

“Valija del recuerdo”
Conjunto de materiales didácticos para estimular las funciones ejecutivas en las
personas adultas mayores

Producción didáctica presentada en la
División de Educación Básica
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar por el grado de Licenciatura en
Educación Especial con énfasis en Proyectos Pedagógicos en Contextos Inclusivos

Gloriana Salazar Pérez

Marzo, 2019

**“Valija del recuerdo” Conjunto de materiales didácticos para estimular las funciones
ejecutivas en las personas adultas mayores**

Gloriana Salazar Pérez

APROBADO POR:

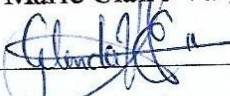
Tutora del TFG _____


M.Sc. Ana Patricia Vásquez Chaves

Lectora _____



Dra. Marie Claire Vargas Dengo

Lectora _____


M.Sc. Glenda Vásquez Esquivel

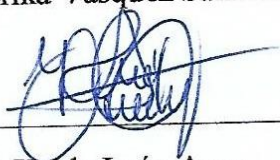
Representante,

Decanato, CIDE _____


M.E.d. Érika Vásquez Salazar

Directora,

División de Educación Básica _____


M.Ed. Heidy León Arce

Dedicatoria

Dedico esta producción didáctica a Dios y a la Virgen María quienes fueron los que me inspiraron, para seguir adelante y lograr concluir de la mejor manera este importante trabajo. A mis padres, hermanos y demás familiares quienes siempre me estuvieron apoyando de diferentes maneras a lo largo de todos mis estudios, pero especialmente en la construcción de los materiales didácticos.

A cada una de mis profesoras, tanto la tutora de mi trabajo como cada una de las lectoras de este, quienes a través de sus diversos conocimientos me brindaron su apoyo y ayuda, para lograr que este trabajo cumpliera con los más altos estándares de calidad.

A cada una de las funcionarias (terapeuta Ocupacional, administradora, secretaria, cocineras y conserje) del Centro Diurno la Casa de los Abuelos de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia; quienes me abrieron incondicionalmente las puertas de su institución para conocer la población con quien diariamente trabajan y así elaborar este importante proyecto.

Por último, pero no menos importante, le dedico este trabajo de investigación, a cada una de las personas adultas mayores que fueron participes de este proyecto, las cuales a través de su confianza, compromiso y cooperación fue posible la confección de la “Valija del recuerdo”.

Agradecimiento

Quiero agradecerle a Dios y a la virgen María por haberme ayudado e iluminado para realizar este proyecto y así dar una posible solución a una problemática que actualmente está afectado a la sociedad costarricense, debido envejecimiento acelerado de la población.

Por otro lado, también quiero agradecerle a mis papás, hermanos y demás familiares que siempre me apoyaron y estuvieron a mi lado a lo largo de mis estudios, pero muy especialmente me brindaron su apoyo incondicional durante el desarrollo de esta investigación.

También quisiera agradecerles a todos los profesionales que estuvieron involucrados en la construcción de la “Valija del recuerdo”; ya que sin su valioso aporte este proyecto no hubiera sido posible.

Por último, quisiera darles mi más sincero agradecimiento a los funcionarios del Centro Diurno “la casa de los abuelos” de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia y a la población adulta mayor que asisten a esta institución. Ya que ellos constituyeron un pilar fundamental para el desarrollo, estabilidad y sostenibilidad del proyecto.

Resumen

Salazar, Pérez Gloriana. “Valija del recuerdo” “Conjunto de materiales didácticos para estimular las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores.

El presente trabajo, trata sobre una producción didáctica que buscaba estimular las funciones ejecutivas mayormente utilizadas por las personas adultas mayores del centro diurno “La Casa de los abuelos” de la asociación de ancianos de Cubujuquí de Heredia. Por esta razón, la investigación se basó en una perspectiva andragógica, en la cual las personas adultas mayores fueron participes y consientes de su propio aprendizaje. De esta manera se utiliza la estimulación cognitiva como una forma de reforzar la memoria, atención y concentración de los participantes, que debido al desgaste cognitivo que se da durante el envejecimiento se ven comprometidas. Para ello se recopilaron 11 relatos de experiencias de vida de los participantes, las cuales luego de identificar los elementos en común se construyó un relato que sirvió de base para el diseño de diversos materiales didácticos. A sí mismo la “Valija del recuerdo” contemplo una guía didáctica, donde se menciona el objetivo de cada recurso didáctico y posibles sugerencias de uso. Es así como todos los materiales que conforman esta producción didáctica; fueron diseñados y elaborados por la investigadora de este proyecto y validados, por las personas participantes y otros profesionales consultados. Dentro de los principales resultados de la investigación realizada; destaca que, desde la Educación Especial, existe una gran deficiencia en la atención de esta población. Por lo que, al crear la “Valija del recuerdo” como una forma educativa de estimular las funciones ejecutivas de las personas, se da lugar a una nueva oportunidad para incluir social y educativa mente a persona adulta mayor; ya que se valoriza aún más la figura de esta, haciéndola ver como un elemento fundamental dentro de una sociedad que se encuentra en constante cambio. A partir de ello se hace un llamado a los docentes y estudiantes de la Universidad Nacional de Costa Rica; para que desde sus cursos impulsen programas que al igual que este integren a esta población.

Palabras claves: Adultos mayores, funciones ejecutivas, andragogía, estimulación cognitiva y materiales didácticos.

Índice de Tablas

Tabla 1	<i>Categorías de las Funciones Ejecutivas (FEJE)</i>	99
Tabla 2	<i>Categorías de la Interacción con otros familiares (INFA)</i>	104
Tabla 3	<i>Categoría de la Perdida de algún Familiar (PAF)</i>	107
Tabla 4	<i>Categoría Violencia Doméstica (VDOME)</i>	110
Tabla 5	<i>Categoría sobre la Situación Económica (SIECO)</i>	112
Tabla 6	<i>Categoría sobre Aspectos Educativos (ASEDUC)</i>	114
Tabla 7	<i>Categorías sobre situaciones de Salud (SITSAL)</i>	116
Tabla 8	<i>Categoría sobre el Estado de Civil (ESCI)</i>	119

Índice de Figuras

<i>Figura 1.</i> Ilustración del disco compacto con el audio libro del relato “los cuatro amigos”.	74
<i>Figura 2.</i> Ilustraciones de la portada del libro ilustrado del relato basado en historias de vida de la “Valija del recuerdo”.	75
<i>Figura 3.</i> Ilustraciones de los rompecabezas de la “Valija del recuerdo”.	76
<i>Figura 4.</i> Ilustraciones del juego de percepción de las diferencias de la “Valija del recuerdo”.	77
<i>Figura 5.</i> Ilustraciones del juego Encontrando al intruso de la “Valija del recuerdo”.	78
<i>Figura 6.</i> Ilustraciones del juego de memoria de la “Valija del recuerdo”.	79
<i>Figura 7.</i> Ilustraciones del juego ordenar las secuencias de la “Valija del recuerdo”.	80
<i>Figura 8.</i> Ilustraciones de las figuras de acción de los personajes del relato de la “Valija del recuerdo”.	81
<i>Figura 9.</i> Ilustraciones de la portada y la tabla de contenido de la guía didáctica de los materiales que conforman la “Valija del recuerdo”.	82

<i>Figura 10.</i> Diagrama de los Principios del Diseño Universal de la Arquitectura que se relacionan con la “Valija del recuerdo”.	87
<i>Figura 11.</i> Diagrama de los tres Principios del DUA que se relacionan con la “Valija del recuerdo”.	91
<i>Figura 12.</i> Esquema de categorías para la elaboración del relato basado en historias de vida.	121

Lista de Abreviaturas

ABPS	Abuso Psicológico
ABFI	Abuso Físico
ASEDUC	Aspectos Educativos
CAST	Centro de Tecnología Especial Aplicada
CEPAL	Comisión Económica Para América Latina y el Caribe
CIDE	Centro de Investigación y Docencia en Educación
CONAPAM	Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor
DESECO	Deserción Escolar
DIVDISHI	Divorcio por Discapacidad de la Hija
DUA	Diseño Universal para el Aprendizaje
ECI	Estado Civil
EINF	Enfermedades Infecciosas
EIN	Enfermedades Invasivas
EOS	Enfermedades Óseas
EPS	Enfermedades Psicosociales
ERS	Enfermedades Respiratorias
ESC	Enfermedades del Sistema Circulatorio
FEJE	Funciones Ejecutivas
FEJEMEMO	Funciones Ejecutivas de la Memoria
INABU	Interacción con los Abuelos
INCO	Infidelidad y Control

INCON	Interacción con los Cónyuges
INFA	Interacción con los Familiares
INHER	Interacción con los Hermanos
INHI	Interacción con los Hijos
INMA	Interacción con la Madrastra
INPA	Interacción con los Padres
INPAD	Interacción con el Padrastro
NEG	Negligencia
INSUE	Interacción con los Suegros
INTI	Interacción con los Tíos
OMS	Organización Mundial de la Salud
PAF	Perdida de algún Familiar
PANI	Patronato Nacional de la Infancia
PCO	Perdida del Conyugue
PHE	Perdida de los Hijos
PMA	Perdida de la Madre
PMAD	Perdida de la Madrastra
POB	Pobreza
PPA	Perdida del Padre
SIECO	Situación Económica
SNC	Sistema Nervioso Central
SITSAL	Situaciones de Salud
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

VDOME Violencia Doméstica

VIU Viudez

Lista de símbolos

P1	Participante 1
P2	Participante 2
P3	Participante 3
P4	Participante 4
P5	Participante 5
P6	Participante 6
P7	Participante 7
P8	Participante 8
P9	Participante 9
P10	Participante 10
P11	Participante 11

Tabla de Contenidos

Página de firmas	ii
Dedicatorias	iii
Reconocimientos y agradecimientos	iv
Resumen	v
Índice de tablas	vi
Índice de Figuras	vii
Lista de abreviaturas y símbolos	ix
Capítulo I	6
Introducción	6
Justificación	8
Análisis de la situación problemática o del área de interés	14
Diagnóstico y discusión de las necesidades pedagógicas de los participantes a los cuales va dirigida la producción didáctica	16
Antecedentes vinculados a la propuesta de producción didáctica en los ámbitos nacional e internacional	18
Objetivos	23
Objetivo general	23
Objetivos Específicos	23
Capítulo II	24
Reflexión teórico-práctica sobre la postura pedagógica que sustenta la producción didáctica	24
1. Funciones ejecutivas y el proceso de aprendizaje	24
1.1. ¿Qué son las funciones ejecutivas?	24
1.1.1. Componentes de las funciones ejecutivas.	25
1.1.2. ¿Cómo funciona la memoria en nuestra vida?	27
1.2. Metacognición y plasticidad cerebral.	29

1.2.1. Psicología cognitiva y la neurociencia como componentes conceptuales que explican el aprendizaje en el ser humano.	31
1.2.2 Las neurociencias y su relación con las funciones ejecutivas	34
1.2.2.1 La neuro educación y las funciones ejecutivas	36
1.3. Desgaste cognitivo en la Persona Adulta Mayor	37
1.3.1 ¿Qué es desgaste cognitivo?	37
1.3.2. Principales causas del desgaste cognitivo.	38
1.3.3. Principales desgastes cognitivos.	39
2. Personas Adultas Mayores	40
2.1. ¿Qué se entiende por Persona Adulta Mayor?	40
2.1.2. Personas Adultas Mayores con Discapacidad.	42
2.2. Situaciones de salud más comunes en la población adulta mayor y que significan importantes barreras en el aprendizaje de estas personas	43
3. La importancia de la familia para la población adulta mayor	44
3.1. ¿Qué es la familia?	44
3.2. ¿Cuál es la importancia de la interacción familiar en el proceso de envejecimiento?	45
3.3. ¿De qué manera afecta la pérdida o el fallecimiento de algún miembro de la familia en las personas adultas mayores?	46
3.3.1 Estado Civil de las personas adultas mayores	47
4. Negligencia como un caso de violencia doméstica en la infancia de las personas adultas mayores.	48
4.1. La deserción escolar en las personas adultas mayores.	49
5. La Andragogía y el aprendizaje en la población adulta mayor	51
5.1. ¿Qué es la andragogía?	51
5.1.1. Principales diferencias entre la andragogía y la pedagogía.	54
5.2. Importancia de la andragogía al trabajar con Personas Adultas Mayores.	56
6. Estimulación de las funciones ejecutivas en la Persona Adulta Mayor	57

6.1. En qué consiste la estimulación de las funciones ejecutivas	57
6.1.2. Materiales didácticos y el Diseño Universal para el Aprendizaje como fuente de apoyo para la estimulación cognitiva.	59
5.2. Ventajas de la estimulación cognitiva en la Persona Adulta Mayor	64
Capítulo III	66
Marco Metodológico	66
A. Caracterización de la población meta hacia la cual va dirigida la producción didáctica.	66
B. Descripción de las personas participantes que aportan en el proceso de diseño, aplicación, socialización de la producción didáctica.	67
C. Plan de trabajo seguido en el diseño de la producción didáctica	68
a. Pasos seguidos en función de los requerimientos de su diseño y puesta en práctica.	68
-Identificación de productos didácticos:	68
-Realización de entrevistas a las personas participantes sobre sus experiencias de vida más significativas:	69
- Diseño de los productos didácticos:	71
- Socialización de la “Valija del recuerdo” para su respectivo ajuste:	72
b. Naturaleza de su producción didáctica y sus requerimientos	72
- Rompecabezas:	75
- Juegos de percepción de diferencias:	76
- Juego Encontrando al intruso:	77
- Juegos de memoria:	78
- Juego ordenar las secuencias según la historia:	79
- Figuras de acción de los personajes del relato:	80
D. Descripción de la estrategia de consulta desarrollada para el diseño de la propuesta de producción didáctica	82

	4
a. Consulta a expertos que acompañaron el proceso de producción.	82
b. Consulta con la población meta a la que se dirige la producción (se sugiere considerar estrategias de aplicación de la producción del producto para su valoración).	84
c. Considerar los criterios de accesibilidad universal en el producto.	87
E. Descripción de la estrategia de socialización de la producción didáctica	92
-Explicación de la “Valija del recuerdo”:	92
- Nuevamente se aplicaron a los materiales con los usuarios:	93
- Entrega de la “Valija del recuerdo”:	93
F. Consideraciones éticas vinculadas a la producción a realizar.	93
Capítulo IV	95
Presentación del producto diseñado	95
A. Descripción del producto diseñado.	95
- Audiolibro:	95
-Rompecabezas:	96
- Juegos de memoria:	96
-Juegos de percepción de las diferencias:	97
B. Sistematización y reflexión vinculada al proceso de producción didáctica	98
C. Análisis del producto en función de la respuesta pedagógica dada a las necesidades identificadas y los principios que lo sustentan.	122
Capítulo V	126
Conclusiones y Recomendaciones	126
Conclusiones a partir del objetivo general:	126
Conclusiones generadas a partir de los objetivos específicos:	127
Recomendaciones	131
A). Centro Diurno:	131
B). Familiares de las personas adultas mayores:	132

C). Carrera de Educación Especial:	133
D). Universidad Nacional:	133
E). Comunidad lectora de este Trabajo Final de Graduación:	134
Capítulo VI	135
Referencias	135
<i>Apéndice A</i>	143
<i>Apéndice B</i>	149
<i>Apéndice C</i>	150
<i>Apéndice D</i>	151
<i>Apéndice E</i>	154
<i>Apéndice F</i>	165
<i>Apéndice G</i>	166
<i>Apéndice H</i>	172

Capítulo I

Introducción

El presente trabajo plantea el diseño y la elaboración de la “Valija del recuerdo” (nombre dado al conjunto de materiales didácticos realizados), la cual consiste en una serie de recursos educativos para estimular las funciones ejecutivas de las personas adultas mayores que visitan el Centro Diurno La Casa de los Abuelos de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí en Heredia, desde una perspectiva andragógica. Con ello se busca la promoción de una atención más específica a los procesos cognitivos que realiza esta población en sus actividades cotidianas.

La andragogía según Ubaldo (2009) implica un aprendizaje cooperativo, libre y voluntario, de tal manera que sean las mismas personas adultas mayores participantes del proyecto las primeras protagonistas de este, para así hacer de la experiencia un momento significativo e inolvidable.

En la actualidad, y de acuerdo con Jara (2008), la población costarricense envejece cada vez más rápido y con ello aumentan las cifras de diversas condiciones que aparecen al atravesar esta etapa, entre ellas, limitaciones físicas, visuales, auditivas y cognitivas, como la pérdida de la memoria, la atención y la concentración; lo que desarrolla algunas condiciones como la demencia o el Alzheimer.

Las funciones ejecutivas tienen que ver con todas las destrezas cognitivas que nuestro cerebro utiliza a través de las neuronas para realizar determinadas acciones diarias, las cuales se deterioran conforme aumenta la edad de la persona. Además, esta situación se da de forma constante, por lo que implica el compromiso tanto de estas habilidades como la independencia; ya que la misma está supeditada a sus familiares o cuidadores para realizar ciertas acciones que anteriormente hacían por sí mismas. También, Jara (2008) plantea que una vez diagnosticada médicamente la pérdida progresiva de las funciones ejecutivas, estas no se regeneran; pero sí se estimulan y fortalecen, por medio de una adecuada mediación andragógica, con el fin de evitar el continuo deterioro de estas habilidades.

Es por esto que la elección de la producción didáctica como Trabajo Final de Graduación, surge a partir de la problemática planteada por la Terapeuta Ocupacional del Centro Diurno la Casa de los Abuelos de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí en Heredia, la cual, a partir de su experiencia laboral en la institución y por medio de una interacción diaria con las personas adultas mayores, ha detectado una serie de necesidades que presenta esta población; esta terapeuta además, manifiesta la falta de materiales didácticos para estimular andragógicamente las funciones ejecutivas, tales como juegos de mesa, actividades de discriminación visual, entre otros.

Es así como V. Alfaro (comunicación personal, 22 de junio, 2017) señala que en respuesta a un proceso biológico las personas adultas mayores, que diariamente visitan esta institución, manifiestan un desgaste a nivel cognitivo significativo, lo que se refleja en su desenvolvimiento diario; ya que se presentan mayores dificultades motoras, auditivas, visuales, memorísticas; entre otras cosas, las cuales repercuten en su autonomía e independencia.

A partir de las explicaciones reportadas por la Terapeuta Ocupacional, en donde hace referencia a las necesidades detectadas en la institución; se hacen las recomendaciones para reforzar las funciones ejecutivas de las personas adultas mayores que asisten al Centro Diurno; debido a que las mismas cumplen un papel fundamental que permite que la persona realice de una manera autónoma e independiente diversas actividades cotidianas, tales como tomar decisiones, escribir, leer y recordar.

En consideración con lo anterior, es importante mencionar que este trabajo contempla diferentes materiales didácticos (juegos de memoria, juegos de discriminación visual o juegos de encontrar las diferencias, bingos, rompecabezas, entre otros recursos), los cuales se basan en un relato audible, que tuvo la intencionalidad de fortalecer las funciones ejecutivas que utilizan los adultos mayores, a partir de las habilidades y destrezas que ellos tienen.

La creación de la “Valija del recuerdo”, se realizó en una labor colaborativa con las personas adultas mayores en donde se tomaron en cuenta las sugerencias, así como los deseos, capacidades y motivaciones del grupo de participantes del Centro Diurno y la

Terapeuta Ocupacional de la institución; con el fin de determinar las acciones andragógicas a implementar en dicho proyecto.

Por otro lado, también se contó con el apoyo de una diseñadora gráfica, la cual dio algunas sugerencias que se debían considerar en el diseño de los materiales realizados a partir de la información proporcionada por las personas adultas mayores y funcionarias del centro.

Justificación

En la actualidad, en Costa Rica existe un incremento significativo de la población adulta mayor. Según los datos proporcionados por Sancho (2014), para el 2050 la cantidad de personas adultas mayores en Costa Rica representará aproximadamente una cuarta parte de la población costarricense.

Lo anterior significa que también aumentarán las enfermedades y las condiciones que se adquieren biológicamente al atravesar esta etapa; entre ellas destacan limitaciones físicas, visuales y cognitivas como la pérdida de las funciones ejecutivas. Las cuales de acuerdo con Tirapu y Muñoz (2005) son procesos cognitivos que permiten procesar la información recibida del entorno, para posteriormente almacenarla en la memoria, lo que hace que la persona se desempeñe de una forma autónoma a lo largo de su vida cotidiana; esto contribuye con el desarrollo y la promoción de sus capacidades sociales, en la interacción y la convivencia social como una forma de mejorar su calidad de vida.

Es importante indicar que las funciones ejecutivas, desde que nacemos, se encuentran presentes en nuestro diario vivir; ya que por medio de ellas podemos hablar, recordar acontecimientos importantes, bañarnos, alimentarnos, contar dinero, leer o escribir, entre otras actividades. Sin embargo, al envejecer estas habilidades disminuyen gradualmente, según Duarte (2008) en esta etapa y en respuesta a un proceso biológico el cerebro reduce su tamaño y peso, lo que evidencia una menor nutrición celular.

Esta autora plantea que, debido a esta etapa de envejecimiento, se ven comprometidas tres de las funciones ejecutivas más importantes a nivel cognitivo (la velocidad del procesamiento, la atención y la memoria). Por esta razón es que el deterioro de los procesos cognitivos, por lo general, se percibe en acciones simples de la cotidianidad, como, por ejemplo, cuando la persona olvida dónde dejó un objeto o

empieza a perder la habilidad de mantener una conversación de forma fluida, porque olvida rápidamente lo que va a decir o lo que acaba de escuchar, estas y otras acciones repercuten en las actividades sociales, ya que se vuelve más dependiente de sus familiares y demás personas a su alrededor.

Es por ello que, la iniciativa de realizar estos materiales didácticos, surge al tomar en cuenta que, existen diversos estudios médicos y psicológicos como los trabajos realizados por los autores ya mencionados (Duarte, 2008; Jara 2008; y Tirapu y Muñoz, 2005) quienes plantean que, tanto las causas de las condiciones asociadas a la demencia y al Alzheimer, así como las funciones mayormente comprometidas en el proceso de envejecimiento, se fortalecen a través de programas de estimulación cognitiva. Para Duarte (2008), la estimulación cognitiva trata de conservar la capacidad intelectual al enseñar diferentes estrategias que disminuyan o compensen los cambios que surgen al procesar la información en la población adulta mayor.

Desde la andragogía, lo anterior toma importancia, ya que, en esta perspectiva, se estimulan los procesos cognitivos de la población adulta mayor, a través de diversas metodologías que invitan a las personas a ser partícipes de su propio aprendizaje, para promover espacios de interacción social y un mayor intercambio de conocimientos entre los mismos; esto se debe a que uno de los objetivos de la andragogía según Ludojoski (citado por Ubalo, 2009) propone el diseño de una metodología didáctica apropiada para brindar procesos de enseñanza y aprendizaje, entre la población adulta cuya base sea sus conocimientos y habilidades, para construir un aprendizaje mutuo y que pueda ser aplicable a la cotidianidad.

Para la realización de los materiales didácticos se consideró, además, la plasticidad cerebral, ya que según Barros (citado por Binotti, Spina, Barrera y Donolo, 2009) es la habilidad adaptativa del cerebro para modificar su organización estructural y funcional a partir de experiencias vividas por la persona. Esta habilidad se presenta aún en la etapa del envejecimiento, de forma tal que el cerebro se reorganiza progresivamente para mantener las funciones cognitivas ya existentes y desarrollar nuevas habilidades a través de la estimulación.

Al trabajar desde la perspectiva andragógica, se toman diferentes estrategias de mediación que le permiten a la persona retomar sus conocimientos previos, para enfrentarse a nuevas experiencias y así decidir o resolver situaciones de la vida diaria de manera efectiva.

Es así como el tema de fortalecimiento de las funciones ejecutivas planteado desde la andragogía se relaciona con el Objetivo de Desarrollo Sostenible 4 de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2015) el cual establece “ Garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos” (p.7), por lo que desde este objetivo se trata de reducir la desigualdad en la educación, , y se garantiza una educación inclusiva, equitativa y de calidad, la cual debe propiciar las oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. Es por lo que el aprendizaje para toda la vida cobra una importancia muy grande cuando se trabaja con la población adulta mayor, ya que no hay un tiempo determinado o “límite” para aprender.

La andragogía, le permite a la persona adulta mayor continuar con su proceso de aprendizaje, sin que se limite por su edad o por su estatus social; esto promueve la idea que, diariamente y durante toda la vida, las personas nos encontramos en un constante aprendizaje, es decir, para aprender o reformular los conocimientos que ya sabemos, no existe un límite de tiempo establecido.

El nuevo enfoque del plan de estudios de la carrera de Educación Especial de la Universidad Nacional, (Licenciatura en Educación Especial con Énfasis en Proyectos Pedagógicos en Contextos Inclusivos), a partir del rediseño de su plan de estudios (2016) plantea como una de las principales funciones de un docente de Educación Especial, la de propiciar espacios de participación plena a todas aquellas personas que estén una situación de discapacidad o que por diferentes razones presentan importantes barreras que le impiden involucrarse en un proceso de aprendizaje en igualdad y equidad, independientemente si se encuentra en un contexto educativo formal o no formal, por lo tanto, la población adulta mayor tiene derecho a esa participación plena y a maximizar

sus funciones ejecutivas para desempeñarse con mejores herramientas cognitivas en la vida cotidiana.

Es debido a esta función y responsabilidad tan importante que asumo como profesional en el campo de la educación especial, y propongo propiciar por medio de los materiales didácticos diseñados y la mediación a partir de la interacción con los mismos, los apoyos necesarios para que la Terapeuta Ocupacional de la institución pueda responder eficazmente a las necesidades de los usuarios del Centro Diurno. De esta manera y en la medida de lo posible se espera garantizar, el disfrute de los espacios de participación plena, propuestos en el nuevo plan de estudios de la carrera de educación especial de la casa de estudios superiores a la cual pertenezco.

Para realizar los materiales didácticos, tomé en cuenta los conocimientos y principios pedagógicos que he adquirido a lo largo de mi formación como educadora especial, tanto a nivel curricular de la carrera, como mi interacción con la población adulta mayor con la que he tenido la oportunidad de compartir desde mi vida personal y otros cursos o actividades académicas (cursos de estudios generales con enfoques en la población adulta mayor, participaciones en Programas de Alfabetización para la Persona Adulta Mayor y participaciones en Programas Intergeneracionales) que he llevado en la Universidad Nacional.

Por otro lado, al haber elaborado un recurso didáctico tan importante como el propuesto en este trabajo, traté de responder a uno de los principios fundamentales de la educación inclusiva, la cual considera los intereses y las necesidades de aquellas personas que, por una u otra razón, se han visto limitadas u obstaculizadas en su participación dentro del sistema educativo; por lo que la población con la que se basó este Trabajo Final de Graduación, son las personas adultas mayores, las cuales siempre se han considerado, desde un colectivo social, con un cierto grado de vulnerabilidad por las diferentes necesidades y apoyos que requieren, al atravesar la etapa del envejecimiento, a consecuencias como la victimización, rechazos, maltratos o agresiones, entre otras acciones que hacen generar la negación de los derechos humanos indispensables como el de una educación continua, de calidad y a lo largo de la vida.

La idea sobre el principio mencionado anteriormente es afirmada por Aragón (2016) en donde explica que:

la educación se debe reconocer como un derecho de todas las personas y no como el privilegio de algunas pocas. De allí que en los últimos tiempos haya surgido un movimiento que reclama la urgencia de considerar los intereses y necesidades de quienes, de manera tradicional, se han visto en desventaja y han sufrido la exclusión de los procesos educativos (p.50).

Es así como la estimulación de las funciones ejecutivas, al ser abordada por un profesional de manera didáctica y con una metodología andragógica que visualice a la persona adulta mayor como la principal protagonista de su aprendizaje, busca la participación tanto en las acciones cotidianas, como en la adquisición de nuevos aprendizajes en el desempeño independiente, de manera que exista garantía de una educación inclusiva de calidad con aprendizajes a lo largo de la vida.

Por otro lado, Binotti, Spina et al. (2009) explican que, al pasar de los años, por lo general, la mayoría de las personas tendemos a acostumbrarnos a aquellas situaciones o acciones que nos resultan más cómodas y fáciles de realizar, lo que reduce al mínimo nuestra capacidad cerebral de adaptarnos a nuevas experiencias; lo cual hace de nuestra vida una constante rutina. De aquí radica la importancia de estimular diariamente nuestras funciones cognitivas, para hacer de las tareas diarias, nuevas oportunidades para experimentar y actualizar los conocimientos preconcebidos.

Por su parte Duarte (2008), expresa que, al realizar esta estimulación cognitiva, se obtienen una gran cantidad de ventajas; ya que, al evitar el desgaste cognitivo causado por el envejecimiento, se minimizan las posibilidades de desarrollar condiciones de demencia o Alzheimer; lo que propicia una mayor calidad de vida a la persona. Considero importante mencionar que, para realizar una adecuada estimulación cognitiva, es necesario contar tanto con estrategias y métodos que permitan llevar a cabo esta tarea,

como el uso de materiales didácticos que propicien un aprendizaje andragógico, para la vida de cada persona adulta mayor.

Calero (citado por Jara, 2008) menciona que, por lo general, las personas que son poco estimuladas por medio de su entorno, son las que más rápidamente ven comprometidas sus facultades mentales, caso contrario sucede con las personas expuestas a una mayor cantidad de estimulaciones sensoriales, las cuales conservan por más tiempo sus funciones cognitivas, lo que aumenta la autonomía e independencia de la persona; es decir, que al estimular las funciones ejecutivas es necesario tomar en cuenta no solo la funcionalidad de cada estímulo sino también el área que queremos fortalecer; esto porque entre más focalizadas y adaptadas a la realidad de cada persona estén las estrategias que apliquemos, los resultados serán más efectivos y útiles en la vida cotidiana de la persona adulta mayor.

El diseño y la elaboración de la “Valija del recuerdo” consisten en una serie de materiales didácticos que apoyan pedagógicamente a la Terapeuta Ocupacional de la institución, en su labor de estimular las funciones ejecutivas, con el fin de propiciar una mejor atención a los procesos cognitivos de las personas adultas mayores que asisten al centro.

Al diseñar estos materiales didácticos, el Centro Diurno se beneficiará de varias maneras, ya que, por un lado, se adquirirán nuevos recursos dirigidos a la población adulta mayor y por otro, se estimulará de manera significativa las funciones ejecutivas adaptándolas al contexto y a las actividades que realizan diariamente, se propicia, también la autonomía y seguridad, lo que según Duarte (2008), son componentes necesarios para desarrollar una actitud positiva por medio de experiencias enriquecedoras que aumentan la autoestima.

En la dimensión cultural se le da un nuevo significado positivo al tema del envejecimiento, puesto que se fortalecen las habilidades propias de cada ser humano; se valoriza la figura y la importancia del adulto mayor en una sociedad que está en constante cambio. Por lo que de acuerdo con Ubaldo (2009) la andragogía se convierte en un medio por el cual los adultos mayores se sientan tomados en cuenta en este proceso de construcción de nuevos aprendizajes, puesto que se basa en el trabajo colectivo y

colaborativo, como principal metodología para vivenciar nuevas experiencias; las cuales, en muchos casos, son significativas y aplicables a la vida cotidiana de cada participante. Es así como esta metodología pretende que la persona adulta se mantenga activa en su aprendizaje; ya que el mismo es constante y se da en cualquier etapa de la vida.

Análisis de la situación problemática o del área de interés

El Centro Diurno de Cubujuquí de Heredia, lugar donde se realizó este trabajo; atiende actualmente a 35 personas adultas mayores con edades aproximadas entre los 70 y los 96 años de edad, de las cuales según lo que me indican los mismos usuarios del centro, algunos presentan condiciones de sordera, dificultades en la movilidad y en su visión, así como ciertas limitaciones para memorizar o recordar; lo cual de acuerdo con las personas adultas mayores con quienes conversé, esta situación les impide muchas veces participar plenamente de las dinámicas o actividades que se realizan en el lugar.

Como ejemplo de lo anterior, se menciona el comentario de R. Campos (comunicación personal, 20 de abril, 2017), una usuaria del centro quien expresa que “aquí la mayoría ya somos muy viejos, muchos de nosotros ya no podemos ver bien y siempre nos tienen que repetir las cosas porque o no escuchamos bien o se nos olvida lo que nos dijeron que teníamos que hacer; por eso mi amiga y yo preferimos no participar de las actividades que hacen y solo nos sentamos a ver lo que hacen los demás”.

Lo anterior se relaciona, con la opinión de la administradora del centro, ya que cuando le pregunté sobre este tema; ella me indicó que la mayoría de la población adulta mayor que visita el lugar no está exenta de presentar condiciones de demencia y en situaciones más extremas Alzheimer. Según la administradora, la presencia de esas condiciones se debe a la influencia de factores como la edad, el contexto donde viven y se desenvuelve diariamente la población adulta mayor usuaria del centro y la calidad de la atención que se brinda en la institución.

Por otro lado, las mismas profesionales que laboran en el lugar (la administradora y la Terapeuta Ocupacional) manifiestan que la institución trata de colaborar en la estimulación de las funciones ejecutivas de las personas adultas mayores que visitan el centro, para que estos procesos cognitivos no se atrofién o presenten mayor desgaste al pasar de los años, sin embargo, este apoyo en muchas de las situaciones es insuficiente,

debido a la escasez de personal para atender aquellas más específicas que presenta la población adulta mayor del Centro Diurno.

Además, las funcionarias del centro también señalan que existe una mínima colaboración por parte de las familias o cuidadores, ya que la mayoría trabajan y tienen un horario poco flexible, por lo que, a las personas que viven con los adultos mayores en ocasiones se les imposibilita invertir grandes cantidades de tiempo, en brindar un apoyo continuo y diario a la estimulación cognitiva de sus familiares. Esto constituye uno de los mayores retos del centro para estimular los procesos cognitivos de manera adecuada y aplicable a la vida de la persona que atienden; lo anterior es una constante en la institución, a pesar de que para los funcionarios del centro los familiares juegan un papel importante en este proceso, porque son los que viven y comparten diariamente con las personas adultas mayores.

Con base en lo mencionado anteriormente, consideré oportuno crear materiales didácticos adecuados a las necesidades de la población adulta mayor que visita el centro, los cuales propicien un aprendizaje significativo, pero sobre todo vivencial; para promover momentos de ocio e interacción colaborativa entre las personas adultas mayores; ya que se pretendió tomar en cuenta las experiencias de vida y así ponerlas en práctica a través de diferentes actividades, y esto beneficia de una manera indirecta la autoestima de los mismos.

Como ejemplo de esto, se menciona que en la institución la mayoría de las personas adultas mayores que asisten son profesionales pensionados (docentes de primaria, secundaria, música, artes plásticas, entre otras especialidades) las cuales como una forma de recreación se dedican a realizar dibujos, cuentos, poemas o canciones de lo que vivieron y son actualmente. Al haber elaborado estos recursos didácticos, las destrezas antes mencionadas se potenciaron aún más; al fomentar la importancia de tomar en cuenta los aprendizajes previos para así reforzar otras áreas que necesitan ser estimuladas; lo anterior responde a una perspectiva andragógica en donde según Ubaldo (2009) menciona que se debe tomar en cuenta las necesidades, intereses y experiencias de vida de la persona, con el fin de que en la mediación andragógica las personas participantes se involucren y se interesen en su propio proceso de aprendizaje.

En este sentido es importante señalar algunas de las facilidades que ofrece el Centro Diurno para realizar estos materiales ya que, a nivel de infraestructura, el mismo cuenta con un amplio espacio para realizar actividades recreativas tanto al aire libre como dentro del edificio; además estos espacios se encuentran equipados con mesas y sillas confortables para realizar trabajos manuales.

Además, la institución tiene un equipo de sonido y un proyector para presentar materiales audiovisuales; por otro lado, dentro del recurso humano y profesional con que cuenta la institución se encuentra la Terapeuta Ocupacional, la administradora y los mismos usuarios del centro; las cuales son las personas con las que tomé en cuenta para trabajar en conjunto, con el fin de realizar las adaptaciones necesarias a los productos didácticos elaborados. De esta manera se confirma la viabilidad de la “Valija del recuerdo”.

Por lo que, desde la perspectiva como docente, este fue un reto importante de cumplir ya que, como pedagoga, contribuye en el desarrollo de estrategias de mediación y en el proceso de construcción de materiales didácticos que propiciaron nuevas experiencias de aprendizaje. Lo anterior con el fin de estimular y fortalecer las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores que visitan este centro, por lo que se involucró hasta donde fue posible, tanto a las funcionarias (la Terapeuta Ocupacional y la administradora del lugar) y usuarios del centro, como a los familiares o cuidadores de las personas adultas mayores, para así trabajar de manera más significativa y colaborativa en la promoción de una mayor calidad de vida para ellas.

Diagnóstico y discusión de las necesidades pedagógicas de los participantes a los cuales va dirigida la producción didáctica

Como ya se ha mencionado en los apartados anteriores, la población adulta mayor participante por cuestiones biológicas y naturales que se dan durante la etapa del envejecimiento presentan un mayor desgaste en sus funciones ejecutivas, lo cual repercute en su autonomía e independencia, debido a las barreras que enfrentan para realizar actividades como escribir, seguir instrucciones, recordar acontecimientos o direcciones de lugares (por ejemplo indicar dónde viven), entre otras acciones que en su

tiempo de juventud las realizaban sin ninguna dificultad, pero que actualmente les resulta todo un reto efectuarlas.

No obstante, para la identificación de las necesidades pedagógicas consideradas en el desarrollo de la “Valija del recuerdo”; se buscó por medio del trabajo colaborativo con la Terapeuta Ocupacional del centro y mi persona diversos momentos de identificación de las necesidades por medio de diferentes actividades que los participantes realizaban cotidianamente durante las sesiones de Terapia Ocupacional realizadas durante el mes de junio del año 2017, entre ellas se encuentran ejercicios de motricidad (como escribir el nombre con diferentes materiales o realizar manualidades simples como decoraciones de botellas con pintura), actividades de concentración y coordinación (estiramientos y juegos de coordinación motora como tirar y apañar una pelota) y actividades de memoria (juegos de palabras o el ordenamiento de secuencias tanto numéricas como de actividades diarias, memorización de poemas, bombas o retahílas), entre otras estrategias. (*Ver apéndice A.*)

Por medio de estas dinámicas se determinó en conjunto con la Terapeuta Ocupacional, que las personas adultas mayores, presentan una mayor dificultad en realizar ejercicios en donde tenían que concentrarse o realizar acciones que implicaran una mayor utilización de la memoria; ya que en la mayoría de las actividades realizadas los participantes necesitaban que constantemente se les recordara de manera gráfica lo que tenían que hacer, además presentaban dificultades para recordar palabras o acciones que habían realizado el mismo día o el anterior a este.

De este modo a través de estas actividades, se confirma lo indicado por V. Alfaro (comunicación personal, 22 de junio, 2017) la cual mencionó que la mayor parte de los usuarios del centro presentan condiciones visuales, auditivas y motoras que los limitan en determinadas ocasiones a participar plenamente de las actividades que se realizan en la institución; esto porque en la mayoría de las actividades lo anterior jugó un papel determinante para que algunos de los usuarios desarrollaran positivamente lo que se les solicitaba.

Por otro lado, y en el caso contrario se observa que para una minoría de las personas participantes la realización de estas actividades no significó un reto mayor, ya

que las realizaron satisfactoriamente y en el menor tiempo posible. Por lo que ellos eran los que trataban de apoyar a sus compañeros, principalmente en aquellas actividades que necesitaba de mayor concentración; lo cual nos hizo percatarnos de lo importante que es para esta población el trabajo en equipo o trabajo colaborativo, en donde todos los participantes aprenden a partir de compartir con otras experiencias; ya que no solo se socializa y se fortalecen los lazos de amistad; sino que a través del mismo se cumplen los objetivos de diversas actividades de aprendizaje propuestas, sin que las personas adultas mayores se sientan frustradas o agobiadas por no saber qué hacer o cómo desarrollar la dinámica planteada.

Por otra parte, y al tomar como referencia las necesidades encontradas, como por ejemplo, las dificultades visuales y auditivas que presentan algunas personas adultas mayores, se consideró a partir de las mismas, tomar las previsiones del caso en el momento del diseño de la “Valija del recuerdo”; por ello una de estas medidas es el tamaño y el apoyo visual del audiolibro, con el fin de que los mismos no representen una barrera que les limite a los usuarios hacer uso de estos recursos didácticos.

Es por ello que este diagnóstico resultó de gran importancia, ya que a partir del mismo, se definieron las necesidades más relevantes que se encontraban presentes en las personas adultas mayores, para así propiciar una mayor atención a las mismas, por medio de una metodología andragógica que no solo buscó propiciar soluciones a las limitaciones encontradas, sino que también hizo partícipes del proceso a las personas adultas mayores por lo que el proyecto adquirió una mayor significatividad e importancia.

Antecedentes vinculados a la propuesta de producción didáctica en los ámbitos nacional e internacional

V. Alfaro (comunicación personal, 22 de junio, 2017) comenta las necesidades que presenta el Centro Diurno Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia, y expone que debido a un proceso biológico y natural adultos mayores que frecuentan la institución, en su mayoría muestran dificultades visuales, auditivas y motoras; lo cual repercute en la participación plena y activa de las dinámicas realizadas en el lugar. Esto hace referencia a una disminución importante de las funciones ejecutivas, las cuales son las más comprometidas al atravesar la etapa del envejecimiento, lo que causa que la persona adulta mayor sea más dependiente al realizar sus actividades diarias.

De esta manera Jara (2008) establece la necesidad de aplicar en la población adulta mayor de nuestro país otro tipo de intervención que no solo sean las farmacológicas, por ejemplo, la estimulación cognitiva, como forma preventiva ante el deterioro de estas funciones. Además, sugiere diferentes tipos de estimulación de estos procesos cognitivos las cuales comparten objetivos en común, como mantener las habilidades intelectuales de la persona el máximo tiempo posible con la finalidad de preservar su independencia y autonomía.

De igual manera esta autora menciona que, para alcanzar una adecuada estimulación cognitiva es necesario crear vínculos de intervención multidisciplinaria, para que la persona tenga una mejor atención de sus procesos cognitivos. En esta investigación, esta idea se ve reflejada en el trabajo multidisciplinario realizado para el diseño del material junto con la Terapeuta Ocupacional, la administradora, los usuarios, y la diseñadora gráfica, mediante un ambiente de aprendizaje colaborativo en donde, a través de una mediación andragógica se propició una atención más específica a los procesos cognitivos de cada adulto mayor del Centro Diurno.

Al establecer programas multidisciplinarios de estimulación cognitiva, estos deben ser orientados a las particularidades y necesidades de la persona a quien van dirigidas, lo que hace que este proceso sea más personalizado (Duarte, 2008). De lo anterior se rescata que, una de las ventajas obtenidas al establecer una intervención multidisciplinaria en la estimulación de estos procesos cognitivos, es que la atención de estos se vuelve más personalizada y precisa, sin embargo, este es un proceso que se debe dar diaria y constantemente para que el cerebro se vea expuesto a nuevas experiencias, que lo estimulen a realizar aquellas funciones cognitivas que se desgastan con el pasar de los años.

Por otra parte, Mogollón (2014) establece que para potenciar un mejoramiento cognitivo en las personas adultas mayores es necesario contemplar tres aspectos; el social, el físico y el educativo, de esta manera se hace referencia a la plasticidad cerebral como una fuente de aprendizaje que se estimula funcionalmente adaptándolo a la realidad de cada persona; brindándole mayor autonomía e independencia a la misma; esta idea es la que se propicia por medio de la implementación de los materiales didácticos con el fin

de estimular la plasticidad cerebral, para ello, es necesario que la persona se enfrente a situaciones diferentes, que la lleve a resolver los problemas de la cotidianidad a partir de nuevos aprendizajes adquiridos por una constante interacción social.

Por su parte, Puig (2012) expresa que el objetivo principal de la estimulación cognitiva es aumentar el rendimiento del cerebro a través de estrategias que estimulen y compensen procesos cognitivos como la atención y la memoria, lo que mejora la calidad de vida de la persona y sus familiares; esto porque se mantienen las facultades mentales implicadas en la toma de decisiones y en la resolución de problemas de la cotidianidad, para la convivencia e interacción social entre las personas adultas mayores y las personas que las rodean.

Sin embargo, en la dimensión política y legal también se manifiesta la necesidad de una atención más integral para las personas adultas mayores. De esta manera la Ley 7935 Ley Integral para para la persona adulta mayor (Asamblea Legislativa, 1999) explica que la atención integral debe comprender una serie determinada de actividades y acciones que les permitan a las personas adultas mayores disfrutar de beneficios familiares y de servicios de atención en salud y educación permanente, para asegurar en esta población una mayor autonomía y participación en el ejercicio de sus deberes y derechos como ciudadanos.

Por lo que a partir de lo mencionado en la Ley 7935 y en relación con el tema de este proyecto, se interpreta que, para tener una estimulación integral de los procesos cognitivos, se debe garantizar el ejercicio de los deberes y los derechos que esta población tiene, para que cada adulto mayor sea libre de tomar sus propias decisiones con respecto a lo que quieren compartir y aprender, así como contribuir a que el proceso de una educación permanente se lleve a cabo satisfactoriamente.

Es importante señalar que los Estados se deben comprometer en el cumplimiento del derecho a la educación que tiene la población adulta mayor con el fin de propiciar un aprendizaje permanente, lo cual tiene relevancia en este trabajo; ya que el mismo al tener un enfoque andragógico, busca un aprendizaje constante y colaborativo entre la población adulta mayor que visita el centro; lo que potencia las capacidades y el intercambio de

conocimientos entre los mismos. (Asamblea Legislativa, 1999; Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2012).

Por otro lado, al tomar en cuenta que en el Centro Diurno no lo visitan personas adultas mayores, que también, en su mayoría, se encuentran con una condición de discapacidad adquirida, a raíz del deterioro constante de sus funciones ejecutivas, se hace necesario una mediación constante y de calidad para la estimulación de estos procesos cognitivos.

La Ley 8661 de Aprobación de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad (Asamblea Legislativa, 2008), refiere que el Estado es el encargado de velar por el cumplimiento del derecho al acceso a la educación para las personas con discapacidad, y garantice un sistema educativo inclusivo y que propicie el aprendizaje para toda la vida; el Estado debe brindar una educación de calidad en dos sectores importantes de la ciudadanía, los cuales son la población adulta mayor y las personas en condición de discapacidad, por lo que se resalta aún más la importancia de desarrollar este proyecto.

Por último, pero no menos importante, es necesario indicar que a partir de la búsqueda bibliográfica realizada para elaborar este apartado, se determina que desde la disciplina de la Educación Especial no se han propuesto trabajos similares a este Trabajo Final de Graduación y la más reciente producción didáctica que se encuentra en el Centro de Investigación y Docencia en Educación de la Universidad Nacional de Costa Rica (CIDE) está dirigida para la población infantil. Por ello se buscaron algunas investigaciones que a nivel internacional se han trabajado en función del tema y a la población que desarrolla este proyecto.

Es así como Quintero (2013) desde una propuesta de educación gerontológica; establece la importancia de la educación a lo largo de la vida, ya que a partir de la misma se fortalecen las habilidades y destrezas del adulto, por lo que se promueve un envejecimiento activo y participativo en donde las mismas personas adultas mayores sean capaces de empoderarse de sus capacidades tanto cognitivas como sociales. De esta manera esta investigación realizada por Quintero marcó un rumbo importante en el desarrollo de la “Valija del recuerdo”, ya que a través de esta se generó en la población

participante, momentos de aprendizaje y recreación que buscara un mismo fin el cual era la promoción de una adecuada estimulación de las funciones ejecutivas.

Del mismo modo y en relación con el fortalecimiento de estas habilidades cognitivas Barrera y Calderón (2008) establecen que, en la actualidad, la rehabilitación de las funciones ejecutivas es muy utilizada, en especial cuando se quiere evitar un mayor desgaste cognitivo; sin embargo, para realizar este fortalecimiento de habilidades es necesario que el facilitador plantee actividades que cumplan un objetivo específico y que se relacione con la vida cotidiana de la persona, esto con el fin de que el proceso sea aún más significativo y contextualizado a la realidad. Lo mencionado por la investigación realizada por los autores, tiene una relación con el presente proyecto ya que, al plantear la creación de los materiales didácticos basados en acontecimientos de la vida de las personas participantes, se tomaron en cuenta diversos objetivos de trabajo que se deseaban cumplir y que por medio de la utilización de estos se estuvieran fortaleciendo las funciones ejecutivas más importantes y usadas en la cotidianidad como por ejemplo la memoria.

Objetivos

Objetivo general:

Fortalecer las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores que asisten al Centro Diurno Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia, mediante el diseño colaborativo de un conjunto de materiales didácticos que consideren sus habilidades y destrezas.

Objetivos Específicos:

Identificar las funciones ejecutivas que utilizan las personas adultas mayores a través de la aplicación de diferentes actividades lúdico-recreativas para la definición del punto de partida de la construcción del material didáctico.

Diseñar de manera colaborativa con las personas adultas mayores, los materiales didácticos que estimulen las funciones ejecutivas identificadas para fortalecerlas.

Evaluar de manera conjunta con las personas adultas mayores la aplicación del material didáctico diseñado, para la propuesta de mejoras en el fortalecimiento de las funciones ejecutivas.

Ajustar los materiales didácticos con base en las sugerencias propuestas en la aplicación de estos para su mejora.

Elaborar la guía didáctica que acompaña los materiales construidos sobre la base de la interacción y aportes recopilados de la experiencia para su aplicación.

Capítulo II

Reflexión teórico-práctica sobre la postura pedagógica que sustenta la producción didáctica

1. Funciones ejecutivas y el proceso de aprendizaje

1.1. ¿Qué son las funciones ejecutivas?

A partir del tema planteado en este trabajo, es importante definir las funciones ejecutivas y su papel en el proceso del aprendizaje de la persona; cabe mencionar que sobre este tema existe una gran cantidad de información, sin embargo, para efectos de este escrito se mencionan los datos más relevantes.

Las funciones ejecutivas son un conjunto de procesos cognitivos que suceden de manera inevitable e inmediata en nuestra mente, los cuales nos ayudan de una manera organizada a recibir y procesar toda aquella información que recibimos de nuestro entorno, para posteriormente obtener una respuesta ante los estímulos recibidos. Lo anterior es afirmado por Shallice y Baddeley (citados por Colombo y Limpia, 2005) en donde indica que “Las funciones ejecutivas constituyen un módulo cognitivo de control de procesos inhibitorios, de memoria de trabajo y de sus estrategias organizadas, necesarias para preparar y ejecutar una respuesta” (p.41).

Por otro lado, Tirapu y Muñoz (2005) mencionan que estas funciones ejecutivas son “procesos que asocian ideas simples y las combinan hacia la resolución de problemas de alta complejidad” (p.475). Las asociaciones simples y combinadas hacen referencia a los estímulos o acciones que las personas percibimos constantemente en nuestro entorno y que a través de una sucesión de procesos cognitivos, logramos casi de manera espontánea, unir toda la información recibida del medio y dar respuesta a tareas más complejas, como por ejemplo la toma de decisiones; la cual es una acción que diariamente y de forma constante la ejecutamos, ya que se refleja en algo tan simple como decidir qué ropa nos queremos poner, recordar cuáles acciones vamos a realizar en el día o decidir qué ruta elegir para dirigirnos a un determinado destino, entre otras acciones .

Sin embargo, el concepto de funciones ejecutivas va más allá de la realización de simples tareas de la cotidianidad; sino que también las mismas intervienen en procesos más académicos y que influyen en el aprendizaje de las personas. Al respecto Vergara (citado por Batista, 2012) refiere que dichas funciones ejecutivas, son indispensables en el proceso de construcción del aprendizaje, y plantea que “un individuo aprende en tanto sus dispositivos básicos funcionen adecuadamente; por dispositivos se reconocen los procesos cognitivos relacionados primordialmente con las funciones ejecutivas” (p.5), debido a esto es indispensable que todos los componentes que forman las funciones ejecutivas de la persona funcionen de manera coordinada y organizada; ya que, si una de ellas falla, el proceso se ve interrumpido; la explicación a este tema se muestra en el siguiente apartado.

1.1.1. Componentes de las funciones ejecutivas.

Al igual que se da en el funcionamiento de un reloj, en donde todos sus engranajes o componentes trabajan de forma organizada y precisa para dar la hora, de la misma manera se da en la construcción del conocimiento por medio de las funciones ejecutivas; ya que estas según Alexander y Stuss (citado por Colombo y Lipina, 2005) están conformadas por cuatro grandes componentes que a su vez se subdividen en pequeñas funciones; las cuales al trabajar de manera conjunta, dan origen al proceso de aprendizaje de la persona; de manera que esta sea capaz de desenvolverse individual y colectivamente en sus actividades diarias; dichos autores lo explican de la siguiente manera:

Control atencional: Conformada por la atención selectiva, autorregulación, auto monitoreo e inhibición.

Procesamiento de información: Constituida por eficiencia, fluencia y velocidad del procesamiento.

Flexibilidad cognitiva: Compuesta por la atención dividida, la memoria de trabajo, transferencia conceptual y el uso de la retroalimentación.

Logro de objetivos: Los cuales están compuestos por la iniciativa, el razonamiento conceptual, la planificación y la organización estratégica (p.42).

El control atencional es básicamente la capacidad que tenemos las personas para seleccionar aquellos estímulos de nuestro entorno que nos son más significativos y que por ende percibimos más rápidamente. Por ejemplo, si nos encontramos en un lugar en donde haya mucho ruido, pero entre todo ese bullicio se destaca el sonido de un instrumento musical, por lo que durante toda nuestra estadía y mientras dure el sonido del instrumento, la persona llega a “bloquear momentáneamente” los otros estímulos y solo concentrarse en el sonido del instrumento; a esto es lo que se le conoce como la atención sostenida.

La función del procesamiento de la información trata de la rapidez o la velocidad de respuesta obtenida después de haber recibido la información del entorno. De esta manera la velocidad de reacción se percibe en el tiempo que transcurre antes de que la persona distinga el sonido del instrumento musical.

La flexibilidad cognitiva es interpretada de dos maneras, la primera como la habilidad para identificar varios estímulos a la vez y así construir un aprendizaje en conjunto y la segunda, como capacidad cognitiva que tenemos las personas para aprender de nuestros errores y así volver a reorganizar la información para encontrar la solución a una situación. Esta flexibilidad se evidencia, cuando al principio solo se detecta mucho ruido pero conforme pasa el tiempo, esta información es realimentada por otros estímulos, por lo que ya no solo se percibe el bullicio como tal (idea que la persona tenía cuando entró al lugar), sino que se detecta y localiza el origen de los diferentes sonidos recibidos, como por ejemplo el del instrumento musical, personas que conversan entre sí y el sonido que hace los zapatos de las personas cada vez que se camina.

El logro de objetivos es la capacidad de organizar la información recibida del entorno de manera estratégica, para así tener un mayor razonamiento conceptual de lo que sucede e idear un plan de acción ante la situación percibida. Por lo que el logro de objetivos se da en el momento en que la persona percibe los diferentes sonidos proporcionados por su entorno y los ordena estratégicamente para identificar de manera conceptual según su origen; de esta manera se clasifica que la música percibida se genera por un determinado instrumento musical, o las voces que se escuchan provienen de un

grupo de personas que conversan; una vez hecho esto, la persona actúa de acuerdo con la información, por lo que toma la decisión de irse del lugar porque hay mucho ruido, escuchar la conversación del grupo de personas o deleitarse con la música proporcionada por el instrumento musical.

1.1.2. ¿Cómo funciona la memoria en nuestra vida?

Al tomar en cuenta que dentro de los componentes de las funciones ejecutivas se encuentra la flexibilidad cognitiva y que esta a su vez está compuesta por la memoria de trabajo; resulta indispensable explicar ¿Qué es la memoria? Y de qué manera influye en nuestro diario vivir.

Es así como, Segovia (2003) indica que la memoria “es un proceso mnésico por el cual se incorporan hechos, acontecimientos, conocimientos, etc. a nuestra mente para ir formando nuestra personalidad” (p. 2). Explicado en palabras más simples, la memoria es un proceso de codificación y clasificación que tiene nuestro cerebro para almacenar la información que recibimos y que posteriormente es recuperada por medio del recuerdo; es así como al ser un sistema que almacena todas las experiencias que hemos vivido, es evidentemente un componente necesario para el desarrollo de nuestra personalidad.

Además Segovia (2003) también indica que la memoria al ser un sistema que está en constante cambio; ya que depende de los acontecimientos que vivimos día con día, funciona de dos maneras ya que una de esas formas tiene relación con los sentimientos y emociones que experimentamos con diversas experiencias vividas tanto de manera consciente como inconscientemente; mientras que la otra forma de funcionamiento, se relaciona con la recuperación de los recuerdos de esas experiencias vividas que en un momento determinado son importantes de recuperar para aplicarlos en nuestro actuar diario, es por esta razón que la memoria forma parte de nuestra personalidad, ya que según él a través de las experiencias vividas aprendemos y nos constituimos como personas.

En relación con la importancia de la recuperación de los recuerdos mencionada por Segovia (2003), existen otros autores como Barlett (citado por Ruiz, 2004) agrega la importancia de la memoria y plantea que “hoy más que nunca recordar se concibe como un proceso complejo de elaboración de contenidos mentales a los que se les contribuyen

un origen en el pasado” (p.277); es así como la elaboración de contenidos mentales a los que hace referencia Barlett son las experiencias de vida pasadas que refiere Segovia (2003); lo mismo sucede con el proceso complejo al que se refiere la cita, ya que como se explicó anteriormente en los componentes de las funciones ejecutivas, estos funcionan de manera mecánica y para que la información sea almacenada en nuestra memoria es indispensable que pase por diferentes procesos que codifican y organizan la información obtenida a través de las experiencias de vida.

Sin embargo, es importante indicar que no toda la información que recibimos de nuestro entorno es almacenada en nuestra memoria, ya que para eso existen dos componentes claves de las funciones ejecutivas (el control atencional y el procesamiento de la información), mencionados por Alexander y Stuss (citados por Colombo y Lipina, 2005) y explicados en el apartado anterior.

No obstante, la información que fue filtrada por ambos componentes; permanece en nuestra memoria, de acuerdo con la frecuencia de uso, es decir que no importa qué tan viejos sean los recuerdos, sino que lo que es importante es la cantidad de veces con la que usamos los recuerdos almacenados; ya que si no se utilizan constantemente, a pesar de que se encuentran en la memoria, es más probable que el nivel de dificultad para recuperar la información de los mismos sea mayor, con el olvido del recuerdo de las experiencias vividas. Lo anterior es afirmado por Anderson y Schooler (citados por Geary, 2005), los cuales indican que “Los recuerdos varían en términos de probabilidad que tienden a ser necesarios y el sistema de la memoria trata de hacer que estén disponibles los recuerdos que tienen más probabilidades de ser útiles” (p.185).

Con respecto a esto y al igual que Anderson y Schooler (citados por Geary, 2005), Siegler (citado por Geary, 2005) indican que:

Los recuerdos de los sucesos que ocurren con frecuencia se retienen en la memoria de largo plazo y por lo común se pierden los recuerdos de los sucesos que ocurren de modo infrecuente; al parecer las excepciones se dan

en el caso de los sucesos infrecuentes que son peculiares o que generan sentimientos negativos intensos (p.185).

Lo que menciona Siegler, no es muy diferente a lo que ya se ha dicho; sin embargo, un dato que llama mucho la atención es que, aquellos recuerdos que por lo general fueron acontecimientos ocurridos en los momentos menos esperados, pero que marcaron a la persona sentimentalmente; son los recuerdos que a pesar de que fueron momentáneos, son los que son más fáciles de recordar, lo que hace suponer que la memoria está estrechamente conectada con los sentimientos y emociones que la persona experimente durante toda su vida.

Por otro lado, es importante indicar la relación que se establece al conocer cómo funciona la memoria en nuestro diario vivir y las características adquiridas en la persona adulta mayor, pues en esta etapa es común que ciertas funciones cognitivas como la memoria y la velocidad del procesamiento empiecen a disminuir. No obstante, al igual que el proceso de envejecimiento no sucede de la misma manera en todas las personas, esto no quiere decir que la capacidad para recordar acontecimientos del pasado personal o la habilidad para hablar y recordar conceptos se olviden a través de la edad, ya que, según la Organización Mundial de la Salud conocida por sus siglas OMS (2015), las mismas dependen de la situación socioeconómica, el estilo de vida, enfermedades crónicas, uso de medicamentos entre otras condiciones que tenga cada persona.

Lo anterior es un dato muy importante para este proyecto, esto porque se confirma la posibilidad de implementar medidas para compensar el desgaste cognitivo que normalmente se da a partir de la edad por medio del entrenamiento mental, la OMS (2015) plantea que “el deterioro cognitivo normal debido a la edad puede compensarse parcialmente con las habilidades prácticas y las experiencias adquiridas a lo largo de la vida, y mitigarse con entrenamiento mental y actividad física” (p.72).

1.2. Metacognición y plasticidad cerebral.

Las funciones ejecutivas son de suma importancia en el desarrollo del aprendizaje de la persona, pero también tiene una estrecha relación con la forma en cómo y qué aprendemos, en donde según Ardila y Rocesilli (citados por Batista, 2012) plantea que dichas funciones:

permiten la organización y planeación, la flexibilidad cognoscitiva, la capacidad de filtrar interferencias, el control de las conductas dirigidas a una meta, la habilidad de anticipar las consecuencias de las conductas, el manejo simultáneo de diversos subsistemas necesarios para realizar una tarea; también incluye la moralidad, la conducta ética y la autoconciencia (p. 6)

Al relacionar la metacognición con las funciones ejecutivas, se plantea que la persona sea consciente de su propio aprendizaje; ya que involucra temáticas como la ética y la autoconciencia. Por lo que, de acuerdo con Brown, Branford, Ferrera y Campione (citados por Woolflok, 1999) explican que la “‘metacognición’ significa literalmente cognición sobre la cognición, o conocimiento sobre el conocimiento. Este conocimiento es utilizado para supervisar y regular los procesos cognoscitivos: el razonamiento, la solución de problemas, el aprendizaje, etc.” (p. 267). Es decir, la metacognición hace que el aprendizaje se dé a conciencia y de una forma ética, en donde la persona tiene pleno conocimiento de lo que aprende, para hacer uso de las funciones ejecutivas, en especial la flexibilidad; se responsabiliza a la persona en la construcción de su propio conocimiento por medio de la búsqueda de posibles soluciones.

Se establece una relación de la metacognición con la teoría expuesta por Bruner, ya que según Méndez (2010) “aprender para Bruner, es desarrollar la capacidad para resolver problemas y pensar sobre la situación que se enfrenta” (p.78). Esto sugiere que la persona para aprender debe ser capaz de buscar una solución al problema que se le presente; sin embargo, en esta búsqueda de soluciones se debe tomar en cuenta nuevos conocimientos que contribuyan al aprendizaje y así plantear posibles soluciones.

Sin embargo, a partir de la capacidad de resolver problemas mencionada por Bruner, se plantea el concepto de la plasticidad cerebral, la cual según Maciques (s.f.) es “La capacidad de las áreas cerebrales o de grupos neuronales de responder funcional y

neuroológicamente en el sentido de suplir las deficiencias funcionales correspondientes a la lesión” (p.1).

La plasticidad cerebral es por lo tanto, la habilidad para adaptarse a nuevas situaciones a raíz de alguna lesión o daño cerebral importante; lo cual tiene mucha relevancia con el tema de la estimulación de las funciones ejecutivas y el desgaste cognitivo que existe en una persona conforme pasan los años; ya que al existir una disminución en las funciones normales del cerebro, se evidencia de manera progresiva pero significativa un deterioro en partes importantes de la corteza cerebral, por lo que algunas neuronas tienen que asumir el trabajo de otras con el fin de cubrir el déficit cognitivo existente, a esto es lo que se le conoce como plasticidad cerebral.

1.2.1. Psicología cognitiva y la neurociencia como componentes conceptuales que explican el aprendizaje en el ser humano.

Además de la metacognición también se propone la psicología cognitiva como un componente importante en la construcción del conocimiento ya que la misma lleva a la persona a tener una mayor conciencia de su aprendizaje, así lo explica Vásquez (2010) en donde menciona que:

La psicología cognitiva es una rama de la psicología que se encarga de profundizar en los procesos a través de los cuales la persona que aprende o que está en contacto con un nuevo conocimiento lo obtiene del mundo y de la realidad en la que se desenvuelve, esto lo lleva a tomar conciencia de su propio aprendizaje, del entorno y de los resultados obtenidos (p.1).

Lo anterior hace una relación intrínseca con la psicología, ya que esta es considerada una ciencia que estudia los procesos mentales de las personas, de igual modo la psicología cognitiva trata de esclarecer cómo es que los seres humanos captamos la información de nuestro medio, para luego procesarla y así almacenarla en nuestra mente y ser capaces de reproducir esa información tantas veces como queramos; lo que hace que

la persona misma sea consciente de su propio aprendizaje lo que hace que este proceso sea más significativo para la misma.

De acuerdo con lo anterior, se plantea que la persona recibe diversos estímulos de su entorno; es por esta razón que el aprendizaje no puede ser caracterizado como un proceso estático o inactivo; sino que al contrario este sucede de manera simultánea a lo largo de nuestra vida cotidiana. Según Abate (2013) caracteriza a esta constante construcción del conocimiento como un:

proceso activo y constructivo: es activo porque el alumno, con la información que recoge del medio, construye una representación interna que se organiza en los esquemas mentales. Esta actividad mental le permite estructurar los conocimientos, utilizando estrategias para lograr que esa información sea adquirida, organizada y almacenada en la memoria (p.7).

Al igual que una secretaria almacena la información valiosa en un archivero para mantenerla organizada y sea fácil de consultar en cualquier momento; el procesamiento de la información no se da adecuadamente si antes la persona no establece un orden o una organización representativa de la información de acuerdo con un orden de importancia. De esta manera la información almacenada le será más fácil de recuperar cuando se necesite; a esta organización precisa es la que el autor hace referencia ya que al estar ordenada mentalmente y de manera creativa el proceso de recuperación de los datos se realizará de una manera más espontánea y rápida, con ello se evita el sentimiento de frustración al no recordar la información aprendida previamente.

Por otro lado, y desde una perspectiva más educativa, Abate (2013) señala que “se considera que el aprendizaje será más eficaz si el maestro gradúa o distribuye mejor la nueva información, de forma que no sature o exceda los recursos cognitivos disponibles de los alumnos” (p.13). Es por ello que este conocimiento del aprendizaje no sucede si el facilitador no brinda las oportunidades necesarias para que la persona capte lo que realmente quiere aprender.

No obstante, estas fuentes de información no deben darse de una forma desproporcionada a las habilidades que tienen la persona para retener nuevos conocimientos; ya que, si se da una saturación de aprendizajes, se corre el riesgo de causar confusión y el procesamiento de la información no se va a dar adecuadamente.

De esta manera, es de vital importancia que los facilitadores tomen en cuenta como base fundamental en el proceso de enseñanza- aprendizaje, la utilización y construcción de mapas mentales; ya que de acuerdo con la teoría de Bruner citada por Méndez (2010) señala que “es de gran importancia analizar, por tanto, los modos de representación mental que emplea el alumno, sin los cuales no sería posible su memorización o recurso ulterior” (p.73). Se evidencia la importancia de las representaciones mentales, como fuente principal para que el proceso de memorización y recuperación de la información se dé de una forma fácil y espontánea.

Por otro lado, estas representaciones mentales están muy ligadas con la idea del aprendizaje significativo que establece Ausubel en su teoría, en donde explica que para que el aprendizaje se pueda dar, este debe tener relación con conocimientos previos de la persona; según Méndez (2010) señala que desde este enfoque teórico Ausubel establece una “asimilación de lo nuevo a una estructura mental que está constituida por entidades psicológicas que él denomina conceptos inclusores. El aprendizaje significativo va enriqueciendo los inclusores y creando redes mentales de conceptos” (p.149).

Para que haya un adecuado procesamiento de la información el nuevo aprendizaje tiene que relacionarse con los conocimientos previos que ha adquirido la persona; de esta manera se logra la construcción de las redes mentales, las cuales son aquellas conexiones que permiten al organismo establecer una relación neurológica entre lo que sabía y la nueva información.

Sobrino (2007) plantea que el “educando es el constructor de su propio aprendizaje” (p.4); ya que de esta manera es la misma persona la encargada de recibir y elegir aquellos estímulos que le son significativos para él y así dar inicio al proceso de almacenamiento de la información.

1.2.2 Las neurociencias y su relación con las funciones ejecutivas

En la actualidad ha habido un alto interés por parte de los científicos y psicólogos en explicar qué es lo que sucede neurológicamente cuando se da un aprendizaje, de esta manera nace un nuevo concepto el cual es el de las neurociencia o los estudios neurobiológicos, explicado por Jessel, Kandel y Schwartz (citado por Barrera y Donolo, 2009) como la ciencia que intenta “explicar cómo es que actúan millones de células nerviosas individuales en el encéfalo para producir la conducta y cómo, a su vez, estas células están influidas por el medioambiente, incluyendo la conducta de otros individuos” (p. 4).

El concepto anterior sobre las neurociencias señala que una determinada conducta surge en respuesta a una serie de estímulos que la persona recibe a nivel externo; así por ejemplo se plantea que para que haya un aprendizaje, es indispensable que el contexto en donde la persona se desenvuelve sea adecuado para propiciar un aprendizaje significativo, por lo cual influyen elementos como las emociones tanto del aprendiente como de las demás personas que los rodean.

Goleman (citado por Barrera y Donolo, 2009) menciona que por lo general las reacciones emocionales que tiene el ser humano respecto a un determinado acontecimiento, requieren de la participación de la cognición y de la velocidad del procesamiento de la información, las cuales son conductas que solo se dan a partir de la sinapsis, la cual es definida por Manes (s.f.) como “La sinapsis son uniones especializadas mediante las cuales las células del sistema nervioso envían señales de unas a otras y a células no neuronales. En la infancia el cerebro forma sinapsis en mayor cantidad que en la edad adulta” (p.6).

Por lo que la Sinapsis es entendida desde la cita anterior como las conexiones eléctricas que existen entre las neuronas, con el fin de comunicarse entre ellas y así transmitir y procesar la información recibida por el entorno. A partir del tema de las funciones ejecutivas y cómo estas se ven perjudicadas por un deterioro cognitivo debido al envejecimiento, es muy importante tomar en cuenta este proceso de conexiones sinápticas; ya que biológicamente la velocidad de la Sinapsis se disminuye a medida que

la persona avanza en edad, por tanto, esto es la principal justificante del por qué, al envejecer se presenta una mayor lentitud para comprender o retener la información ofrecida por los estímulos de nuestro entorno.

Por otro lado, las neurociencias y las funciones ejecutivas tienen muchísimos más elementos en común de los que uno se imagina; ya que para que haya un aprendizaje es necesario la relación de emociones generadas con ese aprendizaje, por ello las funciones ejecutivas según Oerter (citado por Blanco y Vera, 2013) son las encargadas de mediar la conducta que se obtiene en relación con la emoción generada por un determinado aprendizaje y así alcanzar la meta deseada.

Lo anterior es explicado por Blanco y Vera (2013) de la siguiente manera:

las funciones ejecutivas guardan una relación intrínseca con algunas de estas funciones, que, como la atención, la memoria, las actividades sensorio-perceptivas, el lenguaje o los procesos afectivos y emocionales comparten diversos circuitos neuroanatómicos cercanos a los que sustentan a las funciones ejecutivas (p.7).

Es así como las neurociencias y las funciones ejecutivas, tienen una gran influencia en el desarrollo de la “Valija del recuerdo”, ya que al conocer que el cerebro se comunica neuronalmente por medio de la Sinapsis y que la misma se da más eficazmente si el proceso es influenciado por estímulos significativos emocional y físicamente para la persona y así se mantengan por un mayor tiempo no solo la atención sino que también la memoria de la misma, se procuró que, tanto en los productos diseñados como en la metodología de mediación de los mismos se potencien las habilidades de cada adulto mayor a través el fortalecimiento emocionalmente significativo de estas conexiones eléctricas.

1.2.2.1 La neuro educación y las funciones ejecutivas

Las funciones ejecutivas y la neurociencia también se relacionan con la neuroeducación, la cual según Campos (2010) tiene como objetivo relacionar la manera en que las personas aprenden con la educación, y la manera en la que el aprendizaje se manifiesta a través del comportamiento del cerebro. Campos (2010) lo comenta de la siguiente manera “Neuroeducación: nueva línea de pensamiento y acción que tiene como principal objetivo acercar a los agentes educativos a los conocimientos relacionados con el cerebro y el aprendizaje” (p.10).

De esta manera se entiende, que la neurociencia al basarse en los conocimientos relacionados con el cerebro y el aprendizaje, de una manera indirecta está contemplando a las funciones ejecutivas como parte de su estudio, ya que como se ha mencionado anteriormente el aprendizaje se da a través de la interacción de la atención, la concentración y por supuesto la memoria, pero para que funcionen, estos deben estar estimulados por las emociones significativas y las conexiones sinápticas realizadas a partir de lo que se quiere aprender; sin embargo, esto no se logra sin una adecuada mediación educativa, es por esta razón que a este conjunto de elementos se le da el nombre de neurociencia.

Por otro lado, Campos (2010) indica un dato interesante sobre el cerebro donde menciona que “tiene la capacidad de aprender y a la vez enseñarse a sí mismo aprende a través de patrones: los detecta, los aprende y encuentra un sentido para utilizarlos siempre cuando vea la necesidad” (p.6).

Lo anterior no solo hace mención con las funciones ejecutivas en donde, el cerebro aprende a través de patrones siempre y cuando estos le sean significativos a la persona, sino que también se relaciona con la andragogía, ya que el cerebro tiene la habilidad no solo de aprender sino que también de autoenseñarse y al tomar en cuenta que en la andragogía es la misma persona quien escoge qué es lo que quiere aprender y cómo quiere aprenderla, se genera una perspectiva libre del aprendizaje sin olvidar qué tan importante y necesario es este aprendizaje en la cotidianidad de cada persona adulta mayor.

En relación con lo mencionado por los diferentes autores sobre el tema en cuestión y este trabajo, se contempló la neurociencia y la neuroeducación como elementos importantes que no solo ayudarán a comprender mejor cómo funcionan las funciones ejecutivas, sino que también se buscará una manera de fortalecer dichas habilidades cognitivas desde una manera andragógica, en donde la persona adulta mayor sea protagonista de su propio aprendizaje.

1.3. Desgaste cognitivo en la Persona Adulta Mayor

1.3.1 ¿Qué es desgaste cognitivo?

Así como tenemos plena conciencia de lo que aprendemos y realizamos en nuestro diario vivir. De la misma manera esta habilidad cognitiva se desgasta al pasar de los años perjudicando a la persona en su autonomía y desenvolvimiento al realizar diversas tareas cotidianas.

Según Favela, García, Lozano, Manilla, Rivera y Sánchez (2012) el deterioro cognitivo es una “alteración de alguna de las varias funciones cognitivas en un grado superior del esperado por la edad, el estado de salud integral y el nivel cultural de la persona” (p.73).

Lo anterior hace referencia a la disminución de la funcionalidad cognitiva de la persona lo cual es esperado debido a un proceso biológico causado por la edad, sin embargo, esto trae consigo afectaciones no solo en la salud integral sino que también en el desempeño de la misma en sus actividades cotidianas, esto debido a que al existir una disminución significativa en el funcionamiento del desempeño cognitivo, el proceso de recepción de la información no se da de manera adecuada, por lo que los estímulos transmitidos por el entorno son recibidos erróneamente.

Como una consecuencia de este desgaste cognitivo, Pérez (2005) señala que las principales funciones ejecutivas que se ven mayormente afectados por un deterioro cognitivo son los siguientes “memoria, orientación, pensamiento abstracto, lenguaje, capacidad de juicio y razonamiento, capacidad para el cálculo y la habilidad constructiva, capacidad de aprendizaje y habilidad visoespacial” (p. 2).

Los procesos cognitivos mencionados, son indispensables la toma de decisiones, acción que cotidianamente y de forma innata la realizamos. De esta manera es importante

mencionar que al haber un desgaste cognitivo excesivo en las funciones ejecutivas; este desgaste es denominado como demencia la cual es definida por APA (citada por Favela et al., 2012) como “un síndrome clínico que se caracteriza por una pérdida adquirida de habilidades cognoscitivas y emocionales de suficiente severidad para intervenir con el funcionamiento social, ocupacional o ambos” (p.10).

Debido a las consecuencias colaterales que tiene consigo el desgaste cognitivo, es que esta situación se debe de prevenir o trabajar, para que la persona no se vea perjudicada a nivel emocional y social; ya que la misma deja de ser independiente y pasa a ser una persona que depende de las personas que tiene a su alrededor, lo que genera en la mayoría de los casos sentimientos de frustración y depresión.

1.3.2. Principales causas del desgaste cognitivo.

De acuerdo con Freund (citado por Favela et al., 2012) indica que las principales causas de un deterioro significativo de las funciones ejecutivas son “edad avanzada, antecedentes familiares de demencia, Diabetes Mellitus, Depresión y otros trastornos Psiquiátricos, Infecciones del SNC (Sistema Nervioso Central), abusos de alcohol y otras sustancias, algunos tipos de cáncer, enfermedad de Parkinson, entre otros” (p.14).

Dichas condiciones en la actualidad son muy comunes de observar; esto porque los problemas que aquejan a nuestra sociedad actual, llevan en muchas de las situaciones que las personas caigan en estados de depresión, a un consumo excesivo y desenfrenado de alcohol; estas actitudes tienen una afectación social y personal especialmente con el compromiso del área cognitiva de las personas; sumado a esto se encuentra lo indicado por el Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica siendo sus siglas MIDEPLAN (2015), ya que hace mención al aumento en la tasa de longevidad de nuestro país en donde la población de Costa Rica es cada vez más longeva, lo cual hace evidente que, la persona entre más años tenga, más será su desgaste a nivel cognitivo, razón justificante para que sea uno de los factores desencadenantes de la demencia; lo anterior es afirmado por Díaz, Marulanda y Martínez (citado por Camargo y Laguado, 2016) cuando mencionan que como una característica en la vejez se encuentra el deterioro

cognitivo, el cual se da por una disminución en las destrezas cognitivas debido al envejecimiento, o por factores depresivos.

No obstante; estas condiciones también se presentan en personas adultas mayores que no tienen ninguna situación de índole neurológica que predetermine una disminución de sus funciones ejecutivas, ya que según Amor y Correa (s.f.) “el anciano sano presenta un decremento pequeño en el área cognitiva, deteriorándose primero las habilidades visoespaciales, de cálculo y de aprendizaje, mientras que se conservan mejor las habilidades verbales y conocimientos generales” (p.1).

El deterioro cognitivo, responde tanto a una serie de condiciones previas que provocan el desarrollo prematuro de esta situación, como también se debe a un proceso netamente biológico, en donde se comprometen habilidades cognitivas relacionadas con el procesamiento de la información, para realizar actividades como el aprendizaje; lo cual genera un impacto negativo en la persona; ya que su proceso de construcción del conocimiento se ve interrumpido.

1.3.3. Principales desgastes cognitivos.

Existen tres áreas que se ven mayormente perjudicadas como producto de un deterioro cognitivo en la etapa de envejecimiento las cuales son la memoria, el lenguaje y el razonamiento; dichas condiciones son explicadas más ampliamente por Amor y Correa (s.f.) en donde presentan la siguiente información:

Memoria: se afecta la memoria de trabajo, episódica y de recuerdo libre, mientras que la memoria icónica (a corto plazo), el reconocimiento, recuerdo facilitado, memoria semántica, implícita y prospectiva se mantiene preservada.

Lenguaje: se deteriora la denominación y disminuye la fluencia verbal, pero se conserva la sintaxis y el léxico.

El razonamiento, la capacidad de resolver problemas y la velocidad de procesado de la información declinan con la edad. Se preserva la atención. (p. 2).

De esta manera, al presentarse disminuciones cognitivas importantes la persona se vuelve más dependiente de las personas que se encuentran a su alrededor. Esto debido a que al haber una mayor dificultad al recordar o de mantener la información en la memoria de trabajo, existe una mayor posibilidad de que no se dé un proceso de razonamiento adecuado, para dar soluciones inmediatas a problemas que se presenten cotidianamente, lo cual hace que la persona no pueda comunicar a través del lenguaje la solución que obtuvo como resultado del proceso de recepción de la información que obtuvo de su entorno.

Si bien es cierto el deterioro cognitivo no se evita ya que es un proceso biológico propio de la etapa del envejecimiento, este sí se previene, ya que según Olivera y Pelegrín (2015) actualmente existen ciertos factores que ayudan a prevenir y disminuir en gran medida el desgaste cognitivo debido a la edad, dentro de estos factores se encuentran la estimulación cognitiva, como la resolución de ejercicios mentales como la sopa de letras y otros juegos de concentración; así como también se encuentran, la práctica de aficiones o pasatiempos, e inclusive seguir una alimentación adecuada; son elementos que contribuyen al mantenimiento constante de las funciones ejecutivas, para evitar así el deterioro de las mismas.

Es debido a lo anterior, que desde este proyecto se estimulan las funciones ejecutivas, por medio del rompecabezas, juegos de memoria y otros elementos que requieran de la atención del jugador, para así resolverlos, a la vez que se fortalecen las habilidades cognitivas de las personas adultas mayores.

2. Personas Adultas Mayores

2.1. ¿Qué se entiende por Persona Adulta Mayor?

Debido a que el tema de este trabajo está enfocado a la persona adulta mayor, es necesario aclarar ciertos conceptos o temas que giran en torno a este sector de la población. Por lo que primero se debe definir, a partir de qué edad se considera a una persona como adulta mayor; según la Ley 7935 (Asamblea Legislativa, 1999) en el capítulo 2 indica que “se considera Adulta Mayor a toda persona de sesenta y cinco años o más” (p.2).

Con relación al término “Adulto Mayor” usado comúnmente para referirse a las personas mayores de 65 años o más, según Torres (2003) indica que;

En la “Asamblea Mundial sobre Envejecimiento” convocada por las Naciones Unidas en Viena en 1982, se acordó considerar como ancianos a la población de 60 años y más. Posteriormente a los individuos de este grupo poblacional se les dio el nombre de ‘adultos mayores’. Existen términos como viejo, anciano, senecto, provento, vetusto, carcamal, gerántropo, entre otro (p. 4).

Es a partir de este momento en donde se deja en claro que el hecho de tener 60 años o más no hace que se deje de ser persona; sino que al contrario cuando se llega a esta etapa, se debe considerar como una persona que merece, mayor respeto, pero con iguales derechos y deberes como cualquier otro ciudadano, por lo que los términos despectivos para referirse a esta población se deben dejar de lado y se da paso a una palabra que expresa mayor respeto la cual es “adultos mayores”.

Por otro lado, y al considerar lo anterior, según el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor, conocido por sus siglas como CONAPAM (2013) indica que “La edad cronológica, fisiológica y psicológica raramente coinciden. Una persona puede tener cronológicamente 65 años, y estar más sana y optimista que una de 30 años” (p.5). De esta manera, queda claro que no se puede catalogar a una persona como adulta mayor a partir de su funcionalidad por su edad o a un desgaste significativo a nivel físico; ya que influyen diferentes factores biológicos, sociales, psicológicos, o salud de la persona.

De acuerdo con el CONAPAM (2013) “Ser ‘viejo’ no es una condición de la edad, sino de la actitud propia y de la calidad de vida, la persona optimista mirará su vejez con esperanza y encontrará en ella buenas razones y nuevas ilusiones” (p.13). Se asegura que la vejez no marca el fin de un tiempo que ya se vivió, sino que es a partir de esta etapa en donde se empiezan a vivir nuevas y positivas experiencias que inspiran a las personas a seguir adelante a pesar de las condiciones físicas o mentales que afronten.

2.1.2. Personas Adultas Mayores con Discapacidad.

Desde una perspectiva más global de la discapacidad y de acuerdo con la OMS (citada por Ocampo, 2004) indica que “La discapacidad no es un atributo de la persona, sino un complicado conjunto de condiciones, muchas de las cuales son creadas por el contexto/entorno social” (p.5).

Lo anterior hace referencia a que en la actualidad resulta erróneo indicar que la condición de discapacidad se encuentra en la persona, sino que la misma constituye la barrera que el entorno inmediato impone; ya que no le proporciona las condiciones necesarias para que la persona se pueda desenvolver cotidianamente de una manera independiente.

De esta manera, resulta inevitable pensar que, como resultado del envejecimiento, se presentan algunos desgastes físicos y cognitivos, los cuales hacen que la persona adquiera de manera lenta pero progresivamente una condición de discapacidad; ya que cada vez es más dependiente de los demás para realizar diversas actividades que anteriormente eran solventadas por ellas mismas. En respuesta a esta idea Nagui (citado por Ocampo, 2004) menciona que “La discapacidad está relacionada con una pérdida en la funcionalidad normal de la persona. Esta se define como una limitación en las tareas y roles definidos socialmente, en un ambiente sociocultural y físico” (p.10).

A partir de lo mencionado por el autor, se habla que la persona al envejecer enfrenta ciertos cambios físicos y cognitivos, los cuales hacen que se experimente de manera progresiva condiciones de discapacidad adquirida; ya que desde el contexto donde se desenvuelve diariamente la persona, se le ven imposibilitadas ciertas acciones que en momentos anteriores le resultaban fáciles y espontáneas de realizar; lo cual hace que el individuo dependa de otras personas para realizarlas, lo que constituye una barrera importante en la independencia del ser humano.

De acuerdo con Ocampo (2004) estas condiciones de discapacidad adquirida se deben a trastornos cognitivos, los cuales por lo general se relacionan con enfermedades neurodegenerativas como la demencia o el Alzheimer, o bien también se presentan por factores crónicos como la diabetes o la hipertensión que traen consigo una serie de consecuencias médicas que perjudican a la persona si estas se salen de control.

De esta manera es importante mencionar que las personas adultas mayores, al igual que cualquier otro grupo etario, presentan diferentes barreras que influyen en su aprendizaje es así como Gómez (2008) señala que en la etapa de la vejez, muchas veces los cambios físicos, fisiológicos, así como los cambios de roles, las crisis de identidad que la mayoría de las personas afrontan al entrar en la etapa de la vejez y la pérdida de la memoria, son barreras importantes que diariamente las personas adultas mayores deben enfrentar, pero que limitan el proceso de aprendizaje de la persona.

Es aquí donde se refleja desde mi posición como educadora especial, la importancia de propiciar espacios de participación adecuados a las necesidades de cada una de las personas que conforman esta población, para que las mismas sean tratadas con igualdad de oportunidades sin importar las condiciones físicas o cognitivas con las que se encuentren.

2.2. Situaciones de salud más comunes en la población adulta mayor y que significan importantes barreras en el aprendizaje de estas personas

Como se mencionó en el apartado anterior, las personas adultas mayores enfrentan diferentes barreras que le imposibilitan desenvolverse en su aprendizaje y recreación; algunas de estas barreras se encuentran en los cambios físicos debido a un mayor desgaste que experimenta el cuerpo de la persona, como por ejemplo las enfermedades óseas, o a factores hereditarios que al llegar a la vejez presentan mayores complicaciones.

Con respecto a esto Callado, Cambroner, Campos y Sánchez (s.f.) señalan que:

El proceso de envejecimiento conlleva una serie de cambios fisiológicos y estructurales sobre el organismo a todos los niveles; en concreto, uno de los sistemas que más perjudicados se ven con la edad, y cuya afectación resulta especialmente incapacitantes el sistema osteoarticular (p.4).

Lo señalado por los autores resulta relevante para este trabajo, ya que los materiales didácticos realizados, debían ser fáciles de manipular, para que los participantes del proyecto no tuvieran que ejercer mayor esfuerzo al utilizarlos y así evitar alguna posible lesión que posteriormente afectará sus articulaciones.

3. La importancia de la familia para la población adulta mayor

3.1. ¿Qué es la familia?

Debido a que, por lo general, el contexto en donde se desenvuelven diariamente las personas adultas mayores es su familia sean estos sus hijos, hermanos, nietos, bisnietos, entre otros; es importante para efectos de este trabajo definir qué es la familia.

De esta manera Placeres, León y Delgado (2011) indican que “La oficina nacional del Censo de Población y Viviendas en 1981, la consideró como el grupo de dos o más personas integrantes de un mismo núcleo particular, emparentado hasta el cuarto grado de consanguinidad y segundo de afinidad”. (p.2), en primera instancia y de acuerdo con esta cita se comprende que la familia solo se limita a los lazos de consanguinidad que existe entre familiares; sin embargo, hoy en día sabemos que no necesariamente se deben de compartir una afinidad sanguínea para que sea considerada como familia; sino que perfectamente las mismas personas adultas mayores consideran su familia a sus cuidadores, o vecinos que viven con ellos, de esta manera esta idea es afirmada por Placeres, León y Delgado (2011) cuando mencionan que:

La fundación nacional de la Familia de Chile considera la familia en sus diferentes tipos, como el espacio donde se estructuran las primeras relaciones intergeneracionales y de género, se desarrollan pautas morales y sociales de conducta, donde se vive la gratuidad, la solidaridad y la cooperación, en concordancia con el desarrollo individual y la realización personal (p. 2).

Es así como desde esta perspectiva, el concepto de familia se visualiza desde un enfoque más integral y da a entender que la familia se encuentra en cualquier espacio en donde se establezca un intercambio intergeneracional y de género todo esto bajo un marco de principios morales y sociales en donde prevalezcan valores que faciliten una sana convivencia; es por esta razón que las personas adultas mayores no necesariamente cuando se refieren a su familia, se contemplan tanto los lazos de consanguinidad, como a otros

miembros que, a pesar de que no comparten los mismos genes, han desarrollado un gran apego y afinidad hacia ella lo cual hace que las consideren como sus familiares.

3.2. ¿Cuál es la importancia de la interacción familiar en el proceso de envejecimiento?

La familia no solo es aquella con la que se comparten lazos de consanguinidad, sino que también es cualquier otra persona que relaciona con nosotros y que compartimos con ella una gran afinidad y demás características mencionadas anteriormente; nace la inquietud sobre la importancia que tiene la familia en el proceso de envejecimiento de una persona, es así como Serrano (2013) señala que el sentido de necesidad que existe entre familiares, es un factor determinante para que el proceso de envejecimiento se viva de una manera más positiva y activa, ya que entre más necesitada se sienta la persona adulta mayor por sus familiares, su autoestima es potenciada; ese autor lo señala de la siguiente manera:

El ‘sentirse necesario’ es uno de los predictores de longevidad. En la mayor parte de estudios longitudinales las personas mayores que se sienten necesitadas por los suyos suelen vivir más y mejor. Tratar de mantener nuestras relaciones familiares y sociales con un óptimo nivel de satisfacción en el que cada miembro de la familia sienta que todos colaboran en un bienestar común es un objetivo importante para obtener un envejecimiento satisfactorio (p.16).

Para efectos del trabajo este dato es importante de conocer; ya que a través de la familia se contribuye en la estimulación de las funciones ejecutivas, aplicándolas en las actividades diarias que realizan tanto las personas adultas mayores como sus familiares. Es decir, la memoria de las personas adultas mayores se trabaja a partir del sentido de necesidad que señala Serrano (2013) en donde al adulto mayor se le encarga que le recuerde a su familiar aquellas labores cotidianas específicas que debe realizar en algún momento del día; de esta manera la persona mayor se sentirá necesitada e indispensable, sin dejar de lado que la tarea del fortalecimiento de la memoria sea una labor en equipo que beneficia la unidad familiar.

De igual manera, Serrano (2013) comenta que “La familia, factor de calidad de vida. En opinión de las personas mayores, las relaciones con la familia son una fuente esencial de bienestar y es la tercera condición más importante para la calidad de vida” (p.16). La interacción positiva y cotidiana entre ambas partes (familia y persona adulta mayor) es muy importante ya que no solo se fortalece el vínculo afectivo y social de las mismas, sino que también al haber una buena comunicación y apoyo familiar, se crean diferentes oportunidades para potenciar significativamente la autoestima de todos los miembros de la familia.

3.3. ¿De qué manera afecta la pérdida o el fallecimiento de algún miembro de la familia en las personas adultas mayores?

Tal y como se mencionó en el apartado anterior la familia, comprendida desde un marco más amplio que el concepto tradicional; juega un papel fundamental en la vida de la persona adulta mayor; ya que la misma desarrolla un vínculo afectivo con cada uno de los miembros que la conforman.

Sin embargo, cuando el núcleo familiar experimenta la ausencia física o el fallecimiento de uno de sus miembros, por lo general el resto de la familia atraviesa un duelo, que en muchos de los casos este proceso toma años en ser superado; pero para hablar de duelo es importante entender que es esta etapa de la vida que muchas de las personas experimentamos, de acuerdo con González y López (2013) el duelo y “se caracteriza por ser una vivencia única, personal, intransferible que se caracteriza por ser una vivencia única, personal, intransferible y sobre todo dinámica” (p.30), de acuerdo con esta idea se comprende que cada persona tiene una única manera de reaccionar durante el duelo, por lo tanto, tienen una manera muy distinta de superarlo; por eso un proceso dinámico ya que está en constante cambio.

Ahora bien, si para los familiares este momento suele ser difícil de atravesar, ya que según Soler y Jordá (citado por González y López, 2013) es natural que durante este momento la persona experimente soledad o tristeza principalmente en momentos como el aniversario, fechas de cumpleaños o celebraciones familiares; con mucha más razón para una persona adulta mayor conlleva un impacto emocional mayor, en especial si el familiar fallecido tenía un mayor apego con la persona mayor. Esto es explicado por Carevic (citado por Brenes, 2008) en donde menciona que “durante la etapa (de la vejez)

las reacciones del duelo serán más sostenidas en el tiempo, esto debido a que el anciano tiene más dificultades para adaptarse a los cambios. La pérdida es el tema predominante en la vida emocional del anciano” (p. 2).

El tema del duelo es usualmente predominante durante la vejez, este tiene una especial relación con este trabajo; ya que el mismo se basa en las experiencias de personas adultas mayores, las cuales en ocasiones están relacionadas con el fallecimiento de algún familiar, para que la persona traiga a su mente recuerdos de esta y genere en el proyecto momentos de emotividad que son significativos para la estimulación de la memoria.

3.3.1 Estado Civil de las personas adultas mayores

Al hablar de la etapa del duelo por muerte de algún familiar en las personas adultas mayores, resulta indispensable mencionar el tema del nuevo estado civil que adquieren las mismas al atravesar este momento de sus vidas; ya que no es lo mismo haber estado casadas durante gran parte de sus años, que enviudar de un momento otro y de manera inesperada. Es precisamente por esto que Guevara (citado por Mosquera, 2014) menciona que:

Enviudar en la tercera edad es más difícil que si sucediera estando joven. Uno, porque los seres humanos somos animales de costumbres, pues es muy difícil adaptarse a vivir sin esta compañía de seis décadas; a lo que hay que añadir que en el envejecimiento una de las primeras cosas que se pierde es la adaptación (p.1).

A partir del hecho señalado por Guevara, en donde se rescata que para las personas adultas mayores es aún más difícil enfrentar el proceso de duelo, se comprende que, para algunas de las personas participantes, recordar los momentos vividos con sus seres queridos les genera mucha emotividad, la cual se refleja en cada una de las entrevistas realizadas a los mismos. Por ello este tema resulta importante relacionarlo con el trabajo, ya que al tomar en cuenta los sentimientos y emociones vividas por los

participantes durante el desarrollo de este, se le da una mayor significatividad a la labor realizada.

4. Negligencia como un caso de violencia doméstica en la infancia de las personas adultas mayores.

En este apartado se hace mención de algunos casos de negligencia ocurridos durante la infancia de las personas adultas mayores, datos que se vieron reflejados en las entrevistas realizadas y que, por ende, mantienen un lugar importante en la memoria de estas personas.

De esta manera, es conveniente mencionar que la violencia doméstica, también conocida como violencia intrafamiliar, según Claramunt (2006) se define como “Todo acto u omisión que resulte en un daño a la integridad física, emocional o social de un ser humano, en donde medie un vínculo familiar o íntimo entre las personas involucradas” (p. 7).

De la idea anterior, se rescata que la violencia doméstica también se presenta cuando un acto propiciado por un familiar ocasiona un daño emocional o social a la víctima; es así como este tema se relaciona con este trabajo ya que durante la infancia de las personas adultas mayores muchas de ellas fueron víctimas de violencia doméstica por parte de sus padres en no enviarlos al centro educativo y que en su lugar se dedicaran a trabajar para contribuir económicamente con la estabilidad de sus familias, lo que acarrea consecuencias negativas en el futuro de estas personas.

Por otro lado, esta victimización de los participantes recibe también el nombre de negligencia, la cual Claramunt (2006) es también una manera de violencia doméstica, en donde según ella se abandona a la persona que no pueda valerse por sí misma, explicándolo de la siguiente manera:

Por negligencia se entiende todo aquel comportamiento que tienda al descuido, desatención y abandono, cuando la persona no pueda valerse por sí misma. Comprende también, el no proveer las necesidades básicas para la sobrevivencia, tales como la alimentación, vestido y vivienda (p.23).

Como ya se mencionó anteriormente esta negligencia se vincula con el abandono escolar obligado que tuvieron las personas adultas mayores durante su infancia, lo cual

trajo consigo consecuencias negativas en la vida profesional de algunas de las personas participantes y que generaron experiencias significativas durante su vida.

4.1. La deserción escolar en las personas adultas mayores.

Desde la deserción escolar vivida en la infancia de algunas de las personas adultas mayores cabe destacar que esta se dio debido a situaciones económicas, las cuales provocaron que los familiares de las personas participantes tuvieran que tomar la decisión de sacar a sus hijos de los centros educativos para así ponerlos a trabajar y recolectar algo de dinero para solventar los gastos que generaban sus familias. Sandoval (2007), comenta las posibles causas de una deserción escolar, mencionándolo de la siguiente manera:

Las razones que explican por qué los niños y niñas trabajan en lugar de estudiar son muy diversas y comprenden tanto los factores estructurales como culturales, desde las vinculadas con la situación socioeconómica de los hogares como la pobreza, pasando por la permanencia de costumbres y normas culturales que no ven la educación de los niños y niñas como una inversión (p.1).

Con base en la cita anterior y en la situación de las personas adultas mayores que durante su infancia tuvieron que abandonar la escuela para trabajar, se plantea que fue por la condición de pobreza que vivían sus familias en ese tiempo y que los obligó a laborar desde una edad muy temprana para ayudar económicamente a las mismas.

Por otro lado, es inevitable pensar que estas personas al abandonar sus estudios, su proceso de formación se vio interrumpido y no llegaron a ser profesionales, por lo que alcanzar un trabajo estable fue para algunos un sueño que no concretaron, lo que afecta vida de juventud, como también su etapa de vejez ya que no gozan de una estabilidad económica, como la pensión que les ayude a sobrellevar sus gastos. En relación con esto Sandoval (2007) señala que:

Al llegar estos niños y niñas a la edad adulta con un nivel de escolaridad bajo, sus oportunidades de empleo se restringen a trabajos poco calificados y de bajos salarios, contribuyendo de esta manera a reproducir los esquemas de organización familiar y las condiciones de pobreza (p.1).

Debido a las consecuencias negativas obtenidas al abandonar la escuela mencionadas previamente Sandoval (2007), este tema se vincula con lo que la Ley 7739 Código de la niñez y la adolescencia (Asamblea Legislativa, 1998) con respecto al trabajo infantil, la cual indica que:

Prohíbese el trabajo de las personas menores de quince años. Quien por cualquier medio constate que una de ellas labora, violando esta prohibición, pondrá este hecho en conocimiento del Patronato Nacional de la Infancia, a fin de que adopte las medidas adecuadas para que esta persona cese sus actividades laborales y se reincorpore al sistema educativo (p.33).

Tal y como lo menciona la ley el trabajo infantil es prohibido y más si para realizarse la persona debe abandonar la escuela y ver así truncados sus posibilidades de estudio.

Sin embargo, es importante recordar que este Código es el que actualmente se aplica; por lo que la ley tiene aproximadamente veinte años de haberse creado y en el momento de su aprobación muchas de las personas participantes cumplían sus setenta años. Por lo que al mencionar esta ley se quiere establecer una comparación con la realidad que vivían muchos de los niños y niñas de nuestro país antes del año 1998 y la gran diferencia con la actualidad, en donde muy posiblemente los padres de los participantes de este proyecto hubieran sido sancionados por el Patronato Nacional de la Infancia conocido por sus siglas como PANI.

Es así como al contrastar estas dos realidades, se trata de dar explicación a muchas de las situaciones que tuvieron que pasar las personas adultas mayores durante su infancia y juventud, para sobre llevar diariamente la carga socioeconómica de la familia, creando en ellos momentos inolvidables que son importantes de retomar en este trabajo.

5. La Andragogía y el aprendizaje en la población adulta mayor

5.1. ¿Qué es la andragogía?

Este concepto hace mención de la perspectiva de enseñanza especializada en la persona adulta, la cual permite que la construcción del aprendizaje se realice con una mayor libertad y autonomía por parte del adulto responsabilizándolo y haciéndolo participe de su propio proceso de enseñanza. Por esta razón a diferencia de la pedagogía en donde se utilizan los términos de estudiante y docente, desde la andragogía y según Arroyo, Fermín, Piñero y Torres (2000) se deben utilizar los términos de facilitador u orientador del aprendizaje para referirse a la persona que media el aprendizaje y participante o persona quien dirige el aprendizaje con el fin de referirse a la persona adulta que es se involucra de su propio proceso de enseñanza.

De acuerdo con la Real Academia Española (2017) señala que la palabra adulto hace referencia a lo “Dicho de un ser vivo: que ha llegado a la plenitud de crecimiento o desarrollo”; es decir, que la persona que llega a la etapa de adultez, es aquella que ha pasado por una serie de cambios tanto físicos como mentales; los cuales son pertinentes para enfrentarse a distintas funciones tanto reproductivas como una mayor agilidad de raciocinio a nivel cognitivo en donde se asume una mayor responsabilidad.

Al considerar que la persona adulta adquiere un estatus de responsabilidad y mayor agilidad cognitiva; se define la andragogía la cual según Ludojoski (citado por Ubalo, 2009) es la educación del adulto, sin embargo; esta comienza a partir de una carencia detectada en el ámbito de la educación; ya que la misma solo se centraba en la enseñanza de niños y jóvenes y no contemplaba a la población adulta y su formación crítica sobre las situaciones de la actualidad.

Precisamente es debido a esta capacidad analítica y crítica que desarrolla la persona al llegar a la etapa de la adultez, que la andragogía toma como base lo que la

persona quiere aprender, a partir de sus conocimientos previos, para luego enlazarlos con conocimientos nuevos que le permitan desenvolverse en su vida cotidiana.

De esta manera, los deseos e intereses del participante nacen a partir del planteamiento de un problema de la cotidianidad, con el fin de generar aprendizajes nuevos, por lo que la andragogía propone como principal metodología el aprendizaje cooperativo o el trabajo en equipo, ya que al concebir a la persona adulta como un ser humano capaz de reflexionar sobre las experiencias vividas y compartirlas con otro grupo de iguales, la misma logra concretar así un trabajo colaborativo que busque soluciones a la problemática planteada a partir de sus necesidades. Con respecto a esta metodología de trabajo en equipo Arroyo, Fermín, et al. (2000) señalan que:

Se considera trabajo grupal aquel donde intervienen todos y cada uno de los integrantes, con aportes más o menos significativos. Cuando la tarea se realiza en estas condiciones queda la satisfacción de haberla compartido y el éxito que llegue a alcanzar se considera como el producto del esfuerzo común (p.6).

Al partir de las necesidades planteadas por el participante y la metodología de trabajo colaborativo planteada en la cita anterior, se da origen a otro tema que la andragogía también presupone, que es la labor realizada por el facilitador y su relación con el participante del aprendizaje. Ya que en ambos casos se debe mantener una relación de horizontalidad sobre lo que se quiere aprender y cómo se va a llevar a cabo el proceso con el fin de mantener la calidad y la significatividad de lo aprendido; por ello según Arroyo, Fermín et al. (2000) mencionan que es necesario el compromiso de ambas partes asumen una actitud de responsabilidad y criticidad durante el proceso de aprendizaje, afirmando así de la siguiente manera “Ambos requieren poseer características comunes de autenticidad, autocrítica y crítica constructiva, respeto mutuo, ética y empatía (...) tanto el facilitador como los participantes intervengan y sean corresponsables en todas las etapas del proceso de aprendizaje” (p.8).

El respeto mutuo, la ética y la empatía de la que hablan los autores son fundamentales, para que tanto el facilitador como la persona adulta, mantengan una plena participación y emotividad durante el proceso de adquisición de nuevos aprendizajes. Es por esta razón que desde la andragogía ambas partes deben cumplir con ciertas características para que este proceso fluya de una manera adecuada, dentro de las responsabilidades y características que, de acuerdo con Arroyo, Fermín, et al. (2000) el orientador del proceso de aprendizaje debe tener se destaca que el mismo tiene que propiciar ambientes en donde el participante se sienta partícipe de reflexionar y criticar.

De acuerdo con estos autores el orientador del aprendizaje debe promover ambientes en donde los participantes planteen soluciones de su propia realidad para así transformarla; además debe transmitir a los participantes la importancia de autocriticar su propio proceso de aprendizaje con el fin de hacerles ver el porqué y el para qué del mismo, por último según Arroyo, Fermín, et al. (2000) es indispensable que todo facilitador esté consciente del contexto en el que vive cada una de las personas adultas, con las que lleva a cabo este proceso, ya que de esta manera sus estrategias de mediación son más significativas para estas personas.

Al igual que el facilitador tiene responsabilidades que cumplir para desenvolverse adecuadamente en su papel, la persona participante también debe cumplir una serie de características, las cuales Arroyo, Fermín, et al. (2000), mencionan que la persona que dirige el aprendizaje debe de hacerse responsable de su propio proceso de enseñanza, por lo que además debe ser consciente de sus propias habilidades, para a través de las mismas fortalecer sus limitaciones, pero sobre todo esta persona debe ser positiva ante el cambio y la innovación, como una manera de propiciar un cambio en su realidad. Lo mencionado con anterioridad es lo que principalmente diferencia a la andragogía de la pedagógica, sin embargo, esta y otras diferencias se comentarán en el siguiente apartado.

Por último, es importante retomar lo indicado por Rumbo (2016) ya que la andragogía “viene a suplir las carencias informacionales de las personas que no tienen adquiridas esas competencias, evitando su exclusión del contexto presente” (p.11).

Debido a lo explicado en la cita anterior el presente trabajo se basó desde una perspectiva andragógica y no pedagógica, ya que desde la andragogía se proporciona una

mayor respuesta a las inquietudes de las personas adultas mayores, por lo que al haberlas tomado en cuenta para hacerlas partícipes del proyecto, se garantiza una mayor significatividad en el mismo, esto porque los participantes y la facilitadora fueron conscientes, responsables y autocríticos del proceso, por lo que se alcanzaron los objetivos planteados desde el comienzo del trabajo.

Por otro lado, desde este proyecto se pretendió romper con la “exclusión del contexto presente” mencionada por Rumbo (2016) ya que a partir del fortalecimiento de las funciones ejecutivas se propició la contextualización de la realidad vivida por cada uno de los participantes. Lo cual generó un acercamiento positivo con la población adulta mayor y así plantear desde un trabajo colaborativo diferentes soluciones educativas que buscarán siempre el bienestar de estas personas.

5.1.1. Principales diferencias entre la andragogía y la pedagogía.

Es pertinente mencionar cuál es la diferencia entre este concepto y la pedagogía; ya que esta última cumple la misma función que la andragogía, pero con dos poblaciones totalmente distintas, las cuales son la niñez y la adolescencia respectivamente.

De esta manera la pedagogía; es definida por Hevia (s.f.) como “Etimológicamente, la palabra pedagogía deriva del griego Paidós que significa niño y agein que significa guiar, conducir” (p.1). Es así como la pedagogía se enfoca en el proceso de conducción y guía para los niños o jóvenes que construyen de una manera significativa su aprendizaje; por lo que el pedagogo toma un papel fundamental en este proceso ya que facilita o provee los medios para que este aprendizaje se pueda dar.

Por otro lado y aunque la andragogía suponga al adulto como la persona responsable de su propio proceso de aprendizaje, el mismo depende de un facilitador quien es el que le orienta el proceso de aprendizaje a la persona adulta o participante del aprendizaje; por esta razón que entre ambos tiene que haber una relación horizontal ya que según Arroyo, Fermín, et al. (2000) plantean que “quien orienta el proceso y a quien se dirige el aprendizaje están inmersos en ese proceso porque en igual proporción escogen, seleccionan y definen lo que desean aprender y cuándo desean hacerlo” (p. 3).

Por tanto, la andragogía establece un aprendizaje colaborativo en donde no solo se toman en cuenta las experiencias vividas, sino que también se propicia un ambiente de diálogo y negociación, para así llevar a cabo el aprendizaje de nuevos conocimientos. No obstante, aunque este aprendizaje se dé desde una manera colaborativa, estos mismos autores proponen una serie de deberes y características que debe cumplir los participantes del aprendizaje, las cuales ya fueron mencionados en el apartado anterior, pero es importante retomarlas; ya que estas características marcan diferencias importantes entre ambas ciencias.

Es evidente entonces que la principal diferencia que existe entre la andragogía y la pedagogía es a nivel conceptual ya que la primera propone un proceso de aprendizaje más libre e independiente, en donde la misma persona adulta y el facilitador son las que deciden lo que se quiere aprender y cuánto se quiere saber; mientras que la pedagogía establece que el niño o el joven, están dependientes de un mediador que los oriente y guíe hacia lo que quieren aprender y cómo hacerlo.

No obstante, es importante mencionar que en la andragogía se fundamenta en un aprendizaje, basado en el problema de esta manera se busca que el participante trate de resolver una situación contextualizada en su vida diaria de una forma analítica y reflexiva para así aprender nuevos conocimientos, por ello lejos de contraponerse a la pedagogía más bien se complementan, ya que esta forma de aprendizaje es también usada en la pedagogía como una estrategia para construir nuevos conocimientos; lo anterior es afirmado por Aguilar (2011) donde indica que la andragogía:

se fundamenta en el “aprendizaje basado en problemas”. Los “problemas” son el punto de partida para la adquisición e integración de los nuevos conocimientos. Es por esto por lo que puede aplicarse a cualquier edad y no se contrapone a la Pedagogía, sino que ambas se complementan (p. 2).

De este modo, la andragogía también toma en cuenta a la pedagógica en el sentido que compromete al facilitador del aprendizaje a buscar estrategias pedagógicas para que

el participante o la persona adulta, tome en cuenta la importancia de ser consciente, crítico y reflexivo de su propia realidad, para así plantear soluciones objetivas a las situaciones que vive diariamente esa persona.

Rumbo (2016) toma como referencia los principios epistemológicos de Freire, para hacer mención de una de las funciones que debe asumir el orientador del aprendizaje desde la andragogía, indicándolo así de la siguiente manera “los educadores y educadoras deben saber generar una situación pedagógica en la que las personas adultas aprendan a tomar conciencia de su mundo, a reflexionar sobre él y sobre su lugar en él, descubriendo las posibilidades de reestructurar y modificarlo” (p.6).

De esta manera cabe, destacar que tanto la andragogía como la pedagogía son importantes en el área de la educación, por lo que no se define cuál es mejor, sino que al contrario ambas se complementan para así alcanzar un mismo fin que es el de la enseñanza. Es por esta razón que como pedagoga contribuye positivamente en el desarrollo de este trabajo, aunque el mismo tuviera un enfoque andragógico, esto por ser un trabajo dirigido a la población adulta mayor, por lo que se logró así un trabajo colaborativo con el fomento de la participación y crítica de los participantes y mi persona.

5.2. Importancia de la andragogía al trabajar con Personas Adultas Mayores.

Utilizar una metodología andragógica, es de vital importancia para trabajar con la población adulta mayor, ya que, desde mi posición como facilitadora del proceso de construcción del aprendizaje y como educadora especial, sería muy imponente proponer nuevos aprendizajes, sin antes tomar en cuenta la opinión de las personas adultas mayores haciéndolas participantes activas del proceso de construcción de conocimiento.

De esta forma Martínez (2005) menciona lo siguiente “El proceso de educación de adultos persigue el logro de un estado capaz de ejercitar la racionalidad con autonomía y de aplicarla sobre los datos objetivos” (p.5).

Lo anterior justifica la importancia de trabajar desde un enfoque andragógico; ya que, al generar autonomía en el aprendizaje, este se vuelve más objetivo, a través de un proceso de socialización en donde se compartan las experiencias de vida de cada

participante y se comparan con los nuevos conocimientos; lo que hace que la experiencia del aprendizaje sea más significativa y cause un mayor interés en la persona.

Por otro lado, como resultado de relacionar la andragogía con la educación especial me doy cuenta de que esta última adquiere una función fundamental en el desarrollo del trabajo propuesto en este escrito, ya que Parrilla (2007) plantea la siguiente idea de la educación especial:

Disciplina capaz de orientar y complementar a otras disciplinas, que sin ella sería incompletas, o al menos sesgada. Cualquier intento de pensar en una Didáctica, o en una Organización Escolar no pensadas para todos, no revisadas desde esta nueva óptica, sería desde luego segregador e inadecuado para la formación de unos profesionales capaces de dar respuesta a los retos sociales y educativos más actuales (p. 2).

Como mencioné anteriormente, como docente de educación especial juego un papel muy importante a la hora de trabajar con la Terapeuta Ocupacional y los mismos usuarios del centro, ya que desde la educación especial y con un enfoque andragógico puedo dar apoyos inclusivos a otras especialidades que desde su naturaleza profesional no están diseñadas para tomar en cuenta aspectos importantes a nivel pedagógico para crear espacios de educación inclusiva, y contemplar las necesidades más específicas de cada uno de los usuarios del Centro Diurno.

6. Estimulación de las funciones ejecutivas en la Persona Adulta Mayor

6.1. En qué consiste la estimulación de las funciones ejecutivas

Ya que el objetivo principal de este proyecto es estimular las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores, es preciso definir en qué consiste dicha estimulación, de acuerdo con Sarrión (citado por Cadavid, Villada y Kilimenko, 2011) indica lo siguiente:

Estimulación cognitiva son todas las distintas actividades que permiten mejorar el funcionamiento cognitivo en general (memoria, lenguaje, atención, concentración, razonamiento, abstracción, operaciones aritméticas y praxias) por medio de programas estimulación. Consiste en estimular las capacidades cognitivas existentes, que permita mejorar funcionamiento cognitivo y disminuir la dependencia del adulto mayor (p.9).

La estimulación cognitiva refuerza en general la mayoría de los procesos cognitivos que como seres humanos realizamos, sin embargo, trabaja aquellas funciones que son de vital importancia para un desenvolvimiento independiente de las personas en su vida cotidiana (la memoria, la atención y el razonamiento) lo cual da mayor importancia a la estimulación cognitiva.

Es así como, Sardinero (2010) señala que la estimulación cognitiva busca dar “una mejoría de las habilidades funcionales de los pacientes en las tareas cotidianas” (p.24), lo cual refuerza la autonomía e independencia de la persona adulta mayor.

Además, es importante mencionar que esta estimulación cognitiva, es una modalidad que actualmente responde a un pensamiento muy vanguardista originario de Europa o Asia, en donde la tasa de longevidad es más alta y, por ende, se presentan mayores complicaciones debido al desgaste cognitivo, lo que conlleva la saturación de los servicios de salud.

La estimulación cognitiva busca una solución a este problema de una manera no farmacológica, en donde según Calero (citado por Rodríguez y Basto, 2012) señalan que la principal meta de la estimulación “es proporcionar herramientas para trabajar con las personas que sufren algún tipo de deterioro cognitivo y de esta manera, mantener y en lo posible retrasar el deterioro y pérdida de sus capacidades cognoscitivas”. (p.4), de esta manera se reivindica, la importancia de estimular cotidianamente las funciones ejecutivas.

6.1.2. Materiales didácticos y el Diseño Universal para el Aprendizaje como fuente de apoyo para la estimulación cognitiva.

Para tener una experiencia más significativa para la persona estimulada, el facilitador que brinda la estimulación necesita contar con el apoyo de diferentes materiales concretos que le ayuden a desarrollar su labor de una manera más didáctica y objetiva.

Como respuesta a lo planteado Sardinero (2010) creó un libro en donde se recopila algunas estrategias de materiales didácticos utilizados para lograr una adecuada estimulación cognitiva; en dicho documento el autor da una pequeña explicación de las necesidades a las cuales da respuesta los materiales didácticos diseñados por él mismo; lo cual me pareció muy importante tomarlo en cuenta en este apartado, ya que él menciona lo siguiente:

Responde a la demanda de material para la intervención en adultos con alteraciones neuropsicológicas y en aquellos que requieren de un entrenamiento cognitivo especializado. Ha sido planificada a partir de los conocimientos teóricos y procedimientos metodológicos más actuales en el ámbito de la neuropsicología cognitiva, de la estimulación y rehabilitación neuropsicológica. Se trata de un material atractivo para el adulto, con láminas y fotografías a todo color (p.17).

De lo mencionado, se destacan tres aspectos fundamentales, los cuales son importantes de tomar en cuenta en función a la producción didáctica que quiero desarrollar, con el fin de que la misma sea la más aproximada a las necesidades de los adultos mayores a quienes van dirigidos los recursos didácticos.

Por una parte el planteamiento de este tipo de materiales didácticos responde a una escasez de recursos para propiciar un mejor entrenamiento cognitivo a la población adulta, además el diseño de los materiales combina las necesidades cognitivas presentes en la población, con los conocimientos más vanguardistas de la neuropsicología y la

neuroeducación, lo cual le da una mayor confiabilidad a la estimulación y finalmente los materiales tratan de ser llamativos para el adulto, por lo que contemplan en su diseño, colores, tamaños y dibujos llamativos que le propician al usuario, momentos de estimulación significativos e inolvidables.

De esta manera, se incorporaron estos elementos en el diseño de los materiales didácticos propuestos en este proyecto, para que las utilidades de estos creen en los usuarios del Centro Diurno, experiencias significativas, las cuales sean confortables e inolvidables. Por otro lado, al implementar estos elementos, respondiéndose responde a lo planteado por el Diseño Universal para el Aprendizaje conocido como DUA, propuesto por el Centro de Tecnología Especial Aplicada, CAST, por sus siglas en inglés.

El DUA según Pastor, Sánchez y Zubilaga (2014) es básicamente un enfoque educativo, basado en las neurociencias para explicar que no todas las personas aprendemos de la misma manera o a la misma velocidad, por lo que desde esta propuesta, se tuvieron que realizar los ajustes necesarios para que todas las personas tengan acceso a las mismas condiciones de aprendizaje, lo cual también hace referencia a una educación inclusiva, de calidad, igual para todas las personas y lo que es más importante, que fomenta aprendizajes a lo largo de la vida.

Por otro lado, es importante tomar en cuenta que el DUA plantea la existencia de tres subredes cerebrales que influyen en el aprendizaje, para así justificar el porqué es que no todas las personas aprendemos de la misma forma y a la misma velocidad; de esta manera Pastor, et al. (2014) comentan que dichas redes son las redes del reconocimiento, las redes estratégicas y las redes afectivas; en donde la primera se encarga de recibir y dar significatividad a la información proporcionada por el entorno, mientras que la segunda es la que realiza las tareas de motricidad y los ejercicios mentales y la última red es la responsable de las emociones e intereses que la persona tienen durante su aprendizaje. En relación con este trabajo estas tres redes tienen una estrecha relación no solo con los sentimientos generados al recordar los acontecimientos del pasado, sino que también se trabaja la motricidad y la agilidad mental por medio de los materiales didácticos realizados.

Además, es conveniente para efectos de este proyecto recordar lo mencionado por Aragón (2016) en donde plantea que “Todas las personas deben de tener garantizadas las posibilidades para alcanzar el máximo de sus potencialidades en el aprendizaje; de allí la urgencia de reconocer que hay diferencias que deben asumirse como una riqueza y un valor”. (p.21). Con base en lo anterior y al considerar que todas las personas debemos de tener las mismas posibilidades para construir nuestro aprendizaje, es importante mencionar que este trabajo fortalece las funciones ejecutivas, al tomar como referencia el respeto por las formas y estilos de aprendizaje de cada persona adulta mayor.

Con el fin de cumplir lo mencionado con anterioridad, este proyecto no solo se basó en la fundamentación de las tres redes neurales anteriormente explicadas; sino que también durante el desarrollo de la producción didáctica siempre se buscó ajustar el aprendizaje conforme a los tres principios del DUA, mencionados por Pastor et al. (2014), las cuales son comprendidas de la siguiente manera:

a) proporcionar múltiples formas de representación (el qué del aprendizaje); es decir, proporcionar a los usuarios diferentes maneras de recibir la información, como ejemplo de esto se encuentra las entradas de información que involucren el uso de los sentidos como la vista, el tacto y el oído.

b) proporcionar múltiples formas de expresión (el cómo del aprendizaje); con este principio lo que se propone es brindar alternativas en las que las personas se puedan expresar, de acuerdo con sus habilidades y destrezas, por ejemplo, existen personas que se comunican más fácilmente de manera escrita que de manera verbal.

c) proporcionar múltiples formas de motivación e implicación (el porqué del aprendizaje) por último, pero no menos importante este principio trata sobre la motivación y la significatividad emocional que la persona tiene que mantener para que el aprendizaje se dé satisfactoriamente.

Desde la perspectiva de los tres principios del DUA y en relación con el trabajo se plantea la importancia de presentar la información de una manera clara, variada y que garantice la percepción y comprensión lo que se quiere aprender, la meta de aprendizaje, en este caso el objetivo era el fortalecimiento de las funciones ejecutivas, a través de los

materiales didácticos, los cuales se caracterizaron por presentar de diferentes maneras la información, con el fin de que cada persona escogiera el material que mejor se ajustara a sus características y estilo de aprendizaje y así cada persona adulta mayor estuviera consciente de qué es lo que se quería trabajar y de qué manera se iba a realizar.

Además de los tres principios del DUA, es importante indicar que, la “Valija del recuerdo” también cumplió con lo establecido en los 7 principios del Diseño Universal de la Arquitectura en donde según Connell, Jones, Mace, Muller, Mullick, Ostroff, Sanfford, Steinfel, Story y Vanderheiden (1997) establecen que estos principios establecen “El diseño de productos y entornos para ser usados por todas las personas, al máximo posible, sin adaptaciones o necesidad de un diseño especializado” (p.1). Dicho de otra manera, lo que los siete Principios del Diseño Universal de la Arquitectura lo que tratan es establecer una manera en la que cualquier producto diseñado tenga la posibilidad de ser usado por todas las personas independientemente de la edad o la condición que se tenga.

Según Connell, et. al (1997) los siete principios del Diseño Universal de la Arquitectura son los siguientes:

a) Principio del Uso Equitativo: De acuerdo con Connell, et. al (1997) este principio establece que “El diseño es útil y vendible a personas con diversas capacidades” (p.1). Lo que los autores proponen con este principio es que, todas las personas sin excepción tengan acceso a los productos diseñados, por lo que los mismos deben de contemplar que el diseño sea agradable y llamativo para todos para evitar cualquier segregación de población, en especial por su dificultad para ser usado.

b) Principio del Uso Flexible: Connell, et. al (1997) indica que “El diseño se acomoda a un amplio rango de preferencias y habilidades individuales “(p.1). Es decir que el diseño de los materiales ofrece diversas maneras de aprendizaje en donde se involucren las habilidades y destrezas de todos los usuarios.

c) Principio del Uso Simple e Intuitivo: Este principio tiene relación con el primero ya que los autores establecen que los productos diseñados estrictamente deben de ser fáciles de entender sin necesidad de grandes explicaciones o de un mediador que explique la finalidad del producto; Connell, et. al (1997) lo menciona de la siguiente

manera “El uso del diseño es fácil de entender, sin importar la experiencia, conocimientos, habilidades del lenguaje o nivel de concentración del usuario” (p.1).

d) Principio del Uso de Información Perceptible: Este principio lo que trata de explicar es que, el diseño del producto diseñado debe de transmitir la información necesaria de una manera concreta y simple, en donde las condiciones ambientales del contexto no sean impedimento para que el usuario pueda hacer uso del producto. Es así como Connell, et. al (1997) lo describe a continuación “El diseño transmite la información necesaria de forma efectiva al usuario, sin importar las condiciones del ambiente o las capacidades sensoriales del usuario” (p.2).

e) Principio de Tolerancia al error: Según Connell, et.al (1997) establece que “El diseño minimiza riesgos y consecuencias adversas de acciones involuntarias o accidentales” (p.2). Esto quiere decir que el producto diseñado debe procurar minimizar todas las posibilidades en donde se generen posibles errores por parte del usuario; de esta manera se evitaría que la persona que use el producto experimente algún sentimiento de frustración por no haber podido utilizar adecuadamente el producto.

f) Principio del Mínimo Esfuerzo Físico: Con este principio los autores lo que plantean es la idea, en la que los usuarios del producto diseñado eviten cualquier esfuerzo físico innecesario, que lejos de hacer que el aprendizaje fluya de una manera confortable, hace que se produzca una sensación de fatiga o cansancio, por lo que el objetivo del producto no se logra de la mejor manera. Es así como Connell, et.al (1997) mencionan que “El diseño puede ser usado cómoda y eficientemente minimizando la fatiga” (p.2).

g) Adecuado Tamaño de Aproximación y Uso: Por último, este principio es explicado por Connell, et.al (1997) de la siguiente forma “Proporciona un tamaño y espacio adecuado para el acercamiento, alcance, manipulación y uso, independientemente del tamaño corporal, postura o movilidad del usuario” (p.2). En otras palabras, en este principio se establece que cualquier producto diseñado, debe ser fácil de manipular; para ello el tamaño de este, tiene que ser proporcional a la finalidad con el que fue creado.

Es así como se establece una estrecha relación con el segundo principio del DUA el cual plantea la necesidad de propiciar diversas formas de expresión del aprendizaje y los siete principios del Diseño Universal de la Arquitectura; por lo que los materiales

didácticos contribuyeron a que los participantes hicieran uso de estos al emplear sus propios recursos y expresar sus distintas experiencias de aprendizaje para así resolver cada uno de los ejercicios propuestos.

Sin embargo, para que dichos recursos didácticos cumplieran con lo propuesto desde el DUA, es necesario emplear el último principio, el cual se relaciona con el grado de motivación e implicación en el proceso de aprendizaje y el primer principio del Diseño Universal de la Arquitectura el cual es el uso Flexible, por ello la importancia en que los materiales estuvieran basados en las propias experiencias o anécdotas de los participantes, ya que esto le da una mayor significatividad y propiedad al proyecto, así como la motivación de las personas adultas mayores durante todo el proceso de aprendizaje.

Es debido a lo anterior que, en la realización del trabajo, el DUA y el Diseño Universal de la Arquitectura se ven reflejados en las adaptaciones realizadas para que todas las personas sin importar su condición o edad pudieran hacer uso de los mismos; así por ejemplo en el relato audible se apoyó con material visual (libro con ilustraciones de la historia narrada en el audio); igualmente los materiales para elaborar los recursos didácticos son fáciles de manipular, para así posibilitar que todas las personas puedan hacer uso de los mismos, sin importar el lugar en donde se encuentren.

5.2. Ventajas de la estimulación cognitiva en la Persona Adulta Mayor

Sardinero (2010) menciona que algunos objetivos que se cumplen al realizar este tipo de entrenamiento cognitivo son los siguientes “Mejorar la calidad de vida, promover la autonomía, detener el deterioro cognitivo en las enfermedades neurodegenerativas, e incluso, mejorar dicho rendimiento en el daño cerebral adquirido” (p.20).

Los materiales didácticos, por lo tanto, propician espacios en donde la calidad de vida de la persona se vea beneficiada, pero, la misma no se mejora; ya que esta depende de factores como la disponibilidad de la persona y de su entorno; además de qué tan avanzado se encuentre el desgaste cognitivo del usuario.

Sardinero (2010) propone que “La terapia de estimulación cognitiva es idónea en los estados iniciales y moderados de las enfermedades neurodegenerativas. Se aplica

también en otras etapas más avanzadas con un abordaje cuidadoso y una selección apropiada de las actividades” (p.24).

A pesar de que con dicho entrenamiento cognitivo se obtiene grandes beneficios, estos dependen de qué tan pronta se realice la estimulación; ya que entre más avanzado esté el desgaste cognitivo, será más difícil para la persona alcanzar los beneficios de la estimulación; no obstante, esta tarea es difícil pero no imposible, siempre y cuando la estimulación se realice con una objetividad más precisa y a un ritmo que le permita al usuario tener una constante realimentación de los aprendizajes obtenidos.

En resumen y a pesar de lo ventajoso que significa la realización de un proyecto de estimulación cognitiva para la persona adulta mayor, estos beneficios serían mayormente disfrutados si se realizan en personas que presentan un menor desgaste de sus funciones cognitivas; ya que en caso contrario los resultados no serán los mismos y durarán más tiempo para que la persona asimile la nueva información.

Rodríguez y Basto (2012) mencionan que se “pueden tener menores resultados en personas con algún grado de deterioro, suelen ser transitorios y pueden aportar frustración por la incapacidad para adaptarse a las capacidades reales de los pacientes a quienes van dirigidos” (p.4). Es a partir de esta idea que, se plantea que los recursos de apoyo didáctico que se desean realizar deben de ser ofrecidos lo más pronto posible, para evitar un mayor desgaste cognitivo en las personas adultas mayores que asisten al Centro Diurno.

De esta manera en este segundo capítulo, se evidencian teóricamente todas las temáticas que surgen a partir del título de este proyecto. Por ello es de vital importancia de los materiales didácticos propuestos, para que así se pueda dar una mejor atención a los procesos cognitivos de las personas adultas mayores y evitar un mayor desgaste cognitivo en esta población; pero para alcanzar esto es necesario una organización metodológica que explique cómo se desarrollará el trabajo, la cual se mostrará en el capítulo siguiente.

Capítulo III

Marco Metodológico

A. Caracterización de la población meta hacia la cual va dirigida la producción didáctica.

Esta producción didáctica está dirigida a la población adulta mayor que asiste diariamente al Centro Diurno “La Casa de los abuelos” de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia. Este centro atiende aproximadamente a 35 personas con edades entre los 70 y los 96 años.

Es importante mencionar que una de las características predominantes en las personas adultas mayores que atiende este lugar, es que la mayoría de ellas presentan algún tipo de desgaste tanto físico como cognitivo, debido a condiciones de diabetes, por ejemplo, ceguera, pérdida de la audición y dificultades en la movilidad en las extremidades tanto inferiores como superiores, así como algunas situaciones de demencia, entre otras características propias de la edad y factores crónicos hereditarios, lo que potencia una condición de discapacidad adquirida por la edad o por factores genéticos.

Por esta razón, y de acuerdo con V. Alfaro (comunicación personal, 22 de junio, 2017) el Centro Diurno organiza diversas actividades tanto con el Comité Cantonal de Deportes de Heredia como con la Terapeuta Ocupacional de la institución, con el fin de proporcionarles una mejor calidad de vida y contribuir a que sobrelleven la etapa del envejecimiento de una manera activa. Sin embargo, ella también planteó la necesidad de contar con diversas alternativas recreativas de carácter educativo que les apoyen para continuar con la labor que realizan cotidianamente con la población adulta mayor.

Al considerar las diversas situaciones que presentan las personas participantes y que en el Centro Diurno, reciben los servicios de una Terapeuta Ocupacional, la cual se encarga de estimular tanto el área motriz como las funciones ejecutivas, al emplear diversos ejercicios significativos y aplicables con los usuarios en su cotidianeidad, se tomó la decisión de apoyar por medio de este trabajo la labor que realiza la funcionaria,

con el fin de propiciar a las personas participantes y a la Terapeuta nuevas oportunidades de trabajar las funciones ejecutivas en cada una de las personas adultas mayores.

B. Descripción de las personas participantes que aportan en el proceso de diseño, aplicación, socialización de la producción didáctica.

Para llevar a cabo la producción didáctica se contó con la participación de 10 mujeres y 1 hombre dando un total de 11 personas adultas mayores usuarias del Centro Diurno “La Casa de los Abuelos” de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia.

Dichas personas fueron debidamente identificadas por la Terapeuta Ocupacional de la institución y diagnosticadas médicamente, con necesidades específicas en las funciones ejecutivas como, por ejemplo, dificultades en la atención, en la memoria, entre otras condiciones que demuestran características de una posible demencia. La idea consistió en que estas mismas personas, en compañía de los demás usuarios del Centro Diurno, tuvieran un momento de socialización con los materiales realizados, para así valorar en conjunto con los adultos mayores cuáles adaptaciones o mejoras se les hacen a los mismos, con el fin de cumplir la intencionalidad con la que fueron elaborados.

Por otro lado, se contó con la participación de la Terapeuta Ocupacional, quien es la profesional que desde su labor cotidiana en el centro, ha interactuado más tiempo con las personas adultas mayores participantes, por lo que conoce las fortalezas y áreas de mejora de cada usuario; además es la persona que solicita la realización de estos materiales didácticos; por lo que ella fue la encargada de apoyar desde sus conocimientos como profesional en la realización de estos recursos didácticos, con el fin de satisfacer de la mejor manera la necesidad a la que responde el producto.

En contraste con los aportes recibidos por parte del Centro Diurno, también en este trabajo se contó con el apoyo de otros profesionales quienes, desde sus conocimientos, contribuyeron en el proceso de diseño de los materiales didácticos, tal es el caso de una diseñadora gráfica, quien contribuyó en el diseño de cada uno de los materiales (rompecabezas, libro ilustrado del relato, tarjetas de juego de memoria y demás recursos).

Asimismo, se contó con la colaboración de un Ingeniero en electrónica, el cual a través de sus conocimientos contribuyó en la creación de cuatro figuras en tercera dimensión, las cuales serán la versión en pequeña escala de los personajes del relato, con el fin de que las personas adultas mayores tengan una experiencia aún más vivencial con el material y construyan sus propias versiones de la historia.

Por último, se contó con la colaboración de una filóloga, la cual se encargó de revisar el texto del relato y así contribuir desde su área, con algunos aportes para la mejor del texto.

C. Plan de trabajo seguido en el diseño de la producción didáctica

a. Pasos seguidos en función de los requerimientos de su diseño y puesta en práctica.

Para realizar la producción didáctica se realizaron cuatro pasos que a su vez se subdividieron en procesos más pequeños, los cuales facilitaron un mayor orden en el momento de realizar los materiales, con el fin de no desviar la intencionalidad andragógica del mismo. Dichos pasos se presentan a continuación:

-Identificación de productos didácticos:

La participación constante en actividades en el Centro Diurno con las personas adultas mayores (sesiones de ejercicios, momentos de elaboración de artesanías, juegos realizados en grupo, entre otras actividades) permitió tener un mayor contacto con la población, y a través de ello identificar las habilidades y destrezas que tienen las personas adultas mayores participantes y así, a partir de las mismas, valorar cuáles eran las funciones ejecutivas que debían ser mayormente potenciadas, con el fin de que estas, a largo plazo, no limiten su autonomía e independencia en sus actividades diarias.

Además de lo mencionado anteriormente, a las personas participantes se les realizó de manera verbal preguntas relacionadas con el tipo de material que les gustaría tener para trabajar dichas funciones ejecutivas. Dentro de estas preguntas realizadas se presentan las siguientes:

- ¿Qué tipo de juegos son los que usa más cuando están en el Centro Diurno?
- ¿Cuál de todos los juegos que usan en el centro le gusta más y por qué?

- ¿Les gustaría que la “Valija del recuerdo” incluya los juegos que a usted le gusta?

- De acuerdo con su opinión ¿Qué características se deben de tomar en cuenta en la elaboración de los juegos que incluyan la “Valija del recuerdo”?

Por otro lado, se realizaron diversas entrevistas a expertos (Terapeuta Ocupacional, diseñadora gráfica), consultas en investigaciones publicadas por internet; información relacionada con recomendaciones pedagógicas y didácticas con el fin de estimular de una manera objetiva las funciones ejecutivas (atención, percepción y memoria).

Una vez realizadas las investigaciones pertinentes, se procedió a la selección de los materiales didácticos a realizar de acuerdo con la intencionalidad pedagógica de cada recurso según la función ejecutiva a estimular. Para trabajar dichas funciones ejecutivas se emplearon juegos de discriminación visual como, por ejemplo, el juego de percepción de diferencias, juegos de memoria, rompecabezas, entre otros recursos los cuales a largo plazo buscan que la persona mantenga por más tiempo la atención y la concentración a los acontecimientos que suceden a su alrededor y así fortalecer su autonomía e independencia en las actividades diarias.

De esta forma se favorece de manera indirecta la memoria, la cual es muy importante para cualquier ser humano, ya que en ella se encuentran experiencias que forman parte de la identidad de la persona y que ven comprometidas por un desgaste cognitivo.

-Realización de entrevistas a las personas participantes sobre sus experiencias de vida más significativas:

Como primera actividad, para obtener las narraciones de las experiencias de vida de las personas participantes, se realizó en conjunto con la Terapeuta Ocupacional, una dinámica de motivación en donde a través de un conversatorio con las personas participantes, se trabajó el tema de la importancia de recordar algunas situaciones de nuestras vidas y que nos han sido significativas; la intención era que sirviera como una

actividad rompe hielo para que las personas adultas mayores; reflexionaran sobre la importancia de mantener vivos esos recuerdos y darlos a conocer a las demás personas.

Seguidamente se les dio una explicación del proyecto a las personas participantes, contándoles que ellos también iban a ser partícipes de la construcción de este, a través de sus narraciones de experiencias de vida y de los aportes que realizaron para elaborar los materiales didácticos. Por esta razón se le hizo entrega del consentimiento informado con el fin de que las personas adultas mayores estuvieran informadas y comprometidas con el trabajo. (*Ver apéndice B*).

Con el fin de no interrumpir en las actividades diarias de las personas en el Centro Diurno, las entrevistas para recolectar las narraciones de experiencias de vida de las 11 personas adultas mayores se llevaron a cabo durante las horas de trabajo independiente (cuando los usuarios del centro realizaban alguna artesanía, jugaban o descansaban); por lo que este proceso se realizó con la mayor libertad por parte de los usuarios participantes; ya que fueron las mismas personas quienes eligieron cuál historia querían contar para que se reflejara en el trabajo.

Luego de recolectar las narraciones se procedió a transcribir los audios de cada entrevista, para posteriormente codificarlos, clasificarlos y analizarlos, esto con el fin de identificar algunos datos tomados en cuenta en la confección del relato y en los materiales didácticos elaborados a partir del mismo.

Dentro de los datos encontrados en los 11 relatos se destacan temas que se relacionan con las funciones ejecutivas ya que hay al menos 5 personas entrevistadas que manifestaron no recordar algunos acontecimientos de su vida, mientras que para el resto de las personas entrevistadas esta tarea no les presentó mayor dificultad, esto por supuesto que ya se tenía contemplado dado las características que presentan las personas adultas mayores participantes.

Además de los datos ya mencionados, se determinó que en estas narraciones de experiencias de vida se encontraron temas que fueron y son muy importantes para las personas participantes, por ejemplo, el duelo por pérdida de algún familiar, lazos familiares, violencia contra la mujer o algún tipo de machismo, deserción escolar y

problemas de salud. Lo anterior se ve reflejado en los 11 relatos, por lo que este hallazgo fue de gran importancia para el trabajo, ya que definió la manera en cómo se abordaron estas temáticas estableciéndose así una significatividad, en el fortalecimiento de las funciones ejecutivas de las personas adultas mayores.

Es por esta razón que se consideraron estos datos, dentro de la construcción del relato; ya que los mismos surgieron de la participación de la población con la que se enfoca el trabajo. Es así como se procedió a elaborar el relato, una vez finalizado el mismo, se compartió con las personas adultas mayores y la Terapeuta Ocupacional, para que ellos realizaran aportes al mismo y así corregir el trabajo conforme a las sugerencias recibidas.

Después de la puesta en común del relato se elaboraron las ilustraciones, las cuales se le enviaron a la diseñadora gráfica, para que ella realizara el montaje del texto del relato y las ilustraciones, de tal manera que el mismo tuviera un formato de libro ilustrado.

Por último, del relato se seleccionaron las ilustraciones para usarse de acuerdo con las características de cada recurso didáctico. Para ello se tomaron en cuenta las recomendaciones de las personas participantes, las recomendaciones de la Terapeuta Ocupacional del centro y de la diseñadora gráfica.

- Diseño de los productos didácticos:

Luego de haber seleccionado las ilustraciones del relato de acuerdo con las características de cada recurso didáctico, se establecieron las características de cada material, con base en los datos facilitados por los usuarios. Y se sometieron a una revisión por parte de una diseñadora gráfica, la Terapeuta Ocupacional de la institución; para valorar si los materiales cumplían con los detalles no solo funcionales al objetivo didáctico, sino que también los mismos fueran fáciles de manipular por parte de las personas adultas mayores.

Por último, se inició con la elaboración de los recursos con las recomendaciones obtenidas por cada uno de los expertos.

- **Socialización de la “Valija del recuerdo” para su respectivo ajuste:**

Una vez que los materiales didácticos estuvieron elaborados, se procedió a ponerlos a prueba con las personas usuarias, para así valorar en conjunto con ellos los ajustes necesarios para garantizar la accesibilidad y la objetividad de estos.

Luego se realizaron los ajustes necesarios a la “Valija del recuerdo” de acuerdo con lo reflexionado con las personas adultas mayores participantes del proyecto, la Terapeuta Ocupacional y la Diseñadora Gráfica, para nuevamente ser probados por las personas adultas mayores.

Para finalizar con la producción didáctica y como cierre de la misma a las personas participantes se procedió a la entrega de la “Valija del recuerdo” al Centro Diurno, para que la misma sea utilizada por la Terapeuta Ocupacional en su labor diaria con las personas adultas mayores.

b. Naturaleza de su producción didáctica y sus requerimientos

La “Valija del recuerdo” tal y como se ha mencionado anteriormente consta de distintos materiales didácticos que estimulan la memoria, la concentración y la atención en las personas adultas mayores.

Sin embargo, estos materiales se basan en un solo relato de historias de vida, que trata de recolectar la información más esencial que se analizó en cada una de las narraciones de las personas participantes.

Por esta razón, el relato construido gira entorno a la memoria y cómo esta se compromete o potencia por diferentes acontecimientos de la vida cotidiana. Algunos de los eventos a los que refieren son las relaciones que tenemos con nuestros familiares y cómo la pérdida de nuestros seres queridos que comprometen tanto la condición de salud de la persona, como causar situaciones económicas que obligan a los familiares a buscar diferentes maneras para trabajar y ganar el sustento diario, sin importar que tengan que abandonar sus estudios.

Es importante recordar la importancia que tiene el relato en la creación de los materiales didácticos, por lo que es conveniente explicar por qué se escogió este tipo de

texto literario con el fin de representar diversos acontecimientos significativos que sucedieron en la vida de cada participante.

Es así como Merino y Pérez (2013) señalan que los relatos basados en historias de vida por lo general tratan de resumir los hechos más significativos durante la vida de una persona. Sin embargo, la forma en que el texto sea redactado depende de la manera en que cada protagonista de la historia quiera comunicar o narrar su historia, ya sea como una historia de otra persona o de ella misma.

Según estos autores, se plantea que la obra literaria que más se adaptó a este trabajo era un relato que reuniera los datos analizados y más destacados de las 11 personas adultas mayores participantes. De esta forma se conserva de una mejor manera la esencia de la información aportada por cada participante, sin tener que alterarla para que se adaptara a las características de un relato.

Dentro de las características que debe tener el género literario del relato, según Gardey y Pérez (2013) es que por lo general tienen un inicio, un desarrollo y una conclusión, así mismo tanto los personajes, como los lugares y la trama de la historia puede ser ficticios o bien basados en hechos reales. Sin embargo, estos componentes deben de estar previamente establecidos en el momento en que el escritor redacta su relato, esto con el fin de cumplir con un orden e intencionalidad lógica.

Además, dichos autores señalan que la principal diferencia entre un relato y un cuento es que el relato es que es de mayor extensión que el cuento, porque maneja distintos escenarios y situaciones en un mismo relato, pero a su vez es de menor longitud si se compara con una novela, debido a que en esta última los temas son tratados con mayor complejidad y extensión.

Una vez aclarado el porqué de la elección del relato, es conveniente explicar por qué se eligieron los diferentes materiales didácticos que comprenden la “Valija del recuerdo”; es así como a continuación se procederá a explicar cada material seleccionado:

-Audiolibro: de acuerdo con el diario Universia España (2010) los audiolibros como su misma palabra lo indica son libros que se escuchan y son un recurso muy

valioso que utilizan aquellas personas que por diversas circunstancias no saben leer o bien tienen alguna condición de discapacidad visual y que no emplean Braille.

De esta manera y al considerar las diferentes condiciones de discapacidad y el nivel de escolaridad que presenta la población adulta mayor a la que va dirigida este trabajo, el audiolibro del relato se convierte en un apoyo importante a la hora de aplicar los materiales didácticos. (Ver Figura 1).



-Libro ilustrado del relato basado en historias de vida de las personas participantes: de acuerdo con Arcenegui (2014), cuando se habla de lectura no solo se hace referencia a un texto; también se refiere a las imágenes que se visualizan a partir del texto; ya que las imágenes también le brindan a quien lee información valiosa que complementa lo planteado de manera escrita. Es así como al tomar en cuenta que para Arcenegui (2014) las imágenes en un texto son igual de importantes que el contenido escrito, lo que busca el libro ilustrado del relato basado en las historias de vida de las personas participantes es brindarle al lector, nuevas oportunidades para obtener la

información del texto, ya que las ilustraciones de este son pequeñas ramificaciones de lo que sucede durante cada escena del relato. (Ver Figura 2).

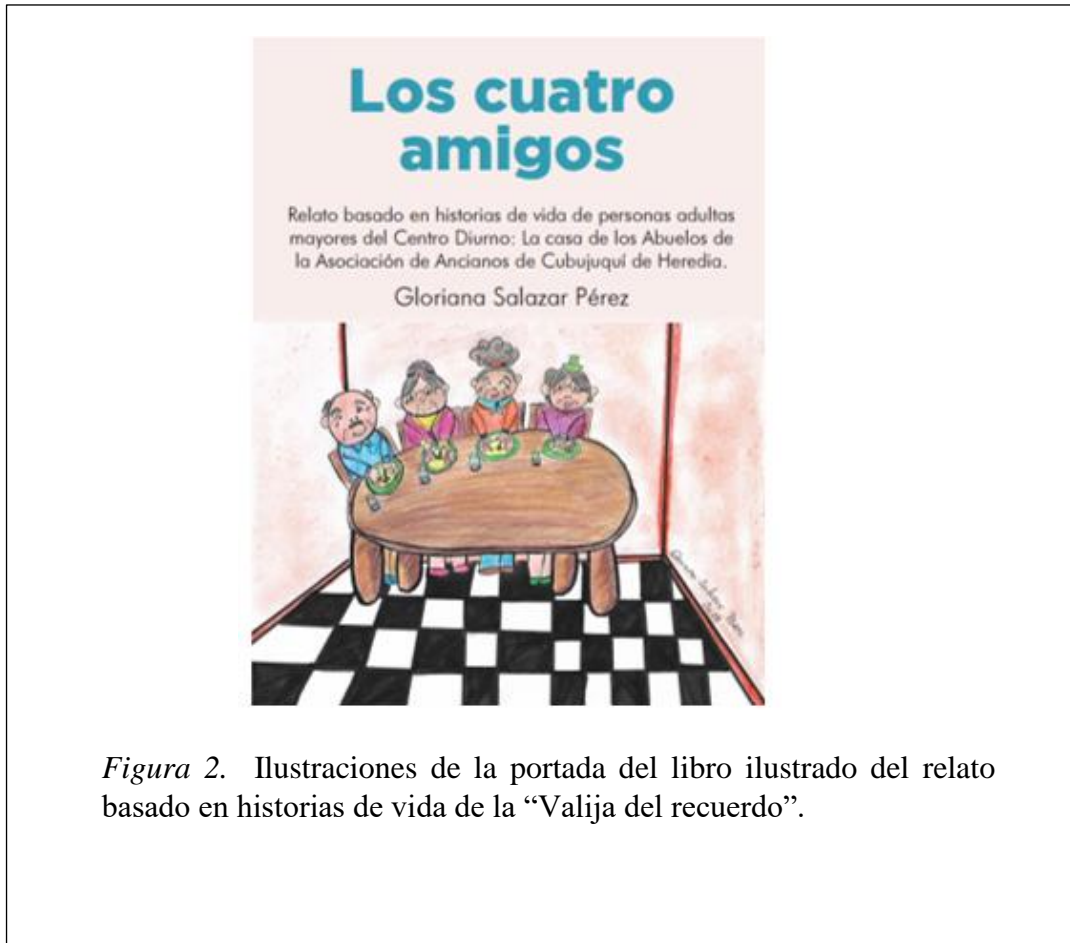


Figura 2. Ilustraciones de la portada del libro ilustrado del relato basado en historias de vida de la “Valija del recuerdo”.

- **Rompecabezas:** Gálvez (2018) comenta que los rompecabezas contribuyen en el mejoramiento progresivo de la atención, la concentración y la memoria visual, ya que la persona debe acordarse del orden específico de la pieza para armar el rompecabezas. Debido a esto y en busca de un mayor reforzamiento de las funciones ejecutiva de las personas adultas mayores participantes, se tomó la decisión de crear este recurso didáctico que es muy usado en el Centro Diurno, pero que constituye un apoyo importante en especial si lo que se deseaba es el reforzamiento de la memoria de las personas participantes. (Ver Figura 3).

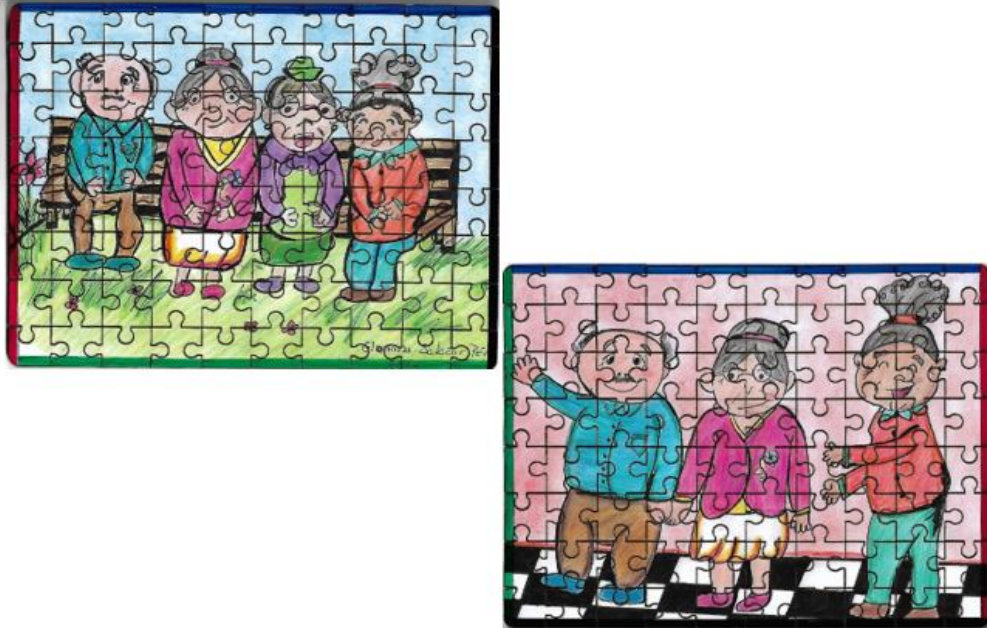


Figura 3. Ilustraciones de los rompecabezas de la “Valija del recuerdo”.

- **Juegos de percepción de diferencias:** este tipo de juegos exige según Ciudad y Martínez (s.f.) cumplir con una serie de pasos para encontrar las diferencias entre una imagen y otra, para ello se necesita de una adecuada atención y concentración para estar atento a cualquier detalle que nos brinde un punto de comparación entre ilustraciones. Es por ello por lo que esta actividad resultó importante de tomarla en cuenta en la “Valija del recuerdo”, ya que por medio de esta se trabajó la atención concentración de las personas adultas mayores. (Ver Figura 4).

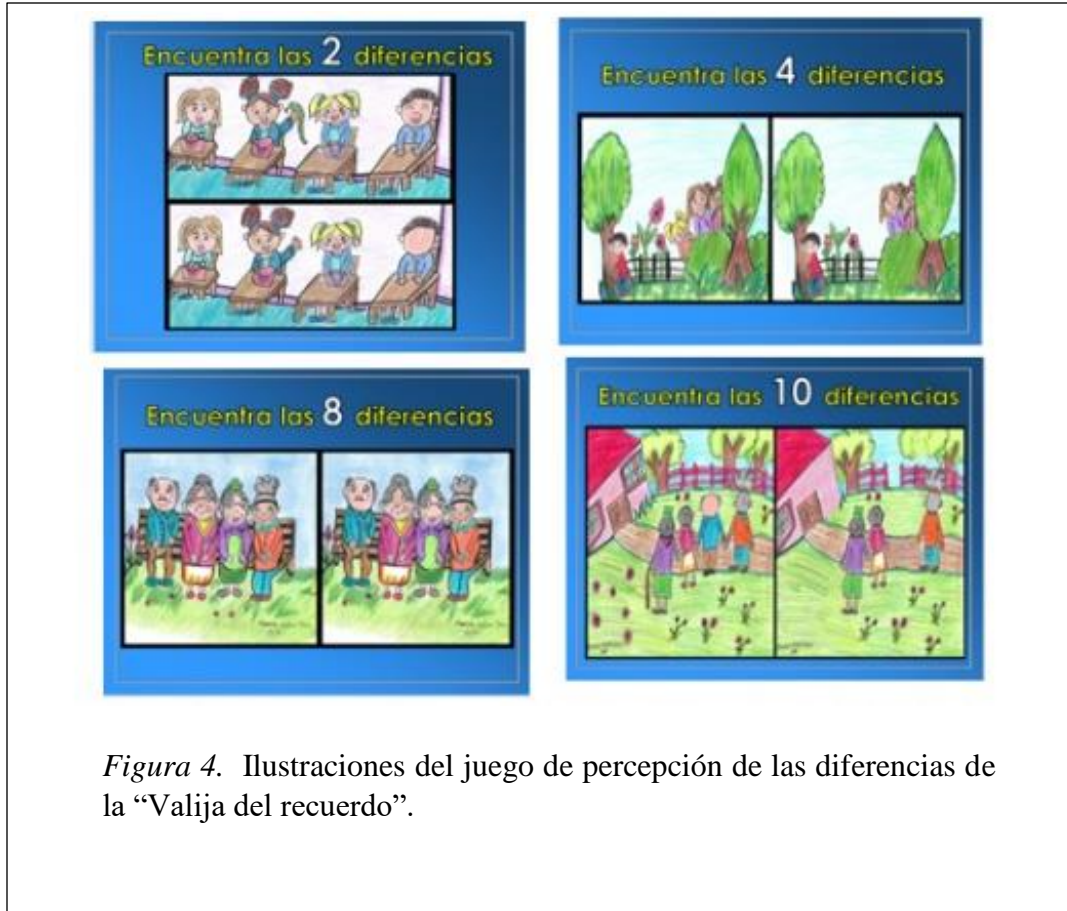


Figura 4. Ilustraciones del juego de percepción de las diferencias de la “Valija del recuerdo”.

- **Juego Encontrando al intruso:** Al igual que en el juego anterior y según Ciudad y Martínez (s.f.) este juego lo que buscó la estimulación de la memoria visual, por medio de la atención y la concentración para discriminar o diferenciar de una serie de ilustraciones cuáles pertenecían a las imágenes del relato y cuáles no.

Este juego además de ser novedoso fue considerado como un recurso didáctico importante en esta producción didáctica, ya que pone a trabajar la memoria la atención y la concentración de quienes juegan a través de la discriminación de una serie de imágenes previamente mostradas en un tablero. (Ver Figura 5).



Figura 5. Ilustraciones del juego Encontrando al intruso de la "Valija del recuerdo".

- **Juegos de memoria:** Este juego tal y como su nombre lo indica lo que busca es el fortalecimiento de la memoria por medio de la concentración y la atención, por lo que se retoma lo mencionado por Ciudad y Martínez (s.f.), cuando indican las diferentes maneras en cómo se fortalecen estas funciones ejecutivas. De esta forma este juego favorece las demás actividades, que para efectos de este trabajo cumplieron un papel muy importante para el logro de los objetivos planteados. (Ver Figura 6).

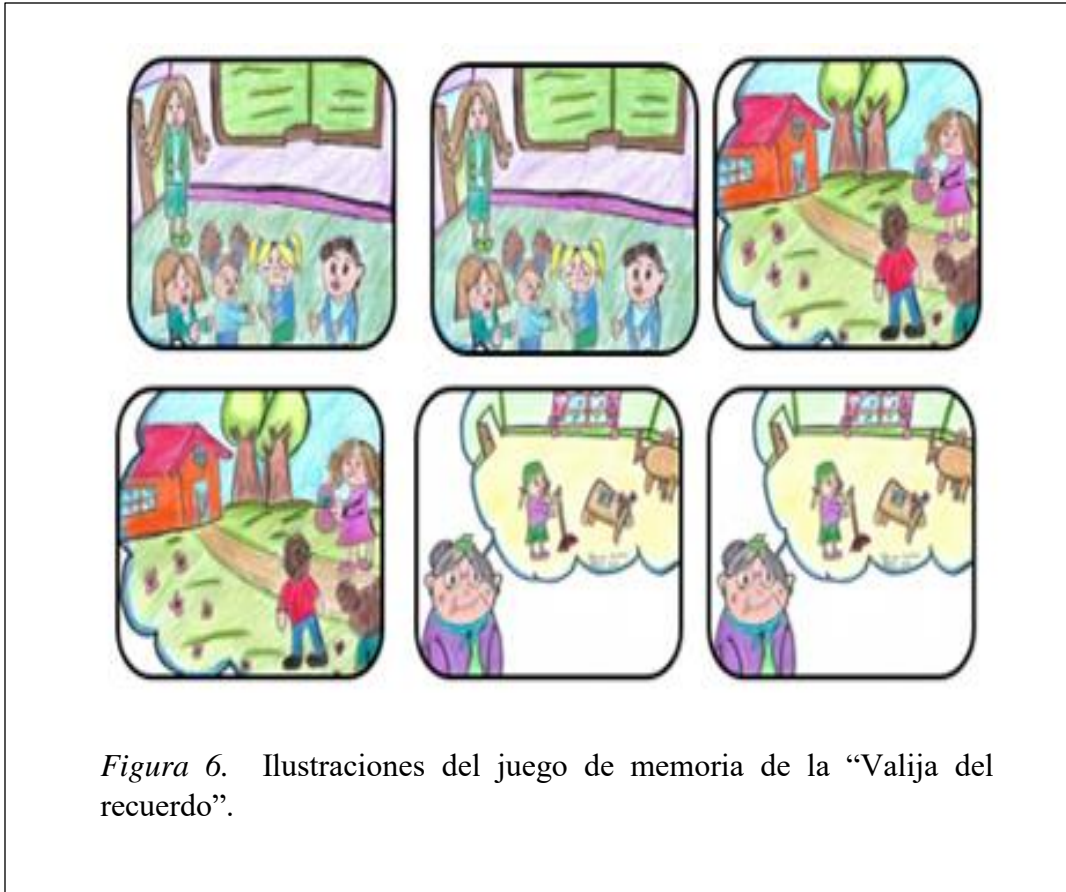


Figura 6. Ilustraciones del juego de memoria de la “Valija del recuerdo”.

- **Juego ordenar las secuencias según la historia:** Este juego fue incluido en la “Valija del recuerdo”, ya que tienen como objetivo principal estimular la memoria visual de los jugadores.

Lo anterior porque para completar la actividad; cada participante debe de recordar no solo los acontecimientos y asociar los acontecimientos de la historia con su respectiva imagen. Por lo que al final el juego plantea una nueva iniciativa para estimular la memoria visual de los jugadores; lo cual es afirmado por Ciudad y Martínez (s.f.) cuando comentan que, al trabajar la atención, concentración y memoria de las personas, es importante tomar en cuenta la variedad y significatividad de las actividades que se realizan. (Ver Figura 7).

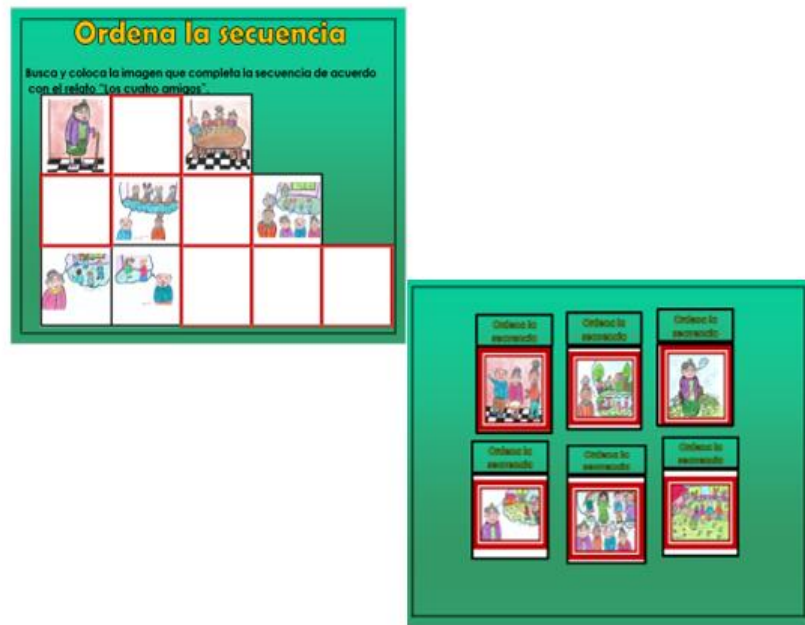


Figura 7. Ilustraciones del juego ordenar las secuencias de la “Valija del recuerdo”.

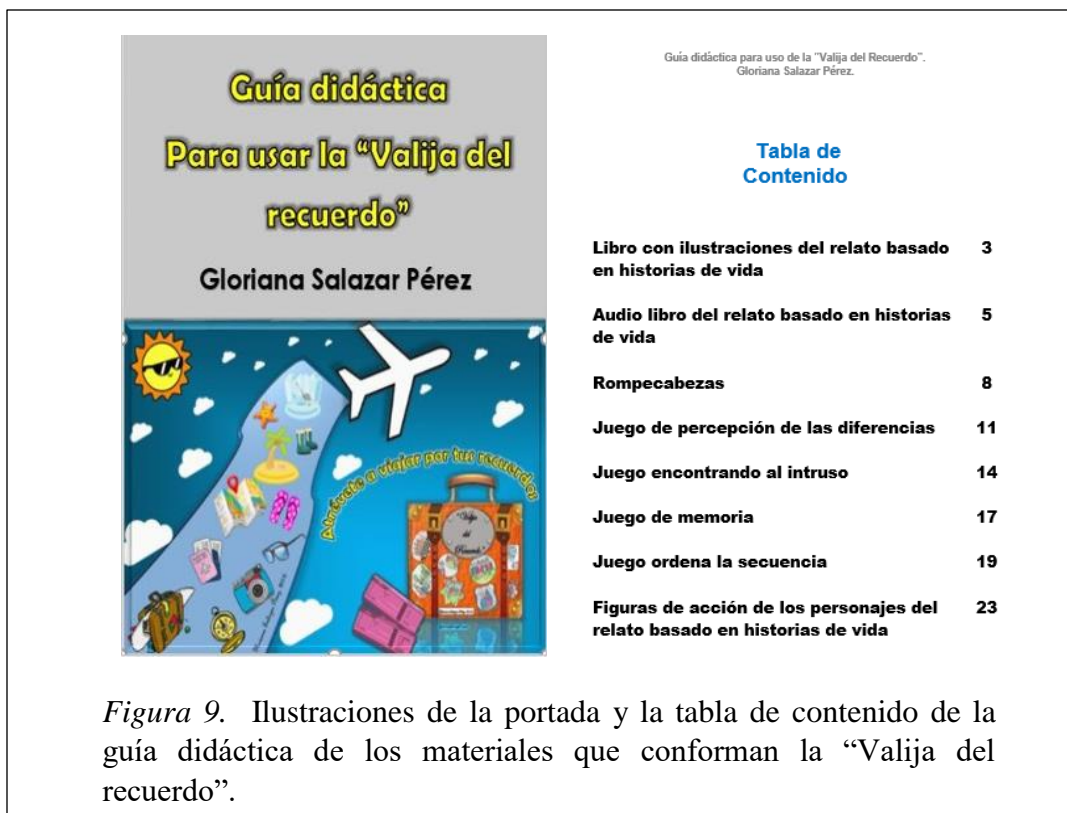
- **Figuras de acción de los personajes del relato:** Estas figuras se crearon con el fin de que fueran un recurso que complementará a los demás materiales didácticos. Ya que a través de estos se trabaja la atención de las personas adultas mayores participantes, al emplear la dramatización de la historia o bien la creación de nuevos relatos como una forma novedosa y creativa de interactuar con los personajes de la historia. (Ver Figura 8).



Figura 8. Ilustraciones de las figuras de acción de los personajes del relato de la “Valija del recuerdo”.

Es así como se hace correspondencia a lo indicado por Ciudad y Martínez (s.f.) cuando hacen referencia a la motivación y el ambiente positivo propicio para las personas participantes, en especial cuando se realizan actividades que involucren la memoria, la atención y la concentración.

Por último, pero no menos importante, es conveniente indicar que la “Valija del recuerdo” cuenta con una guía didáctica de los materiales realizados, la cual como su mismo nombre lo indica, se diseñó con la intencionalidad de ser un apoyo de uso de los materiales, para que todas las personas que quieran acceder a los mismos lo puedan realizar fácilmente. (Ver *figura 9*).



D. Descripción de la estrategia de consulta desarrollada para el diseño de la propuesta de producción didáctica

a. Consulta a expertos que acompañaron el proceso de producción.

Como ya se ha mencionado a lo largo de este trabajo, para la realización de los materiales, se contó con la participación de la Terapeuta Ocupacional del Centro Diurno, una diseñadora gráfica, además, también participó un Ingeniero en Electrónica y Comunicaciones. Los cuales a lo largo del trabajo aportaron desde sus conocimientos ideas que contribuyeron al fortalecimiento de este.

A continuación, se describe cómo fue el proceso de consulta con cada uno de estos profesionales.

En cuanto a la consulta realizada a la diseñadora gráfica, se le explicó en qué consistía el trabajo y que su participación era fundamental para que los materiales didácticos se realizarán con la mayor precisión posible. Por esta razón dentro de las recomendaciones iniciales que ella propuso para la elaboración de los materiales, fue que

la construcción de esta “Valija” debía de ser de cartón de presentación grueso, decorado de manera creativa y que hiciera alusión a una valija, con el fin de que la misma llame la atención de las personas y que las mismas se animen a hacer uso de los materiales.

Por otro lado, ella también comentó que, el libro con el relato debía de tener un tipo y tamaño de letra considerables para facilitar su comprensión y con un material duradero, esto para garantizar la calidad del producto, por un lado, y al ser un recurso dirigido a la población adulta mayor, debía contar con la letra lo suficientemente grande para que los usuarios no tuvieran dificultad alguna para leerlo y entender la información, por otro. De esta manera el libro fue impreso en material *Couche* tamaño carta, las imágenes tienen la particularidad de estar impresas a color, con el fin de facilitar la distinción de las características de cada personaje, así mismo el tipo de letra es Arial y tiene un tamaño 14 esto con el fin de facilitar la lectura del texto.

Al igual que el libro y por recomendaciones tanto de la diseñadora gráfica como de la Terapeuta Ocupacional, el resto de los materiales fueron elaborados con cartón de presentación, para que los mismos sean recursos duraderos. Además, las imágenes e información que muestran estos recursos permitiesen una mayor facilidad para ser observadas con detalle.

Un ejemplo de esto se encuentra en el tamaño de las piezas del rompecabezas; ya que tanto la Terapeuta Ocupacional como la diseñadora gráfica coincidieron en que las piezas de este debían de ser grandes y elaboradas con un material grueso para así facilitar su agarre. La terapeuta también señaló que este rompecabezas debía de tener una ilustración que mostrara la imagen formada luego de armar el rompecabezas, esto con el fin de que los usuarios se guiaran más fácilmente y así mantener el interés por el juego.

En cuanto a la consulta al Ingeniero en Electrónica y Comunicaciones, la misma se hizo, debido a que en planteamiento de los materiales a elaborar se contempló la creación de pequeñas figuras de acción de los personajes de las historias, para que los usuarios del Centro Diurno interactuaran con los mismos y tuvieran la posibilidad de crear nuevas historias.

El Ingeniero consultado tiene una impresora 3D, que utiliza la tecnología de modelado por deposición fundida, la cual es empleada en la industria de fabricación para modelar prototipos a pequeña escala, se le realizó la solicitud de que con este material se elaboran dichas figuras de acción. Es importante mencionar que para el tamaño de estas figuras se tomaron las consideraciones no solo aportadas por este profesional, sino que también se siguieron las sugerencias dadas por la Terapeuta Ocupacional y la diseñadora gráfica en cuanto al tamaño y la facilidad de manipulación de estas piezas.

De esta manera se llevó a cabo la consulta a los expertos participantes del proyecto, los cuales aportaron información y recursos importantes para que la realización de la “Valija del recuerdo” tuviera éxito; ya que la misma fue contextualizada de acuerdo con la realidad que enfrenta cada una de las personas adultas mayores que asisten al Centro Diurno.

b. Consulta con la población meta a la que se dirige la producción (se sugiere considerar estrategias de aplicación de la producción del producto para su valoración).

-Consulta durante el proceso de construcción de los materiales

Durante la elaboración de los materiales se realizó un proceso de consulta con las personas adultas mayores participantes, el cual dio inicio con la elaboración del relato ya que una vez que se clasificaron las categorías que serían contempladas, se procedió a la elaboración de este.

De esta manera el lunes 19 de marzo del 2018, se programó con la Terapeuta Ocupacional una visita al Centro Diurno; para socializar con las personas adultas mayores el relato confeccionado. Esto se llevó a cabo después de realizar los ejercicios de estiramiento diarios, en ese momento se les explicó a los 23 adultos mayores presentes ese día; que se les iba a leer un relato realizado a partir de algunas historias de vida de sus compañeros y que para ello se necesitaba que todos se sentaran en la posición que se sintieran más cómodos; por lo que de manera unánime las personas participantes decidieron sentarse en sus sillas para formar un semicírculo.

Luego leyó el relato, al finalizar se dio espacio a una plenaria donde las personas adultas mayores comentaron lo que les gustó, y qué le cambiarían al mismo. De esta manera se realizaron de manera verbal los ajustes indicados al texto.

Por último, se le dio a cada persona adulta mayor la posibilidad de expresar a través de su creatividad y por medio de dibujos o la escritura, lo que más les llamó la atención del cuento; esto se realizó con el fin de comprobar que tan significativa fue la historia para ellos y así valorar qué otras modificaciones se le podían hacer al mismo. *(ver apéndice D)*

Lo anterior dio pie a las ilustraciones de la historia, ya que las mismas se basaron a partir de los dibujos y expresiones artísticas realizadas por las personas participantes. Al finalizar se comentó lo elaborado por cada una de las personas adultas mayores, con lo que se cerró la actividad para la aprobación del relato que incluirá los materiales didácticos.

Por otro lado, es importante mencionar que, dentro de los principales cambios o modificaciones que se le realizaron al texto del relato destacan los siguientes:

Modificación del título: ya que inicialmente el relato se titulaba “Las aventuras y desventuras de José, Rosa, Ana y Clara” por lo que las personas participantes sugirieron uno nuevo, pasando así a ser “Los cuatro amigos”.

Correcciones de redacción: se realizaron correcciones de redacción debido a que había algunas partes del texto que tendían a confundir al lector, por lo que hicieron los ajustes solicitados para así facilitar su comprensión. Un ejemplo de esto se encuentra en el cambio de la palabra “al cumplir” la cual se encontraba al inicio del texto, en donde se mencionaba lo siguiente “Tan inseparables que cuando Anita al cumplir los 80 años tomó la decisión de asistir al Centro Diurno”. De acuerdo con las sugerencias aportadas por las personas adultas mayores y la Terapeuta Ocupacional del centro, la expresión debía cambiarse por “cumplió” por lo que esta parte del texto se editó de la siguiente manera “Tan inseparables que cuando Anita cumplió los 80 años tomó la decisión de asistir al Centro Diurno”.

Otra de las modificaciones realizadas al texto fue agregarle sangrías al momento de que cada personaje empieza su diálogo, esto se propuso con el fin de orientar al lector y que se definiera en qué momento es que se establece una conversación entre los protagonistas de la historia.

De esta manera un ejemplo de ello se encuentra en que anteriormente en el texto no se habían colocado las sangrías por lo que era muy complicado para el lector diferenciar la expresión del personaje con respecto al resto del párrafo, por esta razón se le agregaron las sangrías y quedó de la siguiente forma “cuando lo encontramos José estaba debajo de un árbol de café, llorando y todo asustado.... - ¡Uyyyy! Qué regañada nos pegaron esa vez, exclamó Clara.”

Es así como poco a poco el texto se editó considerando las sugerencias de las personas participantes, para que el mismo fuera entendible y significativo para ellos.

Además de las consultas realizadas a partir del relato, también durante las secciones siguientes a este día y durante el mes de marzo año se planificaron actividades en conjunto con la Terapeuta Ocupacional, cuya intencionalidad era identificar cuáles juegos eran más utilizados por las personas adultas mayores.

Para ello se planearon estrategias basadas en los materiales existentes en el centro como rompecabezas, algunos juegos de memoria, entre otros, por lo que definió que al ser recursos que diariamente son utilizados, hace que las personas participantes se sientan identificadas con ellos, por lo que se les facilita en algunos casos completar sin inconvenientes las actividades.

Por lo que al finalizar las dinámicas se les consultó verbalmente por medio de un conversatorio, sobre las características que ellos consideraban necesarias que debía tener la “Valija del recuerdo”; dentro de las cuales se destacan las más importantes:

- La letra del libro del relato debía de ser grande para que se les facilitara la lectura.
- Las piezas del rompecabezas y de las tarjetas del juego de memoria debían de ser fáciles de manipular para que sus usos no significarán un reto mayor.

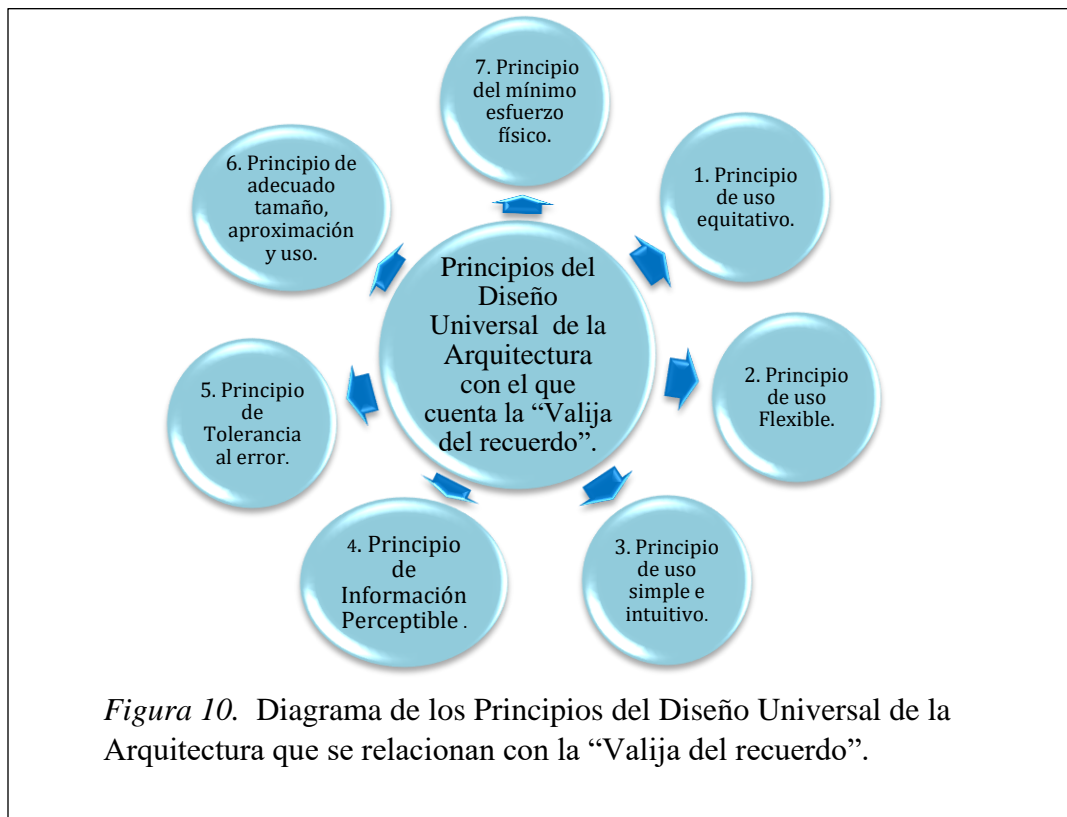
- Las ilustraciones para el juego de percepción de las diferencias entre imágenes debían de ser amplias y legibles, para facilitar su visualización.

De esta manera, las características señaladas por las personas adultas mayores y la Terapeuta Ocupacional, fueron de vital importancia en la construcción de los materiales didácticos para que estos fueran lo más accesibles posibles.

c. Considerar los criterios de accesibilidad universal en el producto.

Los materiales didácticos que forman la “Valija del recuerdo” cumplen en su gran mayoría con los siete Principios del Diseño Universal de la Arquitectura; ya que estos según Connell, et.al (1997) fueron creados con la intencionalidad de servir de guía en el diseño de entornos, productos o servicios, para así garantizar al consumidor un acceso más fácil y cómodo de acuerdo con sus necesidades.

De esta manera en la figura 10 se muestran los Principios del Diseño Universal reflejados en la “Valija del recuerdo”, posteriormente se describe cada uno de los principios:



- Principio de uso equitativo: Este principio de acuerdo con Connell et al. (1997) trata de que los materiales son usados por cualquier persona, sin necesidad de hacer exclusiones debido a sus diferentes capacidades.

Es así como en la mayoría de los materiales didácticos elaborados, en la medida de lo posible se tomó en cuenta este punto, por lo que una muestra de ello se encuentra en el audiolibro que apoya el libro de la narración de historia de vida. De esta forma se garantiza la accesibilidad de este recurso a todas las personas, a cualquier edad sin importar su grado de escolaridad.

-Principio de uso flexible: Connell et al., (1997) señalan que el uso flexible hace referencia, a la facilidad que tengan los productos de acuerdo con las preferencias y habilidades individuales que tengan cada una de las personas que accedan a este recurso.

Lo anterior se refleja en la variedad de materiales didácticos que ofrece la “Valija del recuerdo”, debido a que en la misma se encuentra desde el ya conocido juego de memoria, hasta lo más novedoso como los son las figuras de acción de los personajes del relato de la historia de vida; esto permite que los usuarios de la “Valija del recuerdo” tengan una amplia gama de dinámicas ajustadas a sus preferencias, habilidades y ritmos de aprendizaje.

-Principio de uso simple e intuitivo: según Connell et al., (1997), este principio lo que plantea es que los productos ofrecidos deben ser fáciles de usar, característica que permite que cualquier persona acceda a los mismos, sin necesidad de explicaciones extra por parte de algún facilitador o mediador.

En definitiva, la “Valija del recuerdo” está diseñada, para que pueda ser usada fácilmente por las personas que quieran hacer uso de ella. Ya que los materiales didácticos que la conforman tienen un principio novedoso, pero a la vez mantienen las características de fácil comprensión de los juegos comunes, lo cual garantiza que los mismos sean accesibles, sin dejar de lado la intencionalidad educativa por la que fueron creados.

Además de esto, es importante recordar la elaboración de la Guía didáctica que contiene la explicación de uso de cada material didáctico; la cual está realizada con un

vocabulario sencillo y de fácil comprensión para que sirva como apoyo para todas las personas que quieran hacer uso de los materiales didácticos. (*Ver apéndice E*)

-Principio de información perceptible: La información perceptible Connell et. al. (1997) aseguran que se trata de que la información que proporcione el producto debe de ser identificada fácilmente por la persona que quieran hacer uso de esta, sin importar las capacidades o habilidades del usuario.

Al igual que el uso simple e intuitivo, este principio se presenta en las diferentes fuentes de información que ofrecen los materiales didácticos diseñados. Un ejemplo de esto se propone con el apoyo visual y auditivo del libro, que trata sobre el relato de la historia de vida o la interacción que establecen los usuarios de los materiales con los personajes del relato por medio de las figuras de acción, entre otras características que les brindan a las personas que desean acceder al material, diferentes maneras de saber de lo que trata el mismo.

- **Principio de tolerancia al error:** Connell et.al, (1997) plantean que este principio trata de minimizar en los productos las fuentes donde se generan posibles errores por parte de los usuarios. Con relación a la “Valija del recuerdo” lo anterior se encuentra en la guía didáctica anteriormente mencionada, ya que la misma explica detalladamente la forma adecuada para usar cada material con el fin de evitar posibles errores generados en el momento de hacer uso de los recursos didácticos.

- **Principio del mínimo esfuerzo físico:** Connell et al., (1997) propone que este principio debe estar presente en los productos ofrecidos, de tal manera que los mismos no generen un mayor físico para los usuarios.

Las características de las personas participantes de esta producción didáctica se establecieron que, los materiales didácticos además de ser comprensibles los mismos tenían que ser fáciles de manipular, con el fin de que esto último no significaba un impedimento para hacer uso de ellos. Por esta razón se trató de que los materiales usados para confeccionar estos recursos fueran duraderos, seguros y accesibles para que sin importar la condición todas las personas puedan usarlos.

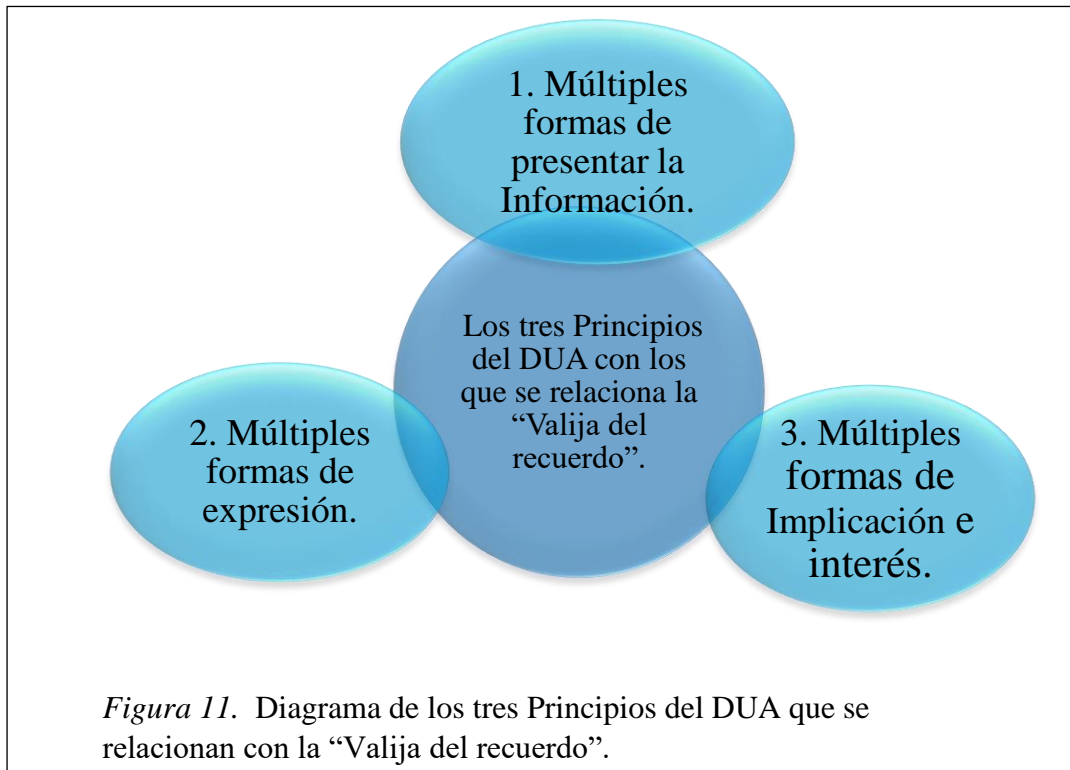
- **Principio de adecuado tamaño, aproximación y uso:** Este último principio comparte una estrecha relación con el anterior ya que Connell et al. (1997) mencionan

que los productos diseñados deben de garantizar el tamaño y las facilidades necesarias para su manipulación libre y accesible para todo aquel que quiera hacer uso de este.

En la “Valija del recuerdo” existe un claro ejemplo de ello, el cual se encuentra en el tamaño y la calidad de los materiales didácticos esta última mencionada anteriormente, en especial en el del libro que contiene el relato de la historia de vida; el mismo tiene un tamaño de hoja carta, que facilita la apreciación de cada ilustración que se muestra a lo largo de la historia; así como también el tamaño y el tipo de letra que sea grande y legible para que cualquier persona lo pueda leer y visualizar sin dificultad alguna.

De esta forma, la” Valija del recuerdo”, lejos de ser un material excluyente y pensado solo para ser utilizado por personas con ciertas características, resulta ser todo lo contrario pues a través de un diseño novedoso y educativo, todos los materiales didácticos que la conforman cumplen con la función de ser accesibles para cualquier persona que quiera hacer uso de estos.

Es por lo que, esta producción didáctica además de tener relación con los siete principios del Diseño Universal de la Arquitectura, también se vincula con los tres principios del DUA, ya que de acuerdo con Pastor, Sánchez y Zubillaga (2014) el DUA se basa en las tres redes neurales (red del reconocimiento, la red de estrategias y la red afectiva), que los seres humanos empleamos para aprender. Los tres principios del DUA se muestran en la figura 11 y explican a continuación:



- **Múltiples formas de presentar la información:** De acuerdo con Pastor, et.al (2014) este principio, nace a partir del principio de la red neural del reconocimiento, ya que propone la idea que cada persona aprende de manera distinta. Se debe procurar que el producto diseñado, cuente con diversas maneras en las cuales el usuario del recurso se identifique con su forma de aprendizaje. En este caso, este principio se presenta en la "Valija del recuerdo", ya que esta diversidad de aprendizajes se considera en todo momento, por medio de los diferentes materiales didácticos que la conforman.

- **Múltiples formas de expresión:** Este principio se ubica en la red neural estratégica; ya que, según Pastor, et. al (2014), lo que trata es de presentarle al usuario la información necesaria para el aprendizaje, al usar diversas estrategias que le brinden la oportunidad de identificar el cómo del aprendizaje. Dicho principio no solo se identifica en la gran variedad de materiales didácticos de la "Valija del recuerdo", sino que también se encuentra en la guía didáctica que la conforma, ya que la misma trata de explicarle a la persona usuaria, la manera en cómo a través de la utilización de determinado material su memoria o determinada función ejecutiva se va a ver beneficiada.

- **Múltiples formas de implicación e interés:** Por último, pero no menos importante este principio se relaciona con la red neural relacionadas con el afecto; ya que el mismo, según Pastor, et. al (2014) involucre los sentimientos, emociones y motivaciones del usuario para brindarle las oportunidades de identificar el porqué del aprendizaje, lo que promueve una mayor participación de la persona en las actividades realizadas. Esto por ejemplo se identifica en la “Valija del recuerdo” desde el primer momento que se socializó la idea de esta producción didáctica con los usuarios del centro, ya que, por medio del diálogo, se logró que los usuarios se sintieran identificados y motivados, a pesar de los malos momentos.

E. Descripción de la estrategia de socialización de la producción didáctica

Para poner a prueba y socializar la objetividad andragógica de los recursos didácticos que conforman la “Valija del recuerdo”, tanto con las personas quienes aportaron sus historias de vida para elaborar los materiales, como con el resto de los usuarios del Centro Diurno; fue necesario elaborar y aplicar distintas estrategias que permitieran realizar lo mencionado con anterioridad, las cuales se muestran a continuación:

- **Explicación de la “Valija del recuerdo”:** Para ello se les pidió a las personas participantes que se sentaran en semicírculo y se les explicó a todas las personas adultas mayores presentes, en qué consistía cada recurso didáctico, por lo que se les indicó que se les iba a dividir en subgrupos, a los cuales se les iba a dar un determinado tiempo para que jugaran y posteriormente intercambiaran los materiales entre subgrupos.

Posteriormente a esto, se realizaron pequeños grupos los cuales estuvieron conformados tanto por las 11 personas que la Terapeuta Ocupacional me sugirió que trabajara como por las otras personas adultas mayores del Centro Diurno. A cada subgrupo se le entregó uno de los juegos y se les recordó que al terminar el tiempo asignado intercambiarían el material con el subgrupo que tenían más cercano.

Al finalizar se les preguntó a las personas participantes si comprendieron el material, cuáles ajustes se les podrían hacer, si se les dificultaba seguir las instrucciones, si se sintieron identificados con las actividades, entre otras cosas.

- **Intercambio con los expertos consultados de los resultados obtenidos de la socialización de los materiales:** luego de socializar los materiales con las personas participantes, se conversó con la Terapeuta Ocupacional y la diseñadora gráfica sobre los resultados y sugerencias aportadas en función a los recursos, para así realizar los ajustes necesarios a los mismos.

- **Nuevamente se aplicaron a los materiales con los usuarios:** Se empleó la misma estrategia, pero en esta ocasión, los recursos se usaron durante los dos días de la semana que la Terapeuta Ocupacional asiste al Centro Diurno (lunes y jueves), por lo que se contó con su participación a la hora de usar los recursos; esto porque los materiales serán usados como una herramienta en el abordaje que la Terapeuta le dé a la estimulación de las funciones ejecutivas de los adultos mayores durante el desarrollo de sus sesiones.

Al finalizar la actividad se socializaron nuevamente los resultados con las personas usuarias del centro y se conversó nuevamente con la Trabajadora Ocupacional para realizar los últimos ajustes a los productos diseñados.

- **Entrega de la “Valija del recuerdo”:** para finalizar este proceso de socialización se procedió a hacer la entrega de la “Valija del recuerdo” al Centro Diurno, para que la misma sea usada por los usuarios del centro y por la Terapeuta Ocupacional en su labor diaria en esta institución.

F. Consideraciones éticas vinculadas a la producción a realizar

Para desarrollar este trabajo, fue importante tener muy en claro algunas consideraciones éticas, que no solo involucran a los funcionarios que laboran en el Centro Diurno en donde se aplicaron los recursos didácticos, sino que también incluyeron a los usuarios que participaron y a mi persona.

Lo anterior responde a la necesidad que existe, cuando se realiza un proyecto con base participativa; ya que, todas las personas que colaboran en el son componentes necesarios de tomar en cuenta, para alcanzar los objetivos planteados.

Es por esta razón que, se habló con la administradora y la Terapeuta Ocupacional que laboran en el lugar, para explicarles en qué consistió el trabajo y cuáles eran los beneficios que obtenían tanto los adultos mayores que visitan el centro como la institución en general sí se llevaba a cabo esta producción didáctica en este espacio.

Por otro lado, a todos los usuarios que deseaban participar en la realización de estos materiales didácticos, se les avisó previamente, por medio de una carta de consentimiento informado, en donde indicaba que, sí estaban dispuestas bajo un marco de respeto, tolerancia y confiabilidad a brindar toda la información y el apoyo solicitado, para llevar a cabo esta producción didáctica; así mismo en este documento se les indicó que como participantes del mismo, tenían derecho a retirarse en el momento que ellos lo desearan y que en todo momento se les informaría de los avances que se obtendrían de la labor realizada.

Por último, es importante indicar que la “Valija del recuerdo” fue donada al Centro Diurno, como una forma de agradecimiento por el apoyo recibido y para que la misma fuera utilizada como un material didáctico que le facilitará a la Terapeuta Ocupacional de la institución propiciar una mejor atención a los procesos cognitivos de la población adulta mayor que visita el lugar.

Capítulo IV

Presentación del producto diseñado

A. Descripción del producto diseñado

Antes de indicar en qué consiste la “Valija del recuerdo”, es preciso explicar el porqué de su nombre, ya que consiste en una valija que simboliza los recuerdos más significativos de las personas adultas mayores y que con el transcurso del tiempo y debido a circunstancias naturales y biológicas estas memorias son olvidadas. Por lo que los materiales didácticos que contiene la producción didáctica plantean a la persona usuaria una diversidad de oportunidades para revivir esos momentos, al mismo tiempo se fortalecen la memoria, la atención y la concentración, de esta manera se busca que la experiencia al interactuar con los recursos didácticos sea inolvidable y placentera.

La “Valija de recuerdo” entonces, consiste en una caja hecha con cartón presentación de aproximadamente 3.00 mm de grosor, al cual se le dio forma de valija, la misma se encuentra dividida por compartimentos compuestos por un conjunto de materiales didácticos como: rompecabezas, juegos de discriminación visual, juegos de memoria, entre otros recursos didácticos que estimulan la atención, la percepción y la memoria de las personas adultas mayores.

La intención consistía en que todos los materiales realizados respondieran al relato de historia de vida elaborado a partir de las experiencias de las personas participantes. Esto hizo que, en el momento que las personas adultas mayores interactuaron con el material realizado, la experiencia fuera significativa y vivencial.

Con base en lo anterior, se describe la composición de los materiales didácticos elaborados:

- **Audiolibro:** para elaborar este recurso fue necesario la confección del relato de historia de vida basado en las experiencias de vida de las personas participantes. Luego se procedió a grabar el audio en un Disco Compacto con formato MP3, para que sea reproducido en cualquier dispositivo.

Además, este audiolibro, contó con el apoyo del libro el cual aparte del texto del relato cuenta con ilustraciones que los oyentes de la historia consulten para guiarse en la secuencia de la narración.

-Rompecabezas: Este material fue hecho de madera country con ilustraciones de los acontecimientos representativos del libro del relato de historia de vida, con el fin de estimular la atención en el ordenamiento de secuencias, según sea el patrón de la imagen que se desea armar. Puede jugarse de dos ya sea de la forma tradicional en donde el jugador adivina el orden de las piezas, o bien puede seguir la secuencia numérica que se encuentra detrás de cada pieza del rompecabezas, lo anterior fue realizado con el objetivo de tener mayor accesibilidad al hacer uso del producto.

- Figuras de acción de los personajes de la historia: Estas figuras, como su mismo nombre lo indica, son muñecos en pequeña escala de los cuatro personajes que son los protagonistas en el relato del libro que incluye la “Valija del recuerdo”. Lo que se busca con las mismas es que, sean un complemento de los demás recursos didácticos; ya que con ellas se recrean acontecimientos de la historia o bien crear nuevos relatos, para estimular la atención, concentración y memoria de las personas que usen este material.

Dichas figuras están diseñadas primero en digital por el Ingeniero en electrónica y comunicaciones y luego es programado en la impresora a 3D, para que la misma lo imprima por medio de un filamento plástico biodegradable hecho a base de productos renovables como el maíz o la remolacha, denominado Ácido Poliláctico, el cual, a través de la tecnología de modelado por deposición fundida, se funde y deposita sobre una placa de vidrio en pequeñas capas, una encima de la otra, hasta formar el diseño elaborado de manera digital.

El resultado consiste en un producto fácil de ser manipulado que, al secarse, se endurece y se compacta, por lo que a la vez es duradero y seguro, porque no es pesado y no hay peligro de que al caer este se quiebre.

- Juegos de memoria: Este juego consta de 12 fichas con sus respectivas parejas de imágenes del libro ilustrado; las fichas están impresas en *Opalina* (material similar a la cartulina, pero este se caracteriza por ser más grueso y resistente al uso, lo que hace que

el producto logre conservar por mayor tipo mayor la calidad) además, estas fichas se encuentran debidamente plastificadas.

Las reglas para este juego son las mismas que un juego común, en donde el jugador o los jugadores deben colocar las tarjetas al reverso, para ocultar las ilustraciones del libro, y así levantar una a una las tarjetas, hasta encontrar las respectivas parejas de imágenes; si por diferentes razones el jugador tomó una tarjeta que no corresponde a la imagen que debe encontrar, esta se debe de colocar nuevamente en su lugar y el turno es cedido al siguiente jugador. Con este material se pretende trabajar la memoria visual por medio de la atención y concentración de las personas adultas mayores al recordar y encontrar los dobles de cada ilustración.

-Juegos de percepción de las diferencias: Este juego contó con un total de cuatro láminas impresas en *Opalina* y plastificadas en donde se plasmaron imágenes de acontecimientos de la historia en general extraídas de las ilustraciones del relato basado en historias de vida.

En las láminas se presentaron dos ilustraciones, una que es la imagen original, mientras que a la otra lámina le hace falta elementos; la intención era que la persona identificará cuáles y cuántos son elementos faltantes en la imagen. De esta manera se planteó que las imágenes contaran con un grado de dificultad el cual aumenta según la cantidad de las láminas, e inicia con dos diferencias y termina con diez diferencias.

-Juego Encontrando al intruso: Este juego tiene relación con el juego de percepción de las diferencias; ya que contó con 4 láminas (impresas en el mismo material de los recursos didácticos anteriores), cada una de ellas muestran diferentes ilustraciones, de las cuales solo algunas pertenecen al relato basado en historias de vida. La intención era que los jugadores identificaran cuáles son las ilustraciones que no pertenecen al relato.

Al igual que el juego anterior cada lámina cuenta con un grado de dificultad, el cual aumenta, de acuerdo con el número de imágenes que no pertenecen al relato; por lo que de esta manera se esperó estimular la atención y la memoria visual de cada una de las personas participantes.

-Juego ordena la secuencia según la historia: Este juego contiene una lámina con seis tarjetas con diversas imágenes, la intencionalidad del juego era que cada jugador, colocara las tarjetas en el orden que sucedió la historia; para ello la lámina de juego traía algunas imágenes ya establecidas y que sirvieron como pista para que la persona participante supiera cual parte de la historia es la que tenía que recordar para colocar adecuadamente las tarjetas.

De acuerdo con la descripción de cada material, es importante mencionar que los juegos cuentan con el apoyo de una guía didáctica, en la cual se describe, el objetivo del material, la forma cómo se debe utilizar y cuál proceso cognitivo se ve mayormente estimulado. Esto con la intención de que la producción adquiriera mayor sentido metodológico y ético, los cuales son elementos importantes para que los resultados de la estimulación cognitiva se dieran.

B. Sistematización y reflexión vinculada al proceso de producción didáctica

Para el análisis e interpretación de los datos se sistematizaron las narraciones de las experiencias de las personas adultas mayores (*ver apéndice C*) las cuales sirvieron como base para elaborar el cuento que, a su vez, se utilizó para crear los materiales didácticos que serán utilizados por las personas adultas mayores del Centro Diurno La casa de los Abuelos de la Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia. Lo anterior, respondió a una de las fases para desarrollar el segundo objetivo específico de esta producción didáctica, el cual consistió en diseñar de manera colaborativa con las personas adultas mayores, los materiales didácticos con base en las funciones ejecutivas identificadas para fortalecerlas.

De esta manera para analizar cada una de las entrevistas realizadas, se sistematizó la información obtenida, para seleccionar así diferentes categorías o temas a partir de la información encontrada en cada una de ellas, a la luz del tema principal de esta investigación, el cual está relacionado con la identificación de las funciones ejecutivas (FEJE). En cada categoría se definieron diversas subcategorías derivadas de estas. Esto permitió valorar tanto los temas que ya se habían considerado al inicio de esta

investigación como identificar temas emergentes y considerados importantes de retomar en el cuento y en los materiales didácticos realizados.

Es importante indicar que para este análisis se citaron algunas frases mencionadas por las personas participantes, con el fin de diferenciar la pertenencia de la expresión con la persona que la dijo y así darle voz a las personas adultas mayores que participaron, es así como se decidió utilizar la letra “P” para referenciar a la palabra participante y a la par de este se indica el número del participante (por ejemplo, para el participante 1 se codifica de la siguiente manera: P1).

De esta manera y de acuerdo con la categorización mencionada a continuación se analiza la categoría de Funciones Ejecutivas (FEJE), por lo que la tabla 1 explica con mayor detalle la subcategorización derivada de esta.

Tabla 1

Categoría de las Funciones Ejecutivas (FEJE)

Categoría		
1. Funciones ejecutivas (FEJE): Esta categoría hace mención de todas aquellas habilidades cognitivas, que le permiten a la persona desenvolverse de manera autónoma a la hora de tomar decisiones sobre alguna situación.		
Subcategorías	Código	Descripción
Función Ejecutiva de la Memoria	FEJEMEMO	Hace referencia a la función ejecutiva encargada de codificar, almacenar y recuperar la información, que es recibida por el entorno. Y que, en las narraciones de experiencias, algunos de las personas participantes mencionaron dificultades para recuperar la información de acontecimientos vividos, mientras que para otros participantes esto no les implicó un mayor esfuerzo. (Explicación realizada a partir del análisis de las personas participantes).

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

Como se indica en la descripción de la subcategoría, y al considerar que la memoria es una de las funciones ejecutivas más importantes para la vida del ser humano; ya que permite almacenar y recuperar todos aquellos recuerdos o información valiosa que sirven en un determinado momento. Según Bartlett (citado por Ruiz, 2004) para recuperar la información del pasado almacenada en nuestra memoria, es necesario la interacción de un proceso que se le atribuye mayor complejidad. Por esta razón es relevante para este trabajo analizar porque es que para algunas personas le es más fácil recordar mientras que, para otras, este proceso es más complejo y difícil de hacerlo.

De acuerdo con las entrevistas realizadas algunas afirmaciones de las personas participantes evidencian dificultades en la Función Ejecutiva de la Memoria (FEJEMEMO) manifestándose de la siguiente manera

- *“La verdad no recuerdo si terminé o no el 5º grado”* (P5)

- *“Yo ya tenía 6 años cuando mi mamá murió, la verdad no recuerdo muchas cosas de ella”* (P6).

Es así como estas primeras expresiones dan muestras de dificultades en las funciones ejecutivas principalmente en la memoria a largo plazo, ya que esta memoria es donde se almacena toda aquella información que ha sido procesada previamente por la memoria a corto plazo o memoria de trabajo y que, debido a un desgaste cognitivo natural por la edad, la misma en muchos de los casos puede alterarse o es difícil de recuperar. Lo anterior lo confirman Amor y Correa (s.f.) cuando plantean que durante la vejez una de las funciones ejecutivas que mayormente se ve comprometida es la memoria, en especial la memoria a largo plazo, es decir, aquella que tiene que ver con el reconocimiento.

A lo largo del proceso de envejecimiento hay una mayor probabilidad que nuestros recuerdos sean cada vez más difíciles de recuperar; por lo que se podría decir que la pérdida de la memoria responde no solo a una condición de salud que ocasiona el olvido de la información, sino que también se debe a la poca utilización de esta información durante un determinado lapso.

Según Anderson y Acholar (citados por Geary, 2005) indican que entre más significativas, importantes, necesarias y cercanas al diario vivir sean las experiencias que vive una persona; es más fácil que la memoria recupere con mayor rapidez la información almacenada, para que sea aplicada en diversas situaciones.

Lo anterior explica porque P5 no es capaz de recordar si terminó o no el quinto grado, o porque P6, no recupera muchos de los recuerdos que compartió con su mamá antes de que ella falleciera; ya que para estas participantes, estas experiencias marcaron un momento en sus vidas, sin embargo estos recuerdos al no ser utilizados poco a poco se desvanecieron en el tiempo, lo que propicia el olvido de la información.

Por otro lado, según la expresión de la P1, en donde indicó que no recuerda mucho de su vida, y mencionó lo siguiente “*Yo en realidad casi no me acuerdo mucho de mi vida*” (P1), esto tiene relación con las principales consecuencias generadas por dificultades en la memoria mencionadas por Freud (citado por Favela et al., 2012) en donde comenta que algunas complicaciones en la salud desencadenan conductas de demencia, demostrando un desgaste cognitivo importante. En el caso de esta participante, ella tuvo un aneurisma cerebral a los 70 años, lo cual ocasionó un desgaste en la mayoría de sus funciones ejecutivas; entre ellas la memoria, lo que afecta sus recuerdos; por esta razón para la persona adulta mayor le es prácticamente imposible recuperar esa información que olvidó.

No obstante, aunque estas personas demostraron una notoria dificultad para recordar; hubo otras personas adultas mayores que sin importar su avanzada edad recordaron con gran facilidad acontecimientos de su infancia o de su vida profesional; tal y como se muestran en las siguientes expresiones:

- “*Yo recuerdo que jugaba un montón con cualquier cosa, porque cuando uno estaba joven cualquier cosa le sirve para entretenerse*” (P8)

- “*Recuerdo que además de tequiosa era muy coqueta*” (P10)

Estos comentarios reflejan que no necesariamente el proceso de envejecimiento se debe relacionar directamente con el desgaste cognitivo, o pérdida de memoria. Tal y como lo menciona Siegler (citado por Geary, 2005) en donde comenta que por lo general los recuerdos se relacionan con los sentimientos y emociones o significatividad que

tuvieron en nuestras vidas y que a pesar de que fueron situaciones poco comunes que sucedieron en la vida diaria, están presentes en la memoria de las personas adultas mayores. Debido a esto es que las frases de recuerdos expresados por los P7, P8, P9, P10 y P11; tienen relación con situaciones dadas y que al contrario de P5 y P6; estos hechos fueron significativos o como los refirió Siegler (citado por Geary, 2005) ‘sucesos infrecuentes que son peculiares’, dichos sucesos se reflejan por ejemplo en la manera en que P7 cuenta y siente la experiencia que vivió cuando era niña diciéndolo de la siguiente manera *“Ese acontecimiento me marcó para toda la vida al punto de que hoy se lo estoy contando y tengo la piel de gallina de solo recordarlo.”* (P7), o la cantidad de estudiantes que la P11 recuerda cuando fue docente hace ya muchos años dato que lo expresó así *“En ese tiempo fui a trabajar con 60 niños 30 en la mañana y 30 en la tarde”* (P11) y los recuerdos de la infancia de P8 y P10.

Por otro lado, P9 comentó lo siguiente *“Yo me acuesto todos los días a las 10:00 pm y me levanto a las 5:00 am, mi hija me lleva un cafecito y me acompaña a rezar el rosario; luego me baño y después vengo aquí”* (P9), forma parte de esos recuerdos significativos; aunque al ser parte de la rutina diaria que ella realiza, es aún más sencillo que recuerde con mejor detalle todos esos acontecimientos, lo que afirma la cita anterior al referir la alta probabilidad que existe en recordar acciones registradas en la memoria a largo plazo, si estos ocurren frecuentemente en la vida diaria.

De esta manera si comparamos los datos analizados con las afirmaciones teóricas de los diferentes autores consultados en el marco teórico de este trabajo; es más probable recordar momentos significativos y que suceden con frecuencia en la cotidianidad; mientras que existe mayor facilidad para olvidar aquellos acontecimientos, que si bien es cierto han influido en la vida de la persona, pero fueron o son poco significativas en su vida. Sin embargo, lo anterior no siempre se aplica ya que hay excepciones tanto para olvidar como para recordar diversos eventos de la vida; como lo son dificultades en la salud y que desencadenan situaciones de senilidad y Alzheimer o ciertos sucesos menos frecuentes pero que fueron trascendentales para el desarrollo de la persona.

Desde la producción didáctica esta información es importante de tomarla en cuenta, ya que cada una de las frases que mencionaron las personas participantes muestran tanto una necesidad de contar con un apoyo que les ayude a recordar esos momentos significativos.

Además, es importante mencionar que, el conocimiento de esta información permitió entender que, aunque el trabajo de estimulación de las funciones ejecutivas promueve un mantenimiento adecuado de las habilidades cognitivas que se desgastan con mayor facilidad durante la vejez. Sin embargo, esta estimulación no es la solución total a estas situaciones, debido a las excepciones comentadas con anterioridad.

Por otro lado, y con relación al diseño los materiales y la significatividad de los momentos señalados constantemente por los autores, es que se planteó la idea de elaborarlos en conjunto con las personas adultas mayores. Ya que, durante el proceso de creación de estos, se genera de manera paulatina la recuperación de los momentos significativos de la vida de las personas participantes; para establecer de manera recíproca una interacción importante entre el recuerdo y el material creado realza a la estimulación de las funciones ejecutivas, a partir de los aportes de cada una de las personas adultas mayores.

Sin embargo, a pesar de que esta producción didáctica trata de estimular la memoria por medio de recuerdos significativos de los cuales una de las principales características es la presencia de la familia; se considera la influencia que tiene la misma en cada una de las vidas de las personas adultas mayores participantes. Es por esta razón que otra de las categorías que surgió a partir del análisis de las experiencias de vida de las personas participantes se denomina Interacción con los Familiares (INFA), la cual hace referencia a cada una de las interacciones que han establecido las personas adultas mayores con sus familiares a lo largo de sus vidas; de esta manera la Tabla 2 explica con mayor detalle cuáles fueron las subcategorías que surgieron a partir de las interacciones con las familias.

Tabla 2

Categoría de la Interacción con los Familiares (INFA)

Categoría		
<p>2. Interacción con los familiares (INFA): Se refiere a las interacciones que tienen las personas adultas mayores y los familiares con los que han compartido en algún momento de su vida y que le son significativos.</p>		
Subcategoría	Código	Descripción
Interacción con los hijos	INHI	Hace mención a la interacción que las personas adultas mayores mantienen con sus hijos (as) y lo manifiestan en sus narraciones.
Interacción con los padres	INPA	Se refiere a las interacciones que las personas participantes tuvieron con sus propios padres antes de que los mismos fallecieran.
Interacción con los hermanos	INHER	Esta subcategoría trata sobre las diferentes interacciones que tuvieron o tienen las personas adultas mayores con sus hermanos y hermanas a lo largo de su vida.
Interacción con los cónyuges	INCON	Hace mención a la interacción que tuvieron las personas participantes con sus esposos o esposas, antes de que estos fallecieran por diferentes condiciones.

Interacción con los abuelos	INABU	Se refiere a las diferentes interacciones que tuvieron las personas adultas mayores con sus propios abuelos y que en la actualidad han influido en sus vidas ahora que también son abuelos y bisabuelos.
------------------------------------	-------	--

Interacción con tíos	INTI	Esta subcategoría solo fue mencionada en dos ocasiones por dos personas participantes; sin embargo, la misma hace mención de la relación que desarrollaron estas dos personas durante su infancia con sus tíos o tías y que les fue realmente significativo para desarrollarse como personas.
-----------------------------	------	---

Interacción con los suegros (as)	INSUE	Al igual que la subcategoría anterior; esta también fue mencionada en dos ocasiones por dos participantes; pero la misma se refiere a la relación que las personas adultas mayores tuvieron con sus propios suegros (as).
---	-------	---

Interacción con la madrastra	INMA	Esta subcategoría solo fue mencionada por una de las personas participantes y hace referencia a la interacción negativa que tuvo esta persona con su madrastra y que marcó de manera significativa su infancia.
-------------------------------------	------	---

Interacción con el padrastro	INPAD	Esta subcategoría se refiere a la interacción positiva que tuvo una de las personas adultas mayores participantes y que al igual que la subcategoría anterior esta interacción fue significativa en la infancia de la persona participante.
-------------------------------------	-------	---

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

La categoría Interacción con los Familiares (INFA), se refiere a las interacciones más significativas que han tenido las personas adultas mayores con sus familiares, es indispensable para este trabajo, tomar en cuenta los diferentes recuerdos que tienen a partir de sus relaciones con cada uno (a) de los miembros de las familias, independientemente si ese recuerdo es positivo o bien negativo; ya que los mismos forman parte de la identidad actual del o la participante.

De esta manera las subcategorías Interacción con los Hijos (INHI) y la Interacción con los Cónyuges (INCOYU), se relacionan mucho con lo mencionado por Serrano (2013) en donde se asegura que, para las personas adultas mayores, la familia representa una fuente esencial de bienestar y contribuye a la calidad de vida de la persona adulta mayor; esto porque estas dos subcategorías representan el núcleo familiar más cercano a las personas participantes. Así lo afirma la P9 cuando indica que la hija le ayuda en ciertas tareas de la rutina diaria asegurándose de la siguiente manera *“me levanto a las 5:00 am mi hija me lleva un cafecito y me acompaña a rezar el rosario ”* (P9) o la manera en la que P1 y P11 mencionan lo mucho que querían a sus esposos y que actualmente les hace falta su compañía afirmándolo con las siguientes frases *“A mi marido yo siempre lo he amado y cuidado ... cuide a mi marido tanto hasta que lo vi en la caja y quede viuda”* (P1) *“Yo tenía un marido que bueno, todavía lo siento porque él murió”* (P11).

Tanto en las labores que le ayuda a realizar la hija de P9, como en el cariño expresado por los respectivos esposos fallecidos de P1 y P11, se evidencia la gran influencia que cada uno de los miembros del núcleo familiar más cercano tienen en la vida de las participantes, lo que hace que los recuerdos de los acontecimientos vividos con ellos sean más significativos e importantes de rescatar en este trabajo.

Es así como este apego por las diferentes relaciones familiares que establecieron las personas participantes se demuestra, en el momento que alguno de los familiares falleció y marcó un acontecimiento importante en cada una de las personas adultas mayores; la Tabla 3 explica con mayor claridad lo mencionado anteriormente.

Tabla 3

Categoría de la Pérdida de Algún Familiar (PAF)

Categoría		
<p>3. Pérdida de Algún Familiar (PAF): Esta categoría hace mención de la pérdida de diferentes familiares que han tenido que enfrentar las personas adultas mayores participantes y que la ausencia de estos les ha sido realmente significativa en sus vidas.</p>		
Subcategoría	Código	Descripción
Pérdida del Cónyuge	PCO	Esta subcategoría es reiterativa en casi todas las narraciones y hace mención de la pérdida del esposo o en su caso de la esposa de alguno de las participantes.
Pérdida del Padre	PPA	Se refiere a la pérdida por fallecimiento de los padres de las personas participantes y que en determinados momentos ha marcado diferentes momentos en la vida de las personas participantes.

Pérdida de la Madre	PMA	Se refiere a la pérdida por fallecimiento de las madres de las personas participantes y que en determinados momentos ha marcado la vida de las personas adultas mayores.
----------------------------	-----	--

Pérdida de los Hijos	PHI	Se refiere a la pérdida por fallecimiento de los hijos de las personas participantes y que han marcado la vida de las personas adultas mayores.
-----------------------------	-----	---

Pérdida de los Hermanos	PHE	Se refiere a la pérdida por fallecimiento de los hermanos de las personas adultas mayores participantes y que han sido momentos significativos en la vida de las personas adultas mayores.
--------------------------------	-----	--

Pérdida de la Madrastra	PMAD	Esta subcategoría solo se mencionó en una ocasión por una de las personas participantes; sin embargo, se refiere a la pérdida por el fallecimiento de su madrastra, la cual influyó de manera negativa en su infancia.
--------------------------------	------	--

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

De esta categoría se rescatan dos aspectos importantes, las subcategorías PCO y PMAD son las que más se destacan entre todas las experiencias de vida de las personas adultas mayores; en donde se observa por medio de diferentes frases expresadas por la personas participantes, qué tan importante fue ese acontecimiento en la vida de cada una de estas personas, la expresión que se muestra a continuación es un ejemplo de PCO “*Lo único que tengo es que no he podido superar la muerte de mi marido y espero en Dios lograrlo*” (P11).

Es así como lo expresado por P11 indica que, aún se encuentra durante un proceso de duelo por la pérdida de su esposo, lo cual hace que aún lo recuerda y mantenga muy presente todas las experiencias que vivió con él antes de su fallecimiento. Lo anterior se relaciona con lo que Carebic (citado por Brenes, 2008) comenta sobre la extensión en el tiempo durante los procesos de duelo en las personas adultas mayores y lo difícil que es para esta población adaptarse los cambios inesperados.

Por otro lado, se encuentra la subcategoría PMAD, en donde P9 menciona que, “*Yo tuve una madrastra que por todo me pegaba, ella quería a todos mis hermanos menos a mí, vieras como sufría yo*” de acuerdo con P9 los recuerdos que ella tiene de su infancia son muy dolorosos, ya que lejos de ser querida por su madrastra no desarrolló un apego importante con la misma, lo cual hizo que el proceso de duelo mencionado por Carebic (citado por Brenes, 2008) se diera en un tiempo menor que el esperado; dando a entender que el factor determinante, para que una persona supere el duelo por pérdida de algún familiar en el menor tiempo posible, es el apego y los sentimientos que la persona adulta mayor tiene o tuvo con el familiar fallecido.

Además, otras categorías que surgieron fueron: Violencia Doméstica (DOME), Situación Económica (SIECO), Aspectos Educativos (ASEDUC), Estado Civil (ESCI) Y Situaciones de Salud (SISAL). Estas cinco categorías fueron mencionadas en menor medida por las personas adultas mayores, sin embargo, consideré importante mencionarlas, ya que son situaciones que rodean o rodearon diariamente el entorno de las personas participantes lo que generó en ellos recuerdos de acontecimientos significativos.

A continuación, se muestran diversas tablas que explican con mayor detalle cada una de las categorías mencionadas con sus respectivas subcategorías.

Tabla 4

Categoría Violencia Doméstica (VDOME)

Categoría		
<p>4. Violencia Doméstica (VDOME): Esta categoría hace mención a las diferentes condiciones de violencia doméstica que en un determinado momento las personas adultas mayores les ha tocado enfrentar y que les son relevantes en sus vidas.</p>		
Subcategoría	Código	Descripción
Abuso psicológico	ABPS	Hace mención de todas aquellas agresiones verbales, que han sido utilizadas en contra de las personas adultas mayores; tanto por parte de sus esposos como por sus padres, madrastra o hermanos.
Abuso Físico	ABFI	Se refiere a todas aquellas agresiones físicas que las personas adultas mayores tanto en su infancia como en su vida adulta les tocaron enfrentar ser las víctimas de los abusos cometidos por sus padres, madrastra y esposos.
Infidelidad y control	INCO	Hace mención de la infidelidad y control que ejercían los esposos sobre la mayoría de las participantes; volviéndose víctimas de esta situación.

Negligencia	NEG	Esta subcategoría se refiere a todas aquellas condiciones de negligencia que tres de las personas participantes tuvieron que enfrentar cuando su padre decidió sacarlas del centro educativo debido a su bajo rendimiento escolar.
--------------------	-----	--

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

De esta categoría la subcategoría que más se destaca es la de NEG (Negligencia) en donde según algunas de las frases expresadas por las personas adultas mayores destacan que por una decisión de sus padres tuvieron que dejar la escuela y dedicarse a trabajar, como por ejemplo *“el problema es que éramos muy pobres, entonces para ganarnos la comida mi papá nos metió al campo para trabajar por lo que comíamos”* P8. Además de esta expresión P5, comenta que:

- *“Le dije a mi papá yo tengo ganas de salir de la escuela para ir donde mi hermana Estela, que ella tenía una chiquita chiquitita y viene otra en camino y yo quería ayudarla y mi papá me dijo a pues salga; me lo dijo así sin ponerme trabas de nada”* (P5)

Tanto P8 como P5, son un claro ejemplo de lo comentado por Claramunt (2006), ya que, según esta autora, la negligencia es un comportamiento en donde se abandona y se desprotege a la persona que no se vale por sí misma. En el caso de P5 y P8 ambos padres decidieron sacar a sus hijos de las escuelas para que se dedicaran a trabajar; lo cual, en gran medida, fue una forma de desproteger al niño (a) ya que estuvieron sometidos a realizar tareas que no eran adecuadas para su edad.

Al tomar en cuenta la época en donde se desarrollaron los hechos; se deduce que, en ese momento, la decisión que tomaron los padres de los participantes en sacar a sus hijos para que trabajaran era algo completamente aceptado. Sin embargo, en la actualidad y visto desde otra perspectiva lo anterior se relaciona con lo que se menciona en la Ley 7739 Código de la niñez y la adolescencia (Asamblea Legislativa, 1998).

La ley en cuestión establece una total prohibición laboral para menores de edad, y el incumplimiento de esta por parte de la persona encargada del menor es sancionada seriamente por el Patronato Nacional de la Infancia; por lo que a partir de lo mencionado en la ley y de acuerdo con el termino de negligencia, ya mencionado por Claramunt (2006), se podría decir que, tanto a nivel legal como en la definición del concepto de negligencia, son conceptos muy recientes, en comparación a la edad de las personas adultas mayores participantes; por lo que las personas participantes no validaron sus derechos como niños y tuvieron que trabajar para sobrevivir.

Para efectos de la producción didáctica, este dato toma relevancia ya que son recuerdos que marcaron un acontecimiento importante en la vida de las personas participantes y que dieron paso al estilo y la calidad de vida que han llevado hasta la actualidad para ejemplo de ello, se encuentra lo comentado por parte de P5, la cual dentro de su narración explicó que, si su papá no la hubiera sacado del centro educativo, hubiera llegado a ser profesional y así tener una pensión digna.

Sin embargo, el hecho de que los padres de las personas adultas mayores participantes decidieron sacar a sus hijos del sistema educativo, tiene mucho que ver con el nivel económico de cada una de las familias; dato que es explicado por medio de la tabla 5.

Tabla 5

Categoría sobre la Situación Económica (SIECO)

Categoría

5. Situación Económica (SIECO): Esta categoría hace referencia a las diferentes situaciones que tuvieron enfrentar las personas adultas mayores durante su infancia y que tuvo una repercusión importante en sus vidas, lo cual se ve reflejado en las narraciones.

Subcategoría	Código	Descripción
Pobreza	POB	La subcategoría hace referencia a una condición estándar de pobreza en casi todas las narraciones, lo que repercutió en el poco desarrollo profesional de las personas participantes.

Al igual que la categoría anterior, la subcategoría de POB (Pobreza) es de suma importancia en este trabajo, ya que por medio de la misma es que se entiende porque las personas participantes tuvieron que abandonar en su niñez el centro educativo para dedicarse a trabajar lo que les generó nuevos recuerdos que marcaron la infancia de estas personas, información que es afirmada por las mismas personas participantes como por ejemplo: *“después de que falleció mamá empezamos a vivir una pobreza extrema esa fue otra cosa que hizo que uno no se sintiera con ganas de asistir a la escuela ”* (P5) y lo comentado por P8 en donde menciona que:

-“Yo empecé a sembrar muy tempranamente, en casa éramos 6 de familia y yo era el chiquitillo de la casa, pero el problema era que éramos muy pobres, entonces para ganarnos la comida mi papá nos metió al campo para trabajar” P8

De esta manera que la decisión que tomaron los padres de las personas adultas mayores participantes al no enviar a sus hijos a la escuela debido a situaciones económicas difíciles, se vincula a un concepto, que es popularmente conocido como abandono escolar o deserción escolar; es así como la Tabla 6 ejemplifica mejor la creación de esta nueva categoría.

Tabla 6

Categoría sobre Aspectos Educativos (ASEDUC)

Categoría		
6. Aspectos Educativos (ASEDUC): Esta categoría se refiere a los aspectos educativos que influyeron en el pasado de las personas adultas mayores y favorecieron a una menor profesionalización educativa por parte de estos.		
Subcategoría	Código	Descripción
Deserción Escolar	DESECO	Esta categoría se refiere a todas aquellas condiciones, ya sea de pobreza o de negligencia; que hizo que algunas de las personas adultas mayores tuvieran que abandonar sus estudios y dedicarse a tareas agrícolas o domésticas.

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

Como se menciona en la tabla la categoría ASEDUC desde la subcategoría DESECO, trata de justificar una consecuencia que tuvieron las personas adultas mayores al abandonar el centro educativo, por tener que trabajar debido a la pobreza. Lo anterior es afirmado por P8 en donde indica que “ *En general todos mis hijos trabajan, porque ellos si estudiaron, ellos no fueron como yo, porque yo toda una vida he sido pobre pero si trabajaba muchísimo.*”, de esta manera P8 explica que él por ser pobre tuvo que trabajar y no pudo estudiar, por ello esto se relaciona con lo que menciona Sandoval (2007) al decir que, por lo general una deserción escolar responde a muchos factores tanto

culturales como situaciones socioeconómicas del hogar dentro de los cuales se encuentra la pobreza de aquí la razón por la que muchas familias como la de P8 en el pasado se vieron obligadas a que sus hijos dejaran la escuela para trabajar; hecho que en gran medida marcó la vida de P8.

Además de lo expresado por P8 sobre la deserción escolar debido a la pobreza y la necesidad de conseguir dinero para sobrevivir, también se encuentra el testimonio de P5, ya que ella menciona lo siguiente:

-“Yo la verdad no recuerdo si terminé o no el 5º grado y lamentablemente en ese tiempo la gente que estaba a mí alrededor, así como vecinos y amigos, a nadie le importaba el estudio por eso no me apoyaron cuando yo me salí.” (P5)

Un aspecto importante de rescatar que se evidencia en el comentario realizado por P5 se encuentra el poco interés por el estudio que demostraron las personas que se encuentran alrededor de P5; ya que las mismas muy probablemente por la situación económica que enfrentaba hizo que la preparación académica no la consideraron importante. Sin embargo, esto causó que el futuro de P5 se viera afectado, ya que según Sandoval (2007) una de las grandes consecuencias generadas de la deserción escolar, es la repetición del ciclo de pobreza familiar.

Las personas que abandonan el estudio en edades muy tempranas hace que tengan un muy bajo proceso de formación, lo que a futuro se traduce en pocas oportunidades de conseguir un empleo que tenga un salario digno, lo que repite la condición de pobreza vivida durante la infancia, lo cual afecta la calidad de vida de estas personas, hecho que se refleja en la entrevista realizada a P5 cuando menciona que si hubiera estudiado probablemente actualmente estuviera gozando de una pensión digna para satisfacer sus necesidades.

Otra categoría que surgió y que se relaciona mucho con la salud actual de las personas adultas mayores es la categoría denominada Situaciones de Salud, la cual es explicada en la tabla 7.

Tabla 7

Categorías Situaciones de Salud (SITSAL)

Categoría		
7. Situaciones de Salud (SITSAL): Se refiere a todas aquellas situaciones de salud que las personas adultas mayores han enfrentado o que algún familiar ha presentado en algún momento y que fueron mencionadas en las narraciones.		
Subcategoría	Código	Descripción
Enfermedades Psicosociales	EEPS	Son todas aquellas condiciones de depresión o de ataques de pánico que las personas adultas mayores por diferentes razones como la pérdida de un familiar, o por dejar de trabajar han tenido que enfrentar a lo largo de su vida.
Enfermedades del Sistema Circulatorio	ESC	Se refiere a todas aquellas enfermedades del Sistema Circulatorio como aneurismas cerebrales, o los infartos, los cuales se originan por una complicación a nivel circulatorio y que en un determinado momento tanto algunos familiares de las personas adultas mayores como a ellas mismas, les ha tocado enfrentar una situación de esas, lo cual crea un acontecimiento importante en las vidas de estas personas.

Enfermedad es Respiratorias	EERES	Hace mención a condiciones de Asma que las personas participantes han tenido que aprender a sobrellevar; pero que les ha causado alguna complicación tanto en la actualidad como en el pasado; lo cual lo menciona en sus narraciones.
Enfermedad es Infecciosas	EINF	Esta subcategoría solo fue mencionada por un participante ya que comenta que, al padecer de rubéola durante su embarazo, esto fue un factor determinante y significativo para el nacimiento de su hija.
Enfermedades Óseas	EOS	Esta subcategoría solo fue mencionada en una narración, sin embargo, hace referencia a una de las condiciones que está mayormente presente en la población adulta mayor, ya que al aumentar la edad se da un incremento significativo en las condiciones que comprometen partes óseas del cuerpo humano, como lo es el desgaste de cadera.

**Enfermedad
es Invasivas**

EIN

Esta subcategoría solo se mencionó en una ocasión, pero hace mención a condiciones de salud que por lo general suelen invadir el cuerpo humano de manera benigna o maligna, lo que compromete la vida de la persona como por ejemplo un tumor maligno a nivel cerebral que sufrió una de las hijas de un participante, lo cual hizo que la vida de este cambiará por completo.

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

De esta categoría, las subcategorías derivadas que son más influyentes para efectos de este trabajo son las siguientes EPS, ESC Y EOS, ya que las mismas marcan los principales hechos de la creación de este trabajo y de su relevancia con la población adulta mayor, sin embargo, es importante tomar en cuenta que, las mismas se mencionan como hallazgos pero que, dado la priorización de las categorías no se incluyeron como elementos a considerar en la construcción de los materiales.

En primera instancia se encuentran las enfermedades psicosociales como los ataques de pánico y nerviosismo y las enfermedades del sistema circulatorio por ejemplo un aneurisma cerebral, como posibles elementos que contribuyen a un mayor desgaste cognitivo tal y como lo explica Freund (citado por Favela et al., 2012) cuando explica que muchas veces factores hereditarios de salud, depresiones, condiciones psicológicas o situaciones relacionadas con el uso excesivo de alcohol hacen que las personas tengan mayores probabilidades de desarrollar algún tipo de demencia como producto de un desgaste cognitivo.

Lo anterior nace a partir de lo mencionado por P5 cuando indica sus constantes ataques de nervios y que por ello inventaba enfermedades que no eran reales lo que se manifiesta de la siguiente manera: *“Yo era una niña muy nerviosa... Yo crecí con muchos*

nervios, miedos un día yo pensaba que estaba dañada del pulmón, otro día pensaba que estaba dañada del corazón; otros días creía que me dolía todo el cuerpo y así.” P5; o lo comentado por P1 cuando comenta que no recuerda mucho después del aneurisma cerebral que tuvo indicándolo de la siguiente manera “no recuerdo porque yo tengo muchos años y después un bombazo que según él doctor es un milagro que yo esté viva...a mí me dio un aneurisma” (P1).

Por otro lado, se encuentra la subcategoría EOS, la cual hace mención a una condición que es característica en la población adulta mayor. Según Callado, Cambroner, Campos y Sánchez (s.f.) las enfermedades óseas por lo general aparecen cuando hay un mayor desgaste del cuerpo según la edad, lo anterior se evidencia en el comentario expresado por P8 en donde comenta que *“Yo trabajé muchísimo por eso en este momento yo ya estoy impedido, porque trabajé tanto que me dañé la cintura... estuve en el hospital muy malo de la cintura”* (P8). Por lo que esta condición es importante de tomar en cuenta a la hora de crear los materiales didácticos; ya que los mismos deben estar diseñados de tal manera que las personas adultas mayores, no tengan que hacer un gran esfuerzo físico para utilizarlos y así no complicar aún más su condición ósea.

Como un último aspecto, se encuentra la categoría ESCI, la cual hace referencia al Estado Civil de las personas adultas mayores participantes de este trabajo; lo anterior es explicado con mayor detalle en la tabla 8.

Tabla 8

Categoría sobre el Estado Civil (ESCI)

Categoría

7. Estado Civil (ESCI): Esta categoría trata sobre el estado civil de las personas participantes y que de una manera muy explícita es menciona en las narraciones de experiencias de las personas adultas mayores

Subcategorías	Código	Descripción
Divorcio por Discapacidad de Hija	DIVDISHI	Esta subcategoría solo se mencionó una vez y se refiere a la condición de divorcio que tuvo que enfrentar una de las personas participantes, después de que su hija naciera sorda y que en ese tiempo su esposo decidiera no hacerse cargo su paternidad.
Viudez	VIU	Hace mención de la mayoría de los estos civiles de las personas participantes; ya que gran parte de estos se encuentran viudos o viudas, lo cual en algunos momentos crea sentimientos de tristeza y soledad por parte de las personas adultas mayores.

Nota: Tomado del análisis de las entrevistas realizada a las personas participantes.

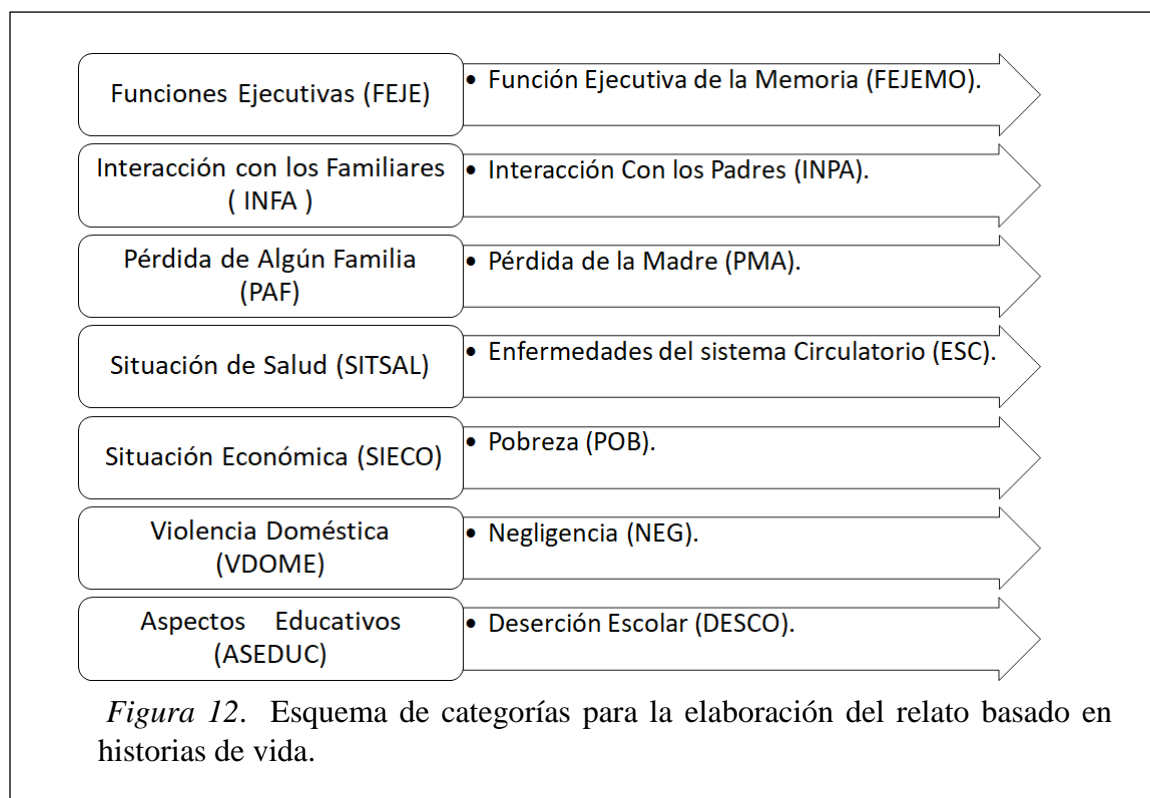
De esta categoría es evidente mencionar que la que más se destaca es la subcategoría VIU; ya que la mayoría de las personas adultas mayores han enviudado, lo cual marca un acontecimiento realmente importante en la vida de estas personas; lo anterior se ve reflejado en el comentario de P1 donde menciona que *“cuide a mi marido tanto que lo vi en la caja y quede viuda”*, o en lo que menciona P5 cuando comenta que *“vivimos casi 50 años juntos pero...él murió faltando 5 días para cumplir los 50 años de casados.”*

Lo expresado por estas dos participantes se vincula con lo que comenta Guevara (citado por Mosquera, 2014) donde menciona que por lo general enfrentar la viudez durante la vejez, es un poco más complicado que enfrentar este mismo proceso durante la juventud; ya que durante la vejez la persona no solo tienen que enfrentar los cambios físicos que suceden, sino que también debe hacerle frente a la ausencia del compañero o compañera de vida que ha estado al lado de estas personas por más de cinco años; esto ocasiona que el proceso de luto y aceptación de la muerte se dé más lento y en ocasiones

tardar años. En el caso de P1 y P5 ambas perdieron a sus esposos después de haber vivido muchísimo tiempo con ellos, lo cual ocasiona que cuando los recuerden traigan consigo sentimientos de nostalgia que se ven reflejados en las palabras que expresan al hablar de ellos.

Para efectos de este trabajo, la subcategoría VIU toma mucha relevancia, ya que se relaciona con la categoría PAF y a través de los sentimientos generados al recordar a sus seres queridos, existe mayor probabilidad de que las personas adultas mayores se sientan aún más interesadas en utilizar los materiales didácticos.

De esta manera es importante indicar que este análisis de categorías y subcategorías fue elaborado con el fin de definir cuáles temas eran los más relevantes de tomar en cuenta en la elaboración del relato basado en las historias de vida de las personas participantes, el cual formó parte de los materiales didácticos. Por lo que la figura 12, define de manera clara los temas que formaron la trama de la historia.



C. Análisis del producto en función de la respuesta pedagógica dada a las necesidades identificadas y los principios que lo sustentan.

A partir de los diferentes temas que surgieron del análisis de las entrevistas realizadas, se procedió a elaborar los materiales didácticos con el fin de que los mismos estimularan la atención y concentración de las personas adultas mayores del Centro Diurno de la manera más significativa posible.

Por esta razón luego de haber confeccionado estos recursos se coordinó con la Terapeuta Ocupacional del Centro Diurno, para validar la funcionalidad y accesibilidad de la “Valija del recuerdo” con la población adulta mayor participante.

Es así como el martes 26 de setiembre del 2018 en las instalaciones del Centro Diurno la Casa de los Abuelos, al ser las 9:30 am se socializó el proyecto (*ver apéndice F*), para esta actividad se contó con la participación de 19 personas adultas mayores (17 mujeres y 2 hombres), además, es importante indicar que en este momento también participaron la Terapeuta Ocupacional y la administradora del Centro Diurno; por lo que esto le dio una mayor significatividad a la puesta en práctica del proyecto. A lo largo de toda la validación de los materiales didácticos se tomaron algunas fotos que ilustran este importante momento del proyecto. (*ver apéndice G*).

Tal y como se menciona en el plan de trabajo descrito con anterioridad, primero se procedió a explicarles a las personas adultas mayores, que significado tenía la “Valija del recuerdo” y de qué manera se incorporaron cada uno de los aportes que ellos mismos habían indicado en diversas ocasiones a lo largo del desarrollo del trabajo; tal es el caso de las historias y dibujos que ellos mismos compartieron y que sirvieron como base para crear la trama del relato de “los cuatro amigos” y las ilustraciones de los mismos; además se encuentran incorporados algunos juegos de mayor preferencia de los adultos mayores como lo es el juego de memoria.

Luego de la explicación a los participantes, el origen de cada uno de los materiales didácticos; se procedió a escuchar el audiolibro del relato basado en historias de vida; en este momento se contó con el apoyo visual del libro y sus ilustraciones las cuales resultaron ser un elemento clave para las personas adultas mayores, en cuanto a la ubicación cronológica de cada uno de los acontecimientos de la historia.

Una vez escuchada la historia se dio paso a algunos comentarios de esta, para iniciar la utilización de los diferentes materiales didácticos, para ello se dividió el grupo de 19 participantes, en pequeños subgrupos de 4 integrantes y a cada uno se le asignó uno de los juegos, la estrategia era que luego de haber cumplido un determinado lapso de tiempo en la utilización de los materiales didácticos, estos se rotaran para que así todos los participantes tuvieran la posibilidad de interactuar con todos los recursos didácticos.

Al finalizar las actividades se procedió a analizar con las personas adultas mayores participantes y las dos funcionarias del centro (Terapeuta Ocupacional y Administradora) si los recursos didácticos propuestos por la “Valija del recuerdo”, reunían las condiciones necesarias para el fin con el que se crearon; para ello se realizaron a nivel general una serie de preguntas relacionadas con los materiales, las cuales podían ser contestadas por cualquier participante que estimara oportuno realizar realimentación para el mejoramiento del recurso propuesto (*ver apéndice H*); lo que generó la siguiente información:

a) La primera pregunta del cuestionario aplicado relacionado con los sentimientos que los materiales didácticos les generaron a los participantes luego de haber interactuado con los mismos. La respuesta general fue muy positiva; ya que, en la mayoría de las personas adultas mayores, no solo se sintieron identificados con algún acontecimiento narrado en la historia de Los Cuatro amigos; sino que también con los juegos de la “Valija del recuerdo”, esto debido a que al ser distintos a los que usualmente están acostumbrados a usar diariamente en el centro, estos causaron un mayor interés en los usuarios, ya que todos querían saber cómo utilizarlos adecuadamente.

Con este punto se cumplió con uno de los objetivos principales de la creación de la “Valija del recuerdo”, en donde se destaca tanto los aspectos novedosos de la misma, como también, la significatividad emocional y funcionalidad educativa que tiene con la población adulta mayor participante.

b) A lo largo de la conversación generada se les realizó a los participantes diversas preguntas vinculadas con el tamaño de la letra utilizada tanto en el libro ilustrado del relato como la guía didáctica, la calidad del audio del audiolibro, el tamaño de cada una de las láminas e ilustraciones de los juegos de la “Valija del recuerdo”; características

que de acuerdo con la Terapeuta Ocupacional y las personas adultas mayores consultadas, son adecuadas para la población a la que se dirigen estos recursos didácticos; inclusive tanto la Terapeuta del centro como la administradora elogió la calidad de los materiales y expresó que no tenían que preocuparse por la durabilidad de los mismo; ya que el material con que fueron realizados aseguraría que no se deterioren con facilidad.

c) Es importante mencionar que, la “Valija del recuerdo” por ser un recurso didáctico novedoso para los participantes representa un nivel de dificultad predecible, que con la práctica y el uso constante se supera; tal es el caso del juego encontrando al intruso; cuya dinámica involucra el ejercicio de la concentración y memoria visual; para así identificar cuáles son las imágenes que no pertenecen a las ilustraciones del relato.

De esta manera este juego representó todo un reto educativo para los jugadores que tuvieron la oportunidad de interactuar con este material didáctico, lo cual demostró lo mencionado por Ciudad y Martínez (s.f.) en donde rescata la importancia de la implementación de recursos como estos en la estimulación progresiva de las funciones ejecutivas, en especial la memoria a través de la discriminación de imágenes u objetos.

d) Otro aspecto de gran importancia de destacar, es que de acuerdo con la explicación de Gálvez (2018) cuando indica que, para trabajar la memoria, la atención y la concentración en cualquier etapa de la vida de las personas, lo mejor implementar estrategias en donde se contemplen el uso de los rompecabezas.

Es así como, dentro de la “Valija del recuerdo” se incorporaron dos rompecabezas, los cuales, debido a su nivel de dificultad y cantidad de piezas, se trabajaron en grupos de 5 integrantes; ya que de las 19 personas adultas mayores participantes solo 10 se animaron a participar en esta actividad, los cuales son los que comúnmente acostumbran a armar rompecabezas en su tiempo libre, esto facilitó la agilidad del juego y que el mismo no tuviera mayores inconvenientes.

Sin embargo, esto marcó una diferencia importante entre quienes participaron en armar el rompecabezas porque realmente les resultaba entretenido e interesante y los participantes que intentaron, pero se rindieron, debido a que estos últimos alegaron que al

no estar “acostumbrados” a este tipo de actividades, les resultaba difícil o tedioso y que preferían pasar el tiempo en otra dinámica.

Lo cual demostró que si bien es cierto lo mencionado por Gálvez (2018) se debe de tomar en cuenta en el fortalecimiento de la memoria, en alguna ocasión esto no implica que sea un recurso de uso obligatorio, tal y como sucedió con la población adulta mayor participante del proyecto. Ya que, se consideraron sus gustos y preferencias, por lo que las funciones ejecutivas se estimularon de diferentes maneras.

Es así como, a las personas que no jugaron con el rompecabezas se les dio la oportunidad de escoger entre los juegos que no habían sido utilizados. Un ejemplo de ello son las figuras de acción, las cuales fueron un recurso que ayudó a que los participantes utilizaran la imaginación para crear nuevas historias, que por supuesto fueron compartidas con el resto de las personas adultas mayores, una vez que estas terminaran de armar el rompecabezas; esto ayudó a fortalecer la motivación y el “ambiente positivo” que Ciudad y Martínez (s.f.) indican que se debe mantener cuando se quieren fortalecer las funciones ejecutivas en cualquier etapa de la vida del ser humano.

Es así como al evaluar de manera conjunta con las personas adultas mayores los materiales didácticos se destacan dos aspectos de gran relevancia para este proyecto. El primero se relaciona con la importancia que tiene el fortalecimiento de las funciones ejecutivas en el aprendizaje de todo ser humano; ya que todos los procesos cognitivos que suceden en nuestro cerebro, como el control atencional, procesamiento de la información, flexibilidad cognitiva y logro de objetivos), mencionados por Alexander y Stuss (citado por Colombo y Lipina, 2005), deben de funcionar de la mejor manera, por lo que de haber el más mínimo error en el procesamiento de la información percibida, automáticamente se afectaría de manera negativa el aprendizaje de la persona.

Por otro lado, el segundo aspecto que nace a partir de esta evaluación tiene que ver con los principios del DUA que sustentan a este proyecto (múltiples formas de presentar la información, múltiples formas de expresión y múltiples formas de implementación e intereses); ya que los materiales didácticos que componen la “Valija del recuerdo”, son accesibles, adaptables, se basan en los intereses y cumplen los objetivos con los que fueron creados.

Esto porque, la información no solo se presenta en diferentes formas, con el fin de respetar las maneras y ritmos de aprendizaje, sino que también se toman en cuenta los intereses y preferencias de los participantes, así como una diversidad de recursos didácticos que tienen la intencionalidad de estimular de manera creativa las funciones ejecutivas de las personas adultas mayores.

Capítulo V

Conclusiones y Recomendaciones

Con respecto al objetivo de la elaboración de la “Valija del recuerdo”, que pretendía fortalecer de una manera andragógica las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores que asisten al Centro Diurno Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia, mediante el diseño colaborativo de un conjunto de materiales didácticos que consideren sus habilidades y destrezas; se determinaron diversos datos de gran importancia que responden tanto a este objetivo general como a cada uno de los objetivos específicos planteados a lo largo de este trabajo; por lo que a continuación se presentará cada una de las conclusiones a las que se llegó a partir de dichos objetivos.

Conclusiones a partir del objetivo general:

De esta manera y al tomar en cuenta la importancia de este proyecto para la población adulta mayor del Centro Diurno, se concluye que:

a) El fortalecimiento de las funciones ejecutivas como la memoria, la atención y la concentración, resultó ser un tema de suma importancia para cualquier grupo etario, en especial para la población adulta mayor. Por lo que la “Valija del recuerdo” consistió un recurso que contribuye a mitigar los efectos del desgaste cognitivo dado naturalmente, durante la etapa del envejecimiento; ya que por medio de diferentes materiales didácticos

(como por ejemplo rompecabezas, juegos de memoria, encontrar las diferencias, entre otros) dichos procesos cognitivos se ejercitan dado que son vitales para la autonomía de cualquier persona.

b) Por otro lado, al utilizar la andragogía como principal metodología, para trabajar el tema de las funciones ejecutivas, hizo que las personas adultas mayores tomaran conciencia del por qué y el para qué de sus propios aprendizajes. Como principal resultado de ello se generó el interés y el compromiso de ambas partes (personas participantes y facilitadora) con la finalidad de avanzar y concluir el proyecto satisfactoriamente; ya que, entre todos se construían sugerencias y recomendaciones, sobre la manera de abordar el desgaste de todos aquellos procesos cognitivos que son importantes en la vida de todo ser humano.

Dado que el proyecto en términos generales resulto ser, de gran significatividad tanto para la población participante, es preciso resaltar los principales hallazgos destacados a partir de los objetivos específicos, con el fin de conocer los logros alcanzados a partir de los mismos.

Conclusiones generadas a partir de los objetivos específicos:

Para llevar a cabo la “Valija del recuerdo” se plantearon una serie de cinco objetivos específicos, de los cuales se concluye lo siguiente:

a) El primer objetivo específico, se basó en la identificación de las funciones ejecutivas que utilizaban las personas adultas mayores a través de diversas dinámicas lúdico-recreativas que se realizaron con la intencionalidad de establecer un punto de partida para la construcción de los materiales didácticos.

A partir de estas actividades (estiramientos y juegos de coordinación motora, juegos de ordenamiento de secuencias tanto numéricas como de actividades diarias, memorización de poemas, bombas o retahílas), se determinó en conjunto con la Terapeuta Ocupacional del Centro Diurno que, en la población participante, existe un mayor desgaste de la función ejecutiva de la memoria.

Este aspecto fue el que estableció el propósito que debían de tener los materiales didácticos, que conformaron la “Valija del recuerdo”. Ya que la memoria es un proceso

de codificación y clasificación que tienen nuestro cerebro para almacenar la información que recibimos y que posteriormente es recuperada por medio del recuerdo; por lo que esta función ejecutiva es de vital importancia para la vida de un ser humano y en particular de mucha relevancia para la población adulta mayor.

Así mismo, la memoria no funciona adecuadamente, sin la colaboración de las funciones ejecutivas del control atencional y el procesamiento de la información, ya que estos dos procesos cognitivos son importantes para que se dé el aprendizaje, en consecuencia, la persona logre recordar la información. Sin embargo, en el envejecimiento estos procesos se ven comprometidos debido al desgaste cognitivo que se da como producto de una serie de cambios biológicos que los seres humanos pasan cuando llegan a esta etapa de la vida; es por esta razón la “Valija del recuerdo” constituyó un elemento fundamental para trabajar a través de la estimulación cognitiva, el deterioro progresivo de estas funciones de gran importancia para la autonomía e independencia de cualquier persona.

b) Por otro lado, y como segundo objetivo específico, se encuentra el diseño de los materiales didácticos de los cuales se destaca que:

- Durante el diseño de la “Valija del recuerdo”, se tomó en cuenta el principio andragógico del trabajo colaborativo entre el facilitador y las personas participantes; ya que a partir de las experiencias vividas por las personas adulta mayores, se construyeron en equipo diversos aprendizajes, que al unirlos formaron una historia que sirvió como base para la creación de los materiales didácticos.

- Es así como a partir de los acontecimientos de vida compartidos por las personas adultas mayores, emergieron siete categorías relevantes tomadas en cuenta para la realización del relato basado en historias de vida, las cuales son las siguientes:

- Función ejecutiva de la memoria (FEJEMO).
- Interacción con los Padres (INPA).
- Pérdida de la madre (PMA).
- Enfermedad del Sistema Circulatorio (ESC).
- Pobreza (POB).

- Negligencia (NEG).
- Deserción Escolar (DESCO).

Es importante mencionar que, todas estas categorías se destacaron porque marcaron un momento de suma importancia en el pasado de los y las participantes; por lo que, a partir de esto, los participantes experimentaron una mayor significatividad emocional hacia los materiales didácticos y la importancia que tenían estos en la estimulación de sus funciones ejecutivas.

c) Al establecer una evaluación conjunta de los materiales didácticos como tercer objetivo, se marcó un hecho importante en la investigación, esto porque reafirma la importancia de mantener un enfoque andragógico cuando se trabaja con personas adultas mayores, en donde las mismas sean partícipes y conscientes de su propio aprendizaje. Ya que se les dio la oportunidad a los participantes, para que, desde la experiencia vivida con los materiales didácticos, valoraran si cumplían con la finalidad con la que fueron creados; por lo que este momento permitió que tanto los participantes como la investigadora opinaran y así reflexionaran sobre la importancia educativa que tiene la “Valija del recuerdo” para el centro diurno.

d) De esta manera, se planteó como cuarto objetivo específico el ajuste de los materiales didácticos de acuerdo con las observaciones realizadas luego de la socialización; por lo que al ser un trabajo colaborativo entre las personas participantes y mi persona, este proceso fue enriquecedor para la investigación; ya que se consideraron las opiniones y aprendizajes previos de todas las personas involucradas en el trabajo; por lo que el producto didáctico final resultó ser un aprendizaje y una construcción en conjunto.

Lo anterior evidencia la importancia que tuvo para el proyecto, el trabajo interdisciplinario, en donde no solo se vieron involucradas las personas participantes del centro diurno y la investigadora, sino que también intervinieron diferentes profesionales (Terapeuta Ocupacional, Ingeniero en Electrónica y Comunicaciones y diseñadora gráfica) que a través de sus conocimientos en diversas áreas contribuyeron al fortalecimiento de los materiales didácticos; por lo que los ajustes se realizaron de la

manera más precisa y objetiva posible, lo que garantizó la calidad y la funcionalidad de los productos diseñados.

e) Como un último objetivo específico se estableció la creación de una guía didáctica ilustrada, la cual resulta ser de utilidad en casos en que cualquier persona independientemente de la edad o su condición pueda tener acceso a la misma. Es así como cada uno de los materiales que componen a la “Valija del recuerdo”, fueron pensados y elaborados con el fin de respetar las diferentes formas en que las personas perciben la información y los diversos ritmos de aprendizaje y para lograr esto se tomaron en cuenta los principios del Diseño Universal para el aprendizaje (múltiples formas de presentar la información, múltiples formas de expresión y múltiples formas de implementación e intereses), lo cual hizo que los materiales didácticos fueran tomados en cuenta como apoyos inclusivos que fortalecieron la labor diaria de las Terapeuta Ocupacional en el centro diurno.

Este último punto resulta relevante, ya que la guía se construyó a partir de la utilidad con la que fueron diseñados cada uno de los materiales didácticos, por lo que en esta guía se contemplan tanto los objetivos del juego, como las funciones ejecutivas que se ven mayormente beneficiadas y algunas sugerencias de uso, abordadas a partir de la experiencia vivida con las personas adultas mayores participantes. Lo cual hace que el aprendizaje se dé de una manera responsable y consciente, dos conceptos fundamentales de tomar en cuenta cuando se trabaja con una metodología andragógica.

A partir de este proyecto, las opiniones y la realidad de cada persona adulta mayor participante fueron tomadas en cuenta, lo que hace que el proceso de aprendizaje sea igualitario, el cual no solo tenía un objetivo en común que fue el fortalecimiento de las funciones ejecutivas de una manera didáctica y entretenida; sino que también, se basó en una realidad que fue vivida por las personas participantes y que es recordado por medio de la interacción con los diferentes materiales didácticos.

Así mismo, se concluye que mi papel como investigadora de este trabajo fue muy importante; ya que a medida que me profundizaba en el tema de la estimulación de las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores, me logré dar cuenta de la gran deficiencia a nivel educativo que existe en área para abordar temáticas relacionadas con

la población adulta mayor; esto se debe a que la mayor parte de la información se basa en publicaciones médicas o psicológicas. Por lo que al tomar en cuenta de manera implícita dentro de la “Valija del recuerdo”, esta situación, se abre una nueva oportunidad, para que, desde la Educación Especial, se creen nuevos programas que tomen en cuenta a la población adulta mayor, pero que también incluyan sus habilidades, destrezas, experiencias vividas u opiniones; las cuales son necesarias en una sociedad que diariamente se transforma.

Además, es preciso indicar que como productora de la “Valija del recuerdo”, lo anterior hizo que el proyecto se volviera significativo y adquiriera una mayor relevancia, al plantear desde un trabajo colaborativo diferentes soluciones educativas que buscaron siempre el bienestar de estas personas; por lo que desde un intercambio intergeneracional se propició un acercamiento positivo con la población adulta mayor.

Desde esta perspectiva y a partir del desarrollo de la “Valija del recuerdo”, se concluye que es posible crear programas en donde a partir de las habilidades, destrezas y experiencias ya vividas por la población adulta mayor, para que la misma se sienta incluida y tomada en cuenta, con el fin de solucionar situaciones de la cotidianidad, de una manera participativa y colaborativa.

Recomendaciones

A partir del desarrollo de este proyecto se logran determinar algunas recomendaciones tanto para el Centro Diurno donde fue aplicada la “Valija del recuerdo”, como para la carrera de educación especial y la Universidad Nacional, principalmente en la importancia que tiene está al crear diferentes programas que tomen en cuenta a las personas adultas mayores, a partir de sus propias vivencias y aprendizajes. De esta manera se destacan las siguientes recomendaciones:

A) Centro Diurno:

Si bien es cierto, a lo largo de este trabajo se ha mencionado constantemente que, para fortalecer de las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores no solo se necesita de un ambiente positivo y significativo, sino que también el mismo depende de

un trabajo colaborativo en donde, se involucren tanto a los funcionarios del centro y las personas que asisten, como también la participación de los familiares de los participantes.

Por lo que se recomienda a la administración del Centro Diurno, que de manera periódica realice algunas actividades de socialización tanto con las familias y las personas adultas mayores que visitan el Centro Diurno, para que este vínculo se beneficie aún más; y el objetivo del fortalecimiento de las funciones ejecutivas se convierta en un interés común entre ambas partes.

Además, se le sugiere a la administración del Centro Diurno, que dentro de las dinámicas que realicen con las personas adultas mayores y sus familiares; involucren a la “Valija del recuerdo”, para que ambas partes de manera conjunta no solo recuerden los acontecimientos vividos en el pasado; sino que también compartan los conocimientos en la resolución de los diversos juegos.

Por otra parte, y como una recomendación que nace a partir de la investigación realizada, se le sugiere a los funcionarios del centro diurno, que incorporen dentro de las actividades, diversos espacios andragógicos, en donde las personas adultas mayores puedan recrearse, aprender y compartir sus propias experiencias de vida siendo ellas mismas consientes y responsables de la importancia que tienen estos espacios, con el fin de prevenir que las funciones ejecutivas que durante el envejecimiento sufren un mayor desgaste, se deterioran debido a la rutina, que es seguida diariamente por las personas adultas mayores.

B). Familiares de las personas adultas mayores:

Es importante mencionar, que la familia forma parte esencial en la vida de todo ser humano, por lo que su función se intensifica aún más en la etapa del envejecimiento, por lo que la persona adulta mayor, se hace cada vez más dependiente de esta para sobrellevar el día a día.

Desde esta perspectiva, el papel de la familia dentro de la estimulación cognitiva de las personas adultas mayores es fundamental, ya que son ellas las personas más cercanas al adulto mayor, para garantizar un mayor seguimiento y calidad del fortalecimiento de las funciones ejecutivas.

Por lo que, desde la investigación realizada a partir de este proyecto, se hace un llamado de conciencia tanto a los familiares de las personas participantes en la “Valija del recuerdo”, como a cualquier otra persona que tenga dentro de sus familias personas adultas mayores; para que valoren la importancia que tiene la familia en el desenvolvimiento cotidiano de la persona adulta mayor y viceversa; ya que no debemos olvidar que la sabiduría ganada por los años en esta población, resultan indispensables de tomarla en cuenta para nuestro diario vivir.

C). Carrera de Educación Especial:

Por otro lado, es importante rescatar que desde la carrera de Educación Especial esta, se contribuye positivamente en el establecimiento de programas intergeneracionales, que busquen la integración de la población adulta mayor y otros grupos etarios como por ejemplo la población joven.

De esta manera se propone realizar actividades y proyectos que involucren el trabajo colaborativo, entre ambas partes; en donde se tomen en cuenta las opiniones y las distintas formas de aprendizaje, a partir de las experiencias previas de ambas partes. A la vez, se invita a la reflexión, sobre el rol y la importancia que desempeñan diariamente la población adulta mayor en una sociedad que se encuentra en constante cambio.

Por lo que desde mi experiencia, como educadora especial e investigadora de este proyecto, es mi deber hacer una invitación a la reflexión por parte de los docentes, que son responsables de la formación de futuros educadores especiales y a los o las estudiantes que se encuentran formándose en esta área, para que desde la inclusión y aceptación de la diversidad tomen en cuenta a la población adulta mayor y logren ver en ella, nuevas y significativas oportunidades, para crecer como personas y profesionales; ya que esta población al igual que otras, también necesita de educadores que los tomen en cuenta, para que a través de un aprendizaje en conjunto se logre valorizar la importancia de la persona adulta mayor en la sociedad.

D). Universidad Nacional:

En continuidad con el punto anterior, surge una tercera recomendación; la cual se encuentra dirigida a la Universidad Nacional y cada uno de los estudiantes y académicos que la conforman. Ya que desde el enfoque humanista que esta prestigiosa universidad se caracteriza por tener, a partir de este trabajo, se le hace un llamado a la misma en el

fortalecimiento y la importancia de la creación de programas intergeneracionales a partir de las distintas disciplinas impartidas en este centro de estudios.

Esto surge a partir de que, conforme el tiempo pasa la pirámide poblacional costarricense se invertirá poco a poco, es decir, que va a llegar a un momento en donde las personas adultas mayores será la población mayoritaria en Costa Rica, y al igual que cualquier otra población necesita ser atendida y tomada en cuenta en la sociedad. Se plantea a la Universidad Nacional el reto de buscar estrategias alternativas para mitigar los efectos de la exclusión de esta población en la sociedad desde los procesos formativos en las distintas carreras que imparte.

E). Comunidad lectora de este Trabajo Final de Graduación:

Por último, es importante hacer un llamado a todas las personas que leen este trabajo, sobre lo valioso de tomar en cuenta por un lado, el fortalecimiento de las funciones ejecutivas, para evitar condiciones que a futuro limiten nuestra autonomía o independencia; sino que también, las invito a que luego de haber conocido este proyecto, tomen conciencia del respeto y tolerancia hacia la población adulta mayor, en donde a través de la reflexión se generen diferentes estrategias sociales que incluyan las habilidades, destrezas y experiencias ya vividas de la población adulta mayor; para construir una sociedad más inclusiva y respetuosa de las diferencias de los demás.

Capítulo VI

Referencias

Abate, N. (2013). *La psicología cognitiva y sus aportes al proceso de aprendizaje*. Recuperado de http://www.paginaspersonales.unam.mx/files/574/psicologia_cognitiva.pdf

Amor, S., y Correa, E. (s.f.). *Deterioro Cognitivo leve*. Recuperado de https://www.segg.es/download.asp?file=/tratadogeriatría/PDF/S35-05%2016_II.pdf

Aguilar, M. (diciembre, 2011). Andragogía, educación durante toda la vida. *Revista Uruguaya de Cardiología*, 26(3), 171-172. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=479749247001>

Aragón, M. (2016). *Educación Inclusiva*. San José, Costa Rica: EUNED

Arcenegui, J. (octubre, 2014). La importancia de las ilustraciones en las obras infantiles. *Publicaciones didácticas*, 10(51), 115-122. Recuperado de <http://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/051036/articulo-pdf>

Arroyo, C. Fermín, Y. Piñero, M., Y torres, M. (julio -setiembre, 2000). La horizontalidad y la participación en la andragogía. *Educere revista venezolana de educación*, 4 (10), 25-34. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35641004>

Asamblea Legislativa. (1999). *Ley 7935 Ley Integral para la persona adulta mayor*. Recuperado de http://www.asamblea.go.cr/Centro_de_Informacion/Consultas_SIL/Pginas/Detalle_%20Leyes.aspx?Numero_Ley=7935

Asamblea Legislativa. (2008). *Ley 8661 de Aprobación de la convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Recuperado

de [http://www.asamblea.go.cr/Centro de Informacion/Consultas_SIL/Pginas/Detalle%20Leyes.aspx?Numero_Ley=8661](http://www.asamblea.go.cr/Centro_de_Informacion/Consultas_SIL/Pginas/Detalle%20Leyes.aspx?Numero_Ley=8661)

Asamblea Legislativa. (1998). *Ley 7739 Código de la niñez y la adolescencia*. Recuperado de [http://www.asamblea.go.cr/Centro de Informacion/Consultas_SIL/Pginas/Detalle%20Leyes.aspx?Numero_Ley=7739](http://www.asamblea.go.cr/Centro_de_Informacion/Consultas_SIL/Pginas/Detalle%20Leyes.aspx?Numero_Ley=7739)

Barrera, M., y Donolo, D. (abril, 2009). Neurociencias y su importancia en contextos de aprendizaje. *Revista Digital Universitaria*, 10(4), 2-18. Recuperado de <http://www.revista.unam.mx/vol.10/num4/art20/art20.pdf>

Barrera, M., y Calderón, L. (enero-junio, 2008). Rehabilitación de las funciones ejecutivas. *Revista CES Psicología*, 1(1), 36 - 49. Recuperado de <http://www.redalyc.org:9081/articulo.oa?id=423539527005>

Batista, J. (2012). *Revisión Teórica de las funciones ejecutivas*. *Revista Lumen*, 2(14). Recuperado de <https://guayacan.uninorte.edu.co/divisiones/iese/lumen/ediciones/14/articulos/revi%20si%20C3%B3n-teorica-de-las-funciones-ejecutivas.pdf>

Binotti, P. Spina, D. Barrera, M., y Donolo, D. (diciembre, 2009). Funciones ejecutivas y aprendizaje en el envejecimiento normal Estimulación cognitiva desde una mirada psicopedagógica. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 4(2), 119-126. Recuperado de <http://www.neurociencia.cl/dinamicos/articulos/804786-rcnp2009v4n2-6.pdf>

Blanco, R., y Vera, E. (marzo, 2013). Un marco teórico de las funciones ejecutivas desde la neurociencia cognitiva. *Eikasia revista de filosofía.org*, 49 (48), 197- 216. Recuperado de <http://www.revistadefilosofia.org/48-14.pdf>

Brenes, Y. (enero, 2008). Adultos mayores construyendo procesos de duelo. *Revista de Trabajo Social CCSS*, 32 (71), 17-22. Recuperado de <http://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/v32n712008/art2.pdf>

Cadavid, A. Villada, T., y Klimeno, O. (julio- diciembre, 2011). Diseño, aplicación y evaluación de un programa de estimulación cognitiva para los adultos mayores

institucionalizados en el hogar Santa Isabel del Municipio de Evitado. *Revista Psicoespacios*, 5(7), 43 - 64. Doi: <https://doi.org/10.25057/21452776.79>

Ciudad, G., y Martínez, M. (s.f.). *Pautas y actividades para trabajar la atención*. Recuperado de <https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2008/11/orientacion-andujar-pautas-y-actividades-para-trabajar-la-atencion.pdf>

Claramunt, M. (2006). *Casitas quebradas: el problema de la violencia doméstica en Costa Rica*. Recuperado de <https://bibliotecapropsico.blogspot.com/2011/08/casitas-quebradas-el-problema-de-la.html>

Callado, D. Cambronero, M. Campos, J., y Sánchez, P. (s.f.). *Enfermedades articulares y óseas en el anciano*. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/74609267/Enfermedades-articulares-y-oseas-en-el-anciano#logout>

Camargo, K., y Laguado, E. (2016). *Grado de deterioro cognitivo de los adultos mayores institucionalizados en los hogares para ancianos del área metropolitana de Bucaramanga Santander Colombia*. *Revista Universidad y Salud*, 19 (2). Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v19n2/0124-7107-reus-19-02-00163.pdf>

Campos, L. (2010). *Neuroeducación: uniendo las neurociencias y la educación en la búsqueda del desarrollo humano*. *La educación revista digital*, (143). Recuperado de http://www.educoea.org/portal/La_Educacion_Digital/laeducacion_143/articles/neuroeducacion.pdf

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (CEPAL). (2012). *Carta de San José sobre los derechos de las personas mayores de América Latina y el Caribe*. Tercera conferencia regional intergubernamental sobre envejecimiento en América Latina y el Caribe. Costa Rica.

Colombo, J., y Limpia S. (Ed.). (2005). *Hacia un programa público de estimulación cognitiva infantil. Fundamentos, métodos y resultados de una experiencia de intervención preescolar controlada*. (Tomo 1). Buenos Aires, Argentina: PAIDÓS.

- Connell, B. Jones, M. Mace, R. Muller, J. Mullick, A. Ostroff, E. Sanford, J. Stenfeld, E. Story, M. y Vanderheiden, G. (1997). *Los principios del Diseño Universal*. Recuperado de <http://www.abc-discapacidad.com/archivos/pud-spanishv2.pdf>
- Consejo Nacional de Persona Adulta Mayor (CONAPAM). (2013). *Envejecimiento poblacional*. Recuperado de <https://www.conapam.go.cr/mantenimiento/FOLLETO%20ENVEJECIMIENTO.pdf>
- Duarte, J. (2008). *Estimulación cognitiva en la tercera edad*. Recuperado de <https://magistergerontologiasocial.wordpress.com/2008/01/25/estimulacion-cognitiva-en-la-tercera-edad/>
- Favela, E. García, J. Lozano, M. Minerva, G. Rivera, M., y Sánchez, J. (2012). *Diagnóstico y tratamiento del deterioro cognoscitivo en el adulto mayor en el primer nivel de atención*. Recuperado de http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/144_GPC_DEMENCIA_AM/IMSS_144_08_EyR_DEMENCIA_AM.pdf
- Gálvez, L. (2018). *El rompecabezas aumenta la concentración*. Recuperado de <https://difusionculturaluninter.wordpress.com/2018/02/07/la-primer-fraternidad-de-cheer/>
- Gardey, A., y Pérez, J. (2013). *Definición del relato histórico*. Recuperado de <https://definicion.de/relato-historico/>
- Geary, D. (2005). *El origen de la mente Evolución del cerebro, cognición e inteligencia*. Bogotá, Colombia: Manual Moderno.
- Gómez, M. (2008). *el aprendizaje en la tercera edad. Una aproximación en la clase de Ele: Los aprendientes mayores japoneses en el instituto cervantes de Tokio*. Recuperado de <https://www.mecd.gob.es/dam/jcr:e97390a9-c2f9-4c0d-bff1-e57f7cb5194a/2009-bv-10-13gomez-bedoya-pdf.pdf>

- Heivia, D. (s.f.). *Arte y pedagogía.* Recuperado de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/williamsoler/arte_y_pedagogia.pdf
- Jara, M. (2008). *Estimulación cognitiva en personas adultas mayores*. Revista Cúpula, 22(2). Recuperado de <http://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v22n2/art1.pdf>
- Manciques, E. (s.f.). *Plasticidad Neuronal*. Recuperado de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-equino/plasticidad_neuronal.pdf
- Manes, F. (s.f.). *Neurociencias y Educación ¿Qué puede aportar la investigación en neurociencias a la educación?* Recuperado de [http://live.v1.udesa.edu.ar/files/programas/NEUROCIENCIAS/Que_puede_aportar_la_investigacion_en_neurociencias_a_la_educaci%3n_Manes.pdf](http://live.v1.udesa.edu.ar/files/programas/NEUROCIENCIAS/Que_puede_aportar_la_investigacion_en_neurociencias_a_la_educaci%f3n_Manes.pdf)
- Martínez, J. (2005). *¿Qué es educación de adultos? Responde la UNESCO*. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001494/149413s.pdf>
- Méndez, Z. (2010). *Aprendizaje y cognición*. San José, Costa Rica: EUNED.
- Merino, M., y Pérez, J. (2013). *Definición de historias de vida*. Recuperado de <https://definicion.de/historia-de-vida/>
- Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica (MIDEPLAN). (2015). *Costa Rica: Prospectiva en cambio demográfico al 2045*. Recuperado de <https://documentos.mideplan.go.cr/share/s/FOOVEPZrSXSv4TYEko3tzA>
- Mogollón, E. (enero – junio, 2012). Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 34(1), 56-74. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457545090005>
- Mogollón, E. (mayo - agosto, 2014). Una propuesta para el mejoramiento cognitivo en el adulto mayor: Una alternativa al entrenamiento cerebral. *Revista Electrónica Educare*, 18(2), 1-17. doi:<http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-2.1>

- Mosquera, S. (2014). *Viudez en la tercera edad*. La revista el universo, (126). Recuperado de <http://www.larevista.ec/orientacion/psicologia/viudez-en-la-tercera-edad>
- Ocampo, R. (2004). *Vejez y discapacidad: visión comparativa de la población adulta mayor rural. Valle Central de Costa Rica* (Tesis maestría, Universidad de Costa Rica). Costa Rica. Recuperado de http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/tfgs2004/tfg_rocampo.pdf
- Olivera, J., y Pelegrín, C. (2015). *Prevención y tratamiento del deterioro cognitivo leve*. Recuperado de https://www.viguera.com/sepg/pdf/revista/0502/502_0045_0055.pdf
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (UNESCO). (2015). *Objetivos de desarrollo sostenible*. Recuperado de <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>
- Parrilla, A. (2007). *Corrientes de pensamiento en los nuevos planes estudio: El caso de la Educación Especial*. Recuperado de <https://ojs.publius.us.es/ojs/index.php/fuentes/article/view/2293/2131>
- Pastor, C. Sánchez, J y Zubillaga, A. (2014). *Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA). Pautas para su introducción en el Currículo*. Recuperado de http://www.educadua.es/doc/dua/dua_pautas_intro_cv.pdf
- Pérez, V. (2005). *El deterioro cognitivo: una mirada provisoria*. Revista Cubana Medicina General Integral, 21(1-2). Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v21n1-2/mgi171-205.pdf>
- Placeres, J. León, L. y Delagdo, I. (2011) *La familia y el adulto mayor*. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rme/v33n4/spu10411.pdf>
- Puig, X. (2012). *Calidad de vida en la vejez estimulación Cognitiva*. Recuperado de http://adulmayor.uc.cl/docs/Estimulacion_Cognitiva.pdf

- Quintero, S. (julio- setiembre, 2013). Educación Gerontológica con adultos mayores sector 28 de julio, coro, estado Faolcón . *Revista Multiciencias*, 13(3), 283-289. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=90429040008>
- Real Academia Española. (2017). Diccionario de la lengua española Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=0riC970>
- Rodríguez, J., y Basto, D. (2012). *Beneficios de un programa de estimulación cognoscitivo/comunicativo en adultos con deterioro cognitivo moderado derivado de demencia*. *Revista Árete*, 12(1). Recuperado de <http://revistas.iberamericana.edu.co/index.php/arete/article/view/362/327>
- Ruíz, M. (2004). *Las caras de la memoria*. Madrid, España: Pearson Prentice Hall
- Rumbo, B. (2016). *Problemas y retos de la educación de las personas adultas*. *Educación*, 52(1). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=342143463006>
- Sancho, M. (31 de marzo del 2014). *Costa Rica urge de acciones ante el envejecimiento de su población*. *Crhoy.com*. Recuperado de <http://www.crhoy.com/archivo/costa-rica-urge-de-acciones-ante-el-envejecimiento-de-su-poblacion-w9I7x/nacionales/>
- Sandoval, A. (2007). *Trabajo Infantil e inasistencia escolar*. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/rbedu/v12n34/a06v1234.pdf>
- Sardinero, A. (2010). *Presentación y guía didáctica colección “Estimulación cognitiva para adultos”*. Recuperado de <http://www.tallerescognitiva.com/descargas/guia.pdf>
- Segovia, J. (2003). *Memoria y olvido*. Recuperado de <http://www.racmyp.es/R/racmyp/docs/anales/A80/A80-25.pdf>
- Serrano, J. (2013). *El papel de la familia en el envejecimiento activo*. Recuperado de <http://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/06/Informe20132.pdf>

- Sobrino, L. (2007). *Psicología Cognitiva*. Recuperado de http://www.emagister.com/uploads_courses/Comunidad_Emagister_59413_59413.pdf
- Tirapu, J., y Muñoz, J. (2005). Memoria y funciones ejecutivas. *Revista Neurología*, 41(8), 475 - 484 . Recuperado de http://www.uma.es/media/files/Memoria_y_funciones_ejecutivas.pdf
- Torres, A. (2003). Comportamiento epistemológico del adulto mayor según su tipología familiar. (Tesis Diplomado, Universidad de Colima) México. Recuperado de http://digeset.ucol.mx/tesis_posgrado/Pdf/TORRES_OLMEDO_ANA_EMANUEL_LE.pdf
- Ubalo, S. (2009). *Modelo Andragógico Fundamentos*. Recuperado de <https://my.laureate.net/faculty/docs/Faculty%20Documents/Andragogia.Fundamentos.pdf>
- Universidad Nacional. (UNA). (2016). *Plan de estudios de la Licenciatura en Educación Especial con Énfasis en Proyectos Pedagógicos en contextos Inclusivos*. Heredia. Costa Rica.
- Universia España. (30 de agosto del 2010). *En qué consisten los audiolibros*. Recuperado de <http://noticias.universia.es/vida-universitaria/reportaje/2010/08/30/749011/1/audiolibros-otra-forma-leer/consisten-audiolibros.pdf>
- Vásquez, A. (2010). *La psicología Cognitiva*. [Manuscrito no publicado] Pre-print.
- Woolflok, A. (Ed.). (1999). *Psicología Educativa*. (Tomo 7). México. PRENTICE HALL

Apéndice A

Actividades realizadas para valorar las funciones ejecutivas que eran más usadas por las personas adultas mayores del Centro Diurno



Nombre de la dinámica: Pasando la bola.

Fecha de la aplicación: 1-06-2017.

Función ejecutiva valorada: La memoria a través de la coordinación motora.

Descripción de la dinámica: Se formaron dos equipos, los cuales debían centrarse en una doble hilera. La idea era que las dos personas que se encontraban en los extremos cogieran una bola y se la pasara a sus compañeros de equipo, siguiendo las instrucciones que se le daban en



Nombre de la dinámica: Decorando Botellas.

Fecha de la aplicación: 6-06-2017.

Función ejecutiva valorada: La atención y concentración.

Descripción de la dinámica: A cada adulto mayor se le entrego una botella, para que siguiendo la técnica de papel mache, la decoraran de acuerdo con su creatividad.



Nombre de la dinámica: Técnica de dibujo y pintado con lápices de color y puntillero con temperas usando aplicadores.

Fecha de la aplicación: 8-06-2017.

Función ejecutiva valorada: La atención, concentración, memoria y coordinación motora.

Descripción de la dinámica: A cada adulto mayor se le dio la oportunidad de escoger entre colorear con lápices de color o colorear con las temperas y los aplicadores utilizando la técnica del puntillero. En esta actividad se tomaron en cuenta las habilidades y las destrezas de los usuarios.



Nombre de la dinámica: Armando rompecabezas.

Fecha de la aplicación: 8-06-2017.

Función ejecutiva valorada: La atención, concentración, memoria y coordinación motora.

Descripción de la dinámica: A cada adulto mayor se le entrego un rompecabezas previamente armado, la intención era que lo observaran detalladamente antes de desarmarlo, para que luego ellos mismos fueran capaces de armarlo, recordando el orden correcto de las piezas.

<p>Animales → C-M</p> <p>marmota Caballo mono cebra</p>	<p>Animales → C-M</p> <p>CONGO-CEBRA- MONO-</p>	<p>Animales → C-M</p> <p>Cabra Cigarra Caballo culebra=4</p> <p>mono mariposa marcielago mula mosca morsa=6</p>
<p>Colores →</p> <p>Blanco verde Rojo rosado Amarillo negro café</p>	<p>Cobres →</p> <p>BLANCO AZUL ROJO</p>	<p>Colores →</p> <p>azul Amarillo anaranjado verde gris café negro violeta morado = rosado = rojo = 11</p>
<p>Lugares → S-R</p> <p>San José roma rusia Panamá</p>	<p>Lugares → S-R</p> <p>SINGAPUR ROMA-RUSIA</p>	<p>Lugares → S-R</p> <p>Rusia- Roma- Río de Janeiro = 3 Siberia- Singapur Rivera de Belén Salamanca =</p>
<p>Animales → C-M</p> <p>mamot Camella Cabra</p>	<p>Animales → C-M</p> <p>Camello caballo cebra</p>	
<p>Colores →</p> <p>Amarillo verde rojo celeste morado rosado</p>	<p>Colores →</p> <p>rojo azul blanco verde morado café celeste negro amarillo</p>	
<p>Lugares → S-R</p> <p>Sarchi Rosana de Limón</p>	<p>Lugares → S-R</p> <p>sarchi rojana</p>	

Nombre de la dinámica: Juego de memoria con palabras

Fecha de la aplicación: 8-06-2017.

Función ejecutiva valorada: La atención, concentración, memoria y coordinación motora.

Descripción de la dinámica: A cada adulto mayor se le entrego un lápiz de escribir y una hoja en blanco, en la cual tenía escrito tres categorías, (animales que empezaban con C-M, colores y lugares con S-R, entre otras). La intención era que cada participante lograra escribir las palabras que se acordaran de acuerdo con la letra inicial de cada caso.

Apéndice B

Consentimiento Informado, para la utilización de la información de los relatos de vida de las once personas adultas mayores participantes

Consentimiento Informado

Fecha		

Yo _____ cédula número _____ por voluntad propia doy mi consentimiento para que mi historia de vida sea utilizada en la construcción de la Valija del recuerdo conjunto de materiales didácticos que estimulan las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores.

Manifiesto que recibí una explicación clara y completa del objetivo de este proyecto y el propósito de su realización y también recibí información sobre la forma en que se utilizarán los resultados obtenidos, los cuales únicamente se usarán con fines académicos, para la elaboración de dicho proyecto.

Así mismo soy consciente que durante el tiempo que se lleve a cabo este trabajo, no solo seré informado de los avances de este; sino que también seré participe junto con la investigadora en la construcción de los mismos, ya que mi aporte es fundamental para el desarrollo del trabajo.

Hago constar que he leído y he entendido en su totalidad este documento, por lo que en constancia firmo y acepto su contenido.

Firma del Participante

Apéndice C

Hoja de registro para las narraciones de experiencias de vida de las personas adultas
mayores participantes

**“Valija del recuerdo” Conjunto de materiales didácticos que estimulan las funciones
ejecutivas en las personas adultas mayores.**

**Hoja de registro para las narraciones de experiencias de vida de las personas
adultas mayores participantes**

Lugar: Centro Diurno Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia.

Fecha: _____ **Hora:** _____

Entrevista #: _____ **Entrevista realizada a:** _____

Objetivo: Conocer alguna experiencia que ha sido significativa en la vida tanto pasada o como presente de las personas adultas mayores.

Preguntas:

1. Piense en algún acontecimiento que le haya sido significativa, por ejemplo, algún acontecimiento de su infancia, cuando se casó, cuando nació su primer hijo.

2. Me podría contar cuál fue la experiencia que recordó y qué sucedió en ella.

3. Recuerda usted qué edad tenía en ese momento.

4. ¿Qué sentimiento le genera ese recuerdo? ¿Por qué?

5. ¿Desearía volver a vivir ese recuerdo? ¿Por qué?

¡Mucha gracias!

Apéndice D

Dibujos del relato basado en historias de vida, realizados por las personas adultas mayores participantes.



Jobbe . 19-03-18

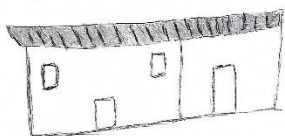


Mirreya Espinoza M. 19-03-18

El niño vino a juntar frutas

Ana Rosa 19-03-18

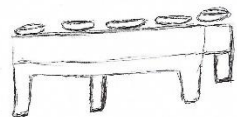
Historia de José- Anita Rosa y Clara



Escuela



Matrimonio José y Anita



Con cariño para Gloriana

Bertha González G.

19-03-2018



Rita Umava Casas 19-Marzo-2018

La Escuela



Benvenuto
19-03-18

Marina Lijano V.
19-03-18

Yolanda Sch



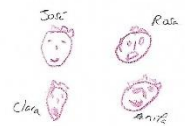
19-03-18

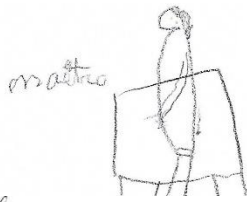


19-03-18

Virginia De la O

Estos niños fueron muchos años después los protagonistas de un precioso cuento hecho por
Recuerdos
Gloriana!





Marta. 19-03-18

Dinorah y Cristina 19-03-18



Casa



Apéndice E
Guía didáctica de la Valija del Recuerdo

Guía didáctica

Para usar la “Valija del recuerdo”

Gloriana Salazar Pérez



Tabla de Contenidos

Libro con ilustraciones del relato basado en historias de vida	3
Audio libro del relato basado en historias de vida	5
Rompecabezas	8
Juego de percepción de las diferencias	11
Juego encontrando al intruso	14
Juego de memoria	17
Juego ordena la secuencia	19
Figuras de acción de los personajes del relato basado en historias de vida	23

Libro con ilustraciones del relato basado en historias de vida

Objetivo:

Mostrar por medio de imágenes los diferentes acontecimientos sucedidos en el relato basado en historias de vida.

Función ejecutiva que se potencia: Memoria visual.

Contenido:

-1 libro ilustrado

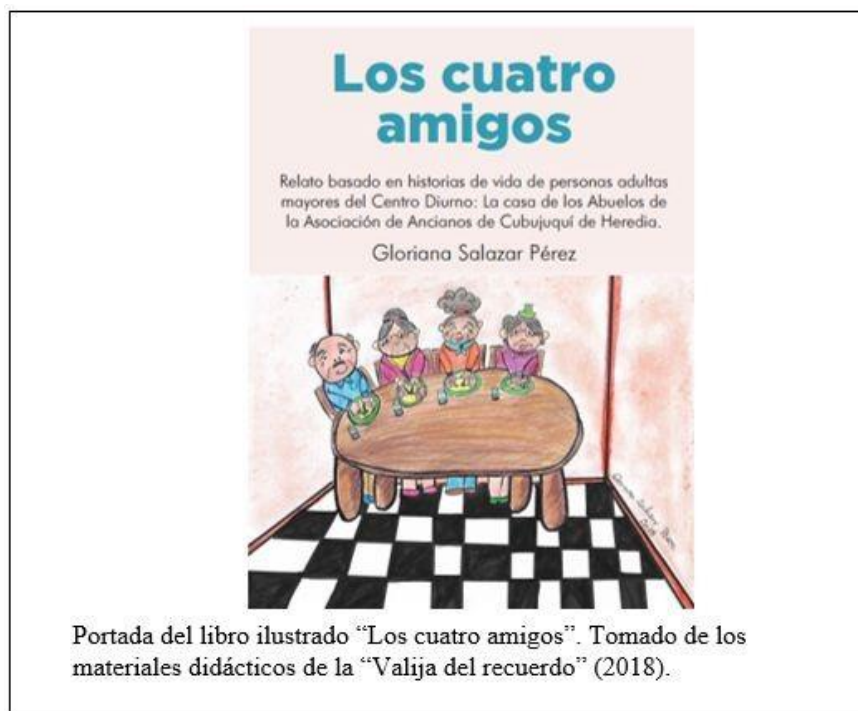
titulado “Los cuatro amigos”.

Sugerencia de uso:

Este libro se emplea de dos maneras:

a. Al ser un libro ilustrado, este es acompañado por el texto de la historia, por lo que, en grupo quien facilita la actividad lee la historia en voz alta y, de manera simultánea, mostrar las ilustraciones de cada escena.

b. De forma individual o grupal se visualizan las imágenes de cada escena a medida que se escucha el audiolibro del texto.



Audio libro del relato basado en historias de vida

Objetivo:

Reproducir a través de un audio pregrabado en formato MP3 la historia del relato basado en historias de vida.

Función ejecutiva que se potencia: Memoria auditiva.

Contenido:

-1 disco compacto con el audio del relato “Los cuatro amigos en” formato MP3.

Sugerencia de uso:

El audio libro es usado de dos maneras distintas:

a. De manera grupal o individual este recurso se emplea como complemento del libro ilustrado ya que a medida que se utilizan las imágenes de cada escena se escucha el audio del relato.

b. Esta idea se sugiere usar si lo que se quiere es fortalecer la imaginación o la creatividad de los jugadores, ya que simplemente escucha el audio y luego sugerirles que dibujen, recreen o dramaticen la escena o los personajes en las que se sintieron más identificados y a partir de ahí generar un conversatorio del acontecimiento, por lo que de esta forma el jugador sería participe de la dinámica.



Ilustración del disco compacto con el audio libro del relato “los cuatro amigos”. Tomado de los materiales didácticos de la “Valija del recuerdo” (2018).

Rompecabezas

Objetivo:

Recordar por medio del ensamble del rompecabezas diversos acontecimientos sucedidos en el relato basado en historias de vida.

Función ejecutiva que se potencia: Memoria visual, atención y concentración.

Contenido:

-2 rompecabezas de 80 piezas cada uno con sus respectivas bases.

-2 ilustraciones que muestran el acabado final del rompecabezas.

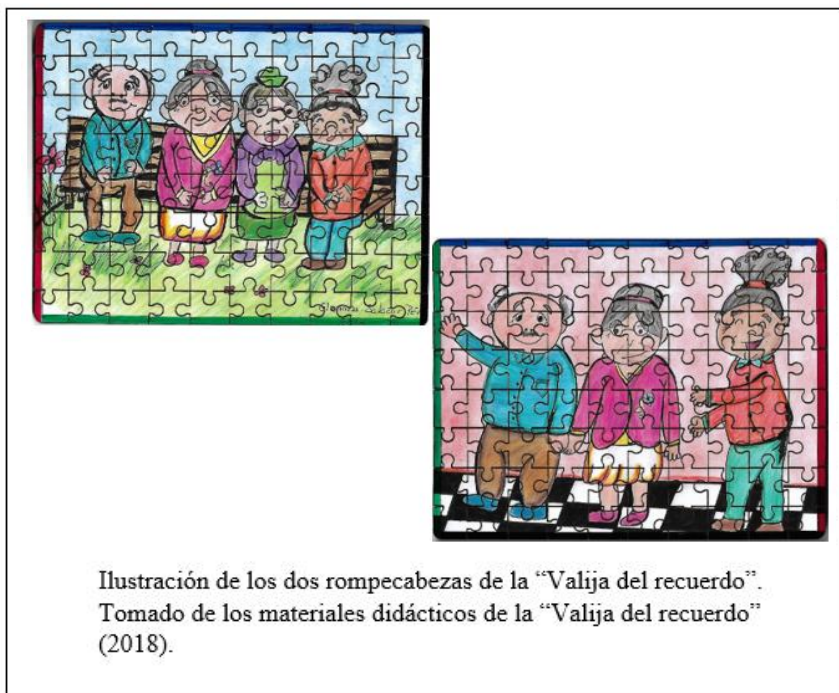
Sugerencia de uso:

Debido a que el rompecabezas cuenta con una ilustración que muestra cómo debe de quedar armado; esta imagen se usa como una estrategia que introduzca la actividad.

De esta manera se genera una pequeña conversación de la escena, en donde los jugadores comenten que sucedió en ese momento de la historia y con cuál de los personajes se sienten más identificados y porqué. Luego de esto se procede a armar el rompecabezas.

Es importante tomar en cuenta que, para efectos de una mayor accesibilidad y facilidad de uso del producto, en la parte posterior de cada pieza se encuentra identificada con un número, que coincide con la serie numérica mostrada en la imagen que se ubica en la base de cada rompecabezas, a sí mismo las piezas que se ubican en los bordes están identificadas por una marca de color.

Este juego se usa de manera individual o grupal (se sugiere que los grupos no sean mayores a cuatro jugadores; ya que si no se corre el riesgo de perder la intencionalidad del juego).



Juego de percepción de las diferencias

Objetivo: Estimular la atención y la concentración del jugador por medio de la búsqueda de diferencias entre ilustraciones del relato basado en historias de vida.

Función ejecutiva que se potencia: Atención y concentración.

Contenido:

4 láminas con el contenido del juego.

4 láminas con las respuestas de las diferencias.

24 fichas de colores para marcar las diferencias encontradas.

Sugerencia de uso:

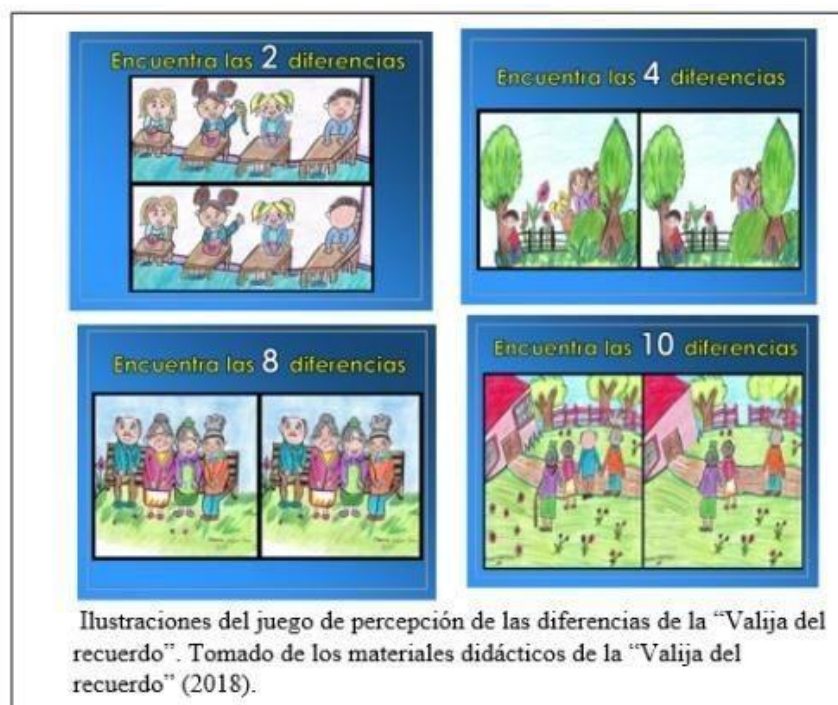
Para introducir la actividad, el facilitador muestra las ilustraciones de las láminas del juego y generar entre los jugadores un espacio de discusión donde se comenten los acontecimientos sucedidos en la historia, por ejemplo, se realizan preguntas sobre la secuencia de las escenas de acuerdo con el relato basado, en historias de vida. cómo por ejemplo: ¿Qué estaban haciendo los cuatro protagonistas de las historia sentados en la banca?, en el caso de las láminas donde se muestran pequeños extractos de los recuerdos de la infancia de los protagonistas el facilitador podría preguntar ¿ Qué en ese momento de la historia?, al finalizar la ronda de preguntas se muestra la lámina donde los cuatro

protagonistas de la historia caminan al centro y la persona que coordina la actividad le pregunta a los jugadores ¿Cómo terminó la historia?

Posteriormente se realiza el juego, ya sea como una dinámica en donde todos los jugadores tengan la oportunidad de encontrar las diferencias a su propio ritmo; o bien como una competencia por equipos, en dónde se compita por encontrar lo más rápido posible las diferencias, de una determinada lámina.

Cada jugador coloca una ficha de color, para identificar los intrusos encontrados.

Nota: Este juego es usado de manera individual o grupal (se sugiere que los grupos no sean mayores a 10 jugadores, ya que se corre el riesgo de perder la intencionalidad del juego).



Juego Encontrando al Intruso

Objetivo:

Estimular la memoria visual del jugador por medio de la discriminación de correspondencia entre imágenes relacionadas con el relato y las que no.

Función ejecutiva que se potencia: Atención y concentración.

Contenido:

4 láminas con el contenido del juego.

4 láminas con las respuestas del juego.

14 fichas de colores para marcar los intrusos encontrados.

Sugerencia de uso:

El juego de discriminación de intrusos se usa como una manera de comprobación de lectura, en donde él o los jugadores encuentran cuáles son las ilustraciones que pertenecen al relato “los cuatro amigos” una vez encontradas deben de comentar que acontecimiento está reflejado en esa imagen.

Cada jugador coloca una ficha de color, para identificar los intrusos encontrados.

Nota: Este juego es usado de manera individual o grupal (se sugiere que los grupos no sean mayores a 10 jugadores, ya que se corre el riesgo de perder la intencionalidad del juego).



Juego de memoria

Objetivo:

Fortalecer la memoria del jugador por medio de la búsqueda de parejas de imágenes del relato basado en historias de vida.

Función ejecutiva que se potencia: Memoria visual, atención y concentración.

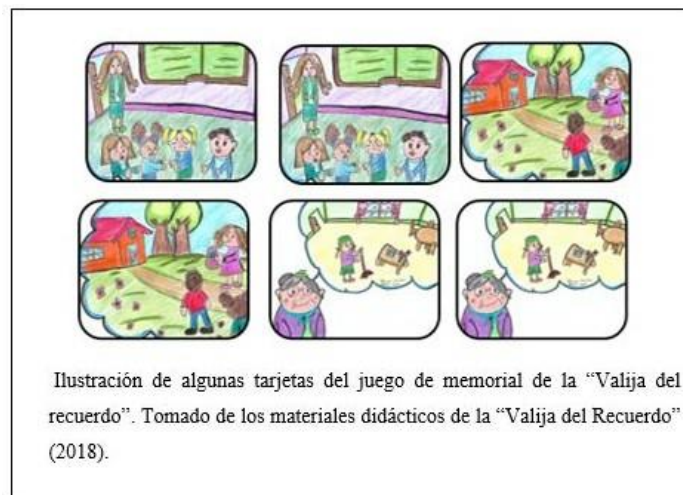
Contenido:

-28 tarjetas con ilustraciones del relato “Los cuatro amigos”.

Sugerencia de uso:

Este juego se usa como un complemento del juego de discriminación de intrusos; ya que de igual manera a medida que localiza las parejas de imágenes, los jugadores comentan lo que sucedió en el relato según la ilustración encontrada.

Nota: Este juego se usa de manera individual o grupal (se sugiere que los grupos no sean mayores a 14 jugadores, ya que se corre el riesgo de perder la intencionalidad del juego).



Juego Ordena la Secuencia

Objetivo: Fortalecer la memoria del jugador a través del ordenamiento de secuencial de los acontecimientos sucedidos en el relato basado en historias de vida.

Función ejecutiva que se potencia: Memoria visual y concentración.

Contenido:

- 1 lámina con el contenido del juego.
- 1 Lámina con las respuestas del juego.
- 6 tarjetas con las ilustraciones de las secuencias.

Sugerencias de uso:

El juego de ordenamiento de secuencias se usa como una estrategia de comprensión de lectura, basada en el relato de los “Los cuatro amigos.”

Ya que después de que los jugadores hayan escuchado el relato y observado las imágenes del libro ilustrado; el facilitador potencia un diálogo de manera oral con los participantes y así repasar verbalmente cada acontecimiento de la historia.

Posteriormente dicho facilitador les proporciona a los jugadores la lámina con el contenido del juego y las tarjetas con las secuencias, para que las mismas sean ordenadas de acuerdo con la información previa que ofrece el tablero del juego.

Al finalizar la actividad los mismos jugadores, comparan sus resultados con las respuestas que ofrece el juego; con el fin de comentar cuales son las diferencias hay entre la secuencia ordenada por ellos y la secuencia original.



Nota: Este juego se emplea de manera individual o grupal (se sugiere que los grupos no sean mayores a 6 jugadores, ya que se corre el riesgo de perder la intencionalidad del juego).

Figuras de acción de los personajes del relato basado en historias de vida

Objetivo:

Interactuar con los personajes del relato basado en historias de vida en dinámicas que involucren la creación de nuevas historias.

Función ejecutiva que se potencia: Atención y concentración.

Contenido:

-4 figuras de acción de los personajes del relato “Los cuatro amigos.”

Sugerencia de Uso:

Estas figuras se usan de dos maneras; de acuerdo con la intencionalidad de quien facilita la actividad, las cuales se muestran a continuación:

a. En grupos o de manera individual el facilitador le solicita al jugador que dramatice la escena que más le llamó la atención. Posteriormente quien facilita les solicita que nuevamente recreen esa escena, pero que esta vez la modifiquen creativamente; de esta manera el jugador no solo cumple el papel de jugador, sino que también se hace partícipe de la actividad; por lo que misma es más entretenida.

b. Esta sugerencia de uso se implementa lo que se quiere es que los participantes fortalezcan sus capacidades de diálogo y trabajo en equipo; ya que el facilitador indica a un grupo de jugadores que construyan y dramaticen una nueva historia con las figuras de acción, para que luego sea expuesta al resto de los demás usuarios del centro diurno.

Nota: Este juego se emplea de manera individual o grupal (se sugiere que los grupos no sean mayores a 4 jugadores; ya que se corre el riesgo de perder la intencionalidad del juego).



Ilustración de las figuras de acción de los personajes del relato “los cuatro amigos”. Tomado de los materiales didácticos de la “Valija del recuerdo” (2018).

La guía didáctica para uso de la "Valija del recuerdo"; tiene como finalidad ser un libro de consulta para cualquier persona que desee utilizar los materiales didácticos que contiene la valija.

En esta guía se menciona el objetivo de cada juego, así como posibles sugerencias para utilizar dichos recursos didácticos, con el fin de propiciar espacios para estimular de una manera divertida pero educativa, la memoria, la atención y concentración de los jugadores.

De esta manera se espera que, cada usuario (a) de la "Valija del recuerdo" tenga un viaje placentero por el tiempo reviviendo aquellos recuerdos que le son significativos; para de ellos aprender y enfrentar el futuro.

Gloriana Salazar Pérez.



"Poder disfrutar de los recuerdos de la vida, es vivir dos veces."

Marco Valerio Marcial.

Apéndice F

Constancia de asistencia extendida por el Centro Diurno para la presentación y evaluación de los materiales didácticos de la “Valija del recuerdo”



Asociación de Ancianos de Cubujuquí

Centro Diurno La Casa de los Abuelos

Telefax: 2260-3733 / Apdo. 2233-3000

Heredia, Costa Rica /E-mail: c.abuelos@yahoo.es

25 de setiembre del 2018.

Señores

Centro Educativo Miguel Obregón Lizando

San Juan de Tibás

Estimados Señores :

Por este medio se hace constar que la estudiante Gloriana Salazar Pérez, cédula número 116210958 realizó en la institución la presentación de los materiales didácticos que comprende el Trabajo Final de graduación de la Licenciatura en Educación Especial.

Las horas realizadas fueron de 9:30 de la mañana hasta las 11:30 de la mañana.

Sin otro particular,

Lilliana Venegas Ardóm

Lilliana Venegas Ardóm

Secretaria.

Asociación de Ancianos de Cubujuquí

ASOCIACIÓN ANCIANOS
DE CUBUJUQUI HEREDIA
Teléfono: 2260-3733
correo: c.abuelos@yahoo.es

Apéndice G

Presentación y evaluación de los materiales didácticos realizada el martes 26 de setiembre del 2018.



detenimiento el relato basado en historias de vida; a la vez que podían ir contemplando cada escena a través de las imágenes del libro ilustrado del relato.



Nombre de la dinámica: Armandando el rompecabezas de la “Valija del recuerdo”.

Función ejecutiva valorada: Memoria visual, atención y concentración.

Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían armar el rompecabezas de la “Valija del recuerdo”, a la vez que iban comentando la escena que se mostraba en la ilustración de guía.



Nombre de la dinámica: Juego de memoria de la “Valija del recuerdo”.

Función ejecutiva valorada: Memoria visual, atención y concentración.

Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían jugar y encontrar las parejas del juego de memoria de la “Valija del recuerdo”.



Nombre de la dinámica: Juego de memoria de la “Valija del recuerdo”.
Función ejecutiva valorada: Memoria visual, atención y concentración.
Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían jugar y encontrar las parejas del juego de memoria de la “Valija del recuerdo”.



Nombre de la dinámica: Juego de percepción de las diferencias.

Función ejecutiva valorada: Atención y concentración.

Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían jugar y encontrar las diferencias de acuerdo con las instrucciones de las láminas dadas.



Nombre de la dinámica: Juego Encontrando al intruso de la “Valija del recuerdo”.

Función ejecutiva valorada: Atención y concentración.

Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían jugar y encontrar las imágenes intrusas que no pertenecían a las ilustraciones del libro del relato “Los cuatro amigos”.



Nombre de la dinámica: Juego ordenando la secuencia de la “Valija del recuerdo”.

Función ejecutiva valorada: Memoria visual y concentración.

Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían jugar y ordenar las secuencias de escenas del relato “Los cuatro amigos”.



Nombre de la dinámica: Juego Figuras de acción de la “Valija del recuerdo”.

Función ejecutiva valorada: Atención y concentración.

Descripción de la dinámica: En grupos los adultos mayores debían jugar y armar su propia historia, usando los personajes del relato “Los cuatro amigos.”

Apéndice H

Hoja de registro para la prueba de los materiales didácticos de los materiales didácticos de la “Valija del recuerdo”

“Valija del recuerdo” Conjunto de materiales didácticos que estimulan las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores.

Hoja de registro para la prueba de los materiales didácticos de la “Valija del recuerdo”

Lugar: Centro Diurno Asociación de Ancianos de Cubujuquí de Heredia.

Fecha: _____ **Hora:** _____ **Cantidad de personas presentes:** _____

Objetivo:

Analizar de manera conjunta con las personas adultas mayores la aplicación del material didáctico diseñado, para la propuesta de mejoras en el fortalecimiento de las funciones ejecutivas.

6. En general, ¿Cómo se sintieron al trabajar con los diferentes materiales didácticos?

7. El audio libro fue entendible, o debe mejorarse.

8. Tanto el tamaño de la letra del relato escrito, como las imágenes de este son legibles.

9. ¿Qué sentimientos o recuerdos les generó el relato “los cuatro amigos”?

10. El tamaño de las láminas de los diferentes juegos es cómodos, o por el contrario su tamaño debe de modificarse.

11. Los juegos y sus instrucciones de uso eran lo suficientemente entendibles, o necesitaban de explicaciones extra por parte del facilitador de la actividad.

12. ¿Qué les parece la calidad de los materiales con los que fueron elaborados los recursos didácticos?

13. ¿Cómo se sintieron al interactuar con los muñecos de acción del relato “los cuatro amigos”?

14. ¿La cantidad y la calidad de las piezas del rompecabezas es adecuada para realizarse entre cuatro personas o debe modificarse?

15. ¿Les fue fácil encontrar las diferencias del juego?

16. ¿Les fue difícil utilizar las fichas para marcar las diferencias encontradas?

17. En general ¿les fue fácil manipular los materiales didácticos?

18. ¿Cuál material fue el que más les gustó o el que se sintieron más fácil de usar? ¿Por qué?

19. ¿Cuál material no les gustó o sintieron que era muy complicado de utilizar? ¿Por qué?

20. En general que sugerencias proponen para mejorar los materiales didácticos.
