



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA**

La Universidad Católica de Loja

## **ÁREA BIOLÓGICA**

### **TITULACIÓN DE MAGISTER EN GERENCIA DE SALUD PARA EL DESARROLLO LOCAL**

Mejoramiento de la calidad de atención en el “Centro del Día Caritas del  
Adulto Mayor” del cantón Catamayo, provincia de Loja, 2013

**TRABAJO DE FIN DE MAESTRÍA**

AUTOR: Carrión Acaro, Susana Isabel

DIRECTOR: Ruilova Dávila, Lilia Dora, Dra

**CENTRO UNIVERSITARIO LOJA**

2014

## APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE FIN DE MAESTRÍA

Doctora

Lilia Dora Ruilova Dávila

DOCENTE DE TITULACIÓN

DE MI CONSIDERACIÓN:

El presente trabajo de fin de maestría, denominado: “Mejoramiento de la calidad de la atención en el Centro del día Caritas del Adulto Mayor del cantón Catamayo”, provincia de Loja, 2013”, realizado por Carrión Acaro Susana Isabel, ha sido orientado y revisado durante su ejecución, por cuanto se aprueba la presentación del mismo.

Loja, Marzo del 2014

f).....

## DECLARACIÓN DE AUTORIA Y CESIÓN DE DERECHOS

“Yo Carrión Acaro Susana Isabel declaro ser autora del presente trabajo de fin de maestría: Mejoramiento de la calidad de atención en el “Centro del Día Caritas del Adulto Mayor” del cantón Catamayo, Provincia de Loja, 2013, de la Titulación Maestría en Gerencia de Salud para el Desarrollo Local, siendo Lilia Dora Ruilova Dávila directora del presente trabajo; y eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales. Además certifico que las ideas, concepto y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad.

Adicionalmente declaro conocer y aceptar la disposición del Art. 67 del Estatuto Orgánico de la Universidad Técnica Particular de Loja que en su parte pertinente textualmente dice: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad”

f).....

Autor: Carrión Acaro Susana Isabel

Cédula: 1104166671

## DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios, por haberme acompañado en cada paso por el caminar de mi vida, y brindarme sabiduría, fortaleza y entendimiento en esta etapa.

A mis padres que han sido un verdadero ejemplo de trabajo y perseverancia, quienes me han apoyado en cada momento y han hecho de mí una persona de bien. Gracias papa y mama por estar junto a mí, permitirme desarrollar como profesional y sobre todo por creer en mí, los amo.

A mis hermanos: Daniel, Fabricio, Luis y Deidania por estar siempre presentes con sus muestras de cariño y apoyarme de manera incondicional, los quiero mucho.

A mi hija Isabella, a quien amo con todo mi corazón y por quien día a día he luchado por superarme y brindar un buen ejemplo, sin ella nada tendría sentido.

*Susana Carrión*

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco infinitamente a Dios, quien me ha protegido en mí caminar y me ha dado la fortaleza necesaria para no caer en las adversidades.

Agradezco también la confianza y apoyo de mis padres y hermanos, quienes han estado junto a mí corrigiendo mis faltas y celebrando mis triunfos.

A mis maestros, quienes con su sabiduría me han ido forjando para convertirme en lo que soy, gracias por el tiempo compartido y por impulsar el desarrollo de nuestra vida profesional.

Al grupo Caritas de Catamayo, quienes me permitieron realizar el trabajo de tesis en su institución, de manera especial al Padre Fausto Lalangui, quien confió en mí, muchas gracias.

Si Dios, no me hubiera permitido tenerlos junto a mí, nada tendría valor, es por ello que no me cansare de decirles.

Muchas gracias

## INDICE DE CONTENIDOS

<b>Preliminares:</b>	<b>PÁGINAS</b>
Portada	i
Aprobación del Director del trabajo de fin de maestría	ii
Declaración de Autoría y Cesión de Derechos	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice	vi
<b>APARTADOS.</b>	
Resumen	8
Abstract	9
Introducción	10
Problematización	12
Justificación	13
Objetivos	14
CAPITULO I	15
1. Marco Teórico	15
1.1 Marco Institucional	16
1.2 Marco Conceptual	20
CAPITULO II	30
2. Diseño Metodológico	31
2.1 Matriz de Involucrados	32
2.2 Árbol de Problemas	34
2.3 Árbol de Objetivos	35
2.4 Matriz de Marco Lógico	36
CAPITULO III	40
Resultados Esperados	40
Resultado 1	41
Resultado 2	42
Resultado 3	50
Conclusiones	56
Recomendaciones	57

Bibliografía	58
3. Anexos	60

## **RESUMEN**

El desarrollo de la ciencia y la tecnología en la actualidad, está logrando que se aumente la esperanza de vida del adulto mayor, pero no la calidad de la misma, pues el anciano experimenta cambios físicos, psicológicos y sociales, que lo convierte en una persona vulnerable, que necesita cuidado y atención para conseguir una buena calidad de vida.

Mediante la realización de este trabajo, se ha conseguido que las personas que asisten al Centro Caritas del Adulto Mayor del Día del Cantón Catamayo, reciban una atención de calidad, que cubra sus necesidades de salud, terapia física y ocupacional, integración con la comunidad y sobre todo de afecto y respeto, ya que se capacitó a familiares y personas encargadas del cuidado de los mismos para que contribuyan a garantizarles un envejecimiento activo y digno.

**PALABRAS CLAVES:** Envejecimiento, calidad, necesidad.

## **ABSTACT**

**Science and technology development now is achieving that the hope increase in the Senior people but don't the quality of the today, are making the life expectancy of the elderly will increase, but not the quality of it, for the old man undergoes physical, psychological and social changes, making it a person vulnerable, care and attention you need to get a good quality of life.**

**By undertaking this work, it has made people attending the Caritas Center for Older Adults Day Canton Catamayo, receive quality care that meets their needs, physical and occupational therapy, community integration and especially affection and respect, as relatives and caretakers thereof are trained to help you guarantee an active and dignified aging.**

**KEYWORDS: Aging, quality, necessity.**

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo denominado “*Mejoramiento de la calidad de la atención en el Centro Caritas del Adulto mayor del Día, del Cantón Catamayo*”, se ha considerado un tema de vital importancia debido a que la población adulta va en aumento.

Ser adulto mayor hoy, se ha convertido en una etapa difícil, ya que muchos de ellos pierden las oportunidades de trabajo, así como su actividad social y la capacidad de socialización, lo que los convierte en personas inactivas y en algunos casos son postergados y olvidados por sus familiares, con este trabajo se pretende mejorar la calidad de vida del grupo de adultos mayores que asiste al centro Caritas, brindándoles atención en salud, ocupacional y propiciándoles un mejor cuidado, y así contribuir a que los ancianos se adapten a los cambios observables en sus capacidades físicas y en su salud ya que estos cambios tienen un impacto psicológico muy importante en el individuo.

En el capítulo I, se encuentra la recopilación bibliografía de temas como: El adulto mayor, sus deberes y derechos; teorías y enfoque sobre la personalidad y el envejecimiento; Salud en la tercera edad; Cuidado del adulto mayor; La familia y el adulto mayor, así como terapia ocupacional y sus beneficios en la edad adulta. Temas muy importantes que nos permitirán conocer más a fondo la problemática del adulto mayor y saber cómo ayudarlos en esta etapa de su vida.

El capítulo II contiene el diseño metodológico, el mismo que abarca la matriz del marco lógico, el árbol de problemas, árbol de objetivos y matriz de involucrados.

En el capítulo III, están descritos los resultados que se espera de la aplicación de este proyecto de acción.

El objetivo de este trabajo es mejorar la calidad de vida de los/as adultos/as mayores que asisten al Centro Caritas del Adulto Mayor del día, mediante la atención integral e implementación de terapia ocupacional, capacitación de familiares y personas responsables de los adultos mayores para contribuir a un envejecimiento saludable, activo y digno de los mismos. Este trabajo se cumple gracias al apoyo de los directivos de la institución y de quienes están al cuidado de los adultos, personas que han mostrado estar dispuestos a colaborar con la realización del mismo, aunque existe poco interés por parte de los familiares.

Para solucionar esta problemática se plantea trabajar con las personas que están en contacto con los adultos mayores, así como también con sus familiares, capacitándolos en temas relacionados con el cuidado al adulto mayor, además se implementará terapia ocupacional, atención en salud y sobre todo se contribuirá a mejorar la autoestima del adulto mayor que asiste al Centro Caritas de Catamayo.

Todo esto llevará a la conclusión que ser adulto mayor no es ser una carga, sino simplemente es un periodo de la vida que hay que saber vivirlo y respetarlo, pues si Dios nos permite, todos llegaremos a esa etapa del camino.

“Y si fuego es lo que arde en los ojos de los jóvenes, luz es lo que vemos en los ojos del anciano” (Víctor Hugo)

## PROBLEMATIZACIÓN

A nivel mundial, diariamente se trabaja por lograr el aumento en la esperanza de vida de la población, es así que la población ecuatoriana en la última mitad del siglo pasado mejoró su esperanza de vida, pasó de 48,3 años a 75, 6 años, siendo en la actualidad 940905 de la población nacional total (INEC, Censo de Población y Vivienda 2010). Se ha mejorado la esperanza de vida,, pero lastimosamente no se han desarrollado propuestas con alternativas, y espacios que permitan mejorar las condiciones de vida de los adultos mayores a través de planes, programas y proyectos donde estas personas sean entes activos en un proceso de inclusión social con la familia y la sociedad, en un ambiente de igualdad de oportunidades para todos.

Lo que se evidencia al observar la calidad de vida deteriorada de los adultos mayores que asisten al Centro Caritas de Catamayo, debido a que las 21 personas de la tercera edad que asisten a este centro se encuentran abandonados por las instituciones públicas encargadas de velar por el bienestar de la comunidad, es así que en la actualidad no reciben atención domiciliaria en salud, por parte de la unidad de salud encargada, razón por la que se observan elevados índices de morbilidad en los mismos, así al momento se tienen 13 personas con hipertensión arterial, 4 con diabetes, 4 con enfermedades respiratorias aguda, 1 con enfermedad diarreica aguda, la situación se agrava puesto que no se contribuye a su rehabilitación en salud, por medio de técnicas de terapia ocupacional acordes a su edad, a esto se suma la falta de conocimiento sobre el trato y cuidado que deben recibir estas personas en esta etapa de la vida, que los lleva, al rechazo y aislamiento.

Como se conoce en este periodo de vida es necesario potenciar las capacidades físicas y emocionales de las personas, con la finalidad de mejorar su estado de salud, físico y mental, de esta manera se está previniendo enfermedades, muchas de las cuales son causadas por desequilibrios emocionales, en esto juega un papel muy importante la familia, la misma que debe incluirse de manera activa en este proceso de cambio para de esta manera lograr que el adulto mayor sea una persona activa y dinámica, permitiéndoles dar soluciones a los problemas que se les presenta.

## JUSTIFICACION

A veces, las personas mayores viven en el completo abandono, sin ningún cuidado y sus familias sólo los ven como ser que estorba y del que se tienen que hacer cargo, ya que se vive inmerso en una cultura donde no se enseña a envejecer, donde se olvida que algún día todos llegarán a esa edad, se desconoce tanto, que gracias a la colaboración de muchas personas se han creado centros donde acogen a estas personas, aquí se intenta brindar una mejor atención para que no se sientan solos ni despreciados por la sociedad.

Son los motivos por los cuales se hace importante la realización de este trabajo en donde se pretende mejorar la calidad de vida de los ancianos que asisten al Centro Caritas del adulto mayor en Catamayo, para conseguir un envejecimiento activo y digno y así hacer que su caminar en esta etapa de su vida se torne llevadero.

Siendo el envejecimiento un proceso de carácter multidimensional que incide en la persona, la familia y la comunidad, se ha propuesto la implementación de un programa de mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, en donde intervengan quienes se encuentran en contacto con los 21 ancianos que asisten diariamente al Centro Caritas Catamayo, con este trabajo se pone en marcha acciones integrales, solidarias, que contribuyan a revalorizar el rol de las personas adultas mayores en la sociedad, puesto que su grandeza tiene carácter y fuerza de voluntad, para la conquista de sus ideales en el momento cuando la vida, la razón y el corazón son alimentados por la experiencia.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

Mejorar la calidad de atención en el centro Caritas del Adulto Mayor del día, mediante la implementación de atención integral de salud, y terapia ocupacional y la capacitación de familiares y personas responsables de los adultos mayores, para que los ancianos de este centro tengan un envejecimiento saludable, activo y digno.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Brindar atención integral de salud, a las personas que asisten al centro del adulto mayor.
2. Capacitar a familiares y personas encargadas del cuidado de los adultos mayores que asisten al centro Caritas del adulto mayor
3. Implementar terapia ocupacional a los adultos mayores.

**CAPITULO I**  
**MARCO TEÓRICO**

## 1.1. Marco institucional

### Aspecto geográfico del lugar

El Cantón Catamayo, se encuentra ubicado en la provincia de Loja, al sur del Ecuador, limita al norte por la Provincia de El Oro y el Cantón Loja, al este por el Cantón Loja, y al Oeste con el Cantón Chaguarpamba y el cantón Olmedo.

Se extiende de Norte a Sur desde la cordillera de los Andes en el Villonaco hasta la confluencia de los ríos Catamayo y Guayabal y desde la cordillera de Atillo con Monterrey, Chucadell y Molletingo hasta la quebrada de Indiucho.

El Cantón Catamayo está constituido por 2 parroquias Urbanas: Catamayo y San José; y, 4 parroquias Rurales: Guayquichuma, Zambí, El Tambo y San Pedro de la Bendita, con un total de 30636 habitantes de acuerdo al censo 2010, los mismos que se encuentran distribuidos en las diferentes parroquias.

La parroquia Catamayo está compuesta por los barrios o sectores: 24 de Mayo, María Auxiliadora, Isidro Ayora, San Vicente, y, el Porvenir, en este último se encuentre ubicado el “Centro del día Caritas Del Adulto Mayor, en las calles 9 de Octubre entre Bolívar y Eugenio Espejo.

Figura 1. Centro Caritas Catamayo



Fuente: Susana Carrión

## **Dinámica Poblacional**

El Cantón Catamayo en la actualidad cuenta con 30638 habitantes de acuerdo a datos del INEC 2010, en el Centro del día caritas Catamayo existen 22 adultos mayores de los cuales 16 son mujeres y 5 hombres. De 60 a 70 años de edad.

## **Misión**

Brindar asistencia social a los adultos mayores, propiciando un ambiente participativo y preventivo basado en el amor y respeto, para compartir sus experiencias con inclusión familiar y social.

## **Visión**

Asegurar el bienestar personal y fomentar una sociedad participativa en la que exista una cultura de envejecimiento, basada en la integración familiar y social.

## **Organización Administrativa**

La institución está a cargo del grupo Caritas de Catamayo, cuyo director principal es el Rvdo. Fausto Lalangui, existe una directiva que está al frente de la institución que está conformada por la Sra. María Ruiz como coordinadora, La Sra. Rosa Camacas, como secretaria, y quienes conforman el grupo son parte de apoyo a esta directiva de forma permanente.

Tabla 1. INFORMACIÓN GENERAL

Nombre	Centro Caritas del Adulto Mayor del Día
Dirección	Calles 9 de Octubre entre Bolívar y Eugenio Espejo.
Localidad	Sector el Porvenir
Tipo de actividad	Alojamiento durante el día a Adultos Mayores
Representantes Legales	Diócesis de Loja
Director	Rvdo. Fausto Lalangui
Coordinador	Sra. María Ruiz
Secretaria	Rosa Camacas

Grupo de apoyo	Sra. Celia Ayora
	Sra. Patricia Medina
	Sr. Gustavo Medina
	Sra. Esperanza Sambrano
	Sr. José Nole
	Sr. Ageda Azuero
	Sra. Olivia Lama
	Sra. Carmen Loaiza

Fuente: Susana Carrión

### **Servicios que presta la institución**

El Centro Caritas del Adulto Mayor del día brinda:

- Hospedaje durante el transcurso del día.
- Alimentación (desayuno, almuerzo y merienda)
- Manualidades (de forma limitada)
- Servicio espiritual.
- Actividades recreativas

### **Datos estadísticos de cobertura**

No se cuenta con un perfil epidemiológico de los adultos mayores que asisten a este centro, debido a que no han sido visitados por grupos de salud que corresponden al distrito de Salud N. 11 D02 Catamayo, razón por la que se pidió autorización para poder contar con los datos necesarios, el siguiente perfil epidemiológico fue realizado por la maestrante.

### **Perfil Epidemiológico**

La tabla precedente, expresa que durante el año 2012 existieron un total de 160, atenciones a los adultos mayores del centro caritas, de las cuales las cinco primeras son: enfermedades que afectan a los adultos mayores de Centro Caritas del Día de Catamayo, la hipertensión arterial expresa el mayor porcentaje con el 68,75%, le sigue la diabetes con el 13,75%, rinofaringitis aguda o resfriado común con el 8,75%, enfermedad diarreica aguda el 7,5% y enfermedad de Parkinson con el 1,25%. De esto se concluye que cada adulto mayor visita aproximadamente siete veces al año al médico, Por diferentes causas.

Tabla 2: PERFIL EPIDEMIOLOGICO 2012

CODIGO	PATOLOGIA	PACIENTES		TOTAL	%
		M	F		
I10	HIPERTENSION ARTERIAL	30	80	110	68,75
E11	DIABETES MELLITUS NO INSULINODEPENDIENTE		22	22	13,75
J00	RINOFARINGITIS AGUDA	6	8	14	8,75
A09	ENFERMEDAD DIARREICA AGUDA	3	9	12	7,5
G20	ENFERMEDAD DE PARKINSON		2	2	1,25
TOTAL		6	15	160	100

Fuente: Historias Clínicas de adultos mayores

### **Características geofísicas de la institución**

La institución se encuentra distribuida de la siguiente manera:

1. Sala de uso múltiple
2. Comedor
3. Cocina
4. Baño
5. Departamento médico (No se encuentra en uso)
6. Departamento de odontología (No se encuentra en uso)
7. Cuenta con agua potable y
8. Servicio de luz eléctrica

### **Políticas de la institución.**

- Brindar asistencia social y humanitaria cuando sea necesario.
- Promoción de programas que permitan que las personas participen en su propio desarrollo y mantengan su independencia y dignidad.
- Mantener un ambiente participativo, fortaleciendo las capacidades funcionales e integración social.

- Promover una cultura de envejecimiento, donde los adultos mayores sean vistos como ciudadanos activos en la sociedad, sujetos de derechos, que pueden y quieren aportar al desarrollo de la comunidad.

## **1.2 Marco conceptual**

### **Prevención de riesgos en poblaciones vulnerables**

“En cuanto al concepto de vulnerabilidad Tavill dice, es imposible hablar de vulnerabilidad sin la presencia de una amenaza y viceversa, entendiendo por amenaza la probabilidad de insurrección de un evento dañino para la sociedad”(Velasco, M.,2012).

Ante este concepto en lo que se refiere a la salud toda la población es vulnerable ante los eventos indeseables que se pueden presentar los mismos que pueden ser autos provocados, inducidos o simplemente adquiridos.

La población adulta mayor en nuestros días tiene gran tendencia al crecimiento, por los diferentes programas que se plantean para mejorar la esperanza de vida en los diferentes países, su vulnerabilidad se observa debido a que se encuentran expuestos a muchos riesgos, por la avanzada edad y por el deterioro de muchas de sus capacidades y sistemas corporales es así que en ellos son muy frecuentes los accidentes con tendencia a fracturas por la debilidad de sus huesos, así como también existe la presencia de enfermedades crónico degenerativas , salud bucal, alteraciones psicológicas y cognoscitivas, y por parte de los familiares existe el abandono y sentimiento de desafecto hacia ellos.

“Las condiciones de vida para las personas de la tercera edad son especialmente difíciles, pues pierden rápidamente oportunidades de trabajo, actividad social y capacidad de socialización, y en muchos casos se sienten postergados y excluidos. En países desarrollados, en su mayoría gozan de mejor nivel de vida, son subsidiados por el Estado y tienen acceso a pensiones, garantías de salud y otros beneficios” (Wikipedia)

En nuestro país llegar a la tercera edad deja mucho que desear, ya que el ambiente agitado de las personas les brinda escasas de tiempo para cuidar y brindar señales de afecto hacia quienes les dieron la vida lo que hace que ellos se encuentren solos la mayor

parte del tiempo, y muchas veces no cuentan con los cuidados necesarios, en alimentación, vestido y salud.

Es por eso que buscan centros de atención en los que sean atendidos y acompañados, y es importante contribuir para que estos centros crezcan y continúen brindando acogida, cariño y sobre todo su tiempo a los adultos mayores.

### **Participación social**

“La participación social es el proceso mediante el cual los grupos organizados que presentan diferentes estratos de la población participan en diferentes niveles de complejidad en la toma de decisiones e influyen en la toma de decisiones y evaluación de los servicios de salud, con el fin de asegurar la calidad, eficiencia y equidad, incorporando una perspectiva de género en su operación” (Buele, 2011)

En la actualidad en nuestro país se ha observado que existen algunas iniciativas para permitir el desarrollo de los sectores sociales, pero lastimosamente en el ámbito de la salud aún queda mucho que desear, pues es un sector en donde se sigue una gran formalidad en los procesos, que muchas de las veces las sugerencias en lo que se refiere a captación de determinados pacientes no es tomada en cuenta, es decir no existe la participación social y de la comunidad en la toma de decisiones dentro de las instituciones de salud, aun cuando esta ha sido establecida como una herramienta de trabajo en las unidades de Atención Primaria en Salud.

Este trabajo permite lograr una acción participativa de la comunidad en donde se observaría un verdadero cambio pues quienes estarían involucrados serían los actores de la sociedad así como sus representantes para de esta manera facilitar los procesos de transformación, desarrollo de la sociedad y desarrollo de los propios servicios de salud.

En el caso del Centro Caritas, que es un lugar en donde se encuentra un grupo establecido de personas de la tercera edad que tienen verdaderas necesidades en lo que se refiere a salud preventiva, ya ha existido acercamiento hacia los directivos del área de salud, pero hasta la actualidad no se ha encontrado respuesta favorable ante los pedidos de servicios necesarios y que son obligatorios ser les brinde, razón por la que no existe perfil epidemiológico de estas personas, además por ser adultos mayores no reciben la

atención prioritaria, mucho menos tienen presencia en atención. Evidenciándose así que la participación social y comunitaria en el cantón Catamayo no se está tomando en cuenta de manera efectiva.

### **Promoción en salud**

La promoción en salud de acuerdo a Cartas de Ottawa y Yakerta, “es un proceso mediante el cual las personas, familias y comunidades logran mejorar su nivel de salud al asumir un mayor control sobre sí mismas. Se incluyen las acciones de educación, prevención y fomento de salud, donde la población actúa coordinadamente en favor de políticas, sistemas y estilos de vida saludables, por medio de la abogacía, empoderamiento y construcción de un sistema de soporte social que le permita vivir más sanamente.” (medicina familiar,2007)

Ecuador, al igual que muchos otros países, en la actualidad se está enmarcando en este proceso de promoción de salud, con la finalidad de responder exitosamente a las necesidades de salud de la población, pero esto aún está en paso de adaptación, puesto que principalmente no se realizan acciones de fomento en salud, es el caso que se observa en el centro Caritas de Catamayo, el mismo que por recibir a personas de tercera edad debería ser visitado de manera periódica por el grupo de salud que corresponde, y esto no se ha dado, resultando difícil para quienes se encuentran a cargo de los ancianos ir a la unidad de salud para conseguir un turno de manera especial para poder adquirir las medicinas que en el caso de estas personas se deben administrar de carácter permanente.

Se debería evaluar las necesidades de la comunidad para poder intervenir de manera eficiente en estas, esto se realizaría con la ayuda de representantes del cantón quienes por habitar en el lugar conocen los problemas y necesidades del mismo, lo que no se podría decir de muchos de los directores de la unidad de Salud de Catamayo, quienes en su mayoría son de la Ciudad de Loja y no conocen la realidad del Cantón, lo que les impide actuar de manera solidaria y en bien del lugar.

### **La importancia de la prevención mediante capacitación**

Una de las principales acciones de salud, en prevención primaria con perfil gerontológico es la capacitación de los Adultos Mayores, eje principal de todo proceso comunitario, en donde los adultos mayores son protagonistas de su propio escenario.

A través de la educación las personas deben ser capaces de:

- a. Conocer las diferentes circunstancias que se pueden presentar en torno a su estado de salud, así como las situaciones de riesgo a las que está expuesto.
- b. Identificar los mecanismos necesarios para evitar posibles problemas
- c. Decidir actuar por si solos a través de otros para poder mejorar su condición de vida.

Al desarrollar la capacitación se propicia un espacio de aprendizaje e intercambio para apropiarse de herramientas técnicas que permitan desarrollar una tarea sostenida, tomando en cuenta la realidad de la comunidad y diseñando acciones encaminadas a mejorar la misma.

### **La salud en la tercera edad**

Según la Dra. Mónica Romero, médico geriatra: “La mayoría de adultos mayores gozan de buena salud y pueden cuidar de sí mismos aún a edades muy avanzadas. Sin embargo, muchos sufren de enfermedades crónicas y/o accidentes (caídas, fracturas) que pueden causar deterioro o discapacidad funcional y la subsecuente necesidad de cuidados especiales. El grado de deterioro funcional, estrechamente relacionado a la dependencia y a la pérdida de la calidad de vida, se mide en función a la menor o mayor capacidad que tiene el adulto mayor para realizar por sí mismo las actividades básicas como vestirse, bañarse, comer solos, trasladarse o instrumentales de la vida diaria como prepararse la comida, hacer las labores de la casa, administrarse sus medicamentos, salir de casa”. (Romero, M.,2010)

Las personas que integran el grupo denominado tercera edad, que va de los 55 años en adelante, además de las enfermedades recurrentes como la Hipertensión, colesterol elevado, diabetes, etc., los profesionales destacan que la depresión es una patología muy común y hay que estar alertas. Es por esto que los adultos mayores son personas que

necesitan de apoyo familiar y atención médica, debido a que en la mayoría de los casos están propensos a contraer ciertas patologías propias de su edad.

La depresión es una patología muy común en este grupo de personas. Muchas veces se deprimen porque están enfermos, porque se sienten mal, porque tienen dolores de cabeza o porque no pueden valerse por sus propios medios para realizar las diferentes actividades, en estos casos el soporte familiar y social son muy necesarios. Dentro del cuidado del adulto mayor el objetivo es prevenir y minimizar el deterioro funcional para de esta manera mejorar su calidad de vida.

La nutrición también constituye un aspecto muy importante ya que es una de las opciones alternativas para mejorar la calidad de vida de los abuelos, además de la medicación que necesiten, una persona necesita tener una buena dieta, a lo largo de toda su vida, no solamente en la etapa adulta para de esta forma ir preparándose y al final de los tiempos no tener muchas complicaciones, es muy necesario comer una dieta de colores es decir que contenga fibras, lácteos, verduras, carnes y frutas, como así también que no se exceda en las grasas y cosas fritas así como controlar el consumo de azúcares.

“El cuidado en el anciano sano radica en la práctica del autocuidado que consiste en actividades que la persona realiza en su beneficio para mantener la vida, la salud y el bienestar; y en la prevención o la detección de enfermedades crónicas o síndromes (Hipertensión arterial, Diabetes, Obesidad, Dislipidemia Bronquitis Crónica, Cáncer, Osteoporosis, Osteoartritis, Incontinencia, Deterioro Cognitivo, Depresión, Deterioro visual y auditivo) en un estadio precoz para tratar de evitar la progresión de los mismos y principalmente evitar la aparición de complicaciones subyacentes.” (Romero, M.,2010).

Dentro de las actividades preventivas que debe realizar el adulto mayor se encuentra el ejercicio diario que es muy fundamental, así tenemos por ejemplo la natación, bicicleta, caminar, trotar, en donde además de ejercitar su cuerpo evitarían complicaciones de las enfermedades propias de esta edad o las complicaciones de las mismas. En los centros del día que alojan a adultos mayores se debe propiciar actividades que les permitan interactuar con el medio ambiente y quienes los rodean, para que sean entes activos dentro de la sociedad.

## **Aspectos destacados en la evaluación integral de la salud en los adultos mayores**

“Para conseguir una visión integral del Adulto Mayor y de toda su problemática, el equipo de salud, y sobre todo el médico, debe identificar y evaluar en forma conjunta no solo los problemas habituales de la esfera biomédica, sino también los aspectos cognitivos, emocionales, funcionales y sociales. Las especiales características del paciente adulto mayor hacen necesaria una sustancial modificación de los modelos de valoración clínica o biológica utilizados tradicionalmente. En el paciente adulto mayor confluyen, por un lado, los aspectos intrínsecos del envejecimiento fisiológico, con un declinar paulatino de la funcionalidad de los órganos y sistemas, disminución de la reserva funcional y alteración de la homeostasia del organismo, aumentando su vulnerabilidad ante situaciones de estrés o enfermedad, mientras que por otro está la especial forma de presentación de la enfermedad en este grupo etario”. (Marín, P., 1996)

En nuestro país existe una gran limitación en lo que se refiere a métodos diagnósticos dentro de los centros de salud, generalmente un médico para emitir su diagnóstico únicamente se basa en los signos y síntomas clínicos, no se realiza exámenes de rutina sino que se expide la receta de manera mecánica, es en el momento en que el paciente tiene una alteración en la salud cuando lo revisan más detenidamente y muchas de las veces ya es demasiado tarde, sería necesario realizar una valoración integral como lo dice el Dr. Pedro Marín para así poder evitar posibles complicaciones. Los principales factores de riesgo en la edad adulta, son: Las enfermedades agudas, inactividad, déficit nutricional, estilos de vida y factores económicos.

El déficit funcional del adulto mayor, para realizar las actividades básicas es un factor de riesgo para accidentes domésticos, caídas, pero esto se puede prevenir con programas adecuados de adiestramiento o terapia ocupacional.

La importancia funcional de las manos resulta obvia en las actividades de la vida diaria; estas pueden estar afectadas por artritis, enfermedades neurológicas y vasculares y secuelas traumáticas diversas, con directo impacto en la autonomía, la habilidad, la

seguridad personal en lo cotidiano, por lo que merecen atención particular desde el inicio de las dificultades hasta los estadios más avanzados de postración.

### **Salud oral del paciente adulto mayor**

“Para el adulto mayor una buena salud bucal significa gozar de una mejor calidad de vida. Evita el envejecimiento prematuro, da seguridad al comer, hablar, reír, cantar y relacionarse con confianza con los demás.

Los problemas de salud más frecuentes en el adulto mayor son:

1. Enfermedad periodontal y caries en los cuellos dentarios.
2. Pérdida de dientes
3. Problemas derivados del uso de prótesis antigua o en malas condiciones”.  
(Schellhorn, C.,)

La salud oral en la actualidad ha sido relegada a un segundo plano debido a que con poca frecuencia puede llegar a comprometer la vida del paciente, hasta el punto que en la actualidad existe un gran porcentaje de adultos mayores en condiciones de salud bastante precarias, reflejadas en la ausencia parcial o total de las piezas dentales, lo que es un signo de los cuidados odontológicos del paciente durante toda su vida.

En el adulto mayor existe una serie de características que aumentan el riesgo de sufrir alteraciones en la salud oral y que con frecuencia dificultan que las medidas preventivas y terapéuticas se puedan llevar a cabo en forma exitosa, es el caso de enfermedades sistémicas, o condiciones físicas del adulto mayor, las mismas que pueden prolongar el tratamiento o empeorar el pronóstico.

### **Cuidado del adulto mayor**

Los cuidados básicos que recibe el adulto mayor deben ser de manera integral y encaminados a satisfacer las necesidades propias de cada individuo, ya en esta etapa son imprescindibles los chequeos médicos generales y el cumplimiento de todas las esferas del anciano, tanto en el nivel físico, psíquico y social.

#### “Nivel Físico

- Higiene personal.
- Administración de medicamentos.
- Control de alimentación.
- Movilidad
- Ejercitación

#### Nivel Psíquico

- Cambios en cuanto a su nivel de conciencia
- Estado de animo
- Alteraciones del sueño

#### Nivel Social

- Realización de actividades diarias.
- Orientación en el tiempo (Día, mes, año, días festivos).
- Ejercitación de la memoria.” (Pacios, A., 2007).

### **La familia y el adulto mayor**

Los Adultos mayores en la mayoría de veces se sienten aislados o utilizados por sus mismos familiares, en la manera que no les permiten tener sus propios espacios, ya que los limitan a realizar tareas de tipo domesticas como cuidar los nietos, hacer mandados entre otras. Logrando así, que estas personas pierdan su autoestima y cada vez se valoren de manera negativa ante los demás, porque se sienten frustrados ante lo que prefieren hacer en realidad y no les permiten realizar. El mismo autor recalca que es importante tener en cuenta que no es la etapa de la vejez la causante de que las personas se vuelvan dependientes, sino que es la sociedad y principalmente la familia, en la mayoría de los casos, que hacen con su manera de proceder ante los Adultos Mayores que estos se conviertan en seres inactivos ya que siempre los miran con lastima y sobre

todo con una perspectiva asistencialista, cuando estas personas tiene tanto potencial para aportar a la generación de hoy en día”. (Díaz J.,2009)

Esto es una realidad que se refleja en muchos lugares en donde no se da el valor que tienen los adultos mayores, donde no se los considera personas incapaces de realizar actividades que muchas de las veces creemos que son muy fuertes para su edad, el adulto mayor es como un niño, que desea sentirse útil ante los demás, que fácilmente se puede sentir rechazado o minimizado.

Ya en la etapa adulta la familia es un pilar fundamental, las diferentes generaciones familiares pueden contribuir significativamente aportando vitalidad, alegría, evitando momentos de soledad y aumentando el autoestima de los adultos mayores, pero esto únicamente se lograría en el convivir diario en donde se cultiven valores como el respeto y consideración hacia la persona adulta.

Lastimosamente en la época moderna existen familias que abandonan a sus mayores y en muchos de los casos los recluyen en alguna institución, empeorando así su situación personal ya que a pesar de que reciben buena atención, cuidado y servicios, se encuentran llenos de tristeza, por la soledad y los recuerdos de la familia que ya no está.

### **Terapia ocupacional para el adulto mayor**

“La Terapia Ocupacional se encarga de la promoción, prevención y rehabilitación de la salud por medio de la ocupación, que se entiende como las actividades diarias que todos realizamos, que elegimos porque nos motivan y nos permiten establecer rutinas, tener roles en nuestros medios sociales y familiares y finalmente, sentirnos parte de la sociedad. El fin último de la Terapia Ocupacional en las personas mayores es potenciar la participación en las ocupaciones que den satisfacción a la persona, y con esto prevenir el declive y maximizar habilidades de diverso tipo (mentales, físicas, afectivas) que permitan a la persona tener la mayor autonomía posible” (Delgado, G., 2013).

La realización de técnicas de terapia ocupacional, promueve el mejoramiento del estilo de vida, utilizando el tiempo en actividades físicas que mejoran las habilidades e incentivan

las capacidades cognitivas y físicas de las personas, permitiendo vivir una vida activa, independiente y autónoma.

## **CAPITULO II**

### **DISEÑO METODOLÓGICO**

El marco lógico es un instrumento de planificación, gestión, monitoreo y evaluación de proyectos para mejorar su calidad.

Debido a que es un instrumento conciso y lógico, nos brinda muchas bondades dentro de las cuales tenemos:

- Estructuración de proyecto a base de preguntas
- Visualización del proyecto con lógica
- Establecer resultados alcanzables
- Relacionar actividades e inversiones para resultados esperados
- Presentar proyectos en una matriz sencilla

Desarrollo de los elementos del marco lógico.

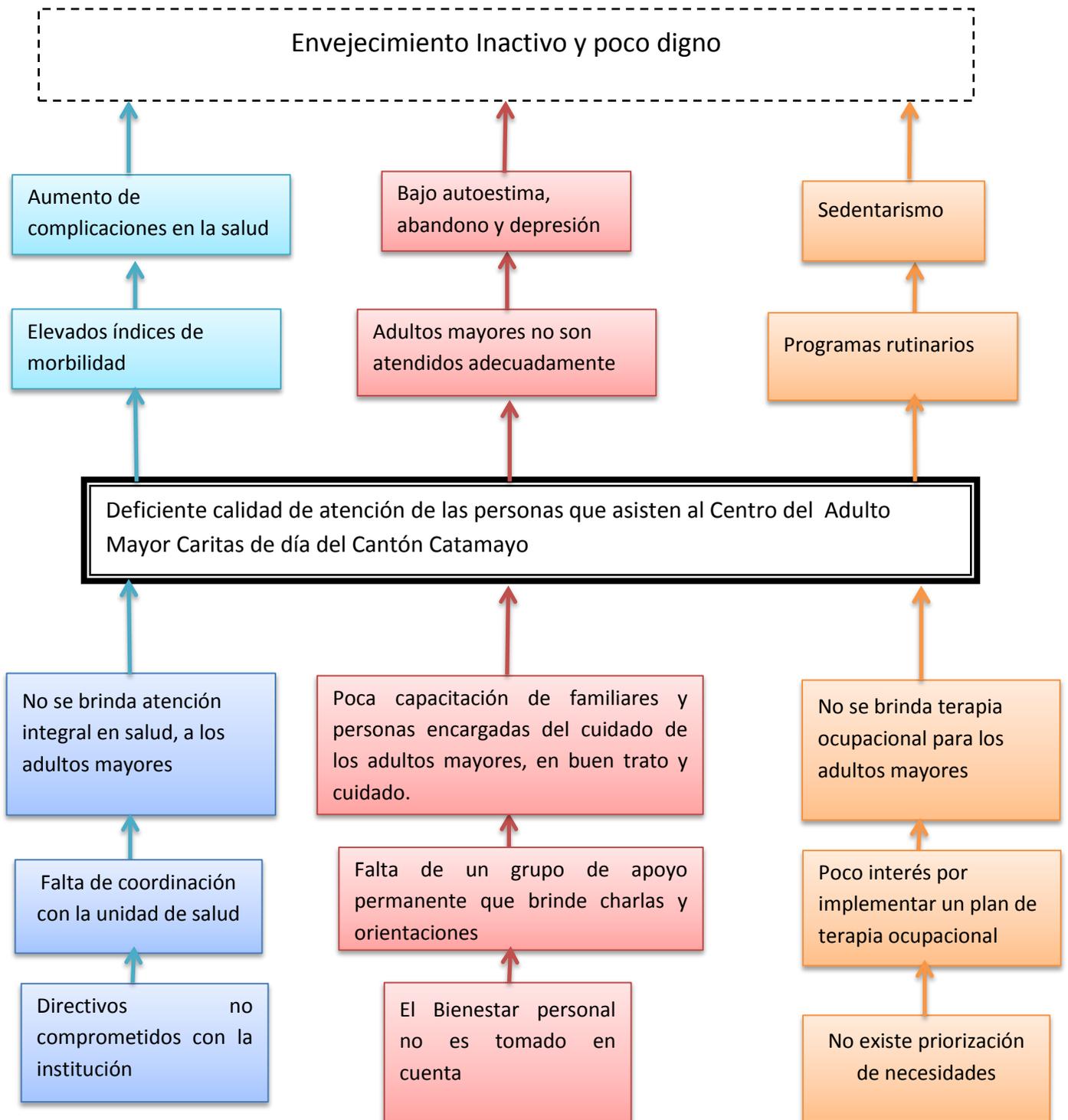
- Matriz de involucrados.
- Árbol de problemas
- Árbol de objetivos
- Matriz del marco lógico.

## 2.1 Matriz de involucrados

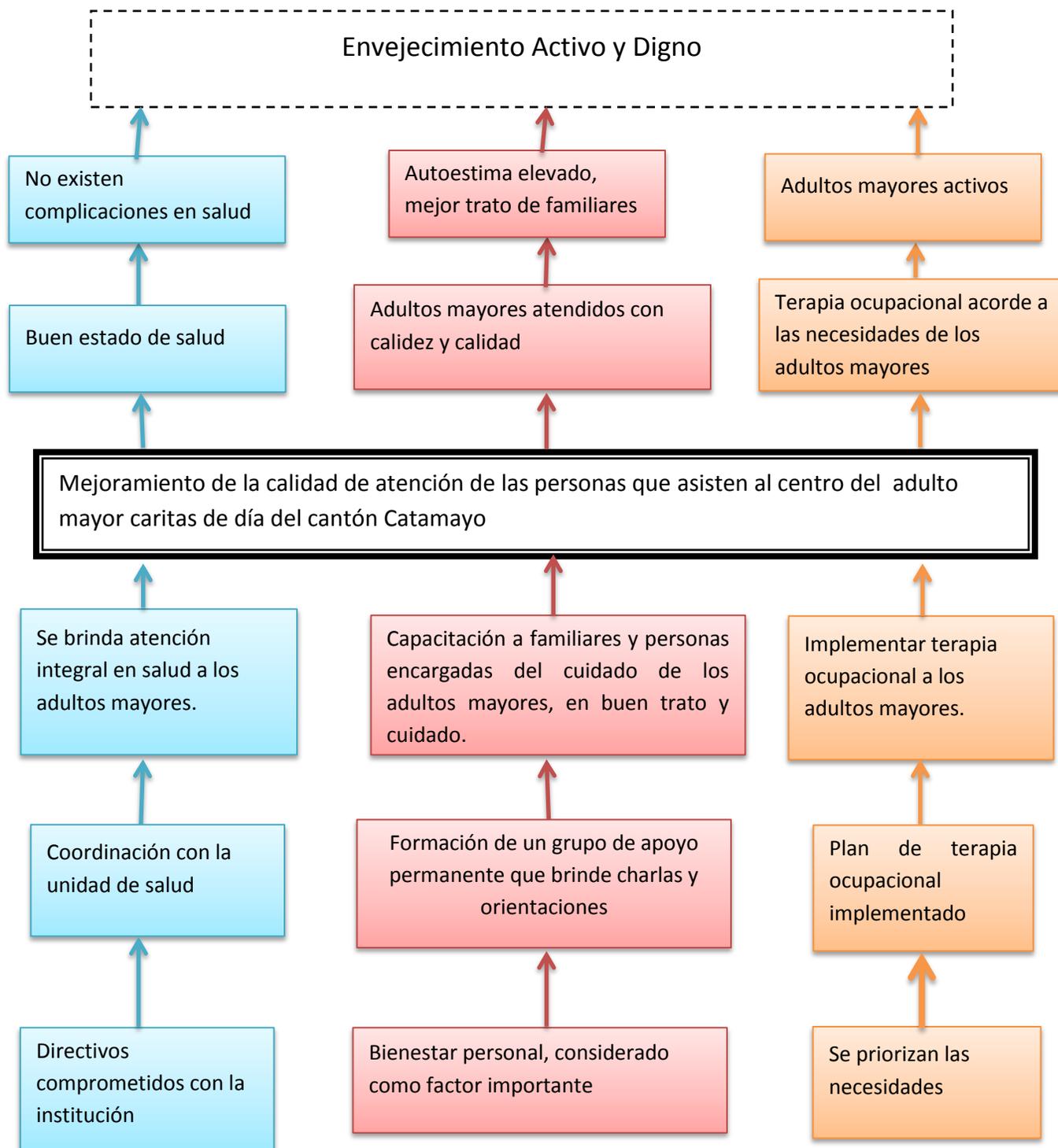
GRUPOS	INTERESES	RECURSOS Y MANDATOS	PROBLEMAS PERCIBIDOS
PERSONAL QUE LABORA EN CARITAS PARROQUIAL	Brindar un ambiente saludable a los adultos mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Recurso Humano</li> </ul> <p><i>Mandato</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las personas de la tercera edad tienen derecho a vivir con dignidad y verse libres de explotación y de malos tratos, físicos o mentales</li> </ul>	Falta de recursos humanos y materiales
ADULTOS MAYORES DEL CENTRO	Vivir días mejores y en ambiente saludable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recursos Humanos</li> <li>• Recursos Materiales</li> </ul> <p><i>Mandato</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Derecho de ser tratado como ciudadano digno y autónomo no sólo por sus méritos pasados sino también por los aportes que aún puede hacer al bienestar de la sociedad</li> </ul>	Poco interés por parte de familiares en lo que se refiere al cuidado de los ancianitos
FAMILIARES	Capacitarse para mejorar el cuidado de sus familiares.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Recursos Humanos</li> <li>✓ Recursos Materiales</li> <li>✓ Recursos Económicos</li> </ul> <p><i>Mandato</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El Adulto Mayor tiene el derecho a recibir el apoyo familiar y social necesario para garantizarle una vida saludable, segura, útil y agradable</li> </ul>	Falta de colaboración y trabajo en grupo
			.

EQUIPO MEDICO	Mejorar el estado de salud de los ancianos	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Recurso Humano</li> <li>✓ Recurso Material</li> </ul> <p><i>Mandato</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atender a los adultos en sus problemas de salud con calidad, oportunidad y cariño, procurando en todo momento su bienestar integral.</li> </ul>	No existe cobertura de salud en el Centro del Adulto Mayor
MAESTRANTE	Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores y conseguir la aprobación del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Recurso Humano</li> <li>✓ Recursos Materiales</li> <li>✓ Recursos económicos</li> </ul> <p><i>Mandato</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El Adulto Mayor tiene derecho a que las autoridades nacionales, las sociedades civiles y la comunidad internacional alienten los estudios y las investigaciones en el ámbito de la gerontología e intercambien información sobre esa materia.</li> </ul>	Poca colaboración de familiares.

## 2.2 Árbol de problemas



## 2.3 Árbol de objetivos



## 2.4 Matriz del marco logico

OBJETIVO	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	SUPUESTOS
FIN			
Contribuir a conseguir un envejecimiento activo y digno de las personas que asisten al centro Caritas del Adulto Mayor del día de Catamayo			Las autoridades del centro, usuarios, colaboradores y familiares comprometidos.
PROPOSITO			
Mejorar la calidad de atención en el Centro Caritas del Adulto Mayor del Día	Cumplimiento de un 80% en el mejoramiento de la calidad de atención, hasta diciembre del 2013	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Listado de personas atendidas con su respectivo número de historia clínica.</li> <li>• Fotos</li> <li>• Encuestas</li> <li>• Informes de trabajos realizados</li> </ul>	Participación de los involucrados en forma activa y propositiva
COMPONENTES			
1. Atención integral en salud brindada a los adultos mayores	El 90% de adultos mayores atendidos integralmente, hasta diciembre del 2013	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Listado de personas con su respectivo número de historia clínica</li> <li>• Fotos</li> <li>• Perfil epidemiológico actualizado</li> </ul>	Participación de los involucrados en forma activa y propositiva

2. Familiares y personas encargadas del cuidado a los adultos mayores capacitados en temas relacionados con el cuidado y buen trato.	Lograr el 90% en capacitación a familiares y personas encargadas del cuidado de los adultos mayores hasta diciembre del 2013.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuestas antes y después de las charlas</li> <li>• Fotos</li> <li>• Listado de asistencia</li> </ul>	Familiares y personas encargadas del cuidado participando
3. Adultos mayores realizan terapia ocupacional	El 90% de adultos mayores vinculados en acciones de terapia ocupacional, hasta diciembre del 2013	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotos</li> <li>• Informes de los trabajos realizados</li> </ul>	Adultos mayores participando activamente

ACTIVIDADES	RESPONSABLES	CRONOGRAMA	PRESUPUESTO \$
RE 1. Se brinda atención integral en salud a los adultos mayores.			
1.1 Solicitar atención en salud por parte del Área de Salud N. 4	Directivos	23 de Octubre del 2013	15,00
1.2 Implementación de la atención medica	Médico del Centro de Salud	29 de Octubre, 5 y 12 de Noviembre del 2013	400,00
	Enfermera del Centro de Salud		
1.3. Implementación de la atención Odontológica	Maestrante	30 - 31 de Octubre del 2013	300,00

RE 2. Familiares y personas encargadas del cuidado de los adultos mayores en temas del cuidado y buen trato.			
2.1 Elaboración del convenio con instituciones que trabajan con adultos mayores.	Directivos	18 de Octubre del 2013	18,00
	Representante de la institución		
2.2 Charla de Cuidado del Adulto Mayor. Familia y el adulto mayor.	Tutores invitados	22 de Octubre del 2013	60,00
2.3 Charla de Calidad de vida del adulto mayor	Tutores invitados	23 de Octubre del 2013	45,00
2.4 Charla de Autocuidado y nutrición del adulto mayor.	Tutores invitados	24 de Octubre del 2013	45,00
2.5 Charla de Hipertensión y Diabetes	Tutores invitados	31 de Octubre del 2013	45,00
RE 3. Adultos mayores realizando terapia ocupacional			
3.1 Solicitud de colaboración a personas que brinden talleres ocupacionales y terapia física	Directivos	18 y 23 de Noviembre del 2013	6,00
3.2 Taller de manualidades en foamy	Tutores invitados	29 de Noviembre del 2013	63,00
3.3 Taller de manualidades en periódico	Tutores invitados	2 de Diciembre del 2013	45,00

3.4 Solicitud a personas encargadas del departamento de cultura y deportes del Municipio de Catamayo	Directivos	23 de Octubre del 2013	3,00
3.5 Aeróbicos y bailoterapia	Instructor invitado	Todos los viernes a partir del 25 de octubre del 2013	48,00
3.6. Caminata por la salud	Maestrante	6 de Diciembre del 2013	23,00
	Directivos		
		Total	1133,00

## **CAPITULO III**

### **RESULTADOS**

## RESULTADO 1

### Se brinda atención integral en salud a los adultos mayores

**INDICADOR:** El 90% de adultos mayores son atendidos en salud integral, hasta diciembre del 2013

En este resultado se desarrollaron las siguientes actividades

#### 1.1 Solicitar atención en salud por parte del Área de Salud N. 4

Para cumplir con esto se analizó que entidades de salud nos podrían colaborar de manera desinteresada y se concluyó en solicitar colaboración al área de salud ya que es una institución pública y dentro de sus competencias esta velar por mantener y mejorar la salud de la población de manera especial de las personas de la tercera edad, y a la vez se obtendría medicación de manera gratuita lo que es muy necesario pues los adultos mayores no cuentan con medios necesarios para adquirir la misma.

#### MEMORIA TÉCNICA

<b>Grupo meta</b>	: Representantes del Distrito de Salud N.11 D02 Catamayo
<b>Eventos</b>	: Solicitar atención médica
<b>Lugar</b>	: Distrito de Salud N. 11 D02 Catamayo
<b>Fechas</b>	: 23 de Octubre del 2013
<b>Duración</b>	: Media Hora
<b>Responsable</b>	: Directivos de la Institución

**Objetivo General:** Conseguir la asignación de un grupo de Salud que visite periódicamente a los adultos Mayores del Centro Caritas del Día de Catamayo.

**Metodología, técnica, y materiales:** Se realizó la visita al Dr. Casar Juca Director del Distrito de Salud N.11 D02 Catamayo, y se conversó acerca de la importancia de que un grupo de salud visite a los adultos mayores del Centro Caritas, seguidamente se le entregó la solicitud (Anexo1.1), para que quede constancia de lo pedido ante lo cual el Director Distrital nos pidió regresar al día siguiente, para poder coordinar que grupo de salud está disponible, para el 25 de Octubre ya recibimos la asignación de un grupo

quien sería el que nos colaboraría a partir del 29 de Octubre, aceptada nuestra solicitud nos dirigimos a revisar el respectivo número de historias clínicas de los adultos mayores, para facilitar el trabajo del grupo de salud.

**Compromiso:** El directivo del Distrito de Salud N.11 D02 Catamayo se comprometió a que la institución ya queda incluida dentro de las visitas domiciliarias permanentes.

**Análisis:** Es muy importante que exista coordinación interinstitucional para así poder contribuir al desarrollo social, cultural y sobre todo en salud de una comunidad.

**Sugerencia:** Dentro de las instituciones de Salud deberían realizar un análisis de la población en riesgo que existe en cada localidad, para que sean captados y atendidos tempranamente, sin necesidad de que se esté solicitando su colaboración.

## 1.2. Implementación de la atención medica integral

### MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas del Adulto Mayor.

**Eventos** : Atención médica

**Lugar** : Centro Caritas

**Fechas** : 29 de Octubre, 5, 12 y 19 de Noviembre.

**Duración** : Una hora diaria

**Responsable** : Lic. Sandra Medina

**Objetivo General:** Prevenir y mejorar el estado de salud general de los adultos mayores.

**Metodología, técnica, y materiales:** Se realizaron cuatro visitas continuas los días martes, con la finalidad de atender de manera eficaz a los adultos mayores, en las tres primeras se atendieron a 5 adultos mayores por día y en la cuarta a 6.

Se realizó el control de signos los vitales, así como también se midió la glucosa a cada uno. Finalmente se prescribieron las recetas las mismas que fueron retiradas en la farmacia del Centro de Salud. (Anexo 1.2)

Los materiales utilizados fueron: Termómetro, Tensiómetro, estetoscopio, cinta métrica, balanza, los materiales anteriores proporcionados por el grupo de salud el glucómetro Accu check, proporcionado por la maestrante.

**Compromiso:** El grupo de salud se comprometió a visitar periódicamente a los adultos mayores del centro Caritas del Adulto Mayor del Día.

**Análisis:** Cabe señalar que fue muy importante incluir dentro de las visitas domiciliarias al Centro Caritas, pues para ser atendidos debían salir al Centro de Salud más cercano y muchas de las veces no eran atendidos, además se observó que dos adultos mayores estaban con valores de presión arterial y glicemia elevados, para lo cual se realizó un ajuste en las dosis de medicamento y se realizó un control semanal para mantener en observación al paciente.

**Sugerencia:** Se debería facilitar un glucómetro (Accu Check) a los grupos que realizan las visitas domiciliarias a personas adultas, pues con revisar físicamente al paciente no se puede sospechar de lo que está pasando a nivel sistémico, el tener estas pruebas rápidas, nos pueden ayudar enviando un mensaje de alerta para así prevenir posibles complicaciones.

### **1.3 Implementación de la atención odontológica.**

La atención odontológica se la realizó en consultorio odontológico particular. Inicialmente se preguntó que pacientes poseen dientes naturales y quienes poseen prótesis dentales, dando como resultado únicamente cuatro personas con dientes naturales.

## **MEMORIA TÉCNICA**

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas del Adulto Mayor.

**Eventos** : Atención odontológica

**Lugar** : Consultorio Dental Ortodont  
**Fechas** : 30 y 31 de Octubre.  
**Duración** : Una hora diaria  
**Responsable** : Maestrante

**Objetivo General:** Realizar diagnóstico y tratamiento odontológico

**Metodología, técnica, y materiales:** Debido al poco número de personas con dientes naturales se brindó atención únicamente dos días atendiéndose dos personas por día, se les realizó, el diagnóstico, limpieza dental y extracciones en los casos que eran necesarios, para contribuir con los demás adultos mayores se les dio a conocer información de cómo deben conservar sus prótesis dentales para que estas estén en buenas condiciones. (Anexo 1.2)

Los materiales utilizados fueron: Instrumental y equipo odontológico.

**Compromiso:** Existió el compromiso brindar atención odontológica periódicamente a las cuatro personas que aun poseen piezas dentales propias, para contribuir a mantener el buen estado de salud bucal de las mismas.

**Análisis:** El mantener en buen estado las piezas dentales, en la tercera edad contribuye de manera muy significativa para la estética y las funciones digestivas.

Para constancia de lo realizado existe el listado de pacientes atendidos con su respectivo número de historia clínica. (Anexo 1.3)

## **ANALISIS FINAL DEL RESULTADO 1**

Este resultado esperado se ha cumplido en un 90%, es decir de manera muy satisfactoria, logrando una atención oportuna, de calidad y con calidez.

## **RESULTADO 2**

**Familiares y personas encargadas del cuidado de los adultos mayores capacitados en temas de cuidado y buen trato.**

**Indicador:** Lograr el 98% en capacitación a familiares y personas encargadas del cuidado de los adultos mayores hasta diciembre del 2013.

## 2.1. Elaboración del convenio con instituciones que trabajan con adultos mayores

### MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Institución que trabaja con adultos mayores  
**Eventos** : Elaboración de convenio  
**Lugar** : Despacho parroquial de Catamayo  
**Fecha** : 18 de Octubre del 2013  
**Duración** : Dos horas  
**Responsable** : Directivos del Centro Caritas, Representante de la institución,  
Maestrante

**Objetivo General:** Realizar un convenio interinstitucional gracias al cual se brinde capacitación a familiares y personas encargadas del cuidado del adulto mayor.

**Metodología, técnica, y materiales:** Se reunieron el Padre Fausto Lalangui, como director del grupo caritas Catamayo, La Mgs. Gabriela Oropesa como representante del Cuerpo de Paz en Catamayo y la Odont. Susana Carrión como Maestrante de la universidad Técnica Particular de Loja, para realizar el convenio para que se brinde charlas de manera permanente a adultos mayores, familiares y personas encargadas del cuidado del Adulto Mayor que asiste al Centro Caritas del día del Cantón Catamayo. Llegándose a los puntos que quedan escritos en el convenio de colaboración (Anexo 2.1).

Los materiales utilizados fueron: Computadora, bolígrafos.

**Compromiso:** Cumplir con lo escrito en el convenio para poder realizar de manera satisfactoria lo propuesto.

**Análisis:** Existió gran entusiasmo en ayudar por parte de la voluntaria del Cuerpo de Paz (Institución con quien se hizo el convenio), que en días posteriores se firmara un convenio para que un voluntario de esta institución, venga a trabajar de manera directa con los Adultos Mayores del Centro Caritas del Día.

## 2.2. Charla de cuidado al adulto mayor; y, familia y el adulto mayor.

### MEMORIAS TÉCNICA

**Grupo meta** : Familiares y personas encargadas del cuidado del adulto mayor.

**Eventos** : Charla sobre Cuidado del adulto mayor y Adulto Mayor y familia.

**Lugar** : Centro Caritas

**Fecha** : 22 de Octubre.

**Duración** : Dos horas

**Responsable** : Mg. Gabriela Oropesa

**Objetivo General:** Mejorar el cuidado y trato hacia los adultos mayores.

**Metodología, técnica, y materiales:** Se realizó una charla de dos horas de duración dirigida a familiares y personas encargadas del adulto mayor, la misma que era sobre: Cuidado del adulto mayor y adulto mayor y familia, lastimosamente solo se contó con la presencia de cuatro familiares de adultos mayores y además las tres personas que cuidan a los adultos mayores, debido a que la mayoría de ellos viven solos. Estos temas fueron de vital importancia ya que permitieron conocer más acerca de cómo deben ser tratados los adultos y que signos y síntomas se deben tomar en cuenta si existe alguna alteración en la salud del adulto mayor. (Anexo 2.2)

**Compromiso:** Los familiares se comprometieron a poner en práctica lo aprendido y comprender a los adultos mayores.

**Análisis:** La charla que se brindó sirvió para que los familiares y personas que cuidan de los adultos mayores conocieran más a fondo su personalidad y como deben tratarlos a ellos.

**Sugerencia:** Debería existir más colaboración por parte de los familiares de los adultos mayores y no de dejarlos abandonado, ya que el ausentismo en esta charla se dio por que muchos de ellos viven solos.

Para constancia de lo realizado, se encuentra la lista de asistencia y las fotos. (Anexo 2.2.1).

## 2.3 Charla sobre calidad de vida del adulto mayor

## MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas de Catamayo

**Eventos** : Charla sobre calidad de vida.

**Lugar** : Centro Caritas

**Fecha** : 23 de Octubre del 2013

**Duración** : Dos horas

**Responsable** : Mg. Gabriela Oropesa

**Objetivo General:** Incentivar a los adultos mayores a que mejoren su calidad de vida.

**Metodología, técnica, y materiales:** Para esta charlas existió buena predisposición de los adultos mayores quienes asistieron en un 100% (Anexo 2.3), al inicio de esta charla se realizó preguntas orales para saber cómo estaban en conocimiento sobre los temas a tratarse luego se expuso el tema de calidad de vida, en donde se habló sobre la importancia que tiene el cuidado personal, la vida social, la ejercitación, deberes y derechos del adulto mayor, estos temas se expusieron en dos partes en cuyo intermedio se brindó un coffe breack, al final de la exposición se realizó una dinámica.

Las dinámicas realizadas fueron: Canciones, frases y refranes (Anexo 2.3.1)

Los materiales utilizados fueron: Computadora, infocus, puntero, bolígrafos, cartulinas de color.

**Compromiso:** Poner en práctica lo aprendido y tratar de integrarse a los diferentes grupos sociales.

**Análisis:** El brindar charlas de importancia para los adultos mayores, se incentiva en ellos el investigar y conocer más, lo que se observó por el gran número de preguntas que realizaron.

**Sugerencia:** Continuar brindando charlas a los adultos mayores.

Para constancia de lo realizado se tiene la lista de asistentes (Anexo 2.3.2).

### 2.4 Charla sobre autocuidado y nutrición del adulto mayor

## MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas de Catamayo  
**Eventos** : Charla sobre Autocuidado y Nutrición  
**Lugar** : Centro Caritas  
**Fecha** : 24 de Octubre del 2013  
**Duración** : Dos horas  
**Responsable** : Mg. Gabriela Oropesa

**Objetivo General:** Promover el autocuidado y buena nutrición de los adultos mayores.

**Metodología, técnica, y materiales:** Al igual que la charla anterior se inició realizando preguntas a los asistentes para saber el grado de conocimiento sobre el tema a tratarse, seguidamente se expuso el tema de autocuidado, en donde se hizo referencia a la importancia de realizar las cosas que ellos puedan hacer, al cuidado personal que ellos deben realizar día a día, luego se brindó un coffe breack, para continuar con la charla de nutrición, en la cual se informó a los adultos sobre la alimentación que deben tener a su edad, y también se habló sobre los cuidados en la dieta que deben tener de acuerdo a el estado de salud que presenten (Anexo 2.4). Finalmente se realizó una dinámica.

Las dinámica se denominó: Ensalada de frutas (Anexo 2.4.1)

Los materiales utilizados fueron: Computadora, infocus, puntero.

Para constancia de lo realizado se anexa la lista de asistentes (Anexo 2.4.2)

**Compromiso:** Poner en práctica lo aprendido y esforzarse por hacer las cosas por si solos.

**Sugerencia:** Que se brinde en la comunidad espacios para que los adultos mayores se puedan movilizar fácilmente, así como también dentro del hogar.

## 2.5. Charla sobre hipertensión y Diabetes

### MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas de Catamayo  
**Eventos** : Charla sobre Hipertensión y Diabetes

**Lugar** : Centro Caritas  
**Fecha** : 31 de Octubre del 2013  
**Duración** : Dos horas  
**Responsable** : Mg. Gabriela Oropesa

**Objetivo General:** Informar sobre la causas, consecuencias y cuidado del paciente hipertenso y diabético.

**Metodología, técnica, y materiales:** En esta charla se inició hablando sobre hipertensión, las causas, consecuencia, signos, síntomas y cuidado de la misma, fue un tema muy interesante debido a que la mayoría de los adultos mayores del centro son hipertensos, luego se hizo un receso de 30 minutos en donde se brindó un coffe breack, seguidamente se realizó la charla de diabetes, que al igual de la anterior se habló sobre las causas, consecuencias, signos, síntomas y cuidado ante esta enfermedad (Anexo 2.5). Se finalizó con una dinámica.

La dinámica se denominó: Nombres y Adjetivos (Anexo 2.5.1).

Los materiales utilizados fueron: Computadora, infocus, puntero.

Para constancia de lo realizado se anexa lista de asistentes (Anexo 2.5.2)

**Compromiso:** Contribuir al cuidado en la salud personal, evitando alimentos perjudiciales y siendo estrictos en su medicación.

**Sugerencia:** Se debe incluir a los adultos mayores que son Diabéticos, en un club de Diabéticos, para que constantemente sean controlados.

## **ANÁLISIS FINAL DEL LOGRO DEL RESULTADO 2:**

En lo que se refiere a las charlas dirigidas a los adultos mayores se logró el 100% de lo programado, en lo que se refiere a las charlas dirigidas a los familiares y personas encargadas del cuidado de los adultos mayores, se logró el 98% debido a la poca asistencia de los familiares ya que en la mayoría trabajan y muchos de los adultos viven solos.

## **RESULTADO 3**

## ADULTOS MAYORES REALIZANDO TERAPIA OCUPACIONAL

**Indicador:** El 90% de adultos mayores vinculados en acciones de terapia ocupacional, hasta diciembre del 2013

### 3.1 Solicitud de colaboración a personas que brinden talleres ocupacionales

#### MEMORIA TÉCNICA

<b>Grupo meta</b>	: Personas con conocimiento en manualidades
<b>Eventos</b>	: Solicitar talleres de terapia ocupacional
<b>Lugar</b>	: Centro Caritas del día de Catamayo
<b>Fechas</b>	: 18 de Noviembre del 2013
<b>Duración</b>	: Media Hora
<b>Responsable</b>	: Directivos de la Institución

**Objetivo General:** Brindar terapia ocupacional a los adultos mayores.

**Metodología, técnica, y materiales:** Se realizó una solicitud a la Sra. Rosa Camacas (Anexo 3.1) para que colabore brindando talleres de terapia ocupacional a los adultos mayores del Centro, esto se realizó debido a que ella posee los conocimientos necesarios para realizar estos talleres.

Ya aceptada esta solicitud nos reunimos con la tutora para analizar que talleres se les puede ofrecer a los adultos, ya que deben ser acorde a la edad.

Se planificaron dos talleres uno en foamy y otro en paño lency.

**Compromiso:** Continuar realizando talleres de forma continua.

**Sugerencia:** Realizar convenio con personas o instituciones que colaboren permanentemente con el material necesario para realizar talleres ocupacionales.

### 7.2 Taller de manualidades en foamy

#### MEMORIAS TÉCNICA

<b>Grupo meta</b>	: Adultos mayores del Centro Caritas Catamayo
<b>Eventos</b>	: Taller de manualidades en foamy

**Lugar** : Centro Caritas  
**Fecha** : 29 de Noviembre  
**Duración** : Tres horas al día  
**Responsable** : Sra. Rosa Camacas.

**Objetivo General:** Mejorar y mantener las destrezas funcionales con la finalidad de prevenir y reducir el deterioro de las mismas

**Metodología, técnica, y materiales:** Este taller se los programo realizar de 9 h 00 a 12 h 00 cumpliéndose satisfactoriamente el horario, se hizo un adorno que con motivo de las fiestas navideñas nos serviría como caramelera (Anexo 3.2).

Los materiales utilizados fueron: Hilo, aguja, ojos, goma escarchada, foamy blanco, rosado y piel, marcador permanente punta fina, encaje, grecas, barras y pistola de silicón.

**Compromiso:** Continuar brindando talleres ocupacionales para contribuir a la motricidad de los adultos mayores.

**Análisis:** Gracias a este taller se pudo observar que al llegar a al llegar a la etapa adulta de la vida se necesita practicar la motricidad como un niño, en donde se está expuesto a cometer errores, pero se realiza el mayor esfuerzo para que lo que se realiza salga lo mejor posible.

**Sugerencia:** Realizar convenios con personas o instituciones que ayuden con el material necesario para realizar estas manualidades.

### 3.3. Taller de manualidades con periódico

#### MEMORIAS TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas Catamayo.  
**Eventos** : Taller de manualidades con periódico.  
**Lugar** : Centro Caritas  
**Fecha** : 2 de diciembre del 2013

**Duración** : Tres horas al día por 3 días

**Responsable** : Sra. Rosa Camacas.

**Objetivo General:** Mejorar y mantener las destrezas funcionales con la finalidad de prevenir y reducir el deterioro de las mismas

**Metodología, técnica, y materiales:** Este taller se lo realizo a partir de las nueve de la mañana cada adulto mayor tenia que doblar periódico de tal manera que se realicen tiras de tres centímetros aproximadamente, para que luego estas sean pegadas dando la forma de un florero y decoradas al gusto de cada uno (Anexo 3.3).

Los materiales utilizados fueron: Papel periódico, goma, tijeras, pintura y adornos.

**Compromiso:** Continuar brindando talleres ocupacionales para contribuir a la motricidad de los adultos mayores.

**Análisis:** Este taller nos permitió contribuir a la motricidad gruesa en los adultos mayores.

#### **3.4 Solicitud de colaboración a personas encargadas del departamento de cultura y deportes del municipio de Catamayo.**

##### **MEMORIA TÉCNICA**

**Grupo meta** : Personas encargadas del departamento de cultura y deportes del municipio de Catamayo.

**Eventos** : Solicitar terapia física

**Lugar** : Municipio de Catamayo

**Fechas** : 23 de Octubre del 2013

**Duración** : 30 minutos.

**Responsable** : Directivos de la Institución

**Objetivo General:** Lograr que se brinde terapia física a los adultos mayores.

**Metodología, técnica, y materiales:** Conocedores de que en el Cantón Catamayo, el departamento de cultura y deportes de la municipalidad es el encargado del programa

ejercítate ecuador, se procedió a emitir una solicitud al Sr. Enrique Tapia, (Anexo 3.4), coordinador de este departamento, con la finalidad de que nos colabore con un instructor para que brinde terapia física a los adultos mayores, quien inmediatamente se comunicó con el instructor y nos dio respuesta positiva a lo solicitado. Lo cual se iniciaría a partir del 25 de Octubre una vez por semana.

**Compromiso:** Continuar realizando terapia física a los adultos mayores.

**Sugerencia:** Que se realicen gestiones para que se implemente nuevas terapias necesarias para los adultos mayores.

### 3.5. Aeróbicos y bailoterapia

#### MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas Catamayo  
**Eventos** : Gimnasia Rítmica y bailoterapia  
**Lugar** : Centro Caritas  
**Fecha** : 25 de Octubre del 2013  
**Duración** : 45 minutos  
**Responsable** : Eduardo Azansa

**Objetivo General:** Mejorar la salud, condición física y aumentar la autonomía en la tercera edad.

**Metodología, técnica, y materiales:** El realizar actividad física en la edad adulta nos ayudó para mantener activos a los ancianos, esto se realizó a partir del viernes 25 de octubre, continuándose todos los viernes del año, se inicia con calentamiento, seguidamente aeróbicos, bailoterapia y se finaliza con estiramiento (Anexo 3.5).

Los materiales utilizados son: Grabadora, cd de músicaailable.

**Compromiso:** Ejercitar físicamente de manera continua a los adultos mayores.

**Análisis.-** La gimnasia rítmica y bailoterapia se realizó de manera satisfactoria.

### 3.5. Caminata por la salud

## MEMORIA TÉCNICA

**Grupo meta** : Adultos mayores del Centro Caritas Catamayo  
**Eventos** : Caminata  
**Lugar** : Ciclo vía Catamayo  
**Fecha** : 6 de Diciembre del 2013  
**Duración** : 1 hora  
**Responsable** : Maestrante

**Objetivo General:** Mejorar la salud, condición física y aumentar la autonomía en la tercera edad.

**Metodología, técnica, y materiales:** Esta caminata se la realizo con los adultos mayores, se partió del centro caritas y nos dirigimos por la ciclo vía por la vía a la costa, se caminó hasta la gasolinera el castillo, la caminata se la hizo a paso lento con la finalidad de ir de acuerdo a como pueden caminar los adultos mayores (Anexo 3.6).

Los materiales utilizados fueron gorras, agua, vasos y paraguas.

**Compromiso:** Continuar realizando caminatas hacia los diferentes lugares de Catamayo.

**Análisis:** Las caminatas realizadas fueron muy bien recibidas por los adultos mayores, quienes al ir caminando recordaban sus pasos por aquellos lugares y estaban con una gran alegría de volver a estar por ahí, pues en su rutina diaria no se habían dado tiempo para recorrer el lugar donde habitan.

### ANALISIS FINAL DEL RESULTADO 3

Lo programado para llevar a buen término este resultado se cumplió en un 100%, tanto en talleres ocupacionales y terapia física, gracias a la colaboración de los instructores encargados de realizar este trabajo y a la buena predisposición de los adultos mayores.

## **ANALISIS DEL LOGRO DEL FIN**

Se ha realizado un trabajo interinstitucional muy arduo, el mismo que contribuyo a conseguir un envejecimiento activo y digno de las personas que asisten al Centro Caritas del Cantón Catamayo, los mismos que han adquirido conocimientos que les permiten continuar siendo personas útiles en la sociedad, y seguirán realizando las terapias que se han iniciado gracias a este trabajo.

## **ANALISIS DEL LOGRO PROPOSITO**

El Centro Caritas del Cantón Catamayo, ha sido beneficiado en atención integral en salud, capacitación de su personal, e implementación de terapias, programas que se continuaran realizando y haciendo que en este centro la calidad de atención sea mucho mejor.

## **CONCLUSIONES**

Al finalizar este trabajo de tesis se concluye que:

- La constante capacitación a familiares, adultos mayores y personas encargadas de ellos es la base fundamental para que sean tratados como corresponde logrando mejorar su calidad de vida.
- Mediante la terapia ocupacional se logró hacer sentir a los adultos mayores personas útiles, capaces de realizar trabajos que para ellos solos les resultaba imposible.
- El Centro Caritas del Adulto Mayor del Día, gracias a que acoge a los adultos mayores les permite sentirse en un ambiente solidario y sano, en donde predomina la amistad y existe mucho cariño.

## **RECOMENDACIONES**

1. Que a los grupos de salud que atienden a adultos mayores se les proporcione un glucómetro para que ayude a diagnosticar el estado del paciente.
2. Se debe realizar de manera periódica, exámenes generales de laboratorio, para observar si existe alteración en la salud de los adultos mayores.
3. Realizar convenios con instituciones que colaboren con el material necesario para realizar la terapia ocupacional.
4. Que los trabajos de los adultos mayores sean expuestos y dados a conocer, para si hay la posibilidad se comercialicen, ya que son muy bien realizados y asi se pueden autoayudar.
5. Contribuir para que se mantengan los logros alcanzados.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Piedra, M., Buele, N., (2012), *Diseño. Ejecución y Gerencia de Proyectos para la Salud: Trabajo de Grado I. Guía Didáctica. Módulo IV*; Loja, Ediloja.
2. Buele, N., (2013), *Diseño y Ejecución de Proyectos para la Salud: Trabajo de grado II. Guía Didáctica. Módulo IV*; Loja, Ediloja.
3. Buele, N., (2011), *Situación de Salud y sus tendencias. Guía Didáctica. Módulo III*. Loja, Ediloja. Pag. 34
4. Velasco, M., (2012), *Problemas de Salud Internacionales. Guía Didáctica. Módulo III*. Loja, Ediloja. Pag. 22
5. Burgwal, Gerrit y Cuellar J., (2011) *Planificación Estratégica y Operativa*. Quito – Ecuador
6. Romero, M., (2010). *Cuidados del Adulto Mayor. Clínicas Maison de Santé*, Recuperado de [http://www.maisondesante.org.pe/index.php?option=com\\_content&view=article&id=234&esp=todas&itemid=](http://www.maisondesante.org.pe/index.php?option=com_content&view=article&id=234&esp=todas&itemid=)
7. Marín P., Valenzuela E, Reyes P, (1996).. *Evaluación Geriátrica De Adultos Mayores En Un Hospital Universitario*. *Rev Méd. Chile*; 122: 1362-66.

8. Schellhorn, C., *Recomendaciones Para una Vejez Activa, Hospital Clínico Universidad de Chile*.69(39). Recuperado de [http://www.redclinica.cl/HospitalClinicoWebNeo/Controls/Neochannels/Neo\\_CH6258/deploy/libro%20geriatria.pdf](http://www.redclinica.cl/HospitalClinicoWebNeo/Controls/Neochannels/Neo_CH6258/deploy/libro%20geriatria.pdf)
9. Pacios, A., (2007). *Cuidados Básicos del Anciano*. Madrid, Editorial Just in Time S.L., 35(7). Recuperado de [http://www.tena.es/Documents/5\\_Region\\_South/Spain/Documents/Manual%20Cuidados%20B%3%A1sicos%20del%20Anciano.pdf](http://www.tena.es/Documents/5_Region_South/Spain/Documents/Manual%20Cuidados%20B%3%A1sicos%20del%20Anciano.pdf)
10. Díaz J.,2009. *Revista Médica Electrónica de PortalesMedicos.com*. Recuperado de <http://www.portalesmedicos.com/revista-medica/caracteristicas-psicoemocionales-de-los-pacientes-del-hogar-geriatrico-san-vicente-de-paul/14/>
11. Delgado, G., 2013. Artículo Científico. Terapia Ocupacional en el Adulto Mayor. Recuperado de [http://psicologiaclinicautm.blogspot.com/2013\\_08\\_01\\_archive.html](http://psicologiaclinicautm.blogspot.com/2013_08_01_archive.html)
12. Viveros, S.,(2010). *Manual de Publicaciones de la American Psychological Association*. Mexico. Editorial El Manual Moderno.
13. DSMIV (1995)., *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*., Barcelona, Editorial Masson S.A.,
14. Freire, W., y otros, (2010)., *Encuesta Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento SABE I ECUADOR 2009-2010*, MIES, Quito-Ecuador.
15. Erikson, E.,(2000)., *El Ciclo Vital Completado*, Barcelona España, Editorial Paidós.
16. Martínez, T.,(2011). *La Atención Gerontológica Centrada en la Persona*., Vitoria Gasteiz., Editorial Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia.
17. Agëra, L., y otros,(2004)., *Guía de Buena Práctica Clínica en Geriatría: Depresión y Ansiedad*, Madrid-España. Editorial Sociedad Española de Geriatría y Gerontología y Scientific Communication Management.
18. Cordero, L, y otros, (2003)., *Trabajo Social con Adultos Mayores: Intervención profesional desde una perspectiva clínica*, Buenos Aires Argentina., Editorial Espacio.
19. Asili, N., (2004)., *Vida Plena en la Vejez: Un enfoque multidisciplinario*., México Editorial Pax México.
20. Burke, M., Walsh, m., (1998)., *Enfermería y Gerontología: Cuidados Integrales del Adulto Mayor*, Madrid-España. Editorial Harcourt Brace.
21. [http://es.wikipedia.org/wiki/Tercera\\_edad](http://es.wikipedia.org/wiki/Tercera_edad)

22. <http://www.altillo.com/examenes/uba/psicologia/psicovejez/psicovejez209teoria.vejez.asp>
23. <http://escuela.med.puc.cl/publ/manualgeriatria/PDF/SaludOral.pdf>
24. <http://miradorvirtualenvejecimiento.blogspot.com/2013/06/terapia-ocupacional-para-el-adulto-mayor.html>
25. <http://definicion.de/terapia-ocupacional/>
26. <http://ienvjecimiento.blogspot.com/2012/06/familia-y-adulto-mayor.html>
27. [http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lar/dionne\\_e\\_mf/capitulo1.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/dionne_e_mf/capitulo1.pdf)
28. <http://www.senama.cl/archivos/Presentacion%20ME.pdf>
29. [http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/Vi%F1a%20deI%20Mar%202003/Abandono\\_una\\_problematca\\_en\\_el\\_adulto\\_mayor.pdf](http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/Vi%F1a%20deI%20Mar%202003/Abandono_una_problematca_en_el_adulto_mayor.pdf)
30. [www.psicothema.com](http://www.psicothema.com)
31. <http://www.taringa.net/posts/apuntes-y-monografias/1375886/Dinamicas-Grupales-para-educadores-animadores-etc.html>
32. [http://es.wikipedia.org/wiki/Tercera\\_edad](http://es.wikipedia.org/wiki/Tercera_edad)
33. [http://medicinafamiliar.uc.cl/html/promocion\\_salud.html](http://medicinafamiliar.uc.cl/html/promocion_salud.html)

## **ANEXOS**

- 1.1: Solicitud dirigida al director del Distrito de Salud N.11 D02 Catamayo
- 1.2: Fotos de atención médica y odontológica
- 1.3: Listado de adultos mayores atendidos.
- 1.4: Perfil epidemiológico
- 2.1: Convenio de Colaboración
- 2.2: Foto de charla de cuidado del adulto mayor, y adulto mayor y familia
  - 2.2.1: Listado de asistentes a charla de cuidado del adulto mayor, y adulto mayor y familia
- 2.3: Fotos sobre calidad de vida del adulto mayor
  - 2.3.1: Dinámica realizada
  - 2.3.2: Lista de asistentes
- 2.4: Fotos sobre charla de autocuidado y nutrición del adulto mayor
  - 2.4.1: Dinámica realizada
  - 2.4.2: Listado de asistente
- 2.5. Foto sobre charla de Hipertensión y Diabetes
  - 2.5.1 Dinámica realizada
  - 2.5.2 Listado de asistente
- 3.1. Solicitud para terapia ocupacional
- 3.2. Fotos de taller de manualidades en foamy
- 3.3. Fotos de taller de manualidades con periódico
- 3.4. Solicitud para terapia física
- 3.5. Fotos de terapia física
- 3.6. Fotos de caminata

## ANEXO 1.1

### Solicitud dirigida al director del Distrito de Salud N.11 D02 Catamayo

Catamayo, 23 de Octubre del 2013

Dr.  
Cesar Juca  
**DIRECTOR DISTRITAL DE SALUD N.11 D02 CATAMAYO**  
CIUDAD.

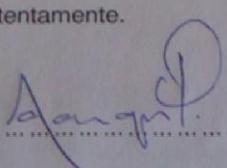
De mi consideración

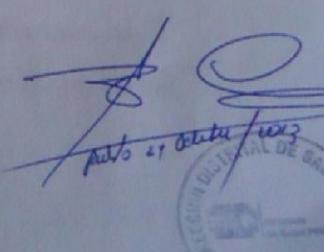
Rvdo. Fausto Lalangui Director del Centro Caritas del adulto mayor del día de Catamayo, me dirijo a su persona de la manera más respetuosa, para extenderle un cordial saludo y deseo de éxito en las funciones a Ud. encomendadas.

A la vez, solicito de la manera más comedida se incluya a nuestro Centro en las visitas que realizan los grupos de Salud que se encuentran a su cargo, con la finalidad de que se brinde promoción en salud y atención preventiva a los adultos mayores que asisten al mismo en vista de que es un grupo vulnerable y se hace muy necesario contar con su apoyo.

Esperando una respuesta positiva a mi pedido, le anticipo mi más sincero agradecimiento.

Atentamente.

  
.....  
Rvdo. Fausto Lalangui  
DIRECTOR DE CARITAS CATAMAYO

## ANEXO 1.2

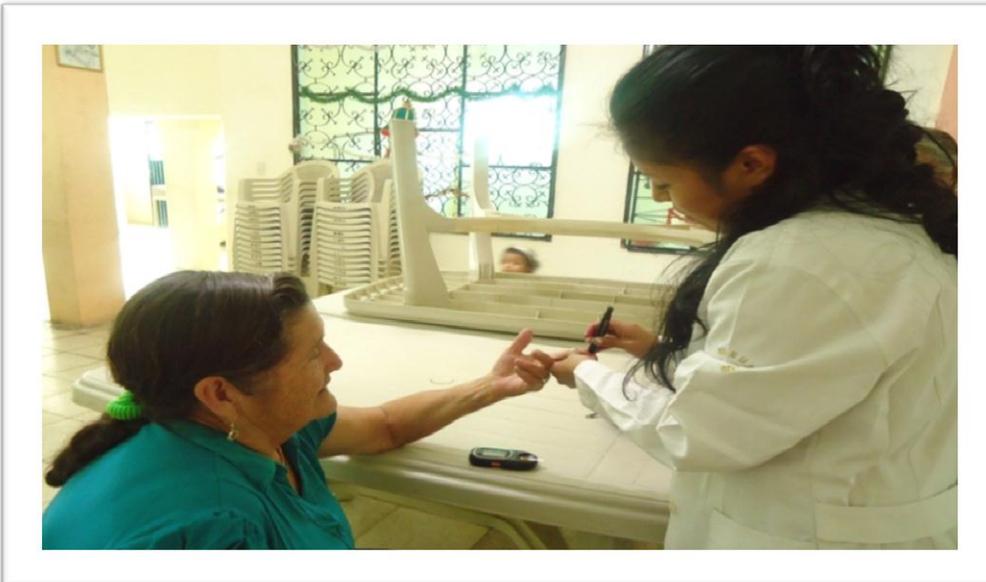
### Fotos de atención médica y odontológica

Figura 2. Toma de presión



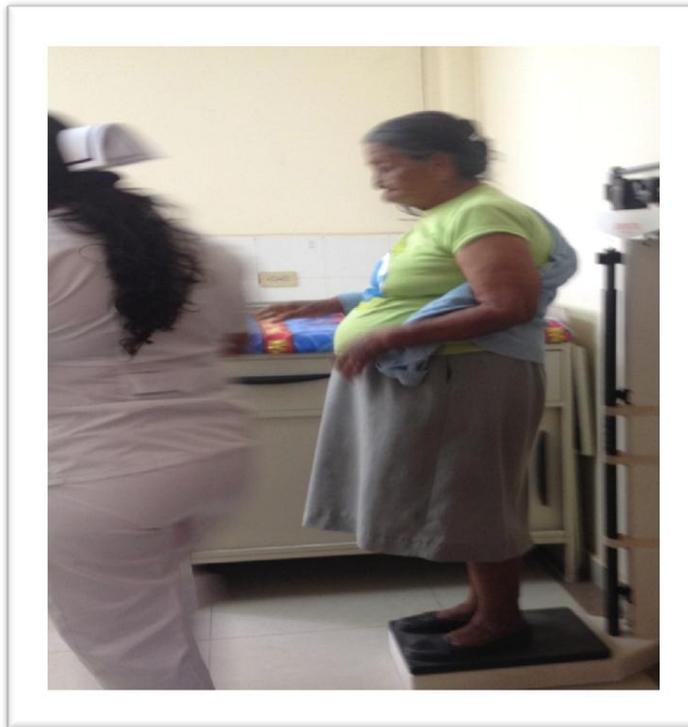
Fuente: Susana Carrión

Figura 3. Medición de glucosa



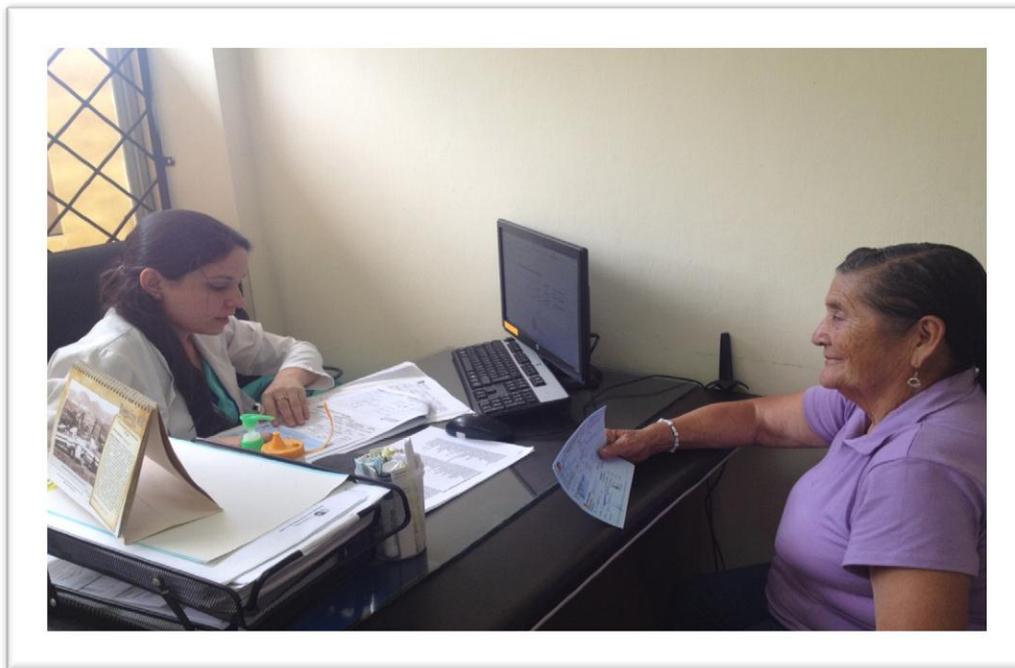
Fuente: Susana Carrión

Figura 4: Medición



Fuente: Susana Carrión

Figura 5. Atención médica



Fuente: Susana Carrión

Figura 6: Atención Odontológica



Fuente: Susana Carrión

**ANEXO 1.3****LISTADO DE ADULTOS MAYORES ATENDIDOS**

	NOMBRE	CÉDULA IDENTIDAD	HISTORIA CLÍNICA
1	ARIAS VIVANCO CARLOS ALBERTO	1100792165	38783
2	ARIAS VIVANCO JOBA MARINA	1102442058	11549
3	CAMACAS BALBINA	1105370157	32224
4	CASTILLO CASTILLO MARIA INOCENCIA	1100516028	
5	CASTILLO MICLECIA	1100489390	11684
6	CUENCA FERNANDO ALFREDO	1100845732	
7	CUENCA MANUEL	1100162468	7759
8	DIAZ REQUELME MANUEL ANTONIO	700007115	4291
9	GARRIDO RIOFRIO ROSA ALBERTINA	1100918350	33306
10	GONZALEZ PUCHUELA JOSE ANTONIO	300237971	
11	HERRERA VARGAS ZOILA BALDOMIRA	1101768842	3137
12	MALDONADO ROJAS JOSE MIGUEL	1100195757	4419
13	MEDINA LAPO LUZ VICTORIA	1101420089	6097
14	MONTALVAN YAGUANA CARLOTA	1103908784	5855
15	PARDO MARIA GUILLERMINA	1104809494	7114
16	PAREDES JOSE	1100415544	34947
17	RIOFRIO HERRERA MARIA MERCEDES	1102281373	20338
18	RIVAS MARTINEZ JUANA GRIMANECIA	1101515573	29214
19	ROBLES TORRES LUS BENIGNA	1102505938	21315
20	UCHUARI GUAMAN JUAN DE DIOS	1900032010	7593
21	UCHUARI UENCA DAVID ARCENIO	1900098649	25285
22	CALDERON TORRES LUISA ERNESTINA	1101345799	223

## ANEXO 2.1

### Convenio de colaboración

#### CONVENIO DE COLABORACION

Reunidos de una parte, Rvdo. Fausto Lalangui, en nombre y representación del Centro Caritas del Día de Catamayo y de otra, Mgs. Gabriela Oropeza en nombre y representación del voluntariado del Cuerpo de Paz.

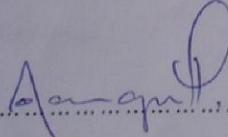
Exponen que la asociación se dedica al cuidado del adulto mayor y está interesada en recibir charlas sobre temas que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de los mismos y que la voluntaria del Cuerpo de Paz contribuirá con charlas técnicas en lo que se refiere a Salud Pública y comunitaria; y está interesada en colaborar en los fines de la institución aportando con sus conocimientos.

Acuerdan

- 1) Que la voluntaria del Cuerpo de Paz de Catamayo brindara charlas orientadas al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor.
- 2) Que este convenio se realizara hasta mientras la voluntaria Mgs. Gabriela Oropeza, se encuentre en el Cantón Catamayo.
- 3) Que el Centro Caritas del Adulto Mayor del día será el responsable de los equipos necesarios para que se brinde de manera exitosa estas charlas.
- 4) Ambas partes se comprometen a colaborar en la difusión y buen fin de esta capacitación.
- 5) Este acuerdo se finalizará con un preaviso de un mes por cualquiera de las partes.

En Catamayo a fecha 18 de Octubre del 2013

Firmado

  
Rvdo. Fausto Lalangui  
DIR. DE CARITAS CATAMAYO

  
Mgs. Gabriela Oropeza  
VOLUNTARIA DEL CUERPO DE PAZ

## ANEXO 2.2

Figura 7: Charla de cuidado del adulto mayor, y adulto mayor y familia



Fuente: Susana Carrión

### ANEXO 2.2.1

Tabla 2: Listado de asistentes a charla de cuidado del adulto mayor, y adulto mayor y familia

	NOMBRE	PARENTESCO
1	Sr. Julio Celi	Hijo
2	Sra. América Gonzales	Hijo
3	Sra. Genara Calderón	Hija
4	Sr. Santos Calderón	Hijo
5	Sra. Esperanza Díaz	Hija
6	Srta. Paola Espinoza	Nieta
7	Sr. Luis Pogo	Hijo
8	Sra. Rosa Camacas	Encargada del cuidado de los adultos mayores
9	Sra. Irma Robles	Ayudante de cocina
10	Sra. María Ruiz	Coordinadora de Caritas

Fuente: Susana Carrión

## ANEXO 2.3

Figura 8: Charla de calidad de vida del adulto mayor



Fuente: Susana Carrión

## ANEXO 2.3.1

### Dinámica realizada

**Tema:** Canciones modernas, frases cotidianas o refranes

**Materiales:**

Tarjetas rectangulares pequeñas o cartulinas del mismo tamaño. En ellas se escriben fragmentos de una canción, frase o refrán, de manera que en cada tarjeta quede una parte.

**Consigna:**

Colocadas las tarjetas en una bolsa, se solicita a cada participante que extraiga una y busque a su complemento. Entablan una conversación y luego se presentan en plenario.

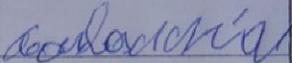
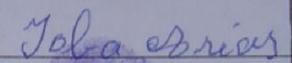
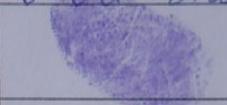
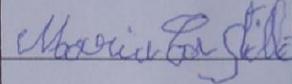
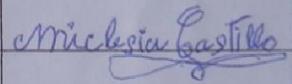
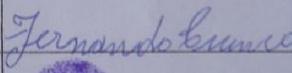
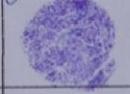
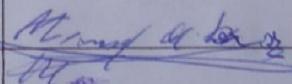
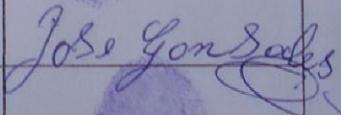
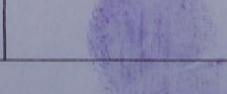
**Dinámica:**

Es necesario que el coordinador tenga en cuenta la cantidad de participantes, en este

caso, en número par, para que cada persona encuentre a su compañera. Para ello es preciso llegar al lugar con tiempo suficiente e introducir las tarjetas en la bolsa, a medida que van llegando. Esta técnica puede continuar con animación, usando las mismas tarjetas, pero distribuidas a otra pareja, para que sean dramatizadas las frases o canciones.

### ANEXO 2.3.2

Figura 9. Lista de asistentes

Nómina de Adulto mayores			
	Nombre	CEDULA IDENTIDAD	FIRMA
1	Arias Vivanco Carlos Alberto	1100792165	
2	Arias Vivanco Joba Marina	1102442058	
3	Camacas Balbina	1105370157	
4	Castillo Castillo María Inocencia	1100516028	
5	Castillo Miclecia	1100489390	
6	Cuenca Fernando Alfredo	1100845732	
7	Cuenca Manuel	1100162468	
8	Díaz Requelme Manuel Antonio	700007115	
9	Garrido Riofrío Rosa Albertina	1100918350	
10	Gonzalez Puchuela José Antonio	300237971	
11	Herrera Vargas Zoila Baldomira	1101768842	

	Nombre	CEDULA DE IDENTIDAD	FIRMA
12	Maldonado Rojas José Miguel	1100195757	
13	Medina Lapo Luz Victoria	1101420089	
14	Montalván Yaguana Carlota	1103908784	
15	Pardo María Guillermina	1104809494	
16	Paredes José		
17	Riofrio Herrera María Mercedes	1102281373	
18	Rivas Martínez Juana Grimaneia	1101515573	
19	Robles Torres Lus Benigna	1102505938	
20	Uchuari Guamán Juan De Dios	1900032010	
21	UchuariCuenca David Arcenio	1900098649	
	Rosa Camacas	1103318240	

Fuente: Susana Carrión

## ANEXO 2.4

Figura 10: Charla de autocuidado y nutrición del adulto mayor



Fuente: Susana Carrión

### Dinámica realizada

**Tema: Ensalada de frutas.**

**Consigna:**

Todos los participantes sentados en círculo (puede haber más de 24 personas, siempre que haya espacio suficiente). Cada uno elige una fruta en voz alta. Cada vez que su fruta es nombrada tiene que cambiarse de lugar y frente a la frase “ensalada de frutas”, todos los integrantes se cambian de lugar.

**Dinámica:**

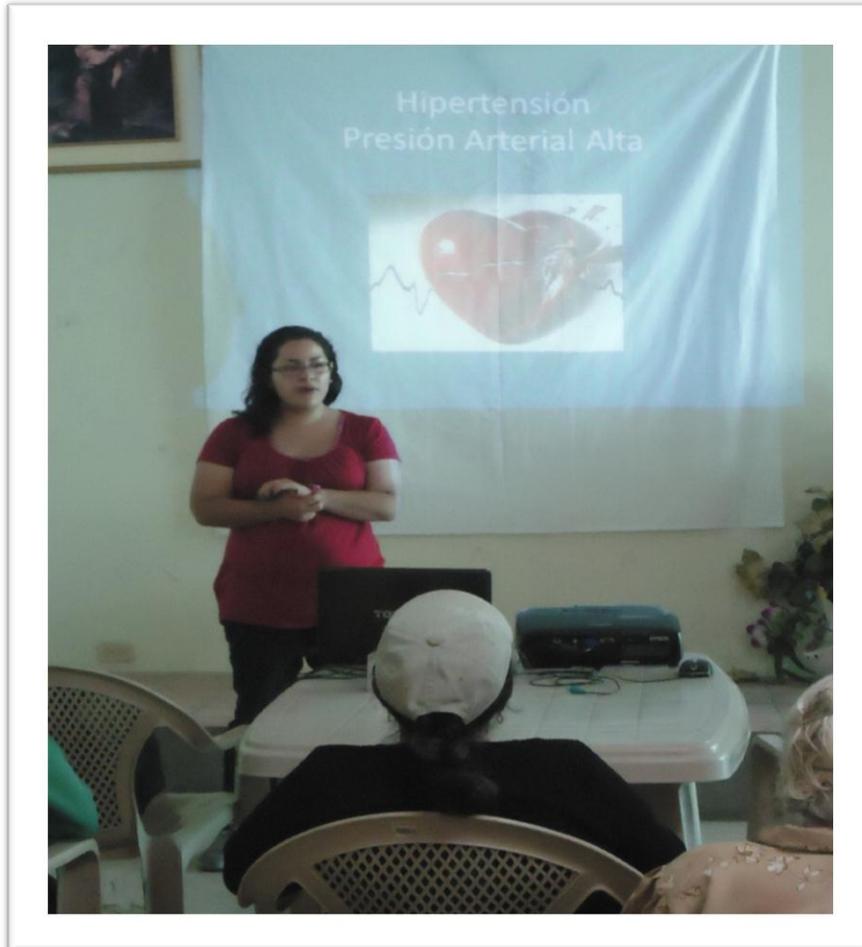
En la elección de las frutas hay mucha repetición, sobre todo si son muchos los participantes, lo que hace que el movimiento sea permanente. El coordinador tendría que ir contando una historia que involucre a las distintas frutas y continuarla hasta que el clima sea óptimo y no se haya transformado en un caos. Es muy útil la técnica cuando un grupo no tiene mucha confianza o se encuentra en un estado de inmovilidad.

**ANEXO 2.4.2**  
**LISTADO DE ASISTENTES**

	NOMBRE	CÉDULA IDENTIDAD
1	ARIAS VIVANCO CARLOS ALBERTO	1100792165
2	ARIAS VIVANCO JOBA MARINA	1102442058
3	CAMACAS BALBINA	1105370157
4	CASTILLO CASTILLO MARIA INOCENCIA	1100516028
5	CASTILLO MICLECIA	1100489390
6	CUENCA FERNANDO ALFREDO	1100845732
7	CUENCA MANUEL	1100162468
8	DIAZ REQUELME MANUEL ANTONIO	700007115
9	GARRIDO RIOFRIO ROSA ALBERTINA	1100918350
10	GONZALEZ PUCHUELA JOSE ANTONIO	300237971
11	HERRERA VARGAS ZOILA BALDOMIRA	1101768842
12	MALDONADO ROJAS JOSE MIGUEL	1100195757
13	MEDINA LAPO LUZ VICTORIA	1101420089
14	MONTALVAN YAGUANA CARLOTA	1103908784
15	PARDO MARIA GUILLERMINA	1104809494
16	PAREDES JOSE	1100415544
17	RIOFRIO HERRERA MARIA MERCEDES	1102281373
18	RIVAS MARTINEZ JUANA GRIMANECIA	1101515573
19	ROBLES TORRES LUS BENIGNA	1102505938
20	UCHUARI GUAMAN JUAN DE DIOS	1900032010
21	UCHUARI UENCA DAVID ARGENIO	1900098649
22	CALDERON TORRES LUISA ERNESTINA	

## ANEXO 2.5

Figura 11: Charla de Hipertensión y Diabetes



Fuente: Susana Carrión

### ANEXO 2.5.1

#### Dinámica realizada

**TEMA:** Nombres y adjetivos

**DIÁMICA:** Los participantes piensan en un adjetivo para describir cómo se sienten y cómo están. El adjetivo debe empezar con la misma letra que sus nombres; por ejemplo, "Soy Fernando y estoy feliz". O "Soy Inés y me siento increíble". Al pronunciar el adjetivo, también pueden actuar para describirlo

**.ANEXO 2.5.2**  
**Listado de Asistentes**

	NOMBRE	CEDULA IDENTIDAD
1	ARIAS VIVANCO CARLOS ALBERTO	1100792165
2	ARIAS VIVANCO JOBA MARINA	1102442058
3	CAMACAS BALBINA	1105370157
4	CASTILLO CASTILLO MARIA INOCENCIA	1100516028
5	CASTILLO MICLECIA	1100489390
6	CUENCA FERNANDO ALFREDO	1100845732
7	CUENCA MANUEL	1100162468
8	DIAZ REQUELME MANUEL ANTONIO	700007115
9	GARRIDO RIOFRIO ROSA ALBERTINA	1100918350
10	GONZALEZ PUCHUELA JOSE ANTONIO	300237971
11	HERRERA VARGAS ZOILA BALDOMIRA	1101768842
12	MALDONADO ROJAS JOSE MIGUEL	1100195757
13	MEDINA LAPO LUZ VICTORIA	1101420089
14	MONTALVAN YAGUANA CARLOTA	1103908784
15	PARDO MARIA GUILLERMINA	1104809494
16	PAREDES JOSE	1100415544
17	RIOFRIO HERRERA MARIA MERCEDES	1102281373
18	RIVAS MARTINEZ JUANA GRIMANECIA	1101515573
19	ROBLES TORRES LUS BENIGNA	1102505938
20	UCHUARI GUAMAN JUAN DE DIOS	1900032010
21	UCHUARI UENCA DAVID ARCEÑO	1900098649
22	CALDERON TORRES LUISA ERNESTINA	

## ANEXO 3.1

### Solicitud para terapia ocupacional

Catamayo, 18 de Noviembre del 2013

Sra.

Rosa Camacas

CIUDAD.

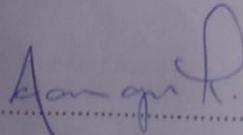
De mi consideración

Rvdo. Fausto Lalangui Director del Centro Caritas del adulto mayor del día de Catamayo, me dirijo a Ud. de la manera más respetuosa, para extenderle un sus labores diarias.

Conocedor de su alto espíritu de colaboración y sus conocimiento en el arte manual, solicito de la manera más comedida se digne colaborarnos brindando talleres de terapia ocupacional en a los Adultos Mayores que asisten al Centro Caritas del día de Catamayo, con la finalidad de contribuir a mejorar la destreza física de los mismos.

Esperando una respuesta positiva a mi pedido, le anticipo mi más sincero agradecimiento.

Atentamente,



Rvdo. Fausto Lalangui

DIRECTOR DE CARITAS CATAMAYO

## ANEXO 3.2

Figura 12: Taller de manualidades en foamy



Fuente: Susana Carrión

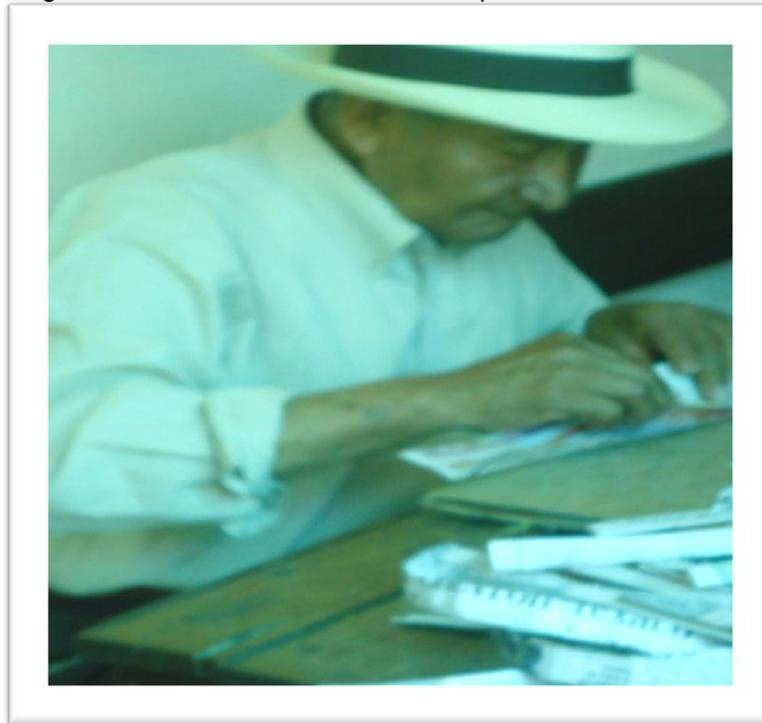
Figura 13: Adultos mayores con trabajo realizado



Fuente: Susana Carrión

### ANEXO 3.3

Figura 14: Taller de manualidades con periódico



Fuente: Susana Carrión

Figura 15: Manualidad con periódico



Fuente: Susana Carrión

## Anexo 3.4

### Solicitud de terapia física

Catamayo, 5 de Noviembre del 2013

Lic.

Enrique Tapia

**COORDINADOR DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACION, CULTURA Y DEPORTES**

De mi consideración.

Rvdo. Fausto Lalangui, director del Centro Caritas del Adulto Mayor de Catamayo, me dirijo a usted de la manera más respetuosa para expresarle un cordial saludo y deseo de éxitos en las funciones encomendadas a su persona.

Conocedor de la labor que viene emprendiendo en beneficio de la salud de la población de Catamayo, a través del programa ejercítate Ecuador, solicito a Ud. se digne concedernos un instructor que nos ayude brindando ejercicios y bailoterapia para los adultos mayores del centro al que presido, debido a que por su avanzada edad se hace necesario que realicen actividad física para poder tener una mejor calidad de vida saliendo del sedentarismo y mejorando así sus expectativas de vida en un ambiente saludable.

Esperando ser atendidos de manera favorable por la salud y el bienestar de los adultos mayores, le anticipo mi sincero agradecimiento.

ATENTAMENTE



*Fausto Lalangui*  
.....

Rvdo. Fausto Lalangui

MUNICIPIO DEL CANTÓN CATAMAYO	
DIRECCIÓN DE CULTURA, EDUCACIÓN Y DEPORTES	
Recibido:	<i>Jos. Crocillo</i>
Fecha:	<i>06-11-13</i>
Valor:	<i>08130</i>
(E.):	<i>Jel</i>

## ANEXO 3.5

**Figura 16. Terapia física**



**Fuente: Susana Carrión**

**Figura 17. Bailoterapia**



**Fuente: Susana Carrión**

### ANEXO 3.6

Figura 18. Caminata



Fuente: Susana Carrión

Figura 19: Caminata



Fuente: Susana Carrión

