

# 1. Necesidades psicosociales del adulto mayor

## INTRODUCCIÓN

En este módulo, de 76 horas pedagógicas, se espera que los y las estudiantes comprendan que el proceso de envejecimiento es parte de la evolución de una persona dentro de una familia, una comunidad y una sociedad, y que sean capaces de detectar las necesidades psicosociales que surgen en esta etapa, para así poder cubrirlas dentro de sus posibilidades. Junto con esto, se busca que logren reconocer que la sabiduría de los ciudadanos de la tercera edad es esencial para los valores sociales y culturales de un país.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el proceso fisiológico de envejecimiento de las personas conlleva cambios que “producen una limitación de la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. Los ritmos a que esos cambios se producen en los diversos órganos de un mismo individuo, o en distintos individuos, no son iguales”<sup>2</sup>. Es importante que las personas manejen este cambio fisiológico en forma positiva, mediante actividades sociales y comunitarias en su vivir diario. En Chile se considera que desde los 60 años de edad las personas forman parte de este segmento de la población, el cual recibe el nombre de “población adulta mayor” (PAM).

En este marco, se pretende que los y las estudiantes desarrollen las competencias necesarias para interactuar con los adultos mayores, comunicarse con ellos con empatía e interés, organizar actividades que los entretengan y obedezcan a sus intereses, incentivarlos a participar en ellas, acompañarlos en sus actividades diarias y motivarlos a integrarse a actividades de la comunidad, dependiendo de sus condiciones de dependencia física y síquica.

<sup>2</sup> Organización Mundial de la Salud. (1974). *Planificación y Organización de los Servicios Geriátricos. Informe de un Comité de Expertos*. Ginebra: Autor.

## APRENDIZAJES ESPERADOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

MÓDULO 1 · NECESIDADES PSICOSOCIALES DEL ADULTO MAYOR		76 HORAS	CUARTO MEDIO
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE DE LA ESPECIALIDAD			
<p><b>OA 1</b> Realizar actividades sociales y recreativas orientadas a los intereses, necesidades y características biopsicosociales de las personas adultas mayores, entregando apoyo personalizado, aplicando técnicas de motivación, seleccionando recursos y materiales apropiados y resguardando la seguridad individual y grupal.</p>			
APRENDIZAJES ESPERADOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE GENÉRICOS	
<p><b>1.</b> Aplica técnicas de comunicación efectiva con el fin de conocer las características, habilidades, necesidades e intereses de los adultos mayores en relación con los ámbitos social y recreativo.</p>	<p><b>1.1</b> Observa cómo se desenvuelve y cómo interactúa el adulto mayor con su familia y amigos.</p>	C	
	<p><b>1.2</b> Conversa con los adultos mayores a fin de detectar sus necesidades e intereses de interacción y recreación.</p>	A	
	<p><b>1.3</b> Mantiene un diálogo con el adulto mayor basado en la escucha activa y la empatía.</p>	A	
	<p><b>1.4</b> Estimula al adulto mayor a fortalecer la movilidad y la lectura, entre otras actividades recreacionales.</p>	C	

7.

APRENDIZAJES ESPERADOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE GENÉRICOS
<p><b>2.</b> Planifica y programa actividades recreativas para el desarrollo integral del adulto mayor, de acuerdo a su motivación y condiciones de dependencia física y psíquica, considerando los recursos que brinda la comunidad, la situación ambiental, elementos de seguridad, materiales, vestuario y recursos económicos.</p>	<p><b>2.1</b> Organiza y planifica las actividades recreacionales diarias del adulto mayor, de acuerdo a sus intereses y motivaciones.</p>	<p><b>C</b></p>
	<p><b>2.2</b> Ejecuta actividades recreacionales específicamente diseñadas para el adulto mayor, considerando sus capacidades y limitaciones.</p>	<p><b>C</b></p>
	<p><b>2.3</b> Acompaña al adulto mayor en actividades recreacionales y sociales de acuerdo a sus requerimientos y habilidades personales.</p>	<p><b>C</b></p>
	<p><b>2.4</b> Aplica medidas de seguridad con el adulto mayor para el desarrollo de las actividades recreativas.</p>	<p><b>K</b></p>
	<p><b>2.5</b> Refuerza las capacidades psíquicas y físicas del adulto mayor con actividades de su interés como lectura, debates, baile entre otras.</p>	<p><b>A</b></p>
	<p><b>2.6</b> Evalúa la tolerancia del adulto mayor durante las actividades recreacionales.</p>	<p><b>C</b></p>
	<p><b>2.7</b> Acompaña al adulto mayor y lo estimula a integrar grupos organizados en su comuna.</p>	<p><b>A</b></p>
	<p><b>2.8</b> Instruye y orienta al adulto mayor sobre los beneficios de organismos públicos y privados (municipio, Sernatur, cajas de compensación, entre otros).</p>	<p><b>A</b></p>

## EJEMPLO DE ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

NOMBRE DEL MÓDULO	Necesidades psicosociales del adulto mayor
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	Fortaleciendo el desarrollo biopsicosocial del adulto mayor
DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD	4 horas
APRENDIZAJES ESPERADOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN QUE INCLUYE
<p><b>2.</b> Planifica y programa actividades recreativas para el desarrollo integral del adulto mayor, de acuerdo a su motivación y condiciones de dependencia física y psíquica, considerando los recursos que brinda la comunidad, la situación ambiental, elementos de seguridad, materiales, vestuario y recursos económicos.</p>	<p>2.1. Organiza y planifica las actividades recreacionales diarias del adulto mayor, de acuerdo a sus intereses y motivaciones.</p>
METODOLOGÍAS SELECCIONADAS	Texto guía

### DESCRIPCIÓN DE LAS TAREAS QUE REALIZAN DOCENTES Y ESTUDIANTES, Y LOS RECURSOS QUE SE UTILIZAN EN CADA UNA DE LAS SIGUIENTES ETAPAS:

#### PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD

##### Docente:

- › Prepara casos de adultos mayores que viven en diferentes contextos y condiciones, que muestren diversidad en sus capacidades psíquicas y físicas, con y sin patologías asociadas.
- › Elabora una guía para el desarrollo de los temas con las siguientes indicaciones:
  - Lea atentamente esta guía.
  - Archive este documento en su carpeta.
  - Debe realizar este trabajo de investigación con una pareja.
  - En un periodo de cuatro horas de clase, analice un caso que le será entregado por su docente, considerando los siguientes aspectos:
    - Características del adulto mayor.
    - Factores que deterioran o fortalecen las capacidades psíquicas y físicas del adulto mayor.
    - Intereses del adulto mayor y organizaciones que pueden cubrirlos, como organismos municipales, cajas de compensación, clubes comunitarios, etc.
    - Medidas de mitigación del deterioro psico-orgánico para el adulto mayor.
  - Luego de la investigación, desarrolle una propuesta de un programa de actividades recreativas para el adulto mayor.

##### Recursos:

- › Bibliografía.
- › Textos de estudio.
- › Computador.
- › Internet.
- › Proyector.
- › Impresora.

DESCRIPCIÓN DE LAS TAREAS QUE REALIZAN DOCENTES Y ESTUDIANTES, Y LOS RECURSOS QUE SE UTILIZAN EN CADA UNA DE LAS SIGUIENTES ETAPAS:

**EJECUCIÓN**

**Docente:**

- › Organiza al curso en parejas.
- › Entrega una guía a cada pareja, la explica y aclara dudas que se puedan presentar.
- › Asigna un caso a cada pareja.
- › Acompaña y apoya el proceso de investigación y elaboración de una propuesta de programa de actividades recreacionales para el adulto mayor.

**Estudiantes:**

- › Revisan la guía.
- › Analizan el caso asignado por el o la docente.
- › Revisan la bibliografía e internet, para extraer información que les resulte útil para su análisis.
- › Desarrollan cada tema planteado en la guía y preparan una presentación.
- › Elaboran el programa de actividades recreativas para el adulto mayor.
- › Presentan y explican las estrategias formuladas en el programa diseñado.

**CIERRE**

**Estudiantes:**

- › Reflexionan sobre su trabajo y el de sus pares.

**Docente:**

- › Comenta la importancia de tomar en cuenta el contexto del adulto mayor para elaborar un programa de actividades recreacionales que sea pertinente.
- › Evalúa la investigación y el programa elaborado por las parejas.

## EJEMPLO DE ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

NOMBRE DEL MÓDULO	Necesidades psicosociales del adulto mayor
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	Recreando al adulto mayor
DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD	4 horas
APRENDIZAJES ESPERADOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN QUE INCLUYE
<p><b>2.</b> Planifica y programa actividades recreativas para el desarrollo integral del adulto mayor, de acuerdo a su motivación y condiciones de dependencia física y psíquica, considerando los recursos que brinda la comunidad, la situación ambiental, elementos de seguridad, materiales, vestuario y recursos económicos.</p>	<p>2.2. Ejecuta actividades recreacionales específicamente diseñadas para el adulto mayor, considerando sus capacidades y limitaciones.</p> <p>2.3. Acompaña al adulto mayor en actividades recreacionales y sociales de acuerdo a sus requerimientos y habilidades personales.</p>
METODOLOGÍAS SELECCIONADAS	Texto guía

### DESCRIPCIÓN DE LAS TAREAS QUE REALIZAN DOCENTES Y ESTUDIANTES, Y LOS RECURSOS QUE SE UTILIZAN EN CADA UNA DE LAS SIGUIENTES ETAPAS:

#### PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD

##### Docente:

- › Elabora una guía para el desarrollo de la actividad con las siguientes indicaciones:
  - Lea atentamente esta guía.
  - Archive este documento en su carpeta.
  - Trabaje en grupos de máximo cuatro estudiantes.
  - En un periodo de cuatro horas de clase lleve a cabo lo siguiente:
    - Elabore dos actividades recreativas con los materiales dispuestos y demuestre al grupo los pasos a seguir. Considere que estas deben ser aptas para ser reproducidas por un adulto mayor en su casa o en un establecimiento.

##### Recursos:

- › Materiales de diversas áreas, tales como:
  - Jardinería.
  - Pintura.
  - Deporte.
  - Costura.
  - Tejido.
  - Bordado.
  - Artesanía u otras manualidades.
- › Sala o laboratorio.

DESCRIPCIÓN DE LAS TAREAS QUE REALIZAN DOCENTES Y ESTUDIANTES, Y LOS RECURSOS QUE SE UTILIZAN EN CADA UNA DE LAS SIGUIENTES ETAPAS:

<b>EJECUCIÓN</b>	<p><b>Docente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>› Organiza al curso en grupos.</li><li>› Entrega y explica la guía.</li><li>› Responde las consultas y dudas durante el trabajo de los y las estudiantes.</li></ul> <p><b>Estudiantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>› Revisan la guía y aclaran sus dudas.</li><li>› Consultan bibliografía en internet.</li><li>› Elaboran dos actividades recreativas y preparan su exposición.</li><li>› Exponen, por grupos, la actividad recreativa propuesta.</li></ul>
<b>CIERRE</b>	<p><b>Estudiantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>› Comentan su experiencia con sus compañeros y compañeras.</li></ul> <p><b>Docente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>› Destaca los conceptos claves en un programa recreacional para el adulto mayor.</li><li>› Concluye respecto del fortalecimiento de las capacidades físicas y psíquicas del adulto mayor.</li><li>› Impulsa a permitir la espontaneidad del adulto mayor y asegurar el control de riesgos.</li><li>› Evalúa las propuestas generadas por los grupos.</li></ul>

## EJEMPLO DE ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN

NOMBRE DEL MÓDULO		Necesidades psicosociales del adulto mayor	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE GENÉRICOS A EVALUAR	
<p><b>2.</b> Planifica y programa actividades recreativas para el desarrollo integral del adulto mayor, de acuerdo a su motivación y condiciones de dependencia física y psíquica, considerando los recursos que brinda la comunidad, la situación ambiental, elementos de seguridad, materiales, vestuario y recursos económicos.</p>	<p><b>2.1</b> Organiza y planifica las actividades recreacionales diarias del adulto mayor, de acuerdo a sus intereses y motivaciones.</p>	<p><b>C</b> Realizar las tareas de manera prolija, cumpliendo plazos establecidos y estándares de calidad, y buscando alternativas y soluciones cuando se presentan problemas pertinentes a las funciones desempeñadas.</p>	
<h3>Selección de cómo evaluar</h3>			
DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES		INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN SELECCIONADOS	
<p>Se evalúa mediante una actividad práctica de taller.</p> <p>El o la estudiante desarrolla un programa con actividades recreativas adecuadas a las condiciones y capacidades del adulto mayor, en el que considera actividades individuales y grupales. Este programa es presentado al grupo y validado por las organizaciones de adultos mayores.</p>		<p>Rúbrica que considere indicadores vinculados a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Trabajo prolijo y de calidad.</li> <li>› Respeto a la diversidad de capacidades y responsabilidad.</li> <li>› Valoración de la situación problema para proponer soluciones.</li> <li>› Relaciones interpersonales.</li> </ul>	

7.



## BIBLIOGRAFÍA

**Coutier, D., Camus, Y. y Sarkar, A.** (1990). *Tercera edad. Actividades físicas y recreación*. Madrid: Gymnos.

**García, J. M., Ruiz, J. y Navarro, M.** (1996). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos.

**Instituto Nacional de Estadísticas.** (2007). *Adulto mayor en Chile*. Santiago de Chile: Autor.

**Perry, A. G. y Potter, P. A.** (2001). *Guía clínica de enfermería: técnicas y procedimientos básicos*. Madrid: HarcourtBrace.

**Pont Geis, P.** (2010). *Tercera edad, actividad física y salud: teoría y práctica*. Barcelona: Paidotribo.

**Ríos, M., Blanco, A., Bonany, T. y Carol, N.** (2010). *El juego y los alumnos con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo.

**Scharll, M.** (2001). *La actividad física en la tercera edad: gimnasia en grupos: juegos, cuidados activos con ejercicios*. Barcelona: Paidotribo.

**Subsecretaría de Salud Pública.** (s/f). *Manual de aplicación del examen de medicina preventiva del adulto mayor*. Santiago de Chile: Ministerio de Salud.

## Sitios web recomendados

**Ministerio de salud.** (2014). *Salud del adulto mayor*.  
Recuperado de: <http://web.minsal.cl/salud-del-adulto-mayor/>

(Los sitios web y enlaces sugeridos en este Programa fueron revisados en julio de 2015).