocido, porque tener consciencia de las crecientes pérdidas, físicas e intelectuales le produce un gran sentimiento de inseguridad. Estos son agravados por pautas culturales que los ubican en una posición desventajosa con respecto al adulto joven, determinando los roles que deben desempeñar.

Otras reacciones negativas que pueden sufrir el anciano ante la angustia y frustración provocadas por las pérdidas, son la depresión y regresión. La depresión no es necesariamente un síntoma de envejecimiento pero se relaciona con el ámbito social estrecho en que vive el anciano, el cual lo conduce al aislamiento. Esto no se debe necesariamente a que el anciano viva solo, sino a que se le dificulta entablar nuevas relaciones significativas y algunas veces se presenta una rigurosa resistencia a abordar nuevas amistades.

Hasta hoy día la cultura, de una forma u otra, tiende mayoritariamente a estimular para la vejez el sentimiento de soledad, la segregación, limitaciones para la vida sexual y de pareja, de la propia funcionalidad e integración social del anciano.

Se ha llegado a considerar además, que los elementos conformadores de identidad son tomados generalmente de los prejuicios negativos que la cultura como tendencia, ha reservado para la vejez. "Soy viejo porque ya me queda menos, soy inútil, incapaz, retirado, final."

Un resultado de depresión e inseguridad puede ser el intento del anciano por regresar a etapas anteriores de la vida. La persona dependiente e insegura en momentos de tensión tenderá a regresar a

conductas infantiles y a no realizar esfuerzos constructivos para resolver los problemas.

El anciano debe valorarse como un individuo que posee un cúmulopreciado de experiencia que puede trasmitir a los jóvenes en el interactuar diario. Debe dársele la oportunidad de seguir siendo parte del sistema productivo en actividades que le permitan sentirse útil.

La familia como red social primaria es esencial en cualquier etapa de la vida, es "el primer recurso y el último refugio." La familia como grupo de intermediación entre el individuo y la sociedad, constituye un determinante importante para la Tercera Edad.

La Situación Social:

La pérdida de valores en el individuo, ha afectado a la familia y a la sociedad. Esto ha repercutido en el trato y el poco valor que se le da al adulto mayor, considerándolo como una carga y poco productivo, lo que ha dañado directamente la integridad y bienestar social del adulto mayor.

"Cuando se habla de adulto mayor debe ubicársele dentro de una clasificación, comprendiendo la anterior al Adulto Mayor saludable, sin embargo existe "el adulto mayor con problemas médicos menores, adulto mayor crónico, adulto mayor válido y adulto mayor dependiente"; todos ellos necesitan del acompañamiento de profesionales que lo apoyen en la búsqueda integral de una mejor calidad de vida atendiendo aspectos sobre salud, recreación, educación, cultura y vida espiritual".

2.2 Objetivos:

2.2.1. Objetivo General:

Integrar la participación del Adulto Mayor, por medio del trabajo psicológico para la promoción de la Salud Mental.

2.2.2 Objetivo Específico:

Servicio:

Brindar acompañamiento emocional y atención psicológica al Adulto Mayor que lo solicite.

Docencia:

Capacitar al Adulto Mayor, sobre la importancia que tiene la Salud Mental dentro de las relaciones interpersonales.

Promover un espacio preventivo sobre las distintas enfermedades relacionadas con la edad y el cómo prevenirlas por medio de talleres de información.

Investigación:

Identificar las dificultades que impiden a las integrantes del programa del Adulto Mayor, involucrarse dentro del grupo coordinadora.

2.3 Metodología de Abordamiento:

El trabajo de Ejercicio Profesional Supervisado se realizó en la Parroquia Inmaculado Corazón de María, Reformita zona 12.

Se realizó el trabajo psicológico por medio de tres subprogramas: Servicio, Docencia e Investigación y bajo los lineamientos que se plantearon en el Programa Centro de Día San Francisco de Asís.

Estos Subprogramas son descritos a continuación:

2.3.1 Subprograma de Servicio:

Fue asignada una oficina en las instalaciones del Centro de Día San Francisco de Asís, donde se trabajó áreas administrativas del programa, en donde se inscribieron a las integrantes que formaron parte en el programa del adulto mayor del Centro de Día San Francisco de Asís.

Se revisó el programa del año anterior, para iniciar con la calendarización de actividades y horarios específicos, para promoción e invitación en la participación de dichas actividades durante el presente año.

Se brindó apoyo psicológico al adulto mayor del Centro de Día San Francisco de Asís, en las edades comprendidas entre los 50 a 90 años que solicitaron asistencia o fueron requeridos por trabajo social.

El trabajo de atención se realizó de lunes a viernes de 2:00 a 4:00 p.m. por requerimiento de Trabajo Social y disposición del Programa del Adulto Mayor San Francisco de Asís.

2.3.2 Subprograma de Docencia:

Se trabajó conjuntamente con el equipo técnico multidisciplinario, comprendido por Trabajo Social, Ectafide, Pedagogía y Psicología, en la planificación de los temas, actividades y horarios específicos para realizar dichas actividades educativas. Cada actividad fue planificada, elaborada y desarrollada por el equipo técnico, colaborando así con todo lo necesario, para que la actividad cumpliera con todos los objetivos trazados.

Se realizó a través de pláticas y talleres motivacionales, dirigidos al adulto mayor, con los temas sugeridos por ellos mismos en las distintas necesidades que plantearon, como: La Sexualidad en el Adulto Mayor, Nutrición de la Dieta Balanceada en el Adulto Mayor, Osteoporosis, Diabetes, Belleza y Maquillaje, Las tardes de los Recuerdos, Expresión de Sentimientos, Medicinas Naturales Resolución de Conflictos, entre otros. Para la fase del desarrollo de dichas actividades, a pesar del escaso tiempo que se tuvo, fue de una hora y media, elaborado con oraciones, bienvenidas, dinámicas de rompehielo, elaboración del tema con los puntos más relevantes, conclusiones, tiempo de preguntas y aclaración de las mismas.

Todas las actividades fueron evaluadas por el equipo multidisciplinario a través de preguntas orales al grupo del adulto mayor, observando la participación total del programa y así recoger sugerencias que ayudaron para mejorar el desarrollo en las siguientes actividades.

2.3.3 Subprograma de Investigación:

Se analizaron todas las actividades programadas, para definir e identificar los problemas psicológicos que presenta el Adulto Mayor.

En la elaboración de instrumentos se utilizó:

La Observación Libre: se realizó durante las actividades establecidas dentro del programa, para obtener información de ciertas actitudes, comportamientos, expresiones de las mismas.

Entrevista informal: se realizó una serie de preguntas que ayudaron a identificar los problemas psicológicos que presenta el Adulto Mayor en la participación de las actividades dentro del programa.

Selección y Aplicación del instrumento: se tomó de una asistencia regular de 18 a 22 señoras, integrantes del adulto mayor, a 5 personas al azar del mismo grupo, para poder indagar en los aspectos puntuales que enriquecieron la investigación.

Interpretación de Resultados: a través del proceso se analizó cada una de las respuestas obtenidas por las integrantes del programa del adulto mayor, durante el proceso se utilizó la referencia personal de las señoras del programa y la convivencia que se tuvo con cada una de ellas, con la finalidad de conocer un poco más de los problemas psicológicos, por los que enfrenta las personas del adulto mayor que asisten al programa Centro de Día San Francisco de Asís, interpretando cada una de ellas con su respectivo análisis, conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO III

PRESENTACION DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS

El Ejercicio Profesional Supervisado realizado en la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala y el Programa de Atención Integral del Adulto Mayor Centro de Día San Francisco de Asís; donde se llevaron a cabo diversas actividades en cada subprograma de servicio, docencia e investigación, en el cual se obtuvieron los siguientes resultados:

3.1 Subprograma de Servicio:

❖ *PRESENTACIÓN:*

Se realiza la presentación de la Epesista de Psicología al Programa del Adulto Mayor San Francisco de Asís, actividad que se realiza conjuntamente con el grupo multidisciplinario de: epesista de Ectafide, Trabajo Social y Pedagogía, dejando así mismo la invitación abierta con los días; de lunes a viernes, omitiendo los días miércoles de 2:00 p. m. a 5:00 p.m., para que se acerquen en caso de requerir de un servicio psicológico.

Resultados:

- ✓ Las señoras del programa recibieron con agrado la presencia de la Epesista.
- ✓ Dieron a conocer la necesidad que se tiene en el abordamiento de la problemática que se afronta.

❖ REVISIÓN, DIAGNOSTICO Y APERTURA DE CASOS:

El área de Psicología contaba únicamente con expedientes que contenían historiales y cuestionarios de pacientes anteriores, sin culminación de casos. Durante los primeros meses no hubo acercamiento de solicitudes de atención psicológica individual, por lo que fue necesario coordinar conjuntamente con el grupo multidisciplinario para indagar por medio de visitas, entrevistas en el centro de día y cuestionando al grupo de la necesidad de algún tipo de apoyo que se pudiera brindar. Al indagar con las integrantes, manifestaban que no buscan tener una terapia psicológica porque en los primeros meses deben conocer a la epesista; cuando vienen a conocerla ya han pasado los meses, no logran culminar sus terapias y la otra epesista ya no da continuidad al caso, quedando inconcluso; por eso ellas buscan solamente consejería, entre ellos: problemas familiares, relaciones con sus hijos y nietos, están: las relaciones interpersonales con las demás participantes, desarrollo de las actividades del programa, acompañamiento en el proceso del desarrollo de actividades internas y externas del mismo.

Resultados:

- ✓ Se observó la falta de interés de las participantes en los primeros meses.
- ✓ Se pudo observar que las integrantes de la coordinadora solicitaron con urgencia la presencia en todas las sesiones de planificación de actividades que se realizaban.
- ✓ Se solicitó apoyo en todas las actividades que se programaran; pues es un programa que ya está establecido con sus actividades.
- ✓ Se acercaron un mínimo de señora buscando ayuda en consejos, por diversos problemas en los que se encontraban.

❖ *SERVICIO PSICOLÓGICO:*

Ya establecido con el grupo multidisciplinario, y conocer el listado con los nombres y el número existente del grupo; toda consulta psicológica que el programa solicitara, fuera referido por trabajo social, ectafide o pedagogía, se refiriera para dar inicio, en una oficina con la que se contaba, que era un espacio para el equipo multidisciplinario y que se pedía la colaboración a las demás compañeras, para dar privacidad durante 40 a 50 minutos, con los que se contaba el tiempo de las sesiones, únicamente en la jornada vespertina.

Se trabajó con un grupo de 20 señoras, 10 pertenecen a la coordinadora, con una secuencia de cada 15 días o 1 vez por mes, y las demás con una secuencia de cada semana o cada mes; técnicas grupales, relajaciones, meditaciones; pues no requirieron de terapias individuales.

Sus principales necesidades, fueron problemas personales internos en el grupo, asimismo como problemas familiares, señoras con mucho estrés, ansiedad y frustración.

Resultados:

- ✓ Se contó con un espacio para poder impartir este servicio
- ✓ Se pudo observar de una mejor aceptación a las técnicas grupales, que a las individuales.
- ✓ Se observó una mejor interacción con el grupo.
- ✓ Se pudo prestar una mejor atención en la resolución de sus conflictos familiares.

3.2 Subprograma de Docencia:

Este subprograma se realizó conjuntamente con el grupo multidisciplinario, luego de proceder a la planificación de temas, actividades y fechas con los horarios específicos a trabajar; se procedió a implementar charlas y talleres que pudieran promover la salud mental y física en las integrantes del programa.

Las actividades fueron realizadas con la colaboración conjunta del grupo multidisciplinario, en la aportación de contenidos y materiales para la elaboración de las mismas.

Se inició con varias técnicas de invitación con carteles a cada semana, con un calendario mensual y tarjetas de invitación; anunciándolo cada día, al finalizar en las tardes educativas, los días de gimnasia rítmica y los días de manualidades; para que las integrantes estuvieran informadas del servicio profesional con el que ellas contaban. Los temas que se estarían impartiendo y que ellas pudieran manifestaran los temas de su interés.

Cada tema fue elaborado para ser desarrollado con una duración de 1 a 2 horas, se realizaba en el salón de usos múltiples con el que contaba el programa, según su tema y las inquietudes que cada integrante del programa tuviera. Se desarrollaron según lo programado y en varias ocasiones fue necesario que se invitaran a especialistas en el área para desarrollar los temas; fueron un aproximado de 18 a 22 integrantes mínimo en cada tema, siempre mostraron buen interés por participar; sin embargo, se notó la baja asistencia cuando fue tiempo de invierno pues por razones de salud y con las fuertes lluvias, se les hacía difícil trasladarse al programa, fue notorio que en algunos temas muy relevantes hacían un esfuerzo muy grande para estar presentes.

Para la realización de los talleres se iniciaba con una oración que es una base muy importante en el programa, para ejecutar todas las actividades; después se realizaban todas las actividades prácticas de rompehielo, como ejemplo: de baile, adivinanzas, el rey pide, las canciones del ayer, trayendo el recuerdo al presente con anécdotas; psicomotricidad fina con elaboración de corazones de papel, monederos, animales, etc.; muñecos de plastilina, ejercicios de respiración, ejercicios de relajación, movimientos musculares de brazos y piernas.

A continuación se muestra de algunos temas que se trabajaron durante el tiempo del Ejercicio Profesional Supervisado.

Expresión de Sentimientos, realizado con dramatizaciones,
Exposición de los Departamentos de Guatemala fueron presentados por la integrantes del programa del Adulto Mayor.
Resolución de conflictos realizado con dramatizaciones
Pláticas de medicinas naturales, con elaboración de un libro de recetas medicinales naturales
Expresión artística por invitado de Escuela Social de Teatro,
Plática sobre los Derechos Humanos
La Sexualidad en el Adulto Mayor
Primeros Auxilios
Nutrición de la Dieta Balanceada en el Adulto Mayor
Las tardes de los recuerdos
Ciudadanía
Belleza y Maquillaje
Osteoporosis
Diabetes

Durante esta práctica, al ver la necesidad que las integrantes manifestaban de tener un tiempo especial para ellas, de poder compartir de sus problemas, necesidades y alegrías; se implementó un grupo de autoayuda, el cual lo formaba un grupo de 6 señoras, integrantes del mismo programa y que habían participado por muchos años anteriores en la coordinadora, para que apoyaran y se ayudaran entre ellas mismas. Se dio inicio al grupo en los últimos 4 meses del Ejercicio Profesional Supervisado, reuniéndonos los días viernes de 3:00 a 4:00 pm, con la finalidad de compartir y ayudarse entre si mismas, pues algunas de ellas ya habían pasado por situaciones similares y lo habían logrado superar. Se daba inicio con una oración y luego era el tiempo de compartir y ayudarse, se empezó a notar que las señoras salían más descansadas o animadas que podían lograrse, luego que se les motivaba a través de reflexiones y lecturas motivacionales. . En el último mes se dio que las integrantes del grupo empezaron realizando una oración, una lectura bíblica y luego al compartir sus necesidades o gratitudes, lo empezaron a relacionar con oraciones a Dios y a la Virgen del Rosario y ya no hubo esa relación de ayuda entre ellas, sino dejarla en las manos de Dios a través de sus oraciones y plegarias.

Resultados:

- ✓ Se tuvo la colaboración espontánea en la realización de las actividades.
- ✓ Se observó el interés y la perseverancia de las integrantes del programa en la realización de las actividades durante el año.
- ✓ Se reflejó la disposición de las integrantes para conocer los temas de su interés y en la participación de los mismos.
- ✓ Fue una experiencia muy buena, pues se aprendió mucho de los temas impartidos.

3.3 Subprograma de Investigación:

El grupo del Adulto Mayor Centro de Día San Francisco de Asís en la Parroquia Inmaculado Corazón de María tiene un ente directivo, el cual lo conforman 10 personas, este grupo es llamado Coordinadora y todas son las encargadas de llevar a cabo las actividades, solamente cuentan con un nombramiento de tesorera, pues ella es la encargada de inscribir a las integrantes del grupo que dan una cuota de Q 10.00 de inscripción, como de darlos mensualmente para crear un fondo que más adelante lo utilizan para costear los gastos en las distintas actividades anteriormente mencionadas; que se encargan de llevar y planificar juntamente con un grupo multidisciplinario comprendido por Trabajo Social, Ectafide y Psicología. Lo notable es que siempre son las mismas personas que dirigen las actividades, están motivadas en participar en todas las excursiones, fiestas, y las actividades por la semana, pero se reúsan a involucrarse en la dirección de las mismas.

Se realizan comisiones para el desarrollo de las distintas actividades y siempre es el mismo grupo aproximadamente de 15 a 20 señoras las encargadas y aunque hacen la invitación al grupo aproximado de 60 a 80 personas entre las dos jornadas, siempre resuelven el desarrollo de las actividades el mismo grupo.

En un cierto tiempo cuando empezaron a delegar la coordinadora ciertas comisiones a determinados grupos, empezaron a retirarse una a una, hasta que se empezaron a pedir voluntariamente la participación para no dejar que se ausentaran las señoras de las actividades del programa y fue notorio el regreso de ciertas señoras. Esto llamó la atención de manera que la investigación se orientó a Identificar los problemas psicológicos que presenta el Adulto Mayor.

Para llevar a cabo la investigación, se desarrolló una observación para escoger a 5 señoras a quienes se les comunicó del tema de investigación, se les realizó una entrevista informal, cada una fue

entrevistada en un espacio después de la gimnasia rítmica de los días jueves por la tarde, tiempo con el que ellas contaban sin andar apresuradas.

A continuación se presenta la agrupación de datos reunidos durante la entrevista informal, realizada a las integrantes del programa del Adulto Mayor, donde manifiestan respuestas relevantes y son las siguientes:

1. C. A.

“Ya tengo 6 años de participar en el grupo, lo conocí por una mi vecina y un día me invitó a ir a una reunión y me gustó. Me gusta participar en los bailes y todas las actividades que se realizan, colaboro en lo que puedo, pero nunca **me he metido en la coordinadora. Porque después ya lo dejan a uno y muchas veces no tengo el tiempo para estarme reuniendo todos los días que ellas se reúnen, y si uno no lo hace después hablan de uno.** Yo miro que ellas saben llevar al grupo y por eso uno no se anima, por que yo no me animo a tratar con todas ellas, si uno hace es malo para ellas y si uno no lo hace también, entonces mejor me quedo del lado donde están todas para evitar problemas”.

2. F. A.

“Tengo 7 años de estar en el programa y siempre he participado en todas las actividades, excursiones, paseos, caminatas y siempre nos hemos apoyado, aunque a veces nos ha costado mucho pues no todas colaboran y las pocas que somos, ya nos cansamos demasiado para hacerlo solas, yo digo que ya no voy a colaborar hasta que las demás lo hagan, pero siempre me apunto para colaborar. **Yo no me he metido en la coordinadora pues es un compromiso más fuerte y requiere mucho tiempo, para estar sesionando, y estar planificando**

qué actividades hacer, pues realizar actividades es un compromiso muy grande porque si no salen bien las cosas a uno lo culpan, y si sale bien siempre hay algunas que están inconformes y para evitar que me lleven y me traigan mejor solamente colaboro con la coordinadora en lo que yo pueda”.

3. E. M.

“Yo estoy desde que se inició el programa y siempre he ayudado y apoyado en lo que puedo al programa, **yo todavía trabajo y es por eso que no me permite estar en todas las actividades,** aunque yo puedo muchas veces participar más en las actividades de la mañana que de la tarde y por supuesto en las fiestas o salidas que se tengan. **Por mi trabajo no he podido ayudar como quiero** pero ya primero Dios en otro año podré participar más ya en todas las actividades, porque me voy a jubilar. Aunque yo me jubile y tenga el tiempo para participar en las actividades del programa, el trabajar en la coordinadora es un puesto muy grande que quiere de mucho tiempo y dedicación para poder complacer a todas las señoras en las actividades, y para evitar muchos conflictos, mejor apoyo siempre que puedo a la coordinadora”.

4. G. S.

“Yo tengo ya 5 años de estar en el programa, y me he sentido muy bien, me ayudó mucho venir y conocer a muchas de mis compañeras que están pasando cosas parecidas a las que yo tengo. Siempre he venido a todas las actividades que hacen, pero el lunes es el que siempre lucho por no faltar, porque me ayuda en las actividades que hacen. Las actividades que siempre hacen

son muy buenas aunque yo no ayudo, porque me cuesta más, pero en lo que puedo yo siempre he apoyado al grupo. **Ya me invitaron a participar en Señora Independencia, pero no acepté porque se quiere de compromiso con el programa, y para estar en todas las actividades, programarlas, estar invitándolas, cobrando, hacerlas, recoger cuando terminan, es mucho el compromiso y yo ya no puedo estar haciendo todo eso**".

5. C. G.

"Yo tengo 3 años de estar en el programa y siempre **me ha gustado participar en todas las actividades** que realizan, son muy buenas, **aunque a veces me cuesta porque todavía cuido a mis nietas por las tardes**, pero trato la manera de estar los lunes en las tardes educativas, los miércoles en manualidades y de vez en cuando un martes o jueves en gimnasia. Siempre que puedo me llevo a mis nietas. Siempre nos invitan a que estemos en todas las actividades pues son para nosotras, pero a mi me cuesta mucho. **Yo no podría trabajar en la coordinadora por falta de tiempo**, y por mucho compromiso que quiere estar adentro de la coordinadora, más la encargada del dinero. Y recuerde que uno nunca queda bien con la gente".

De acuerdo a la información obtenida de las integrantes del Programa del Adulto Mayor, no se involucran en formar parte del grupo de Coordinadora en las actividades por falta de tiempo, el temor de quedarse indefinidamente en la Coordinadora, por ser un compromiso muy fuerte en las planificaciones de actividades, porque algunas todavía dependen de un trabajo, de requerir estar en todas las actividades y porque muchas veces requieren de unos días para cuidar de sus nietos.

Se evidenció que ellas tienen el temor de ser criticadas en la realización y elaboración de las actividades, no quieren asumir un compromiso grande para no ser culpadas cuando hay errores, existe temor a no quedar bien con las demás personas, pues es un compromiso que algunas de ellas por su edad ya no pueden realizar, por condición de tiempo y por su estado de salud.

3.4 Otras actividades y resultados:

- Participación en la Planificación y ejecución de las Excursiones por Celebración de Aniversarios del Programa del Adulto Mayor Centro de Día San Francisco de Asís a Chiquimula Casa Contenta de "Huallacan" en febrero de 2008 y a Sololá Casa Contenta de Panajachel, en febrero de 2009.

Resultados:

- ✓ Se contribuyó en la conducción y realización del viaje
 - ✓ Se realizaron las actividades planificadas en cada viaje, con disposición y entusiasmo.
 - ✓ A través de estas actividades se conoció y se compartió más a fondo con cada una de las integrantes del programa del adulto mayor.
-
- Colaboración en las Celebraciones del Día de la Madre en el Salón de usos Múltiples de la Parroquia Inmaculado Corazón de María.

Resultados:

- ✓ Se contribuyó en las direcciones del programa de actividades alusivas a ese día.
- ✓ Se colaboró en la planificación y recepción el día de la celebración.

- ✓ Las integrantes se mostraron agradecidas y alegres por las actividades realizadas en celebración de su día.

➤ Colaboración en la realización de la Tarde Cultural.

Resultados:

- ✓ Se apoyó en la conducción del programa.
- ✓ Se logró el apoyo de las integrantes del programa en la participación de actividades de bailes y canto.
- ✓ Se obtuvo el apoyo de las integrantes en la elaboración de exquisitos platillos típicos.

➤ Se participó en la planificación, gestión y ejecución de las actividades en la Elección de la Señora Independencia del Programa del Adulto Mayor.

Resultados:

- ✓ Se colaboró en la invitación y preparación de las candidatas a dicho evento.
- ✓ Se tuvo la participación de las integrantes del programa en las porras según su candidata en las distintas representaciones.
- ✓ Se obtuvo la participación de las integrantes del programa en la presentación de bailes folklóricos.
- ✓ Se obtuvo la participación de invitados especiales ajenos a la Universidad y el programa para formar parte del jurado calificador.

- Participación y Ejecución de la Celebración del Día del Abuelo y Abuela:

Resultados:

- ✓ Se colaboró en la conducción del programa.
- ✓ Se realizaron participaciones especiales de baile, cantos y poesía alusivas al día.

- Asistencia en rifa en pro de Celebración del Convivio Navideño.

Resultados:

- ✓ Contribución de las integrantes del programa en la venta de listas.
- ✓ Hubo entusiasmo y alegría en la realización de la venta de listas y en las señoras favorecidas de las mismas.

- Participación y Ejecución del Convivio Navideño:

Resultados:

- ✓ Se obtuvo la convivencia entre el 90% de las integrantes del programa del adulto mayor.
 - ✓ Se presentaron alegres y entusiasmadas por la actividad y agradecidas por todo un año de compañerismo y de aventuras.
- Se participó en la planificación, gestión y ejecución de la Visita al Museo del Ferrocarril.

Resultados:

- ✓ Convivencia y apoyo mutuo de las integrantes del programa.

- ✓ Se tuvo buena experiencia en el viaje de bus particular y traslado en el transmetro de Guatemala.

- Se realizaron 8 visitas domiciliarias, a las integrantes del programa, que solicitaron apoyo moral por pasar enfermedades difíciles de Cáncer en el Colon, Ceguera, Problemas en la Columna, Derrame, motivo por el cual estuvieron ausentes por más de 6 meses cada una. Se estuvo manteniendo en comunicación con las afectadas, por vía telefónica, y se les daba a conocer a todo el programa de cómo se mantenían sus compañeras.

Resultados:

- ✓ Se sintieron muy contentas de que se les recordara y visitara.
- ✓ Se fortaleció la unión ente las compañeras enfermas y las demás del grupo, pues muchas visitaron por iniciativa propia y estuvieron comunicándose por teléfono, siempre llevaba algunos saludos de ellas.

CAPITULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS:

La realización del Ejercicio Profesional Supervisado de la Universidad de San Carlos de Guatemala conjuntamente con el Programa Integral del Adulto Mayor Centro de Día San Francisco de Asís, es una oportunidad enriquecedora que se le brinda al estudiantado una vez cumplido su pensum, experiencia que enriquece el mutuo aprendizaje y los conocimientos adquiridos en la práctica para la realización de una excelente labor profesional en cualquier lugar.

El objetivo general de este trabajo fue, Integrar la participación del Adulto Mayor, por medio del trabajo psicológico para la promoción de la Salud Mental.

A continuación se presenta el análisis según sus subprogramas:

4.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO:

El interactuar con el grupo del Adulto Mayor, conjuntamente con el grupo multidisciplinario se fue dando en un ambiente amistoso y compatible, pues es de su conocimiento que el programa cuenta con varios servicios, y se llega también a la conclusión de que ellas mismas esperan que se presente en inicios de año otro epesista que de continuidad al servicio que se está prestando.

Estas personas en su mayoría son de religión Católica y asisten a la parroquia Inmaculado Corazón de María, donde está situado el salón para el servicio del Programa del adulto mayor. Consideran que Dios es el único que puede ayudarlas en todo momento y si él les manda las situaciones es con un propósito que está establecido para ellas y que él también las sacará de esos problemas físicos o mentales, y eso hace que muchas de ellas en su minoría, que son las más grandes de edad,

que oscilan entre los 80 años en adelante, no acudan a buscar atención psicológica

Muchas veces creen que un psicólogo no es la persona que ellas deben buscar en la solución de sus problemas, por ser adultas mayores, creen que la solución de sus problemas no la tiene un joven o un adulto, ellos son menores a ellas y no han vivido con la experiencia que ellas tienen; para ellos el conocimiento se va adquiriendo con el pasar de los años, aun cuando ellos no tuvieron la oportunidad de tener estudios, manifiestan que antes no tenían todas estas carreras y si las había eran muy costosas; muchas personas incluso sus familiares, salieron adelante y ellas también, por eso les cuesta mucho abocarse a un profesional.

Algunas de las señoras del programa no participaban en las actividades como el canto, baile, gimnasia rítmica, esto implica ponerse pants o pantalonetas, vestuarios extravagantes o disfraces, vestuarios a los que no están acostumbradas; relación que se tiene por medio de los patrones de crianza que tuvieron; implicaba que las mujeres estaban para realizar oficios domésticos, cuidado y atención de sus hermanos; al tener una determinada edad formar un hogar, tener hijos, criarlos y estar en sus casas; tiempo en que ellas no podían involucrarse en participar en estas actividades, no tuvieron acceso a estudiar, que es el lugar donde se empieza a realizar ciertas actividades; esto lo hacía más difícil, involucrarse en el programa, mas con la participación de las actividades y sugerencias, muchas de ellas respondieron y manifestaron sentirse realizadas, muy contentas por haberlo logrado; fortaleciendo su yo.

Entre las limitaciones que se tiene al prestar el servicio psicológico en el programa es el factor tiempo, durante la semana ya están establecidas las actividades y es difícil cubrir las actividades que puedan beneficiarlas; entre otras, se comparte el tiempo conjuntamente con el

grupo multidisciplinario, que es Ectafide, Trabajo Social, Pedagogía y hace reducir aún más para poder desarrollarse en el campo de la Psicología.

Otro inconveniente es el lugar que se tiene para prestar el servicio psicológico, el espacio es una oficina pequeña, donde está todo el mobiliario y archivo con el que cuenta el programa; el espacio es un lugar compartido con el grupo multidisciplinario y el grupo que dirige el programa llamado coordinadora.

El factor clima es un inconveniente que tiene el programa cuando se realizan las actividades y es tiempo de invierno, aunque ellas estén con la disposición y el entusiasmo de asistir se ven limitadas, por la edad están propensas a enfermarse fácilmente o recaer, la mayoría padecen de enfermedades bronquiales y pulmonares; eso hace que baje la asistencia en todas las actividades programadas durante la semana.

A veces también por distintas razones un porcentaje mínimo no pueden llegar porque tienen a cargo ciertos días de cuidado de los nietos, porque tienen que ocuparse de recibir a sus hijos y servir los alimentos. Situaciones en las que ellas se sienten tristes y desprotegidas, es un tiempo en el que consideran que es para ellas mismas.

Durante el proceso, se pudo observar que en realidad lo que el programa necesita es la atención de personal profesional que las oriente a desarrollar y capacitar; para que ellas puedan auto-ayudarse, a manera que puedan ir realizando actividades innovadoras, creativas y esto las ayude a levantarse moral, espiritual y físicamente.

El tiempo en el que se logró compartir se agradeció por el nivel de conocimiento y experiencia que ellas pudieron brindar; engrandeciendo el conocimiento y dejando una experiencia inolvidable, dejando el reto para seguir preparándose y hacer saber que el campo de la Psicología es para todo tipo de población y este no solo trata en personas con

problemas mentales, sino también para mantener una buena salud mental.

4.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA:

Fueron programadas actividades de acuerdo a su edad y a su necesidad, con la finalidad de orientar y capacitar al programa del adulto mayor. Los días lunes fueron apartados para implementar y desarrollar los temas de interés que el programa había solicitado. Se programaron y se desarrollaron conjuntamente con el grupo multidisciplinario y la coordinadora. Para realizar las actividades se dio a conocer los días y horarios específicos para la realización de las distintas actividades, se motivaba para alcanzar la mejor asistencia. Para realizar algunos temas de interés, se hizo la invitación de especialistas en las áreas, para el desarrollo de ciertos temas como: "La sexualidad en el Adulto mayor", Primeros Auxilios, Nutrición de la dieta balanceada en el Adulto Mayor, Belleza y Maquillaje. Todas las actividades fueron trabajadas conjuntamente por el grupo multidisciplinario para fortalecer sus áreas sociales, físicas y emocionales, con dinámicas rompehielo y de relajación para que ellas se sintieran tranquilas e integradas en el grupo, que olvidaran por un instante lo que les preocupaba, para poder obtener los mejores beneficios y conocimientos de los temas expuestos.

Las tardes educativas permitieron que manifestaran sus emociones y sentimientos, ellas necesitan ser escuchadas y atendidas a manera de bajar y liberar sus tensiones. Con las gimnasias rítmicas y los días de manualidades, ellas manifestaban el sentirse libres, alegres y plenas; olvidarse por un instante de todo lo que las rodea y compartir con personas que han vivido y pasado por momentos similares a lo de ellas. Durante el tiempo de trabajo siempre se mostró un ambiente muy cálido, de mucha colaboración y disposición del programa para la realización de dichas actividades.

Para la realización de los temas desarrollados, se dio el tiempo en cada actividad para aclarar las dudas o inquietudes que se tuvieran del tema expuesto, y las aportaciones de comentarios y lluvia de ideas que fortalecieran y reforzaran su aprendizaje, entre las mismas integrantes del programa.

Todos los temas de capacitación que se realizaron fueron con la aportación del programa y aprobación de ellas mismas en los que se sugirieron, el tema de mayor impacto que tuvo en ellas fue "Las tardes de los recuerdos" donde ellas regresaron a muchos episodios muy buenos que tuvieron, sus canciones, su forma de viajar, y muchas anécdotas que ellas manifestaron en el que lograron exponer como si lo estuvieran viviendo de nuevo, siendo una experiencia vivencial y participativa del grupo, que concluyó con sonrisas, emociones y mucha alegría como mayor resultado, enfatizando en cada contenido la importancia que tiene en el proceso de la Salud Mental, en el desarrollo dentro de sus relaciones interpersonales.

En el espacio de promoción y prevención sobre las distintas enfermedades relacionadas con la edad y como prevenirlas, se trabajó conjuntamente con la Escuela de Trabajo Social y el equipo multidisciplinario, elaborando un documento con dietas naturales, remedios caseros, ejercicios especiales coordinados con ectafide y tipos de vitaminas que les beneficiaran sin necesidad de consultar al médico.

4.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACION:

En el tiempo que se realizó el Ejercicio Profesional Supervisado se pudo observar que el grupo de la Coordinadora ha trabajado durante 7 y 8 años dentro del programa, evidenciando que están entre las mismas edades, pero manifiestan su liderazgo con la satisfacción que tienen al ver al demás grupo, participando de todas las actividades. Ellas se sienten satisfechas de ver crecer al programa en número de señoras, como el transcurrir de los años y llegar al 8ª. Aniversario de su programa. Las felicitaciones y las motivaciones que reciben del grupo, de la Coordinadora de Extensión de la Escuela de Trabajo Social y de los demás centros, como en las participaciones de aniversario del Mercado de la Reformita, programas de adultos mayores dentro de la capital como en Villa Hermosa, asilos, centros de rehabilitación en donde ellas participan y observan la alegría de las personas que están iguales situaciones o incluso en circunstancias peores, pero hacen que olviden por un instante sus situaciones; son gratificaciones que las enorgullece y las motiva a seguir adelante, preparándose para poder seguir dando lo mejor. Aunque en algunos momentos hayan pasado desánimos, son muchas veces impulsos para tomar nuevos retos.

Se observó que muchas de las señoras se acomodan a participar solamente en algunas actividades, porque observan que el grupo que las dirigen lo hacen bien, no tienen el impulso de integrarse, porque muchas veces creen que ellas no podrán dirigir bien o que ellas consideran que ya no están para asumir y recargarse de tantas responsabilidades; los miedos o temores de las críticas evitan que ellas asuman algunos compromisos para no ser culpadas al equivocarse, consideran que un puesto en la coordinadora quiere de mucho tiempo y dedicación; por bienestar de su salud y evitar problemas por el malo o buen desarrollo del rol en la coordinación, evitan integrarse y estar del lado de las demás.

El equipo multidisciplinario es un soporte para el grupo de la coordinadora para la elaboración, capacitación, ejecución e innovación de actividades que las motive en involucrarse. La planificación conjunta hace que la coordinadora se sienta más segura en la realización de las actividades, así también en algunas actividades como el Aniversario, Celebración del Día de la Madre, Abuelo y Abuela, ya están estructuradas en su programación y fue muy difícil innovar otro tipo de programa porque ya están acostumbradas a realizarlo de dicha manera.

Siendo así también un inconveniente el tiempo de práctica que tienen los estudiantes para concluir con la formación e instrucción del grupo. Los estudiantes no logran concluir, por la limitante que tiene el estudiante de Trabajo Social que llega durante seis meses, tiempo en que no logran abarcar muchas de las actividades y cada estudiante va con nuevas ideas y proyectos pero que al mismo tiempo, no logran concluir por la demanda de actividades que las señoras; ya tienen programadas dentro del programa haciendo también que Ectafide y Psicología tengan la limitante de no abarcar todas las actividades planificadas, porque ayuda al estudiante a introducirse al grupo a conocer la dinámica de trabajo, horarios, planificación de actividades y esto no beneficia en el factor tiempo.

También el programa no cuenta con la libertad en el salón para realizar ciertas actividades, por las reglas que maneja la Parroquia, eso hace también que el programa conjuntamente con el grupo multidisciplinario tenga la limitante del lugar para desarrollar ciertas actividades, que limitan el beneficio para las integrantes; pues para planificar ciertas actividades hay que consultar al párroco, y muchas veces es negada la petición. La relación con el párroco y el programa es solamente en información de reglas y finanzas que el programa da, una parte de lo que acumulan a cada mes ellas dan una ofrenda a la parroquia por las instalaciones.

4.4. ANÁLISIS DE CONTEXTO:

El trabajo realizado en el Programa de Atención Integral del Centro de Día del Adulto Mayor San Francisco de Asís, permitió interactuar en la aplicación de los conocimientos adquiridos en la Universidad de San Carlos de Guatemala de la Escuela de Psicología y conocer algunos de los aspectos por los que afronta el Adulto Mayor; comprendidas entre las edades de los 50 a 90 años de edad, las cuales suman en una totalidad de 130 señoras, que asisten en las jornadas matutina y vespertina, entre actividades culturales, recreativas y educativas.

Es necesario resaltar que entre las dificultades en la ejecución del proyecto, cabe mencionar el poco tiempo y cobertura hacia la población del Adulto Mayor. Se trató que el grupo fuera beneficiado aun en el tiempo mínimo y obtuviera el mejor beneficio. Además de esto se notó el desconocimiento que, a pesar de los años, todavía se tiene del área psicológica y sus beneficios en el adulto mayor. Las señoras por los años manejan como parte de sus vidas, los tabús y eso hace que les impida el buscar ayuda y poderles ayudar a superar sus problemas.

También es oportuno mencionar que el programa no cuenta con un espacio propio en la parroquia, que a pesar de dar una contribución mensual no es dedicado solamente al grupo, pues es un salón de usos múltiples y es ocupado también por la Municipalidad de Guatemala, en actividades de Cocina y Repostería, y cuando por algún motivo era ocupado para celebraciones de Día de algún santo o funerales de algunos familiares de la Parroquia, era trasladado el programa a otro salón.

En relación con los resultados obtenidos en los distintos subprogramas, se cumplieron los objetivos planteados y los distintos grupos como la coordinadora del programa de extensión, el grupo multidisciplinario y el grupo de la coordinadora del programa, en la aportación de todos los

recursos materiales y económicos para la realización y culminación con éxito de las actividades.

La asistencia constante de las señoras en cada actividad, el entusiasmo de no perderse de algunas de ellas, no se les impedía, pues aunque llegaran con los nietos o muchas de ellas llevaban a familiares que las visitaban y las invitaban a participar en sus reuniones. Muchas de ellas manifestaban que tenían que realizar actividades que les pedían sus hijos, pero siempre tenían el interés de que se había realizado en las actividades y siempre avisaban con anticipación y si era una urgencia llamaban para avisar o mandaban a notificar con alguna compañera cercana a ellas. El interés de ellas fue notorio y la deserción de algunas de ellas era por factores de enfermedades y factor clima.

El mayor logro obtenido fue el conocer la realidad que enfrenta el Adulto Mayor y el valor de cómo la enfrentan. El gran aprendizaje que dejan estos grupos por la trayectoria de vida y la experiencia vivida a través de los largos años vividos y compartidos.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:

5.1 CONCLUSIONES:

CONCLUSIONES GENERALES:

- El Ejercicio Profesional Supervisado integró la participación del Adulto Mayor en el desarrollo de la Salud Mental.

- El Ejercicio Profesional Supervisado promueve una relación muy importante para la formación y el desarrollo profesional entre la población y epesista, en el mutuo aprendizaje.

- El Adulto Mayor necesita contar con un espacio adecuado, para el desarrollo del trabajo Psicológico, por incomodidad y privacidad en la atención personalizada.

SUBPROGRAMA DE SERVICIO:

- El acompañamiento emocional fortalece las actividades individuales y grupales en el desarrollo de los casos dentro del Programa Adulto Mayor.

- El Adulto Mayor responde con mejor asistencia a las técnicas grupales que en las técnicas individuales.

- El servicio psicológico favorece la importancia de la Salud Mental, a enfrentar la problemática familiar, emocional, y social en el adulto mayor.

SUBPROGRAMA DE DOCENCIA:

- El Adulto Mayor necesita de atención especializada que le brinde la capacidad de obtener mejores conocimientos para manifestar su capacidad, creatividad y su sabiduría.
- El Ejercicio Profesional Supervisado ayudó a conocer las distintas enfermedades que afecta al adulto mayor y cómo puede prevenirlas.
- El promover actividades recreativas ayuda al proceso de la salud mental del adulto mayor y en la socialización, adaptación, relación y convivencia entre ellas mismas.

SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:

- El trabajo de investigación ayudó a conocer las dificultades que impiden a las integrantes del programa del Adulto Mayor, involucrarse dentro del grupo coordinadora.
- El trabajo de investigación reflejó que las dificultades que impiden a las señoras del programa del adulto mayor, involucrarse en el

grupo de la coordinadora son por tres razones: falta de tiempo, no les gusta asumir compromisos grandes y por temor a las críticas en el desempeño del cargo.

- La integración entre epesista y el adulto mayor contribuye al enriquecimiento del mutuo aprendizaje.

5.2 RECOMENDACIONES:

RECOMENDACIONES GENERALES:

- La Escuela de Psicología, conjuntamente con el programa de Extensión de Trabajo Social, siga trabajando para no limitar al programa de un servicio psicológico que les favorezca en la promoción de la salud mental.
- Solicitar a la parroquia se pueda otorgar al programa el salón para la realización de sus actividades y no tenerlo como usos múltiples.
- Que el programa de Extensión de Trabajo Social evalúe el tiempo de práctica para los estudiantes y no dejar inconcluso su tiempo de práctica para que no perjudique en la integración del estudiante con las integrantes del programa en su relación emocional.

SUBPROGRAMA DE SERVICIO:

- Dar seguimiento en el acompañamiento emocional del programa para el mejor desarrollo de las integrantes y sus actividades.
- Contribuir en la atención psicológica que beneficie en todas las necesidades del programa.

SUBPROGRAMA DE DOCENCIA:

- Propiciar actividades del desarrollo humano que les favorezcan en la promoción de la salud mental y cómo enfrentarse ante la problemática que vive el adulto mayor.
- Enfocar las necesidades del adulto mayor y elaborar temas que les ayude a realizar proyectos de vida accesibles a ellos.

SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:

- Elaborar un programa de secuencia en el trabajo profesional entre estudiantes practicantes y epesistas para que promuevan la motivación, participación y cooperación en el adulto mayor, a fin de brindarles un mejor apoyo emocional.
- Trabajar en la formación de un grupo de autoayuda, como medida inmediata para el apoyo emocional del adulto mayor en la espera del cambio del estudiante de Trabajo Social y Epesistas; para dar continuidad al caso y no quede inconcluso.

BIBLIOGRAFIA

ADULTO MAYOR

<http://www.slideshare.net/mangore/adulto-mayor-presentation>

ADULTO MAYOR: ASPECTOS PSICOAFECTIVOS DEL ENVEJECIMIENTO,
Febrero de 2,008. <http://www.ubiobio.cl/vitrina/envejecim.htm-29k>

AUTOESTIMA EN EL ADULTO MAYOR

<http://centrosaludmental.wordpress.com/tag/adulto-mayor/>

BOLETIN INFORMATIVO, PROGRMA DE EXTENSIÓN, JUNIO 2000.

Escuela de Trabajo Social.

Bran García, Rosa María. PROPUESTA DE SALUD MENTAL A TRAVES DEL
SERVICIO PSICOLOGICO, EPS. Universidad de San Carlos de
Guatemala, Escuela de Ciencias Psicológicas, 1998.

CUIDADO Y AUTOCUIDADO DE SALUD DEL ADULTO MAYOR

<http://www.gerontologia.uchile.cl/docs/cuidado.htm>

Chigua, Irma, (2,006) APOYO Y PROMOCION EN SALUD MENTAL AL
ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL PROGRAMA INTEGRAL DE LA IGLESIA
INMACULADO CORAZÓN DE MARÍA.

Universidad de San Carlos de Guatemala.

Dorsch, friedrich, DICCIONARIO DE PSICOLOGIA, Editorial Herder,
México 1981

NORMATIVO INTERNO, Centro de Día San Francisco de Asís

Programa de Atención Integral al Adulto Mayor

PSICOLOGIA DEL ADULTO MAYOR, Febrero de 2,008

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=6891>

GLOSARIO

ADULTO MAYOR	Individuo que sobrepasa los 60 años.
AISLAMIENTO	Incomunicación, desamparo. Situación de falta de relaciones con otros seres humanos.
AUTOESTIMA	Valorarse, apreciarse, respetarse y conocerse a uno mismo, reconocer las limitaciones.
AUTOMATISMO	Actos independientes de la voluntad.
DEPRESIÓN	Trastorno del estado de animo que se caracteriza por sentimientos agobiantes de tristeza, de falta de interés en las actividades y, quizá, por excesivo sentimiento de culpa o de minusvalía personal.
ECTAFIDE	Escuela de Ciencias y Tecnología de la Actitud Física y el Deporte.
ENVEJECIMIENTO	Conjunto de transformaciones físicas y psíquicas que tienen lugar en el último período de la vida y que forma parte de un proceso caracterizado por el decaimiento de la vitalidad, debido a las modificaciones orgánicas propias de la senectud.
E.P.S	Ejercicio Profesional Supervisado
PEDAGOGÍA	Conocimiento destinado a instituir los modos de acción que constituyen un sistema de educación.

PREJUICIO	Actitudes y creencias de carácter negativo con relación a un grupo social.
REGRESION	Volver a las conductas y defensas de la niñez.
SALUD MENTAL	Estado de ajuste favorable, que presupone características mentales personales particularmente deseables, considerando también el estado de salud física de las personas.
SENECTUD	La expresión tercera edad también anunciado como vejez, es un término antrópico-social que hace referencia a la población de personas mayores o ancianas, normalmente jubilada y de 65 años o más.
SUPERVIVENCIA	Se denomina superviviente o sobreviviente a aquella persona que logra mantenerse con vida en situaciones adversas y que por lo general habrían causado su muerte.
TABU	Prohibición que afecta a ciertas personas o el uso de ciertos objetos. Por extensión, interdicción convencional fuente de prejuicios, conveniencias, actitudes sociales.
VEJEZ	Período de la vida humana que se ha a situado por encima de los 70 años de edad y que se caracteriza por la pérdida de facultades físicas y mentales de forma progresiva.

ANEXOS

IV. INTERESES

¿Que le motivo a ingresar al grupo?

¿Que temas le gustaria aprender o retroalimentar?

¿Cómo miembro del grupo de Adulto Mayor, que espera del mismo?

¿Qué actividades le gustaría trabajar en el grupo?

Culturales	Recreativas	Sociales	Salud

Observaciones, comentarios o sugerencias:

Firma: _____