



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
UNIDAD DE POSGRADO
UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN INNOVACIÓN Y LIDERAZGO
EDUCATIVO

TEMA:

**DESARROLLO COGNITIVO DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DE
PICTOGRAMAS**

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de Magíster en Educación
Mención Innovación y Liderazgo Educativo.

Autora:

Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Tutor:

Ing. Janio Jadan Guerrero, PhD.

QUITO – ECUADOR

2023

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Jenny Elizabeth Rengifo Martínez, declaro ser autor del Trabajo de Investigación con el nombre de: “Desarrollo cognitivo del adulto mayor a través de pictogramas”. Como requisito para optar al grado de Magister en Educación, con mención en innovación y Liderazgo Educativo, autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán utilizar el contenido de este trabajo, como material de consulta en las diferentes redes con las cuales la Universidad tenga convenios, ya sea dentro o fuera del país. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los derechos de autor, morales y patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los siete días del mes de noviembre de 2023, firmo conforme:

Autora: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Firma:  _____

Número de Cédula: 172422769-7

Dirección: Av. Manuel Córdova Galarza y José Mejía Lequerique

Correo Electrónico: jennyrenjifo88@hotmail.com

Teléfono: 0958744732

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “Desarrollo cognitivo del adulto mayor a través de pictogramas”, presentado por Jenny Elizabeth Rengifo Martínez, para optar por el Título de Magister en Educación, con mención en innovación y Liderazgo Educativo

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 22 de noviembre de 2023



.....
Ing. Janio Jadan Guerrero, PhD.
TUTOR

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Magister en Educación mención en innovación y Liderazgo Educativo, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica de la autora.

Quito, 22 de noviembre de 2023



.....
Jenny Elizabeth Rengifo Martínez 172422769-7

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: DESARROLLO COGNITIVO DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS, previo a la obtención del Título de Magister en Educación Mención en Innovación y Liderazgo Educativo reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 22 de noviembre de 2023



Firmado electrónicamente por:
FRANCISCO XAVIER
DILLON PEREZ

.....
Lcdo. Francisco Dillon Pérez MSc.
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL



Firmado electrónicamente por:
MISHELL ROMINA
ANGULO ALVAREZ

.....
Lcda. Mishell Angulo Álvarez Masca.
VOCAL



Firmado electrónicamente por:
JANIO LINCON JADAN
GUERRERO

.....
Ing. Janio Jadan Guerrero, PhD.
TUTOR

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a mi madre Elizabeth Martínez, y a mi niña interior que se merece lo mejor, como también a cada uno de los adultos mayores del Ecuador.

Jenny Rengifo

AGRADECIMIENTO

Agradezco de corazón a mi amor eterno, mi padre Dios todo poderoso, por permitirme alcanzar esta nueva meta en mi carrera profesional. Expreso mi profundo agradecimiento a la Universidad Indoamérica y a los dedicados docentes que, con su vocación, han impactado nuestras vidas como maestrantes. Quiero destacar al Dr. Janio Jadan, mi guía y líder académico, cuya dedicación y calidez humana lo convierten en un ejemplo de maestro. Agradezco también al profesor Eduardo Cárdenas, un amigo incondicional que ha estado a mi lado durante esta travesía. Reconozco la invaluable contribución de mi líder, Mónica Cisneros, así como el apoyo constante de la Lic. Dayana Córdor, Danilo Molineros, a la señora Leticia Morales, como también a mi padre Jairo Rengifo, quienes han brindado su respaldo, cariño incondicional y sabios consejos para superar los desafíos.

Extendiendo mi gratitud a cada uno de los familiares y personas que han estado presentes a lo largo de este camino, agradezco su inquebrantable apoyo, este logro no habría sido posible sin la colaboración y aliento de todos ustedes.

Jenny Rengifo

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Contenido	Pág.
PORTADA	i
DESARROLLO COGNITIVO DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS	i
AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
RESUMEN EJECUTIVO	xvii
ABSTRACT	xviii
INTRODUCCIÓN	1
<i>Importancia y actualidad</i>	<i>1</i>
<i>Planteamiento del problema</i>	<i>5</i>
<i>Destinatarios del Proyecto</i>	<i>7</i>
Objetivos	8
<i>General</i>	<i>8</i>
<i>Específicos</i>	<i>8</i>

MARCO TEÓRICO	9
<i>Antecedentes de la investigación (estado del arte)</i>	<i>9</i>
<i>Constelaciones de variables dependiente y independiente.....</i>	<i>14</i>
<i>Constelación de ideas de la variable dependiente: desarrollo cognitivo en el adulto mayor.....</i>	<i>15</i>
<i>Desarrollo cognitivo</i>	<i>15</i>
<i>Factores biológicos.....</i>	<i>17</i>
<i>Cambios cerebrales</i>	<i>18</i>
<i>Reducción de neurotransmisores.....</i>	<i>18</i>
<i>Factores genéticos</i>	<i>19</i>
<i>Actividad física</i>	<i>20</i>
<i>Estimulación cognitiva.....</i>	<i>21</i>
<i>Alimentación y nutrición</i>	<i>22</i>
<i>Sueño.....</i>	<i>23</i>
<i>Socialización</i>	<i>24</i>
<i>Educación continua</i>	<i>25</i>
<i>Salud mental</i>	<i>26</i>
<i>Constelación de ideas de la variable independiente: recursos interactivos basados en pictogramas</i>	<i>27</i>
<i>Estrategias didácticas.....</i>	<i>28</i>
<i>Pictogramas</i>	<i>29</i>
<i>Aprendizaje individualizado</i>	<i>31</i>
<i>Aprendizaje por descubrimiento</i>	<i>32</i>
<i>Aprendizaje Activo.....</i>	<i>32</i>
<i>Aprendizaje Colaborativo</i>	<i>33</i>
<i>Aprendizaje Basado en proyectos.....</i>	<i>34</i>

<i>Comprensión y comunicación</i>	34
<i>Aprendizaje</i>	35
<i>Memoria</i>	36
<i>Autonomía</i>	38
<i>Inclusión Social</i>	39
<i>Accesibilidad</i>	40
<i>Reducción de ansiedad</i>	41

CAPÍTULO II

<i>Diseños Metodológico</i>	43
<i>Modalidad de la investigación</i>	43
<i>Población y muestra</i>	44
<i>Proceso de recolección de la información</i>	45
<i>Matriz de operacionalización de la variable dependiente</i>	45
<i>Matriz de operacionalización de la variable independiente</i>	46
<i>Técnicas e instrumentos de investigación</i>	46
<i>Encuesta</i>	46
<i>Instrumentos</i>	47
<i>Detalle de los Resultados</i>	51

CAPÍTULO III

<i>PROPUESTA</i>	70
<i>Objetivo General</i>	71
<i>Objetivos Específicos</i>	71
<i>Elementos que la conforman</i>	71
<i>Introducción</i>	71
<i>Justificación</i>	72

<i>Fases del proyecto</i>	72
<i>Planificación de actividades</i>	72
<i>Socialización</i>	72
<i>Ejecución</i>	73
<i>Evaluación</i>	73
<i>Actividades</i>	74
<i>Validación de la aplicación práctica</i>	76
PLANIFICACIONES	77
<i>Tema: Identificación de tarjetas con acciones</i>	78
<i>Tema: Asociación de palabras con imágenes</i>	82
<i>Tema: Imágenes de opuestos</i>	86
<i>Tema: Parejas de figuras geométricas</i>	90
<i>Tema: Estimulación del lenguaje ¿qué rima con qué?</i>	93
<i>Tema: Buscando imágenes iguales</i>	97
<i>Tema: Juego de palabras con tarjetas de imágenes</i>	100
<i>Tema: Rompecabezas 3D</i>	104
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	107
<i>Conclusiones</i>	107
<i>Recomendaciones</i>	110
Bibliografía	111
ANEXOS	117
ANEXO 1. Validación del instrumento a enfermeras, pasantes del Hogar de Ancianos CAFETOS	117

ANEXO 2. Validación del especialista.....	119
ANEXO 3. Autorización para realizar la investigación	121
ANEXO 4. Participación de la propuesta.....	122
ANEXO 5. Encuesta diseñada en Google Forms a la autoridad – auxiliares de enfermería – pasantes de enfermeras del Hogar de Ancianos CAFETOS	123
ANEXO 6: Aceptación del Artículo.....	128
ANEXO 7: Fotos de la presentación del artículo	129

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de sujetos de investigación.....	44
Tabla 2 Matriz de operalización de variable dependiente	45
Tabla 3 Operalización de la variable independiente.....	46
Tabla 4 Detalle del grado de satisfacción mediante la escala de Likert.....	47
Tabla 5 Resume de procesamiento de casos.....	48
Tabla 6 Estadística de fiabilidad	49
Tabla 7 Detalle de satisfacción de la escuela de Likert	
Tabla 8 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°1	51
Tabla 9 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°2	52
Tabla 10 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°3	53
Tabla 11 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°4	54
Tabla 12 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°5	56
Tabla 13 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°6	57
Tabla 14 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°7	58
Tabla 15 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°8	59
Tabla 16 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°9	60
Tabla 17 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°10	61
Tabla 18 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°11	62
Tabla 19 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°12	63
Tabla 20 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°13	64
Tabla 21 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°14	65
Tabla 22 Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°15	66
Tabla 23 Cronograma de actividades	75

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Relación causa-efecto	7
Figura 2 Constelaciones de variables.....	
Figura 3 Constelación de ideas de la variable dependiente: desarrollo cognitivo en el adulto mayor	14
Figura 4 Desarrollo cognitivo del adulto mayor.....	16
Figura 5 Factores biológicos de los adultos mayores	17
Figura 6 Cambios cerebrales del adulto mayor	18
Figura 7 Reducción de neurotransmisores	19
Figura 8 Actividad física en el adulto mayor	19
Figura 9 Actividades físicas para adultos mayores	20
Figura 10 Estimulación cognitiva.....	22
Figura 11 Alimentación y nutrición en el adulto mayor	23
Figura 12 Sueño en el adulto mayor.....	24
Figura 13 Socialización en el adulto mayor	25
Figura 14 Educación continua en el adulto mayor	26
Figura 15 Salud mental en el adulto mayor	27
Figura 16 Constelación de ideas de la variable independiente.....	27
Figura 17 Estrategias didácticas para el adulto mayor	28
Figura 18 Pictogramas para el adulto mayor.....	29
Figura 19 Actividades con pictogramas para adultos mayores	30
Figura 20 Aprendizaje Individualizado en el adulto mayor.....	31
Figura 21 Aprendizaje activo para el adulto mayor.....	32
Figura 22 Aprendizaje colaborativo para el adulto mayor.....	33
Figura 23 Aprendizaje basado en proyectos para el adulto mayor.....	34
Figura 24 Comprensión y comunicación en el adulto mayor	35
Figura 25 Aprendizaje para el adulto mayor.....	36
Figura 26 Memoria en el adulto	37
Figura 27 Autonomía en el adulto mayor	38
Figura 28 Inclusión social en el adulto mayor	39
Figura 29 Accesibilidad del adulto mayor	41

Figura 30 Reducción de ansiedad	42
Figura 31 Resultados del grado de satisfacción	61
Figura 32 Detalle de alfa de Cronbach	62
Figura 33 Correlación SPSS	63
Figura 34 Representación porcentual preg.1	66
Figura 35 Representación porcentual preg.2.....	67
Figura 36 Representación porcentual preg.3.....	68
Figura 37 Representación porcentual preg.4.....	69
Figura 38 Representación porcentual preg.5.....	70
Figura 39 Representación porcentual preg.6.....	71
Figura 40 Representación porcentual preg.7.....	72
Figura 41 Representación porcentual preg.8.....	73
Figura 42 Representación porcentual preg.9.....	74
Figura 43 Representación porcentual preg.10.....	75
Figura 44 Representación porcentual preg.11.....	76
Figura 45 Representación porcentual preg.12.....	77
Figura 46 Representación porcentual preg.13.....	78
Figura 47 Representación porcentual preg.14.....	79
Figura 48 Representación porcentual preg.15.....	80
Figura 49 Tríptico Informativo sobre actividades de pictogramas para adultos mayores – Hogar Cafetos	81
Figura 50 Tríptico sobre informativo sobre actividades de pictogramas para adultos mayores	82

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN INNOVACIÓN Y LIDERAZGO
EDUCATIVO

TEMA: DESARROLLO COGNITIVO DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS

AUTOR: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

TUTOR: Ing. Janio Jadan Guerrero, PhD

RESUMEN EJECUTIVO

El presente proyecto de investigación se enfoca en el desarrollo cognitivo del adulto mayor, que surge del deterioro normal por el avance de la edad y por otras causas que limitan las actividades de la vida diaria. El objetivo principal planteado fue evaluar el impacto del uso de pictogramas en el desarrollo cognitivo del adulto mayor; para ello, se llevó a cabo un estudio experimental con un grupo de adultos mayores, donde se implementaron diferentes actividades cognitivas utilizando los pictogramas como apoyo visual. Los resultados obtenidos arrojaron conclusiones positivas, evidenciando un impacto significativo en el desarrollo cognitivo de los participantes mediante el uso de pictogramas. Se constataron, además, mejoras notables en áreas clave como la memoria, la atención, el lenguaje y la capacidad de secuencias de acciones. Finalmente, se recomienda la continuación de investigaciones similares en el contexto abordado, con el propósito de identificar y proponer diversos enfoques y aplicaciones al uso de los pictogramas como técnicas de estimulación cognitiva en adultos mayores.

PALABRAS CLAVES: Adulto mayor, desarrollo cognitivo, estimulación, pictogramas

UNIVERSIDAD TÉCNOLÓGICA INDOAMERICA
DIRECCIÓN DE POSGRADO

**MASTER'S DEGREE IN EDUCATION WITH MAJOR IN
INNOVATION AND EDUCATIONAL LEADERSHIP.**

**THEME: COGNITIVE DEVELOPMENT OF SENIOR ADULTS THROUGH
PICTOGRAMS**

AUTHOR: Rengifo Martinez Jenny Elizabeth

TUTOR: Ing. Janio Jadán Guerrero, PhD

ABSTRACT

The current research project focuses on the cognitive development of senior adults, stemming from the natural decline due to aging and other factors that limit activities of daily living. The main objective was to assess the impact of using pictograms on the cognitive development of older adults. An experimental study was conducted involving a group of senior adults, where various cognitive activities using pictograms as visual support were implemented. The results yielded positive conclusions, demonstrating a significant impact on the participants' cognitive development through the use of pictograms. Notable improvements were observed in key areas such as memory, attention, language, and the ability to sequence actions. Finally, it is recommended to continue similar research within the addressed context, aiming to identify and propose various approaches and applications for using pictograms as cognitive stimulation techniques for senior adults.

KEYWORDS: Senior Adult, Cognitive Development, Stimulation,



INTRODUCCIÓN

Importancia y actualidad

La presente investigación denominada: “Desarrollo cognitivo del adulto mayor a través de pictogramas”, se centra en la línea de investigación: “Innovación”, sub línea: “Aprendizaje”; se propondrá como alternativa de solución al problema de estudio, el diseño de una estrategia centrada en el deterioro cognitivo del adulto mayor y la falta de actividades intelectuales, que faciliten su recuperación. El desarrollo cognitivo del adulto mayor va disminuyendo a través del tiempo como también la capacidad de resolver diferentes tipos de análisis, este proceso puede tener un impacto negativo en la calidad de vida como también en su independencia. Es importante recalcar que, los adultos mayores deben ir adoptando diferentes hábitos físicos, como lo menciona Russo et al. (2020):

“Una revisión sistemática enfatiza la importancia de la actividad física en la prevención del deterioro cognitivo y la demencia en adultos mayores y recomienda la inclusión de actividades físicas que la normalicen en la rutina diaria puede ser una estrategia efectiva y accesible para mantener la salud cognitiva y prevenir el desarrollo de enfermedades neurodegenerativas en esta población”. (p.10)

La andragogía es una teoría y enfoque educativo que se centra en el aprendizaje y enseñanza, como también en las necesidades, motivaciones y características específicas de los adultos mayores. Como estudiantes: "la pedagogía crítica, el enfoque reflexivo y la andragogía son enfoques educativos cuyo importante objetivo es modificar las diferentes prácticas pedagógicas y promover aprendizajes más relevantes.” (Pérez et al., 2020, p.134)

El trabajar con la integración de diversas estrategias activas desempeña un papel fundamental en el ámbito de la andragogía. Esta práctica posibilita llevar a cabo un análisis de competencias clave, entre las que se incluyen la cooperación, comunicación y liderazgo. A lo largo de este proceso, es posible introducir una variedad de herramientas diseñadas para estimular y perfeccionar diversas habilidades cognitivas en esta etapa (Saltos, 2021, p.112). Esta investigación analiza el uso de pictogramas como instrumento para impulsar el desarrollo cognitivo de las personas mayores, un enfoque que podría generar resultados positivos. En este estudio se busca proporcionar pruebas tangibles de los beneficios asociado con el uso de pictogramas como táctica de participación, con el fin de evaluar la factibilidad en su implementación.

Los pictogramas son imágenes visuales simples y claras con las que se puede transmitir información de forma rápida y sencilla. Se han utilizado en adultos mayores con diversas dificultades, tales como con problemas de habla o lenguaje, y se ha demostrado que facilitan el aprendizaje y la retención.

Como se menciona Ferreira y Zarzuelo (2022) en el artículo Pictogramas farmacéuticos: ¿Una oportunidad para la Alfabetización en Salud?

Los pictogramas son representaciones visuales que pueden superar las barreras del lenguaje y la alfabetización, ya que son comprensibles para personas con diferentes niveles de educación y conocimiento. Además, los pictogramas permiten transmitir información de manera más clara y concisa, lo que puede resultar especialmente útil para personas con dificultades cognitivas o visuales. (p.288)

En la Constitución de la República del Ecuador en su artículo 4 establece los principios fundamentales y que en los enfoques de atención donde se menciona lo siguiente:

- c) Integración e inclusión: Se garantiza de manera progresiva la incorporación de las personas adultas mayores, en las actividades

públicas y privadas que sean de su interés, valorando y respetando la diversidad humana con el objetivo de convivir, contribuir y construir oportunidades reales para el ejercicio de sus derechos (Ley Orgánica de las personas adultas mayores, 2019)

Según el reglamento de la Ley Orgánica de las personas adultas mayores (2019) el Art. 48.- De la educación, garantiza que: “El Estado garantizará y estimulará la participación de las personas adultas mayores y brindará programas en todos los niveles de educación de acuerdo con su identidad cultural, preparación y aptitudes. En estos espacios educativos las personas adultas mayores podrán compartir sus saberes y experiencias con todas las generaciones”

El artículo 48 de la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores establece una serie de medidas y protecciones para garantizar los derechos y el bienestar de las personas adultas mayores. Este artículo establece lo siguiente:

- Las personas adultas mayores tienen derecho a una atención integral, incluyendo atención médica, social, psicológica y educativa, así como a programas educativos y de rehabilitación.
- Promover el acceso a la vivienda de las personas mayores garantizando condiciones adecuadas a sus necesidades y la disponibilidad de servicios básicos como agua, electricidad y transporte.
- Se establecen mecanismos de protección contra toda forma de discriminación y violencia contra las personas adultas mayores para asegurar su integridad y respeto.

El artículo 48 de la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores busca garantizar la protección, atención integral y promoción de los derechos de las personas adultas mayores, con el objetivo de asegurar su bienestar y calidad de vida. En el marco normativo legalmente, protege como también vela por el cumplimiento de acciones que faciliten y mejoren la calidad de vida de los adultos mayores

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible es un ambicioso programa adoptado por las Naciones Unidas en el 2023. Su objetivo es abordar los desafíos globales más apremiantes y lograr la sostenibilidad en todas sus dimensiones: social, económica y ambiental.

Los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) presentados en la Agenda 2030 abordan una amplia gama de cuestiones, desde la pobreza y el hambre hasta la educación, la igualdad de género, la salud y el cambio climático. Los adultos mayores desempeñan un papel clave en la implementación de la Agenda 2030. A medida que la población envejece, es importante garantizar que los derechos, las necesidades y las contribuciones de las personas mayores se tengan en cuenta en todas las políticas y programas para el desarrollo sostenible (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2015).

El promover un envejecimiento saludable y activo, es importante para lograr varios objetivos de desarrollo sostenible. El invertir en sistemas de salud de calidad, los estilos de vida saludables crean un entorno de bienestar e inclusión en los adultos mayores.

La Agenda 2030, destaca la importancia de abordar diferencias como también el eliminar diferentes estereotipos negativos sobre el envejecimiento, el motivar una cultura inclusiva que evalúe, como es el respeto.

Según CEPAL (2018), el envejecimiento de la población y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible están conectados en garantizar el bienestar y la inclusión de las personas mayores es esencial para obtener los objetivos de la Agenda 2030, y su participación activa en la vida social para construir un futuro sostenible y justo. (p.17)

La comunicación es importante para los adultos mayores, especialmente en el contexto de aislamiento social, ya que puede afectar negativamente a la salud física y mental, como señala León et al. (2020), destaca que:

La necesidad de localizar formas de optimizar la comunicación en esta población, para abordar este problema, se exponen varias técnicas de comunicación para ayudar a las personas mayores a conectarse con otros y conservar una red de apoyo social. Se puede utilizar una de las técnicas destacadas que es la comunicación oral, resalta la importancia de hablar de manera clara y breve, enfocándose, utilizando términos simples y familiares. (p.269)

Según datos publicados en el libro de Comisión Económica para América Latina y el Caribe), que confirma que el envejecimiento de la población y el análisis de la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, están estrechamente relacionados. El aumento de la proporción de personas mayores en la sociedad presenta importantes desafíos y oportunidades para alcanzar los objetivos de desarrollo sostenible establecidos en la Agenda 2030. (CEPAL, 2018).

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que avanza cada vez más. Se espera que el número de personas mayores de 60 años se duplique de aquí a 2050, lo que representará una proporción significativa de la población mundial. Este cambio demográfico afecta a áreas clave como la salud, el bienestar, la igualdad de género, el empleo y la protección social. (p.34)

Planteamiento del problema

El deterioro cognitivo en el adulto mayor es un tema esencial para la sociedad presente, en esta etapa se van presentando diferentes actitudes como enfermedades no tan positivas las cuales son: el desgaste de la memoria, la capacidad de razonar, entre otras.

El saber utilizar diferentes estrategias activas y técnicas que pueden contribuir o prevenir o retrasar el deterioro cognitivo, mismo que puede ser causado por diferentes factores como: el envejecimiento natural, enfermedades como el

Alzheimer o el Párkinson, lesiones cerebrales, entre otros, de acuerdo con Guevara et al. (2020) afirma lo siguiente:

Enfatiza que la depresión puede ser un componente de riesgo significativo para el deterioro cognitivo en esta etapa de la vida. También cita estudios que se localizaron una relación bidireccional entre la depresión y el deterioro cognitivo, lo que significa que la depresión puede desarrollar el riesgo de deterioro cognitivo y cambio. Definitivamente, destaca la importancia de una identificación y tratamiento apropiado sobre la depresión en adultos mayores como la habilidad para informar o demostrar el deterioro cognitivo. (p.6)

Una vez que los instrumentos de recolección de información arrojaron un resultado adecuado, se procedió a realizar el análisis de la información de una forma ordenada mediante la tabulación, primero de la encuesta aplicada a la autoridad, auxiliares de enfermería, como también pasantes de enfermería de la casa Hogar Cafetos.

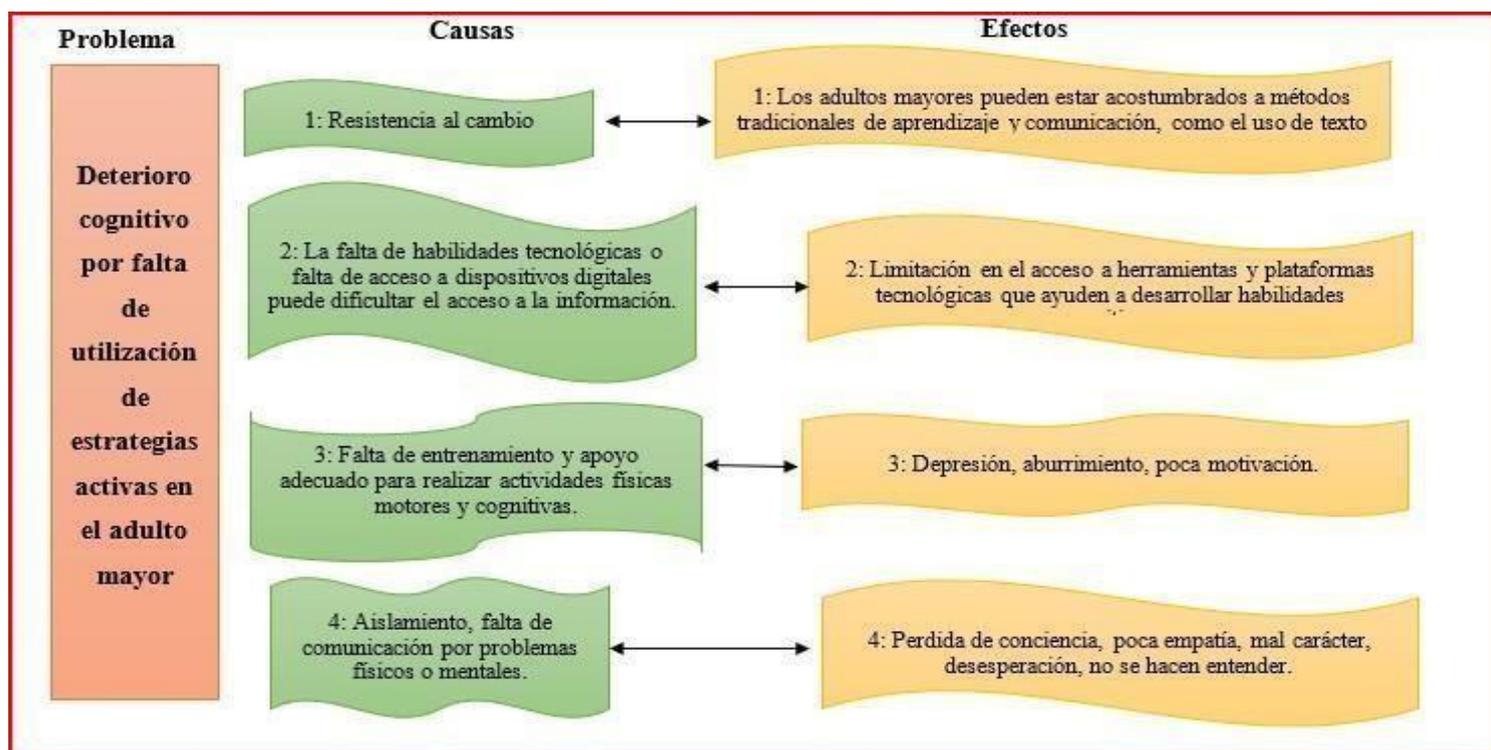
Cabe mencionar que el objetivo de la encuesta era el de conocer y tomar acción sobre la utilización de los pictogramas como también su impacto en el desarrollo cognitivo de los adultos mayores. En la primera entrevista con la directora de la casa de hogar se expuso la intención del trabajo investigativo, quién mostró el interés con la investigación y dio la autorización realizada ante dicho estudio y permitió el acceso a la información necesaria, para poder continuar con el trabajo de investigación.

El artículo analiza el impacto de un programa de autocuidado para una vejez activa en la funcionalidad del adulto mayor, afirman que” El programa se orienta en la participación activa de los adultos mayores en su propio cuidado, animándolos a ejecutar actividades que optimen su calidad de vida y servicio” (Morocho et al., 2020, p.231).

Como se puede observar en la Figura 1, las causas y efectos derivados de este problema de investigación analizado en el siguiente árbol de problemas.

Figura 1

Relación causa-efecto



Nota. Elaboración propia de Jenny Rengifo

Destinatarios del Proyecto

Los destinatarios de la investigación serán adultos mayores en edades comprendidas entre 60 y 80 años de edad, 6 varones y 5 mujeres pertenecientes a la casa hogar cafetos, para el levantamiento de la información se utilizará la técnica de muestreo a estas personas con un rango socioeconómico clase media, el proyecto de investigación dará una propuesta de intervención que podría implementarse en el trabajo diario, otros grupos de destinatarios serían los propios adultos mayores y sus familiares, puede ofrecer información valiosa sobre cómo mejorar el desarrollo cognitivo en esta etapa de la vida utilizando pictogramas. Esto podría ayudar a los

adultos mayores a mantener su autonomía y calidad de vida, así como facilitar la comunicación con sus seres queridos.

Finalmente, la investigación también podría ser de interés para la comunidad académica y científica que trabaja en el campo de la gerontología y la educación. Los resultados y conclusiones podrían contribuir al conocimiento actual y servir como base para futuras investigaciones en esta área.

Objetivos

General

Analizar como el uso de recursos interactivos basados en pictogramas puede aportar al desarrollo cognitivo de adultos mayores del contexto investigado.

Específicos

- Diagnosticar los factores que intervienen en el deterioro cognitivo de adultos mayores.
- Diseñar estrategias didácticas que incorporen recursos interactivos basados en pictogramas para favorecer el desarrollo cognitivo de los adultos mayores.
- Implementar una propuesta metodológica que utilice el ABP (Aprendizaje Basado en el Juego) para favorecer el desarrollo cognitivo de los adultos mayores a través de la utilización de pictogramas.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la investigación (estado del arte)

Los antecedentes de investigación a continuación planteados tributan a las variables de investigación, así como al objeto y campo de estudio, a continuación, se plantean procesos de investigación similares que permitirán sustentar los antecedentes de este trabajo:

El artículo: “La influencia y la complejidad laboral en el desempeño de adultos mayores con deterioro cognitivo leve” expone según Feldberg et al. (2020) que:

La educación puede tener un efecto protector, ya que los adultos mayores con mayor nivel educativo adquirieron más habilidades cognitivas a lo largo de su vida. De manera similar, la complejidad laboral puede haber proporcionado un entorno estimulante que ayudó a mantener y fortalecer las habilidades cognitivas (p.1).

Se incluyeron 80 sujetos con DCL (edad: 76.6 ± 6.9 años, 67% mujeres, educación: 11.5 ± 3.7 años) La metodología utilizada fue cuantitativa de tipo descriptiva y explicativa con los siguientes instrumentos: cuestionario de datos demográficos y sociales, cuestionario de agenciamiento de la actividad laboral y una batería neuropsicología ampliada: memoria (Memoria Lógica Signoret Batería, TAVEC), atención (Digit Spam, TMTA), lenguaje (Vocabulario WAISIII, Test de denominación de Boston, fluidez verbal), funciones ejecutivas (TMTB, analogías WAIS III, razonamiento matricial WAISIII) y construcción visual (cubos WAISIII).

Los resultados muestran que la complejidad laboral tiene un peso mayor que la educación en la cognición como son el vocabulario, la flexibilidad cognitiva y las habilidades viso constructivas, se recomienda ayudar a proteger y optimar la función cognitiva en los adultos mayores con deterioro cognitivo leve. Se propone por consiguiente que la educación sea permanente para que pueda estimular la plasticidad cerebral y originar una principal conectividad neuronal, lo que a su vez puede ayudar a optimar la función cognitiva en esta población.

Los antecedentes del siguiente artículo: “Salud mental y deterioro cognitivo en adultos mayores del municipio Girardot Colombia” expone según Grimaldo y Mancera (2019) que: se puede aplicar un estudio que contiene a una muestra específica de adultos mayores y se valora la presencia de síntomas de deterioro cognitivo y trastornos mentales mediante instrumentos validados” (p. 463).

Adicional, la muestra es escogida al azar, por los adultos mayores que asisten los jueves al programa de centro día, en el municipio de Girardot. Estuvo conformada por 70 adultos mayores de los cuales, 51 pertenecen al sexo femenino con 73 % y 19 al sexo masculino con un 27 %. Las edades varían entre los 56 a los 92 años, la metodología de investigación es cuantitativa, el diseño es no experimental, con un alcance descriptivo y correlacional. Dentro de los resultados esperados se encuentra la valoración del deterioro cognitivo y la salud mental y el acompañamiento disciplinar para la formulación de una política pública para el adulto mayor, que sea conforme y relacionado a la caracterización y las necesidades encontrada a través del proceso de investigación.

Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario breve del estado mental Pfeiffer, que se encuentra en idioma inglés como, Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ). Es un cuestionario conciso de unos 3-4 minutos y consta de 10 ítems que evalúan la orientación, de comprensión, la memoria y una automatización sencillo que se puede aplicar a personas iletradas. Esto accede a los adultos mayores indagan ágilmente signos o síntomas que se persuade al deterioro cognitivo. Se trata de una herramienta muy útil en atención primaria y mueve una alerta que dirige hacia la división de estos pacientes a atención especializada. La

propuesta de este trabajo de investigación fue que la ejecución de programas de desarrollo de la salud mental, como el descubrimiento temprano de trastornos mentales y actividades de estimulación cognitiva, podría optimizar la calidad de vida de los adultos mayores.

Los antecedentes del artículo: “Pictogramas y adultos mayores: señalética de un sistema de transporte masivo en Colombia” de los autores Romo y Marulanda (2020) afirman lo siguiente:

Los resultados indican que la mayoría de los adultos mayores tienen dificultades para comprender los pictogramas utilizados en la señalética del sistema de transporte masivo, se encontró que muchos de ellos no reconocen correctamente los pictogramas y no entienden su significado. (p. 28)

Las 72 personas mayores de 60 años, distribuidas en dos grupos equitativos (usuarios y no usuarios del sistema), ocho adultos mayores usuarios del sistema. La comprensión de los pictogramas se examinó y aplicando el siguiente método: i) se ejecutó con tres entrevistas con directivos del sistema de transporte que conocían las políticas institucionales vinculadas.

Los instrumentos utilizados fueron mixtos como es el cuestionario, la entrevista y la observación. En la región latinoamericana se han implementado 54 sistemas de tipo BRT (bus rapid transit, traducido como sistema de transporte masivo) que movilizan el 60.74 % de los usuarios, por ejemplo, para el caso del BRT de la capital colombiana, un estudio reportó que el 72 % de los encuestados (385 personas en total).

Se propone cambios en los pictogramas utilizados, así como en su colocación, tamaño y contraste, con el fin de proporcionar su comprensión y uso por parte de este grupo demográfico. Además, se pueden recomendar campañas de sensibilización y educación para concienciar tanto a los adultos mayores como a otros usuarios acerca de la importancia de los pictogramas en la señalética del

transporte masivo. Estas recomendaciones podrán ayudar a crear un entorno de transporte más inclusivo y accesible para los adultos mayores.

Los antecedentes del artículo: “Pictogramas farmacéuticos: ¿una oportunidad para la Alfabetización en Salud? de los autores Ferreira y Romero (2022) mencionan:

Esta investigación analiza que el uso de pictogramas como instrumento para impulsar el desarrollo cognitivo de las personas mayores. Los resultados de este estudio deben facilitar pruebas concretas y sus beneficios de pictogramas como táctica de participación, para mejorar el desarrollo cognitivo. Además, se espera que los descubrimientos puedan tener participación activa través de diferentes prácticas para el cuidado de las personas mayores, lo que mejorará su bienestar y calidad de vida. (p.288)

Además, se analizó que los pictogramas deben experimentar con una muestra mínima de 50 participantes, Se excluyeron estudios que trataran otros medios de educación al paciente como intervenciones desde la farmacia comunitaria, fotografías, material multimedia o la tele consulta. También se impugnaron estudios coherentes con la comprensión de otros textos relacionados con la salud, como el consentimiento informado, la validación o la creación de nuevos pictogramas no aprobados en los siguientes casos: los *Ars Pharm.* 2022;63(3):274- 293 Ferreira FJ, Zarzuelo MJ 277 destinatarios de los pictogramas fueron los propios profesionales de la salud o cuando los pictogramas trataron temas ajenos al uso del medicamento. La búsqueda arrojó 213 resultados. Tras la eliminación de duplicados y lectura de títulos y resúmenes se seleccionaron 24 artículos que se ajustaban a nuestro objetivo y componen la presente revisión

Los resultados obtenidos permitieron identificar 24 estudios de evaluación del rendimiento de información escrita sobre medicamentos, descritos en la Tabla 1.

Las pruebas inspeccionadas expuestas son sometidas a la búsqueda (30-42), también se identificaron estudios transversales (43-45) o longitudinales (46-48). El

número de participantes cambian entre 253 y 50 participantes. La mayoría de los estudios identificados contribuyen pruebas significativas que protegen el uso de pictogramas como perfección de la instrucción supuesto (23,30-32,35,37-42,46,47,49,50), mientras que otros facilitan resultados parcialmente positivos (33, 44,48) y 6 estudios no hallaron beneficios significativos del uso de estas ayudas visuales.

Los pictogramas farmacéuticos son esencialmente destinados a pacientes poco alfabetizados en salud, pero una minoría de estudios identificados emplearon instrumentos para establecer tal relación y medir esta competencia: King SR et al. (36), Thompson et al. (51) y Ng et al. (33) emplearon el Rapid Estimate of Adult Literacy in Medicine (REALM) y Merks et al. (22) el Newest Vital Sign (NVS).

Se exhorta a investigar la calidad de educación en los hospitales para iniciar con la alfabetización sanitaria, de los pictogramas que son imágenes las cuales representan conceptos y han demostrado ser un medio eficaz para comunicar información de forma visual y accesible. En el área del cuidado de la salud, su uso puede ayudar a mejorar la comprensión del uso de medicamentos terapéuticos, reducir los errores de medicación y promover la independencia del tratamiento.

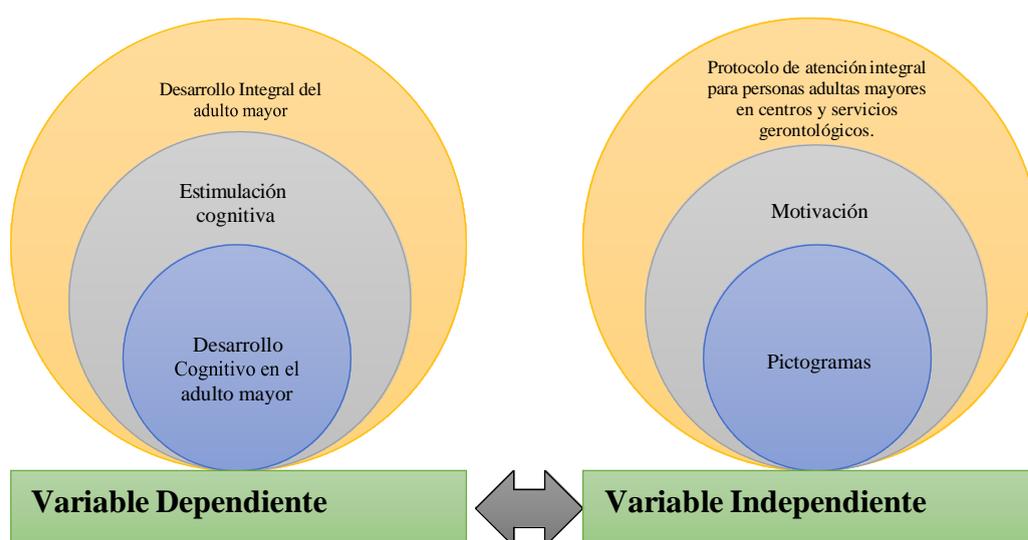
Los antecedentes del artículo Adultos mayores en la docencia de la Educación Superior en México según Reséndez et al. (2023) hacen referencia a lo siguiente:

Enfatiza la importancia de valorar y explotar el potencial de los adultos mayores como docentes de educación superior en México. Su participación enriquece los procesos educativos, fomenta las actividades intergeneracionales y promueve un enfoque más inclusivo de la enseñanza. Se alienta a las escuelas a considerar estrategias y políticas que promuevan la participación activa de los adultos mayores en la educación y reconozcan su valiosa contribución a la educación de las generaciones futuras. (p.216)

En la presente investigación se manejó el método lógico deductivo inductivo, así como el tipo de investigación exploratoria con enfoque cuantitativo. De los 50 años y más a los adultos; y 60 años y más a los adultos mayores, los cuales, para el caso de los docentes. En esta sección se presentan los resultados correspondientes a los datos recolectados por la herramienta de recolección implementada cuantitativamente, los cuales indican el nivel de competencia digital auto percibido de los adultos mayores que participaron en la encuesta, con base en los objetivos de investigación planteados. Por otro lado, se muestran resultados globales; por otro lado, descripciones de la edad de los profesores, el sexo de los participantes.

Figura 2

Constelaciones de variables dependiente y independiente



Nota. Elaboración propia de Jenny Rengifo

Figura 3

Constelación de ideas de la variable dependiente: desarrollo cognitivo en el adulto mayor



Nota. Elaboración propia de Jenny Rengifo

Desarrollo cognitivo

El desarrollo cognitivo en los adultos mayores es un tema interesante e importante porque se relaciona con los cambios en la función cognitiva a medida que las personas envejecen. Aunque es común asociar la vejez con el deterioro cognitivo, muchos estudios han demostrado que el envejecimiento no necesariamente significa un deterioro cognitivo significativo

Es importante señalar que el envejecimiento se asocia con cambios normales en la función cognitiva, como disminuciones progresivas en la velocidad de procesamiento de la información, la memoria eventual y las capacidades ejecutivas. Aunque estos cambios pueden causar dificultad para realizar algunas tareas específicas, no representan una disminución general de la capacidad cognitiva.

Se ha descubierto que algunos aspectos de la función cognitiva permanecen estables o incluso mejoran con la edad. Por ejemplo, la cognición social, que se refiere a habilidades relacionadas con el reconocimiento emocional, la toma de perspectiva y la empatía, tiende a permanecer estable o mejorar en los adultos mayores. De manera similar, la capacidad para resolver problemas y tomar

decisiones basadas en la experiencia, llamada sabiduría práctica, puede aumentar con la edad.

El desarrollo cognitivo en el adulto mayor se puede ir trabajando con diferentes factores individuales y de estilo de vida, como también diferentes actividades cognitivas, es importante destacar que cada persona es única e irrepetible, tomando en cuenta sus diferentes fortalezas y debilidades, por lo que es fundamental evitar juzgar negativamente sobre el envejecimiento e ir promoviendo una visión más amplia y positiva sobre todo diversa sobre el desarrollo cognitivo del adulto mayor, en el artículo de estudio del desarrollo cognitivo del adulto mayor: pautas para una propuesta como menciona, Sánchez et al. (2022) “el adulto mayor tiene varios desafíos, como también oportunidades de crecimiento de mejora a través de diferentes ejercicios en los que se pueda ir desarrollando la parte cognitiva, y la comprensión” (p.347).

Figura 4

Desarrollo cognitivo del adulto mayor



Nota. Adaptado de la estimulación cognitiva [Fotografía], por sussalut, 2021(<https://sussalut.com/wp-content/uploads/2021/03/estimulacion-cognitiva-ancianos-personas-mayores.jpg>)

En el artículo Comparación del test de evaluación cognitiva de Montreal versus Fototest para diagnóstico de deterioro cognitivo en adultos mayores mencionan lo siguiente, Vega et al. (2022)

Este estudio examina la eficacia y precisión de ambas pruebas en la detección temprana de diversos trastornos cognitivos, incluida la demencia y el deterioro cognitivo leve. Se comparan aspectos como la duración de la prueba, la facilidad de administración y la capacidad para revelar anomalías cognitivas. Los resultados muestran que el Moca y Foto test son pruebas válidas y confiables para detectar el deterioro cognitivo en adultos mayores. Sin embargo, se descubrió que el Moca tenía una mayor sensibilidad para detectar cambios cognitivos sutiles en comparación con la prueba fotográfica. Además, Moca requiere más tiempo para administrarse y puede ser más difícil de interpretar. (p.9)

Factores biológicos

En términos de cambios biológicos, el envejecimiento se caracteriza por cambios en el funcionamiento de los órganos y sistemas del cuerpo. La piel pierde elasticidad, la masa muscular y ósea disminuye, se producen cambios hormonales. Estos cambios biológicos pueden provocar enfermedades crónicas, como enfermedades cardiovasculares o diabetes, que son más comunes en los adultos mayores.

Figura 5

Factores biológicos de los adultos mayores



Nota. Adaptado de "Vejez: Vida y Salud" Cambios biológicos a los que está expuesto el adulto mayor [Fotografía], por Ana María Vásquez Ruiz, 2012 (https://revistapsicologicavejezvidaysalud.blogspot.com/2012/10/cambios-biologicos-los-que-esta_13.html)

Cambios cerebrales

Es importante señalar que no todos los adultos mayores experimentan estos cambios cerebrales de la misma manera, y no todos los cambios están necesariamente relacionados con problemas de salud o deterioro cognitivo. Además, el estilo de vida, la genética y otros factores pueden influir en los cambios cerebrales en los adultos mayores. Mantener un estilo de vida saludable, desarrollar hábitos alimentarios adecuados, realizar actividad física regular, mantener la actividad mental y socializar son esenciales para promover la salud cerebral en la edad adulta.

Figura 6

Cambios cerebrales del adulto mayor



Nota. Adaptado del envejecimiento cerebral podría comenzar a los 25 años: Estudio [Fotografía], por formatosie7e, 2020 <https://formato7.com/2020/07/26/el-envejecimiento-cerebral-podria-comenzar-a-los-25-anos-estudio/>

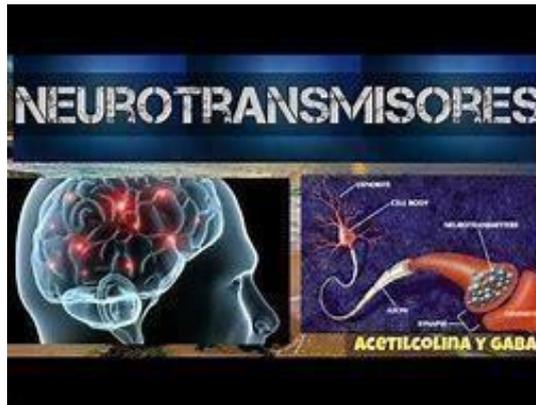
Reducción de neurotransmisores

A medida que los adultos mayores envejecen, pueden experimentar una disminución en la producción de ciertos neurotransmisores en el cerebro. Los neurotransmisores son sustancias químicas que permiten la comunicación entre las células cerebrales y desempeñan un papel fundamental en muchas funciones cerebrales, como el control de los estados de ánimo, el sueño, la cognición y la memoria, en muchos casos, se pueden tomar medidas para estimular la producción

de neurotransmisores y promover una salud cerebral óptima en la vejez, como llevar una dieta equilibrada, hacer ejercicio regularmente, mantener una vida social activa y participar en actividades que estimulen el cerebro, como rompecabezas, lectura y aprendizaje continuo.

Figura 7

Reducción de neurotransmisores



Nota. Adaptado de todo sobre los neurotransmisores clasificación y funciones [Fotografía], por Pinterest, 2019 <https://www.pinterest.com/pin/848998967234741563/>

Factores genéticos

Los factores genéticos pueden desempeñar un papel importante en la salud de las personas mayores. A medida que envejecemos, las variaciones y mutaciones genéticas acumuladas afectan nuestra susceptibilidad a enfermedades y afecciones específicas.

Figura 8

Actividad física en el adulto mayor



Nota. Adaptado de un estudio ha revelado que cuidar a sus nietos ayuda a prevenir la demencia en personas mayores [Fotografía], por radioloja977,2017

<https://www.radioloja977.com/un-estudio-ha-revelado-que-cuidar-a-sus-nietos-ayuda-a-prevenir-la-demencia-en-personas-mayores/>

Actividad física

La actividad física en el adulto mayor es esencial para conservar una buena salud y calidad de vida, La actividad física en cada adulto mayor, hay que tener en cuenta que dependiendo la actividad y estado físico de cada persona la actividad física a realizar, para mantener una buena salud y bienestar general. El ejercicio regular puede tener muchos beneficios, en el artículo *Actividad física y su relación con el envejecimiento y la capacidad funcional: una revisión de la literatura de investigación* Duque et al. (2020) afirma lo siguiente:

Las mejoras físicas también tienen efectos positivos en el bienestar mental, reduciendo el estrés, mejorando el estado de ánimo y preservando la función cognitiva. Es importante destacar que la actividad física debe ser adaptada a las capacidades individuales y siempre debe ser realizada de manera segura, evitando lesiones. La importancia de la actividad física en el envejecimiento saludable y la capacidad funcional de los adultos mayores. (p.55)

Figura 9

Actividades físicas para adultos mayores



Nota. Adaptado de actividades para adultos mayores de Hogar Geriátrico | Central Informativa del Adulto Mayor [Fotografía], por redadultomayor,2017 <https://www.pinterest.com/pin/660762576554970088/>

Estimulación cognitiva

Realizar actividades es esencial para conservar el cerebro activo y saludable. Las actividades de estimulación cognitiva pueden contener: juegos de mesa, rompecabezas, lluvia de ideas, crucigramas, lectura y aprendizaje de nuevas habilidades. Artículo “Evaluación cognitiva en personas mayores a través de prácticas de arteterapia” publicado por Delgado et al. (2021) se refiere a lo siguiente:

El estudio se basa en la premisa de que el envejecimiento puede afectar las habilidades cognitivas de las personas, como la memoria, la atención y el razonamiento. Sin embargo, se ha encontrado evidencia de que las prácticas artísticas pueden tener un impacto positivo en el desarrollo y mantenimiento de estas habilidades, describe diferentes tipos de prácticas artísticas-terapéuticas utilizadas en esta área, como la danza, la música, la pintura y la escritura. También se exploran las diferentes maneras en que estas actividades pueden estimular las funciones cognitivas, como la mejora de la memoria a través de la creación de narrativas, la atención focalizada durante la ejecución de una pieza musical, o la estimulación del razonamiento a través de la interpretación y análisis de obras de arte. (p.22)

Los beneficios potenciales de estas destrezas a nivel emocional, social y físico, ya que pueden originar la expresión emocional, la socialización y la actividad física en los adultos mayores. La importancia de las prácticas de arte terapia en la evaluación y desarrollo de las funciones cognitivas en las personas mayores. Destacamos la necesidad de continuar la investigación en el campo e implementar programas de intervención que combinen el arte con el cuidado y bienestar de las personas mayores.

Figura 10

Estimulación cognitiva



Nota. Adaptado de ¿cómo lograr la Estimulación Cognitiva en Adultos Mayores? [Fotografía], por adultosmayoresmexico,2020

<https://adultosmayoresmexico.com/la-estimulacion-cognitiva-adultos-mayores/>

Alimentación y nutrición

Una dieta sana y equilibrada es fundamental para una buena función cognitiva. Los alimentos ricos en antioxidantes, grasas saludables y vitaminas, como frutas y verduras, pescado, nueces y cereales integrales, pueden ayudar a proteger el cerebro y promover la función cognitiva, y son fundamentales para la salud y el bienestar de los adultos mayores. Como menciona el artículo Alimentación y nutrición aplicada Guevara et al. (2020) menciona lo siguiente:

Resalta la importancia de adoptar hábitos alimentarios saludables a largo plazo, en lugar de seguir dietas restrictivas o modas pasajeras. Se enfatiza la importancia de una alimentación variada y de calidad, con énfasis en

alimentos frescos y minimizando el consumo de alimentos procesados y altos en grasas, azúcares y sodio, enfatiza la importancia de una alimentación y nutrición adecuadas para mantener una buena salud y prevenir enfermedades. Se ofrece información específica para diferentes grupos de personas y se promueve la adopción de hábitos alimentarios saludables a largo plazo. (p.137)

Figura 11

Alimentación y nutrición en el adulto mayor



Nota. Adaptado de ¿cuál es la mejor alimentación para el adulto mayor?

[fotografía], por acromax, 2020 <https://www.acromax.com.ec/conexion-acromax/guia-de-salud/cuerpo-sano/294-cual-es-la-mejor-alimentacion-para-el-adulto-mayor>

Sueño

Es importante señalar que la calidad del sueño también es crucial para el bienestar físico y mental de las personas mayores. Dormir en un ambiente tranquilo, mantener un horario de sueño regular, evitar estimulantes como el café y la actividad física excesiva antes de acostarse y crear un ambiente propicio para el descanso pueden mejorar la calidad del sueño en esta población, el artículo Mindfulness-based cognitive therapy to improve sleep quality in older adults with insomnia Camino et al. (2022) deduce lo siguiente:

La aplicación de la terapia cognitiva basada en mindfulness (TCBM) como una intervención eficaz para mejorar la calidad del sueño en adultos mayores con trastornos del sueño. Explica en qué consiste la TCBM y cómo aplicarla en el insomnio. La terapia se centra en entrenar la atención y la conciencia en el momento presente, lo que ayuda a identificar y cambiar patrones de pensamiento y comportamiento que contribuyen al insomnio. (p.162).

Figura 12

Sueño en el adulto mayor



Nota. Adaptado de piensa, soluciones en psicología piensa flexible, piensa sana [Fotografía], por WordPress, 2017

<https://piensasolucionesenpsicologia.wordpress.com/>

Socialización

Promover la socialización de las personas mayores para originar un envejecimiento saludable y significativo, el participar en actividades sociales y desarrollar relaciones positivas puede optimar la calidad de vida y facilitar un sentido de pertenencia y bienestar emocional. El artículo Calidad de vida y autoestima en adultos mayores de una asociación de jubilados ecuatoriana, García y Lara (2022) analizan lo siguiente:

Menciona que la calidad de vida y la autoestima son aspectos fundamentales en el bienestar de los adultos mayores. Se destaca la importancia de investigar la relación entre estos dos constructos para comprender mejor la

experiencia de envejecimiento y promover intervenciones adecuadas
(p.100)

Figura 13

Imagen de socialización en el adulto mayor



Nota. Adaptado de la importancia de la socialización en la tercera edad –
Homewatch [Fotografía], por chile. hwcglat, 2017

<https://chile.hwcglat.com/2017/12/20/socializacion-en-la-tercera-edad/>

Educación continua

La educación continua para personas mayores es una excelente manera de conservar la mente fresca, actualizar el aprendizaje y promover el bienestar general. Mencionando que el proceso de aprendizaje del envejecimiento es un tema importante porque el envejecimiento de la población se ha convertido en un desafío social y educativo, enfatizando la importancia de comprender los estilos de aprendizaje de los adultos mayores para poder diseñar estrategias de enseñanza y aprendizaje que satisfagan sus necesidades. En el siguiente artículo estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación Cisterna y Díaz (2022) mencionan lo siguiente:

Se destaca la importancia de tener en cuenta los estilos de aprendizaje de los adultos mayores al diseñar programas educativos para este grupo de población. Se sugiere que se deben crear entornos de aprendizaje que se

adaptan a los estilos de aprendizaje predominantes, fomentando la participación activa y la aplicación práctica de los conocimientos. También se señala la necesidad de investigaciones futuras que profundicen en este tema y exploren otras variables relacionadas con el aprendizaje en adultos mayores. (p.190)

Figura 14

Educación continua en el adulto mayor



Nota. Adaptado de más de 155 mil personas adultas mayores culminan nivel educativo con INEA en 2018 [Fotografía], por gobierno de México,2019
<https://www.gob.mx/inea/galerias/mas-de-155-mil-personas-adultas-mayores-culminan-nivel-educativo-con-inea-en-2018-176914>

Salud mental

La salud mental de las personas mayores es una parte integral de su bienestar general y calidad de vida. La sensibilización, la promoción del apoyo social y la garantía del acceso a servicios adecuados son medios importantes para mantener una buena salud mental en esta etapa de la vida, en el artículo Salud mental y calidad de vida en adultos mayores: revisión sistémica como menciona Gálvez et. al. (2020) “se encontró un fuerte vínculo entre la salud mental y la calidad de vida en las personas mayores. Las personas con buena salud mental generalmente reportaron una mejor calidad de vida en términos de bienestar físico, emocional y social” (p.396).

Figura 15

Salud mental en el adulto mayor



Nota. Adaptado de una guía ayuda a los adultos mayores a comprender si tienen un problema cognitivo [Fotografía], por diariosbonarenses, 2020 <https://dib.com.ar/2020/12/una-guia-ayuda-a-los-adultos-mayores-a-comprender-si-tienen-un-problema-cognitivo/>

Constelación de ideas de la variable independiente: recursos interactivos basados en pictogramas

Figura 16

Constelación de ideas de la variable independiente



Nota. Elaboración propia de Jenny Rengifo

Estrategias didácticas

Las estrategias de enseñanza didácticas deben adaptarse a las características y necesidades de los alumnos, así como a los contenidos y objetivos de aprendizaje. Además, es importante crear un entorno de aprendizaje seguro, inclusivo y motivador para que los estudiantes se sientan motivados e involucrados en su aprendizaje.

Figura 17

Estrategias didácticas para el adulto mayor



Nota. Adaptado de la educación para adultos mayores Fotografía, por educaciònyadultosmayores, 2012 <https://educacionyadultosmayores.blogspot.com/>

La importancia de la creatividad en el envejecimiento activo señala que la sociedad actual necesita de diferentes oportunidades para que los adultos mayores vayan explorando y desarrollando su creatividad, he aquí que se analiza el trabajar con algunas estrategias didácticas, basándose en un enfoque participativo y de empoderamiento del adulto mayor, al poder expresarse y compartir sus diferentes ideas, Garcés et al. (2023) menciona lo siguiente:

Las actividades como pintura, ejercicios de expresión física, como también las actividades cognitivas, permiten estimular la creatividad de los adultos mayores esto resalta el involucrar diferentes estímulos positivos y que tengan la necesidad de adaptación positiva entre ellos, como es la autoestima, la autoexpresión, la motivación, el ir fortaleciendo el sentido de

pertenencia y conexión entre ellos y con la comunidad . (p.1888)

Pictogramas

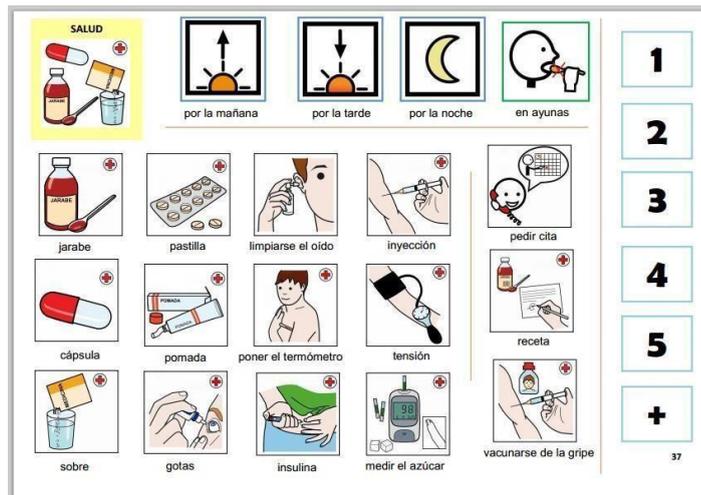
Los pictogramas tienen una larga historia de algunas civilizaciones antiguas. Sin embargo, uno de los primeros ejemplos conocidos de textos ilustrados está en escritura cuneiforme. De la antigua Mesopotamia (actual Irak). Estas pictografías se utilizaban para representar objetos, animales y actividades, y eran una forma temprana de escritura, como se analiza en Historia de la lengua escrita: el desarrollo de la escritura hasta la actualidad menciona Llano (2017) lo siguiente:

Los pictogramas son una forma de comunicación visual que utiliza imágenes y representaciones para transmitir información. En principio se puede destacar que son útiles para proporcionar comunicación y comprensión a las personas mayores, especialmente a aquellas con problemas de lectura o memoria. (p.129)

Según Romo y Marulanda (2020) mencionan que entre las principales ventajas del uso de etiquetas de advertencia para adultos mayores está que en este sentido las etiquetas pictóricas pueden ser útiles para los adultos mayores. Es importante adaptar los íconos a las necesidades y habilidades individuales del cada adulto mayor. Es posible utilizar íconos básicos comunes o crear íconos individuales que sean familiares y reconocibles para un adulto mayor en particular. (p.36)

Figura 18

Pictogramas para el adulto mayor



Nota. Adaptado de informática para educación especial Fotografía, por J. M. Marcos, 2014

<https://i1.wp.com/aulaabierta.arasaac.org/wp-content/uploads/2017/01/Cuaderno-de-comunicacion-con-personas-mayores-en-el-hogar-4.png>

El Ministerio de Educación ha publicado un documento sobre cómo generar momentos de salud emocional en la familia. Este documento destaca la importancia de cuidar la salud emocional de todos los miembros de la familia, ya que esto ayuda a un ambiente armonioso y defiende los lazos familiares.

La utilización del uso de los pictogramas con los adultos mayores puede simbolizar las diferentes estrategias y actividades que se pueden ir implementando en diferentes espacios de aprendizaje que se van aplicando a nuevas y mejores oportunidades de ir promoviendo la salud emocional. Se destaca la importancia de la comunicación abierta y el diálogo dentro de la familia, así como la expresión de emociones de manera saludable.

Se sugieren también actividades recreativas y de ocio que fomenten la conexión familiar, como jugar juegos de mesa, practicar deportes juntos o realizar actividades al aire libre. Además, se incluyen consejos para gestionar el estrés y la ansiedad, tanto para los adultos como para los niños.

Figura 19

Actividades con pictogramas para adultos mayores



Nota. Adaptado de actividades para Adultos Mayores Fotografía, por canitas, 2011
<https://canitas.mx/guias/actividades-para-adultos-mayores/>

El Ministerio de Educación (2017) destaca “la importancia de generar momentos de salud emocional en la familia y brinda consejos y estrategias para lograrlo. Promueve la comunicación, la expresión emocional saludable y la realización de actividades en conjunto como formas de fortalecer los lazos familiares y crear un ambiente armonioso” (p.2).

Aprendizaje individualizado

El aprendizaje individualizado en el adulto mayor es un enfoque educativo que tiene en cuenta las necesidades, preferencias y capacidades únicas de cada individuo. A medida que envejecemos, nuestros procesos de aprendizaje pueden cambiar y es importante adaptar las estrategias educativas para optimizar el aprendizaje en esta etapa de la vida.

Figura 20

Aprendizaje Individualizado en el adulto mayor



Nota. Adaptado de Uncategorized puedes crecer con arte Fotografía, por crecerconarte, 2020 <https://crecerconarte.wordpress.com/category/uncategorized/>

Aprendizaje por descubrimiento

El aprendizaje por descubrimiento para adultos mayores es un enfoque educativo que fomenta la investigación, la experimentación y el descubrimiento activo como medio para adquirir conocimientos y habilidades. En lugar de impartir información pasivamente, este enfoque anima al adulto mayor a participar activamente en su propio aprendizaje, encontrando y acumulando conocimientos de forma independiente.

Aprendizaje Activo

El aprendizaje activo para personas mayores es un enfoque educativo que promueve la participación activa, la movilización de habilidades cognitivas y la interacción con el entorno para adquirir conocimientos y habilidades. A diferencia del aprendizaje pasivo, donde el adulto mayor es un receptor pasivo de información, el aprendizaje activo involucra activamente al adulto mayor en el proceso de aprendizaje.

Figura 21

Aprendizaje activo para el adulto mayor



Nota. Adaptado de estimulación cognitiva y motriz: Metodología del proyecto Fotografía, por estimulan2mentes, 2021
<https://estimulan2mentes.blogspot.com/p/metodologia-del-proyecto.html>

Aprendizaje Colaborativo

El aprendizaje cooperativo para adultos mayores es un enfoque educativo que fomenta la participación activa de las personas mayores en actividades de aprendizaje grupal fomentando la colaboración, el intercambio de ideas y el trabajo en equipo. Este método permite a los adultos mayores compartir sus conocimientos y experiencias, aprender de otros y crear conocimiento juntos.

Figura 22

Aprendizaje colaborativo para el adulto mayor



Nota. Adaptado de programa Más Adultos Mayores Autovalentes – Cesfam Isabel Riquelme Fotografía, por cesfamisabelriquelme, 2018
<https://cesfamisabelriquelme.cl/programa-mas-adultos-mayores-autovalentes/>

Aprendizaje Basado en proyectos

El aprendizaje basado en proyectos también puede ser aplicado en adultos mayores como una estrategia educativa efectiva. Involucrar a los adultos mayores en proyectos significativos les permite seguir aprendiendo y desarrollando nuevas habilidades, al mismo tiempo que promueve su participación activa y mejora su calidad de vida.

Figura 23

Aprendizaje basado en proyectos para el adulto mayor



Fuente. <https://www.hseducacion.com/wp-content/uploads/2021/03/aprendizaje-basado-en-proyectos-primaira-1024x1024.jpg>

Comprensión y comunicación

La comprensión y la comunicación en las personas mayores pueden observarse y afectarse por varios elementos, como el envejecimiento natural del cerebro, la disminución de la audición o visión, el deterioro de la memoria y las dificultades cognitivas, como menciona el artículo Envejecimiento y estrategias de adaptación a los entornos urbanos desde la gerontología ambiental García et al. (2019) menciona lo siguiente:

Es importante considerar estas limitaciones al comunicarse con un adulto mayor y ajustar su lenguaje y estilo de comunicación para facilitar la comprensión. Mencionan una serie de estrategias que facilitan la comunicación con los adultos mayores, como cabe recalcar que cada persona es única y puede tener diferentes

necesidades y habilidades de comunicación. El irse a adaptarse a cada situación e individuo es esencial para una comunicación efectiva y significativa para el adulto mayor. (p.117)

Figura 24

Comprensión y comunicación en el adulto mayor



Nota. Adaptado de en Serena ejercemos una comunicación asertiva que nos permite escuchar Fotografía, por serenacuidadeti, 2018
<https://www.pinterest.com/pin/728668414686846005/>

Aprendizaje

El aprendizaje del adulto mayor es un proceso mediante el cual continúan adquiriendo conocimientos, habilidades y experiencias a lo largo de su vida. Aunque el envejecimiento conlleva a diferentes cambios en la capacidad de aprendizaje y memoria, es importante señalar que el aprendizaje sigue siendo posible y beneficioso para ellos, como se menciona en el artículo Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: aproximación Cisterna y Díaz (2022) hacen referencia en lo siguiente:

La importancia de comprender los estilos de aprendizaje de los adultos mayores porque puede tener diferentes alcances significativos para el diseño de programas educativos para este grupo de edad. Cabe sugerir que varios estudios han demostrado que los adultos mayores tienden a estudiar el aprendizaje de manera

diferente que otros grupos de edad. Estos estilos de aprendizaje dominantes pueden contener el aprendizaje visual, auditivo y cinestésico. Se destaca que los adultos mayores pueden escoger aprender a través de la observación, la escucha activa o la participación física en actividades prácticas. (p.190)

Se reconoce y valora el potencial de aprendizaje de los adultos mayores, y trabajar hacia la creación de entornos educativos inclusivos que promuevan un aprendizaje satisfactorio y significativo para este grupo de edad. El adulto mayor es un proceso continuo que puede ser beneficioso para su bienestar mental y emocional. Adaptar las estrategias de enseñanza, proporcionar un entorno adecuado y fomentar la motivación y la interacción social puede ayudar a promover un aprendizaje exitoso en esta etapa de la vida.

Figura 25

Aprendizaje para el adulto mayor



Nota. Adaptado de 7 Actividades que puedes hacer para entretener a un adulto mayor Fotografía, por la casa de panchita, 2021

<https://lacasadepanchita.com/actividades-que-puedes-hacer-para-entretener-a-un-adulto-mayor/>

Memoria

Los adultos mayores pueden experimentar cambios en la memoria asociados con el envejecimiento, pero es importante recordar que no todos los adultos mayores experimentan los mismos cambios y que existen estrategias para ayudar a preservar

y mejorar la memoria. En el artículo Declive Cognitivo de Atención y Memoria en Adultos Mayores Sanos Flores et al. (2020) mencionan lo siguiente

El envejecimiento normal se asocia con ciertos cambios cognitivos, y la atención y la memoria son dos áreas que suelen verse afectadas. Se menciona que estos cambios se manifiestan mayoritariamente en el debilitamiento de la capacidad de concentración y atención, así como dificultades para recordar información de forma rápida y precisa (p. 66).

También manifiesta que estos cambios pueden deberse a procesos normales de envejecimiento, como una disminución de la plasticidad cerebral y de la velocidad de procesamiento de la información. Sin embargo, se destaca que estos cambios no necesariamente significan la presencia de una enfermedad cognitiva, sino que son parte del proceso normal de envejecimiento. Es importante conmemorar que, aunque la memoria puede cambiar con la edad, el adulto mayor aún puede disfrutar de una vida plena e incorporar hábitos saludables, estimular la mente y utilizar estrategias de organización y planificación puede ayudar a preservar y mejorar la memoria durante esta etapa de la vida

Figura 26

Memoria en el adulto



Nota. Adaptado de Charla de geriatría tiempo de ocio en el adulto mayor
Fotografía, por Wilma Eulacio, 2014

<https://image.slidesharecdn.com/charladegeriatriatiempodeocioeneladultomayor->

Autonomía

La independencia de los adultos es esencial para su bienestar y calidad de vida, a medida que envejecen pueden experimentar problemas físicos, cognitivos o de salud que afectan su capacidad para realizar determinadas tareas o actividades de forma independiente, las funciones ejecutivas juegan un papel importante en la autonomía y calidad de vida de los adultos mayores. Reconocer y abordar los problemas con estas habilidades puede ayudar a mejorar la Independencia y el bienestar en esta etapa de la vida. En el artículo Funcionamiento Cognitivo de la Vejez y la Dependencia del Adulto Mayor como menciona. Sotomayor et al. (2022)

Al mismo tiempo, se enfatiza la necesidad de una intervención adecuada y temprana para promover el bienestar y la independencia del adulto mayor. Destacan estrategias y enfoques que pueden ser útiles para retrasar o minimizar los efectos del deterioro cognitivo, enfatizando la importancia de una atención integral que aborde tanto los aspectos físicos como los cognitivos y emocionales. (p.732)

Figura 27

Autonomía en el adulto mayor



Nota. Adaptado de Home Health Care Service Dearborn, MI with Rehabilitation One Home Fotografía, por rehabonehomecare, 2020 <https://www.rehabonehomecare.com/>

Inclusión Social

La inclusión social de las personas mayores es fundamental para su bienestar mental, físico y espiritual. A medida que las personas envejecen, pueden enfrentar desafíos como el aislamiento social, la pérdida de roles y la reducción de la participación en actividades comunitarias. En el artículo Estrategia en ciudades inteligentes e inclusión social del adulto mayor como menciona López y Álvarez (2021) detallan lo siguiente:

Se detallan diversas estrategias que se pueden implementar en las ciudades inteligentes para promover la inclusión social de las personas mayores. Estas estrategias incluyen la creación de entornos accesibles y seguros, el fomento de la participación social y comunitaria, la implementación de servicios de salud y bienestar personalizados y el uso de tecnologías de la información y la comunicación para facilitar la conectividad y la participación de los adultos mayores. (p.24)

También enfatizan que las estrategias implementadas en las ciudades inteligentes pueden promover significativamente la inclusión social de las personas mayores. Una combinación de tecnología, infraestructura adecuada y servicios personalizados puede mejorar su calidad de vida y promover su participación y bienestar en la comunidad.

Figura 28

Inclusión social en el adulto mayor



Nota. Adaptado de Fundación Internacional María Luisa de Moreno - Colombia - Gran jornada Fotografía, por marialuisafoundation,2020

<https://th.bing.com/th/id/OIP.dECOownDrJIvWtRwRiBNm5QHafj?pid=ImgDet&rs=1>

Accesibilidad

La accesibilidad para las personas mayores es importante para garantizar su independencia, seguridad y bienestar en entornos físicos, digitales y sociales. A medida que envejecemos, podemos experimentar cambios físicos y una disminución de las capacidades, por lo que es importante reflexionar estas necesidades al planificar y adaptar instalaciones y servicios. Como menciona el artículo Brecha Digital en Adultos Mayores: Accesibilidad Tecnológica y Redes Sociales como Quinde et al. (2022)

Se proponen varias medidas para cerrar esta brecha. En primer lugar, la tecnología debe adaptarse a las necesidades y capacidades de las personas mayores, facilitando el uso, por ejemplo, de interfaces de usuario intuitivas y dispositivos adaptados. También enfatiza la importancia de la capacitación y el soporte técnico para que puedan aprender a utilizar dispositivos y herramientas digitales de manera efectiva. (p.754)

La accesibilidad de las personas mayores requiere la adaptación de entornos, servicios y actitudes para garantizar la igualdad de oportunidades y la plena participación en la vida social. Al promover la accesibilidad, podemos ayudar a los adultos mayores a mantener su independencia y calidad de vida.

Figura 29

Accesibilidad del adulto mayor



Nota. Adaptado de gestión de la información: sensibilización y motivación

Fotografía, por blog spot, 2011

<https://th.bing.com/th/id/R.0eb5e5d30e6ad2d5b37c9f68e77dc457?rik=NsMkDsCuvgESYw&riu=http%3a%2f%2f2.bp.blogspot.com%2f-92afzX52kjc%2fTfb15sAiacI%2fAAAAAAAAACA%2f8gBezjUL2MU%2fs1600%2fDSC01388.JPG&ehk=7uxrDGquamPHM024iCmIKynJmpo6J9EYKggMZIo9kgc%3d&risl=&pid=ImgRaw&r=0>

Reducción de ansiedad

El funcionamiento cognitivo en la vejez en el adulto mayor, y su objetivo principal es reunir y presentar con precisión información con precisión que vaya marcando su objetivo principal que es resumir y presentar con precisión información sobre que ejercicio puede afectar la reducción de los síntomas de depresión y ansiedad, el ejercicio que ayuda mucho a la reducción es el mindfulness como se menciona en el siguiente artículo Educación sanitaria en mindfulness a los cuidadores de mayores crónicos dependientes Varea y Borrego de la Osa (2019)

Mindfulness Health Education ofrece a los cuidadores una variedad de técnicas y estrategias para practicar la atención plena en la vida cotidiana.

Estas técnicas pueden incluir ejercicios de respiración consciente, meditación guiada, relajación progresiva o ejercicios de movimiento consciente. A través de estas prácticas, los cuidadores pueden aprender a reconocer y regular sus emociones, desarrollar empatía y paciencia y establecer límites saludables para su función de cuidado. (p.87)

Figura 30

Reducción de ansiedad



Nota. Adaptado de subsidio de arriendo adulto mayor - los adultos mayores que han hecho Fotografía, por hommemaroc, 2021

CAPÍTULO II

DISEÑO METODOLÓGICO

El enfoque cuantitativo en esta investigación permitió abordar el problema observado a partir de la recolección de datos con base en la mediación numérica y el análisis estadístico para el establecimiento de las necesidades del adulto mayor. El manejo de la información fue objetivo y riguroso, ya que se realizó una prueba de confiabilidad y validez, mediante el alfa de Cronbach (Sampieri,2014).

Modalidad de la investigación

El presente estudio se basa en la investigación de campo debido a que recaba información directamente de los involucrados en el estudio mediante técnicas de recolección de datos como la encuesta para complementar el estudio teórico en el contexto de la casa Hogar Cafetos, busca una población que permita la ejecución de una propuesta pedagógica. Con el acuerdo informado de los propietarios del hogar de ancianos, se realizó la intervención con una propuesta pedagógica basada en flash cards.

El uso de pictogramas en la parte cognitiva del adulto mayor incluye el diseño de pictogramas apropiados, preparación de materiales, diseño de investigación, recolección de datos, análisis e interpretación de resultados. Seguir estos pasos condujo a una comprensión más profunda de cómo los pictogramas afectaban el nivel cognitivo de los adultos mayores y cómo se pueden utilizar de manera efectiva en su cuidado y comunicación

Población y muestra

El trabajo de investigación se enfoca en el estudio del deterioro cognitivo del adulto mayor, es por ello que se buscó un Hogar de Ancianos que pueda contribuir con adultos mayores voluntarios para aplicar una estrategia pedagógica, a través de la utilización de pictogramas. En este contexto se tomó al Hogar de ancianos Cafetos, ubicado en el norte de la ciudad de Quito. La muestra de estudio estaba conformada por once adultos mayores, seis de ellos hombres y cinco mujeres. También la directora, cinco enfermeras de planta y diez asistentes, así como también pasantes de enfermería al cuidado de planta de turno. En la Tabla 1 se muestra el resumen de los participantes.

Tabla 1

Población de sujetos de investigación

	NO.	POBLACIÓN	NÚMERO	PORCENTAJE	
<i>Nota. tabla</i>	1	Autoridad	1	3,70%	Esta
	2	Auxiliares de Enfermería	5	18,51%	
	3	Pasantes de enfermería	10	37.03%	
	4	Adultos mayores varones	6	22,22%	
	5	Adultos mayores mujeres	5	18.51%	
	TOTAL		27	100%	

muestra la cantidad de profesionales de la salud, adultos mayores mujeres y hombres en el hogar Cafetos.

Proceso de recolección de la información

El objetivo de estudio y el propósito de la recolección de información que se utilizó un folleto el cual permito proporcionar diferentes ejercicios prácticos a nivel cognitivo, proporcionando un aprendizaje significativo a los once adultos mayores.

A la autoridad como también a los auxiliares de enfermería, pasantes de enfermería se aplicó la técnica de la encuesta como instrumento, se diseñó un cuestionario para ser aplicado en la casa Hogar Cafetos.

Tabla 2

Matriz de operacionalización de la variable dependiente

<i>Variable Dependiente</i>	<i>Dimensión</i>	<i>Indicador</i>	<i>Técnica</i>	<i>Instrumento</i>
<p>Desarrollo cognitivo en adultos mayores: <i>Implica cambios tanto positivos como negativos relacionados con la edad y las capacidades mentales, hay algunos factores personales que pueden ir influenciando en este proceso. Comprender que es importante el ir promoviendo un envejecimiento cognitivo saludable y una calidad de vida satisfactoria en la vejez.</i> (Benavides, 2017)</p>	Factores biológicos	1.- ¿Considera usted que en la actualidad su cuerpo ha sufrido cambios significativos mismos que han limitado de una u otra manera la ejecución de sus actividades diarias?	Encuesta	Cuestionario
	Factores genéticos	2.- ¿Piensa usted que su cuerpo ha heredado algún problema físico o de salud de alguno de sus familiares principalmente alguno asociado a la falta de memoria o el desarrollo cognitivo?		
	Sueño	3.- ¿Considera usted que al momento tiene muy pocas ganas de dormir o que sus horas de sueño se han visto reducidas de manera significativa en este último tiempo?		
	Alimentación	4.- ¿Considera usted que al momento tiene muy pocas ganas de comer o que sus horas de alimentación y apetito se han visto reducidas de manera significativa en este último tiempo?		
	Estimulación Cognitiva	5.- ¿Considera usted que es necesario realizar ejercicios que mantengan activo el cerebro y la memoria para no dejar de estimular su cerebro?		
	Actividad Física	6.- ¿Considera usted que es necesario realizar actividad física en la edad en la que se encuentra principalmente para mantener el cuerpo activo, funcionando y no tener problemas asociados al sedentarismo en el futuro?		
	Salud Mental	7.- ¿Considera usted que la salud mental es fundamental para mantener un adecuado desarrollo cognitivo en esta edad?		
	Desarrollo Cognitivo	8.- ¿Está usted consciente de la importancia que tiene el desarrollo cognitivo en los adultos mayores?		

Nota. Esta tabla es elaboración propia que muestra la variable dependiente con la dimensión, indicador, técnica e instrumento.

Tabla 3

Matriz de operacionalización de la variable independiente

Variable Independiente	Dimensión	Indicador	Técnica	Instrumento
<i>Estrategias didácticas: este desarrollo hace referencia al desarrollo psicomotor, intelectual y emocional que los adultos mayores han alcanzado en su estado de madurez cognitiva permitiéndoles realizar un determinado número de acciones (Baque y Portilla, 2021)</i>	Aprendizaje activo	¿Considera usted que el desarrollo de actividades que mejoren su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo le permitirán mantener un estilo de vida activo y saludable a su edad?	Encuesta	Cuestionario
	Aprendizaje colaborativo	¿Considera usted que el desarrollo de actividades colaborativas (entre varias personas) podrían mejorar su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo?		
	Aprendizaje por descubrimiento	¿Considera usted que el desarrollo de actividades colaborativas (entre varias personas) que le permitan descubrir nuevos aprendizajes le podrían ayudar a mejorar su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo?		
	Aprendizaje individualizado	¿Considera usted que el desarrollo de las actividades anteriormente planteadas también las podría realizar de manera individual y no necesariamente en parejas o con más personas?		
	Uso de estrategias didácticas	¿Considera usted que el desarrollo estrategias didácticas fundamentadas en el juego le permitirán mejorar y potencializar su desarrollo cognitivo?		
	Uso de pictogramas	¿Considera usted que el desarrollo estrategias didácticas fundamentadas en el juego y el uso de pictogramas le permitirán mejorar y potencializar su desarrollo cognitivo?		
	Factibilidad de la propuesta	¿Considera usted factible el diseño de una guía de estrategias didácticas fundamentadas en el uso de los pictogramas, mismo que podría mejorar su desarrollo cognitivo?		

Nota. Esta tabla es elaboración propia que muestra la variable independiente con la dimensión, indicador, técnica e instrumento.

Técnicas e instrumentos de investigación

Encuesta

Casas et al. (2003) menciona que la “encuesta es una mención de técnica y herramienta de análisis de la información y enfatiza la importancia de asegurar la validez y confiabilidad de los datos obtenidos”, (p.160). En este contexto la encuesta es aplicada a 11 adultos mayores de la casa Hogar Cafetos, que se recabó información demográfica y sus hábitos en las actividades diarias.

Instrumentos

Los medios utilizados en este estudio de estimulación cognitiva en personas mayores, como el uso de flash cards, fueron los instrumentos utilizados. Estos instrumentos sirvieron como herramientas pedagógicas utilizadas para recopilar datos y evaluar los efectos de una intervención cognitiva. También se utilizaron los siguientes instrumentos:

- Folleto de actividades para trabajar pictogramas con el adulto mayor.
- Encuesta a autoridades y enfermeras: para diseñar la encuesta se hizo una operacionalización de variables tanto la dependiente como la independiente, antes descritas en la Tabla 1 y Tabla 2. La encuesta implementada en la plataforma Google Forms fue accesible para la autoridad; así como también para las auxiliares de enfermería y pasantes de enfermería.

En el siguiente detalle se puede visualizar el grado de satisfacción de la encuesta se puede visualizar en la siguiente tabla.

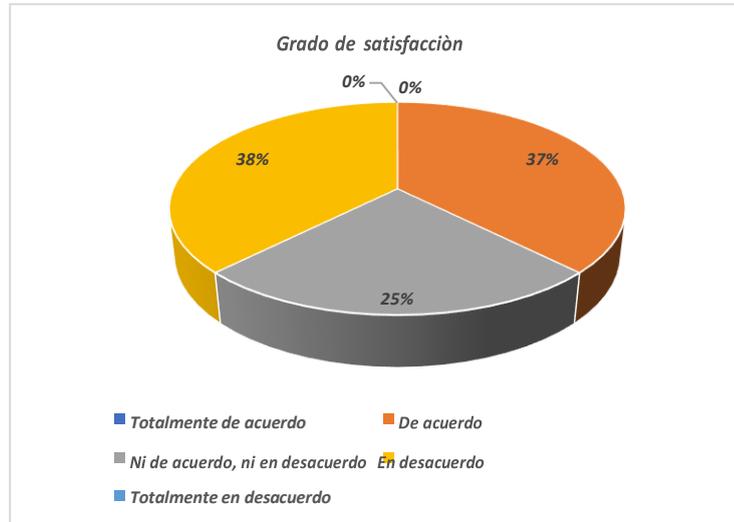
Tabla 4

Detalle del grado de satisfacción mediante la escala de Likert

Grado de satisfacción	Pregunta 1	Pregunta	Pregunta	Pregunta
Totalmente de acuerdo	0	0	0	0
De acuerdo	0	0	0	0
NI de acuerdo, ni en desacuerdo	24	23	24	24
En desacuerdo	0	0	0	0
Totalmente en desacuerdo	0	0	0	0
Total	24	23	24	24

Figura 31

Resultados del grado de satisfacción



Fuente: Elaboración para fines del proyecto (Grado de satisfacción de usuarios de Hogar de adultos mayores Cafetos)

El cuestionario estuvo organizado por 15 preguntas cerradas de selección múltiple que permitían el seleccionar de una sola respuesta por parte del personal antes mencionados, donde se proyecta los resultados del estudio de este instrumento, obteniendo información confiable para establecer la incidencia o no de una de las variables antes planteadas en la investigación y la similitud efectiva de las mismas.

Tabla 5

Resume de procesamiento de casos

		<i>N</i>	<i>%</i>
<i>Casos</i>	Válido	24	100
	Excluido	0	0
	Total	24	100

Nota. Esta tabla muestra la eliminación por lista con base en todas las variables del procedimiento

Adicionalmente, se analizó para la transformación de datos y el análisis de los ítems de la encuesta programas estadísticos, tales como: SPSS versión 29, asimismo se consideró la usanza de análisis estadísticos complementarios para los

instrumentos de investigación y los resultados obtenidos, estos son los siguientes:

a) Coeficiente alfa de Cronbach que fue utilizado para el análisis cuantitativo, permitiendo medir la confiabilidad del cuestionario, empleando la fórmula de la Figura 32: 1. Alfa Cronbach la fórmula está determinada por los siguientes elementos: a) Número de preguntas (k) b) Varianza del ítem inicial, s^2 c) Varianza de los valores observados, S_T^2 b) Correlación de Pearson, es una medida estadística que permite el cálculo estadístico de correlación, es decir, la relación existente entre dos variables de estudio. Una vez convertidos los datos a una escala cuantitativa de resultados, se observó la correlación existente entre las diferentes preguntas contenidas en el cuestionario.

Figura 32

Fórmula para el cálculo del coeficiente de alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum s^2}{S_T^2} \right]$$

Donde,

k = El número de ítems

$\sum s^2$ = Sumatoria de varianzas de los ítems.

S_T^2 = Varianza de la suma de los ítems.

α = Coeficiente de alfa de Cronbach

Fuente: <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/download/910/2548/8527>

Validez y confiabilidad de los instrumentos empleados Criterio de expertos: para la validación y confiabilidad de los instrumentos utilizados en la recolección de datos, se aplicó la a la autoridad a través de una ficha de validación (Ver Tabla 7).

Tabla 6

Estadística de fiabilidad

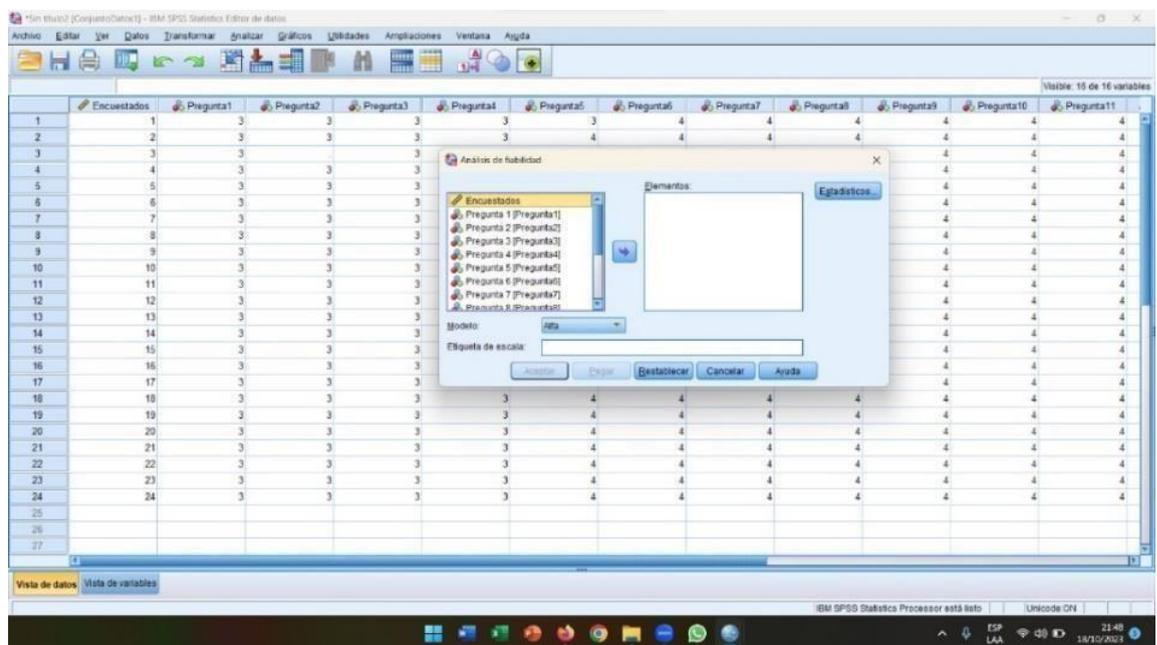
<i>Alfa de Cronbach</i>	<i>N° de elementos</i>
0,914	15

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Con el programa SPSS se realizó un cálculo de la correlación de Rho Spearman con el que fue visible determinar el propósito entre las variables antes expuestas para la investigación, la variable independiente se menciona sobre las estrategias didácticas y, por otro lado, la variable dependiente que corresponde a los factores que intervienen en el desarrollo cognitivo en el adulto mayor. Como se puede ver en la Figura 33.

Figura 33

Correlación SPSS



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Los resultados garantizan y permite afianzar la hipótesis planteada en la investigación, donde la aplicación de estrategias activas permitiría el mejoramiento para el trabajo del adulto mayor en el Hogar Cafetos.

Una vez que los instrumentos de recolección de información arrojaron un resultado adecuado, se procedió a realizar el análisis de la información de una forma ordenada mediante la tabulación, primero de la encuesta aplicada a la autoridad,

auxiliares de enfermería, como también pasantes de enfermería de la casa Hogar Cafetos.

Cabe mencionar que el objetivo de la encuesta era el de conocer y tomar acción sobre la utilización de los pictogramas como también su impacto en el desarrollo cognitivo de los adultos mayores. En la primera entrevista con la directora de la casa de hogar se expuso la intención del trabajo investigativo, quién mostró el interés con la investigación y dio la autorización realizada ante dicho estudio y permitió el acceso a la información necesaria, para poder continuar con el trabajo de investigación.

Resultados de la recopilación de información

Pregunta 1

1.- ¿Considera usted que en la actualidad los adultos mayores en su cuerpo han sufrido cambios significativos mismos que han limitado de una u otra manera la ejecución de sus actividades diarias?

Tabla 7

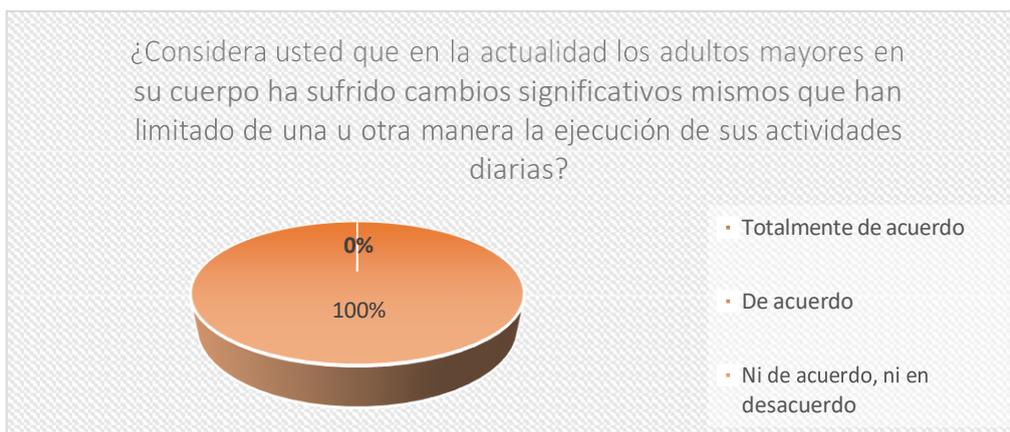
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°1

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 34

Representación porcentual preg.1



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 34 los resultados indican que hay un total acuerdo que las personas mayores tienen limitaciones físicas o de salud que afectan su capacidad para realizar sus actividades diarias. Estos cambios pueden dificultar la realización de actividades como caminar, vestirse, cocinar o las tareas del hogar, pero a pesar de estas limitaciones, es importante enfatizar que la capacidad de las personas mayores para realizar las actividades diarias se puede mejorar y mantener.

Pregunta 2

2.- ¿Piensa usted que el cuerpo de los adultos mayores ha heredado algún problema físico o de salud de alguno de sus familiares principalmente alguno asociado a la falta de memoria o el desarrollo cognitivo?

Tabla 8

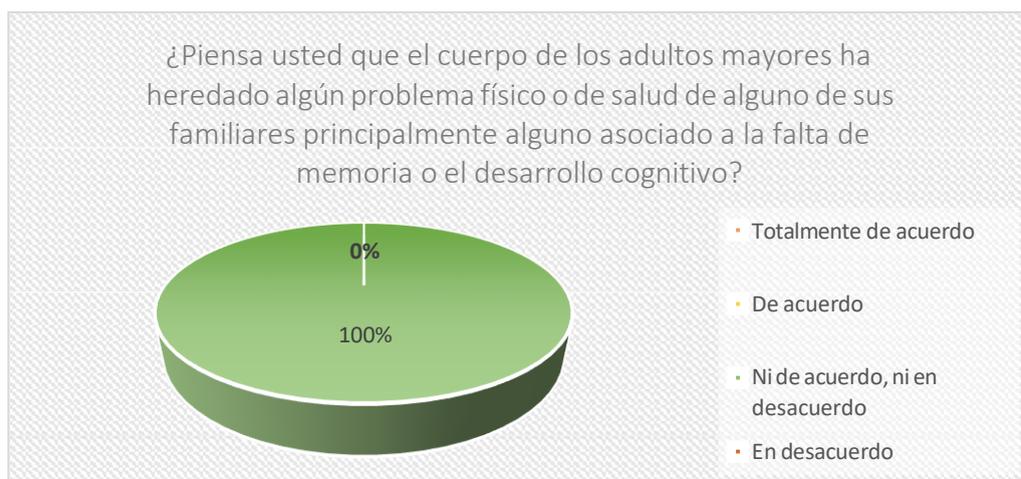
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°2

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 35

Representación porcentual preg.2



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 35 los resultados indican el total acuerdo sobre los términos de herencia, que son importantes que recuerda que hay muchos problemas de salud, como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes o algunos trastornos cognitivos, pueden tener un componente genético. Sin embargo, es importante recordar que no todos los problemas de memoria o desarrollo cognitivo en los adultos mayores están directamente relacionados con la genética.

Pregunta 3

3.- ¿Considera usted los adultos mayores al momento tiene muy pocas ganas de dormir o que sus horas de sueño se han visto reducidas de manera significativa en este último tiempo?

Tabla 9

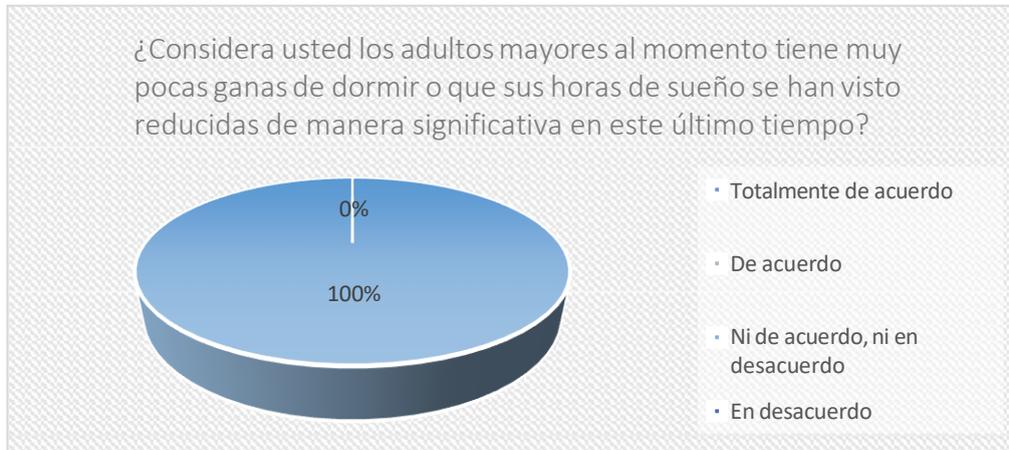
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°3

Opción	Frecuencia	Porcentaje
De acuerdo	100	100%
Total		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 36

Representación porcentual preg.3



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 36 los resultados plantean que los adultos mayores parecen tener muy pocas ganas de dormir o simplemente han ido experimentando una reducción significativa de sus horas de sueño. Algunos adultos mayores pueden tener problemas para conciliar el sueño o despertarse con más frecuencia durante la noche. Es importante tener en cuenta que no dormir lo suficiente puede afectar negativamente la salud y el bienestar general.

Pregunta 4

4.- ¿Considera usted que los adultos mayores al momento tienen muy pocas ganas de comer o que sus horas de alimentación y apetito se han visto reducidas de manera significativa en este último tiempo?

Tabla 10

Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°4

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%

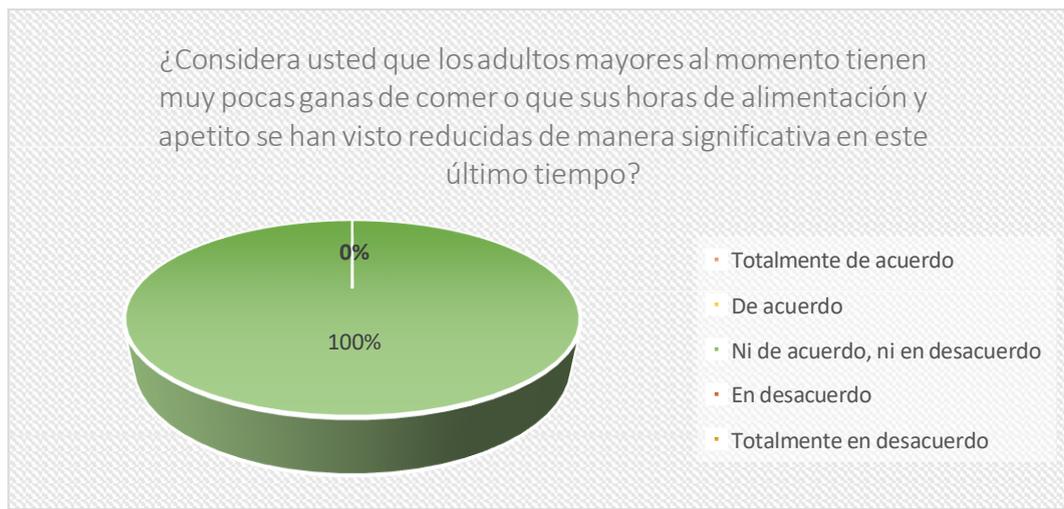
Total

100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 37

Representación porcentual preg.4



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 37 los resultados describen que los adultos mayores tienen poca motivación para comer o han experimentado una reducción significativa de las sensaciones con los alimentos, es importante recordar que los cambios en los hábitos alimentarios pueden deberse a diversas razones, algunas las cuales requieren atención médica.

Pregunta 5

5.- ¿Considera usted que en los adultos mayores sea necesario realizar ejercicios que mantengan activo el cerebro y la memoria para no dejar de estimular su cerebro?

Tabla 11

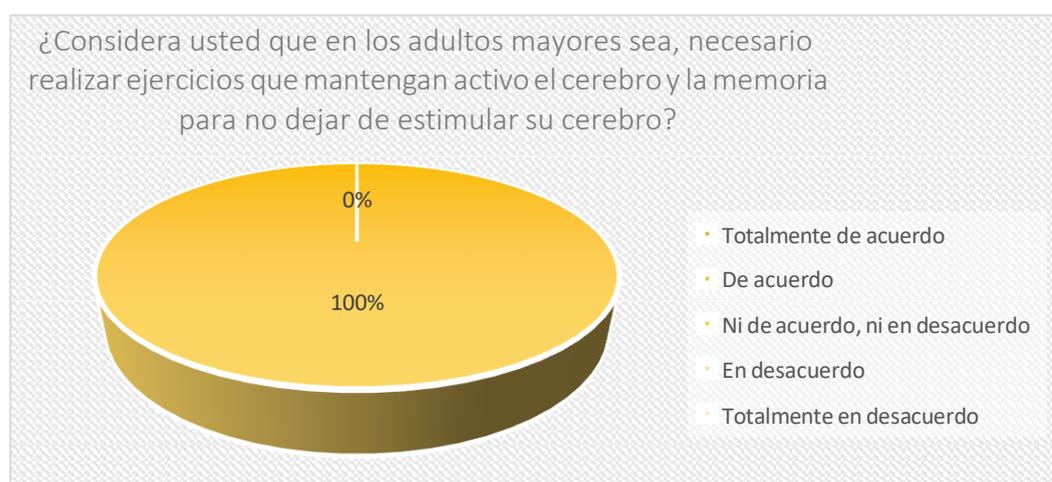
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°5

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 38

Representación porcentual preg.5



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 38 los resultados indican que estudios científicos que demuestran que el entrenamiento cognitivo y la estimulación mental pueden ayudar a mantener y mejorar la función cerebral en los adultos mayores. Pero ciertas actividades que resisten al cerebro, como los juegos de memoria, los rompecabezas, la lectura, el aprendizaje de nuevas habilidades o incluso el uso de aplicaciones y programas diseñados para estimular la mente, pueden ayudar a mantener la flexibilidad mental y frenar el deterioro cognitivo.

Pregunta 6

6.- ¿Considera usted que es necesario realizar actividad física con los adultos mayores para mantener el cuerpo activo, funcionando y no tener problemas asociados al sedentarismo en el futuro?

Tabla 12

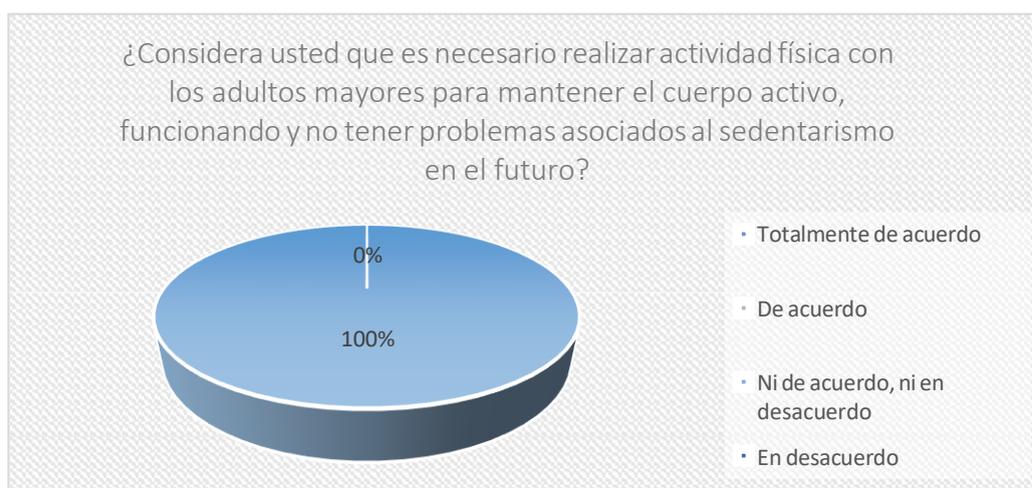
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°6

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 39

Representación porcentual preg.6



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 39 los resultados proponen como sugerencia el realizar actividad física con adultos mayores es importante para mantener el cuerpo activo y prevenir problemas futuros asociados con un estilo de vida sedentaria. La actividad física adaptada a las capacidades individuales de los adultos mayores puede tener muchos beneficios.

Pregunta 7

7.- ¿Considera usted que la salud mental de los adultos mayores es fundamental para mantener un adecuado desarrollo cognitivo en esta edad?

Tabla 13

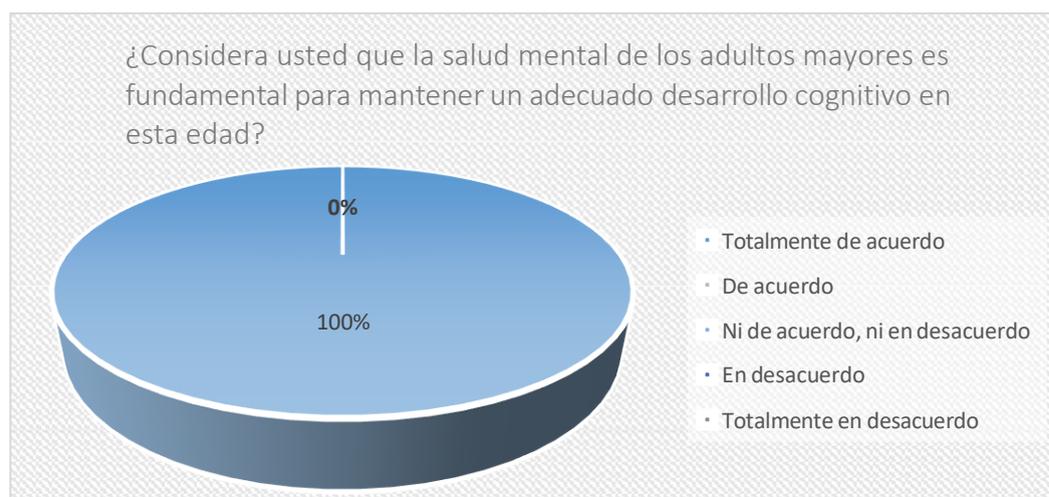
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°7

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 40

Representación porcentual preg.7



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Los resultados en la Figura 40 indican que la salud mental en los adultos mayores es fundamental para mantener un adecuado desarrollo cognitivo en esta etapa de la vida. Sin embargo, una buena salud mental puede ayudar a frenar o mitigar estos cambios y promover un envejecimiento activo y saludable. Esto incluye mantener relaciones sociales sólidas, participar en actividades que estimulen el cerebro, como leer, jugar juegos de mesa o aprender nuevas habilidades, y adoptar estrategias de

autocuidado y manejo del estrés, como practicando técnicas de relajación o buscando apoyo mental.

Pregunta 8

8.- ¿Está usted consciente de la importancia que tiene el desarrollo cognitivo en los adultos mayores?

Tabla 14

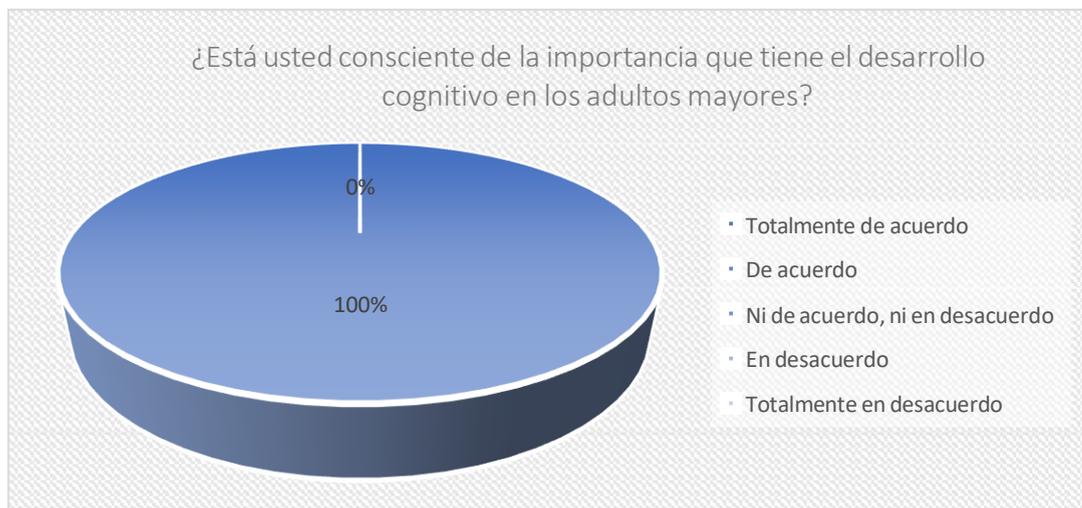
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°8

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 41

Representación porcentual preg.8



Nota. Elaboración propia de Jenny Rengifo

Interpretación

Los resultados de la Figura 41 pernoctan que el desarrollo cognitivo, es fundamental para proteger la independencia, eso demuestra que es significativo un

oportuno crecimiento cognitivo mediante actividades estimulantes para los adultos mayores.

Pregunta 9

9.- ¿Considera usted que el desarrollo de diferentes actividades en los adultos mayores, mejoran su memoria, sus sensopercepciones, su desarrollo cognitivo le permitirán mantener un estilo de vida activo y saludable?

Tabla 15

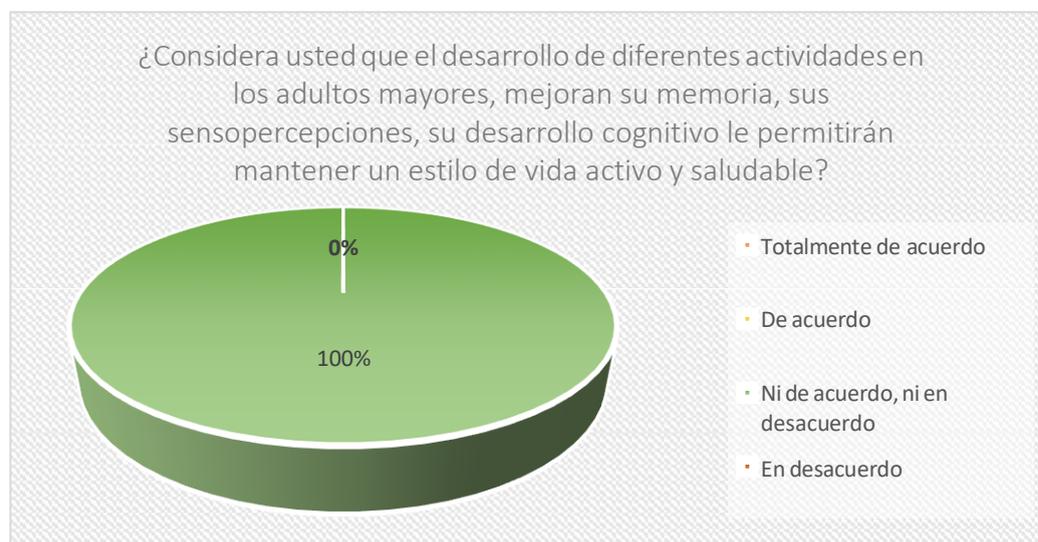
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°9

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 42

Representación porcentual preg.9



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

La Figura 42 menciona que el mantener un estilo de vida activo y saludable a través del desarrollo cognitivo puede tener múltiples beneficios para los adultos mayores. No solo mejora su capacidad para realizar tareas diarias, sino que también

promueve la independencia, la calidad de vida y el bienestar general. Además, el mantenimiento de una buena salud mental y física también es crucial para mantener un estilo de vida activo y saludable en la vejez.

Pregunta 10

10: ¿Considera usted que el desarrollo de actividades colaborativas (entre varias personas) podrían mejorar su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo?

Tabla 16

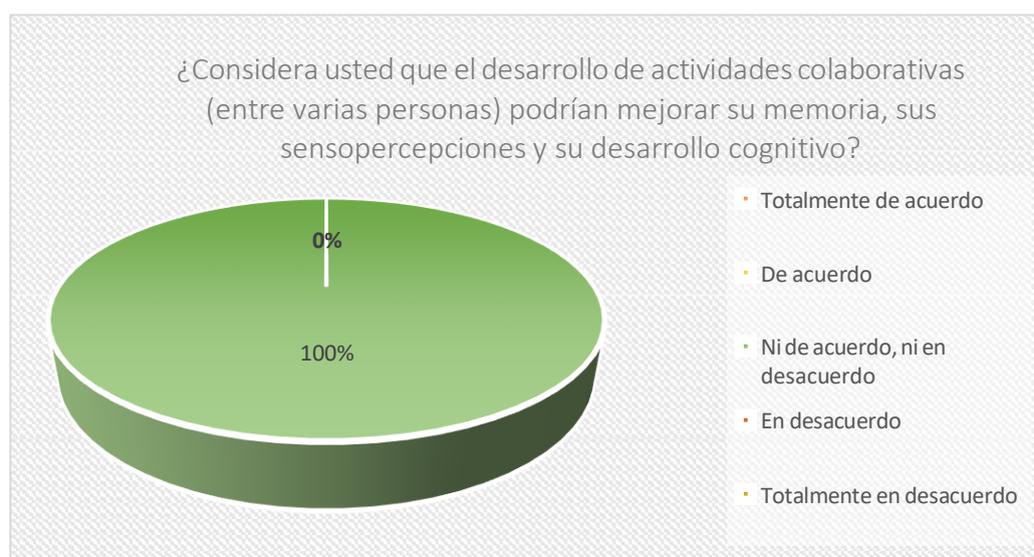
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°10

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 43

Representación porcentual preg.10



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

La Figura 43 describe que la salud mental en los adultos mayores es fundamental para mantener un adecuado desarrollo cognitivo en esta etapa de la vida. Esto incluye mantener relaciones sociales sólidas, participar en actividades que estimulen el cerebro, como leer, jugar juegos de mesa o aprender nuevas habilidades, y adoptar estrategias de autocuidado y manejo del estrés, como practicando técnicas de relajación o buscando apoyo mental.

Pregunta 11

11: ¿Considera usted que el desarrollo de actividades colaborativas (entre varias personas) les permiten descubrir nuevos aprendizajes, les podrían ayudar a mejorar su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo?

Tabla 17

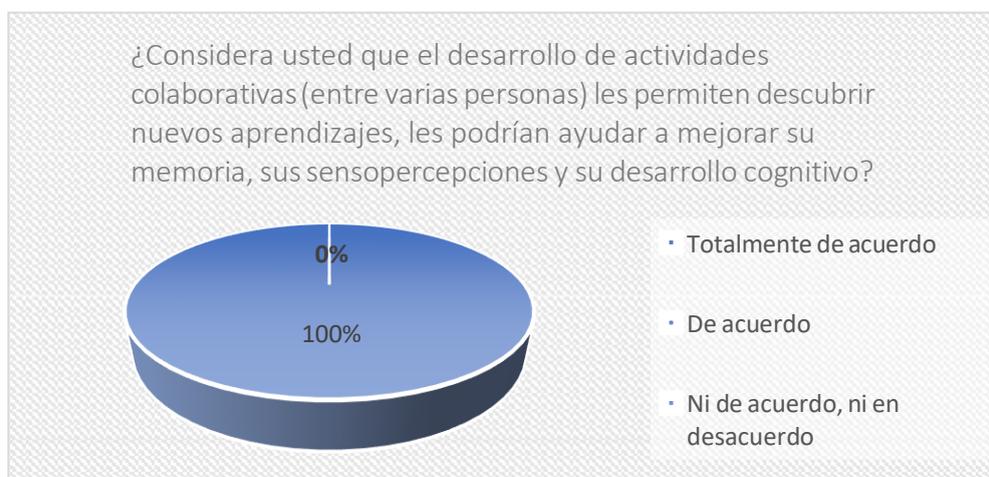
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°11

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 44

Representación porcentual preg.11



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Los resultados de la Figura 44 indican que la cooperación entre varias personas permite descubrir nuevos aprendizajes y puede ayudar a mejorar la memoria, la capacidad sensorial y el desarrollo cognitivo. Cuando las personas participan en actividades colaborativas, quedan expuestas a las diferentes perspectivas, conocimientos y habilidades de otros miembros del grupo.

Pregunta 12

12: ¿Considera usted que el desarrollo de las actividades anteriormente planteadas también las podría realizar de manera individual y no necesariamente en parejas o con más personas?

Tabla 18

Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°12

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 45

Representación porcentual preg.12



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

En la Figura 45 los resultados indican sobre la importancia de los beneficios, las actividades individuales también pueden ser muy efectivas para el aprendizaje, la memoria, las habilidades sensoriales y el desarrollo cognitivo. Permite a una persona concentrarse en sus pensamientos y procesos cognitivos sin la influencia o distracciones de los demás.

Pregunta 13

13: ¿Considera usted que el desarrollo de estrategias didácticas fundamentadas en el juego le permitirán mejorar y potencializar su desarrollo cognitivo en los adultos mayores?

Tabla 19

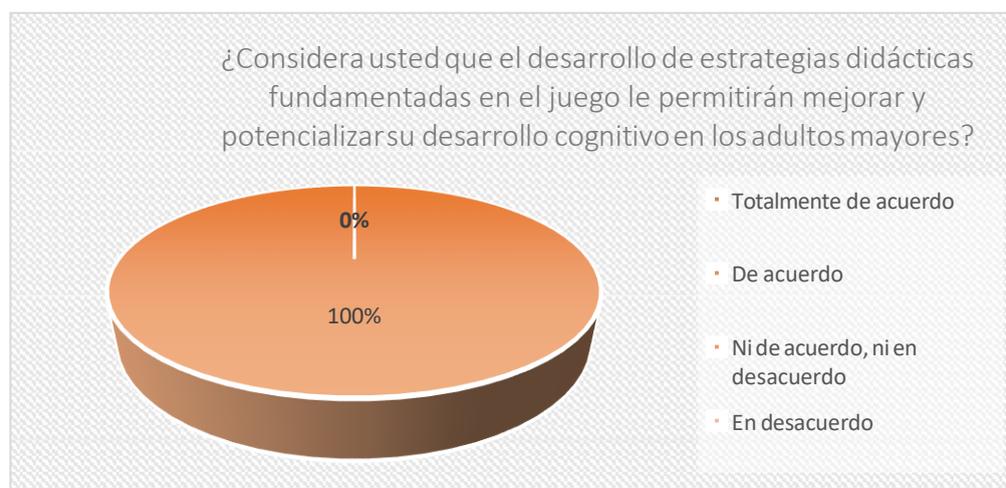
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°13

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 46

Representación porcentual preg.13



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Los resultados de la Figura 46 indican que es importante ir desarrollando estrategias de enseñanza basadas en juegos puede ser útil para potenciar y mejorar el desarrollo cognitivo de las personas mayores. Para los adultos mayores, el juego puede ser una forma eficaz de mantener y mejorar sus capacidades cognitivas.

Pregunta 14

14: ¿Considera usted que el desarrollo de estrategias didácticas fundamentadas en el juego y el uso de pictogramas le permitirán mejorar y potencializar su desarrollo cognitivo en los adultos mayores?

Tabla 20

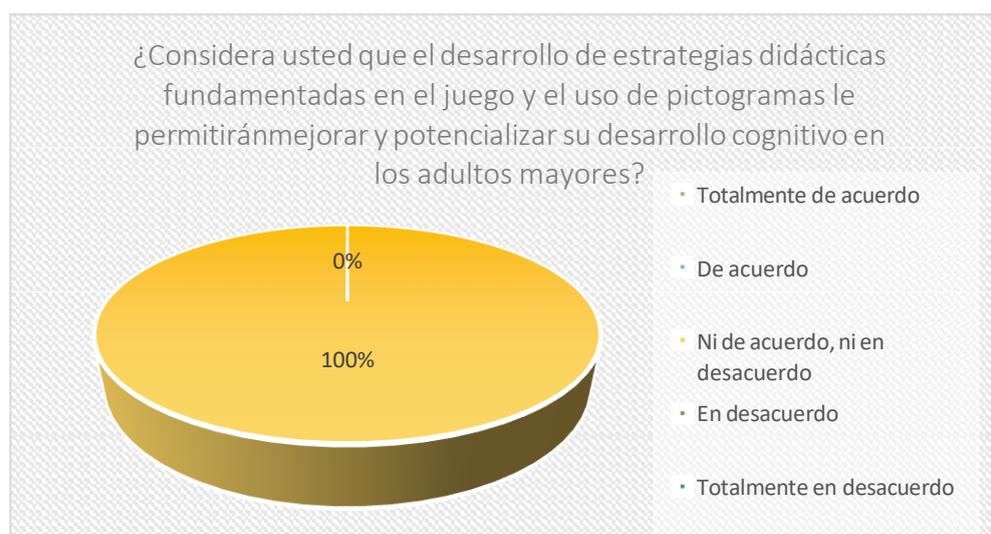
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°14

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 47

Representación porcentual preg.14



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

La Figura 47 indica que las estrategias de enseñanza basadas en el juego y el uso de pictogramas puede contribuir a mejorar y fortalecer el desarrollo cognitivo de las personas mayores, el uso de pictogramas puede ser una herramienta visual eficaz para facilitar la comunicación y la comprensión de conceptos.

Pregunta 15

15: ¿Considera usted factible el diseño de una guía de estrategias didácticas fundamentadas en el uso de los pictogramas, mismo que podría mejorar su desarrollo cognitivo en los adultos mayores?

Tabla 21

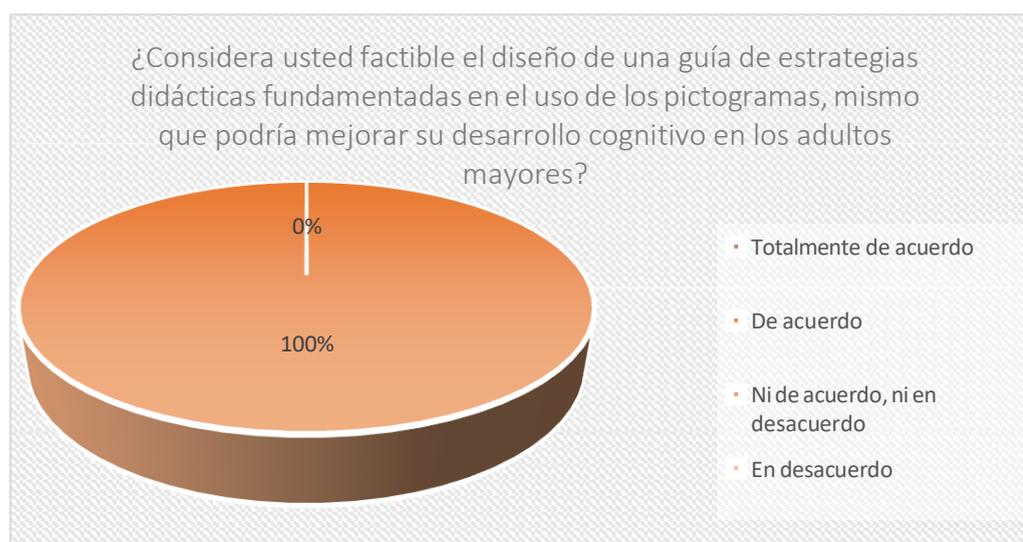
Detalle porcentual de la encuesta de la gráfica de la pregunta N°15

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>De acuerdo</i>	100	100%
<i>Total</i>		100%

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Figura 48

Representación porcentual preg.15



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Los resultados de la Figura 48 indican la posibilidad de crear una guía sobre estrategias didácticas basadas en el uso de pictogramas para mejorar el desarrollo cognitivo de las personas mayores. Generar una guía que describa diferentes estrategias de enseñanza utilizando pictogramas puede ser una herramienta práctica y de fácil acceso para maestros o cuidadores. Estos pueden incluir actividades específicas que implican el uso de pictogramas, como rompecabezas visuales, combinación de imágenes y palabras, juegos de memoria y secuencia de eventos.

Información sobre el detalle de actividades cognitivas a través de pictogramas para la autoridad, auxiliares de enfermería como también pasantes.

En el caso del personal de enfermería se diseñó una Guía de estrategias didácticas para trabajar pictogramas con el adulto mayor, adicional un tríptico con información en general sobre las actividades que se utilizan a través de los pictogramas que son representaciones gráficas que utilizan imágenes simples y claras para transmitir información y son particularmente útiles para personas que tienen dificultades con el lenguaje hablado o escrito. En relación con la actividad cognitiva, los pictogramas pueden ser una gran ayuda para comprender y seguir instrucciones, así como para pensar y participar activamente en diversas actividades. a continuación, se detalla en la Figura 49.

Figura 49

Tríptico Informativo sobre actividades de pictogramas para adultos mayores – Hogar Cafetos



Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Un tríptico es un tipo de documento impreso que normalmente consta de tres divisiones plegados o páginas de tamaño similar, conectados por una línea de pliegue central, este formato le permite utilizar cada panel para mostrar una variedad de contenido relacionado o complementario, lo que ayuda a organizar y mostrar información para una fácil lectura, los trípticos se utilizan normalmente para promocionar eventos, productos y servicios, o para proporcionar información educativa o útil de manera concisa y atractiva.

Figura 50

Tríptico sobre informativo sobre actividades de pictogramas para adultos mayores

7. **Preguntas y respuestas:** Esta actividad es una forma divertida de estimular la memoria visual y verbal, así como fomentar la comunicación y el intercambio de ideas.



8. **Rompecabezas 3D:** Los rompecabezas 3D son una excelente actividad para adultos mayores, ya que estimulan la concentración, la coordinación motora y la resolución de problemas.



IMPORTANCIA

El deterioro cognitivo en adultos mayores es un tema muy importante y relevante para la sociedad actual, ya que cada vez hay personas que, en esta etapa de la vida van presentando diferentes actitudes como enfermedades no tan positivas para el desarrollo de un adulto mayor

DESARROLLO COGNITIVO DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

CAPÍTULO III

PROPUESTA

Propuesta de solución al problema

Nombre de la propuesta:

Guía de estrategias didácticas para trabajar pictogramas con el adulto mayor.

Datos informativos

Nombre de la casa hogar de los adultos mayores: Hogar Cafetos.

Ubicación: Calle de los Cafetos OE3180 y de las Dalias, Quito, Ecuador.

Provincia: Pichincha.

Destinatarios del proyecto: Adultos mayores, 5 mujeres y 6 varones.

Definición del tipo de producto

Una guía de estrategias didácticas es un recurso que proporciona una recopilación de diversas técnicas y enfoques pedagógicos que puedan utilizar al enseñar a grupo este grupo etario, adaptándose a las necesidades e intereses particulares de cada grupo.

Interpretando sobre la siguiente estrategia metódica, Suárez y Obando (2021) se centran en intervenciones físico-socioemocionales para adultos mayores con el objetivo principal de mejorar la calidad de vida de este grupo de personas, realizando un diagnóstico sobre las diferentes necesidades y características de los adultos mayores. (p.71)

Una guía de estrategias didácticas, es una guía que contiene actividades, fundamentadas en estrategias didácticas, las estrategias didácticas son procesos o procedimientos que usan, la gamificación, la ludificación el juego para trabajar pictogramas con el adulto mayor es útil para promover la comunicación, la memoria y el reconocimiento visual en esta población, evaluando aspectos de motivación, interés, trabajo colaborativo, funcionalidad y accesibilidad de la propuesta a través de una prueba piloto con un grupo de adultos mayores.

Objetivo General

- Diseñar la propuesta de estrategias didácticas para los adultos mayores del Hogar Cafetos.

Objetivos Específicos

- Definir las actividades de la propuesta del Hogar Cafetos de los adultos mayores.
- Definir las fases, metodología y procesos de implementación de las estrategias didácticas para los adultos mayores del Hogar Cafetos.
- Validar la propuesta de implementación de las estrategias didácticas para los adultos mayores del Hogar Cafetos.

Elementos que la conforman

Introducción

Una guía de estrategias didácticas para adultos mayores tiene como objetivo proporcionar herramientas y pautas para facilitar el aprendizaje y la enseñanza de este grupo de personas. Estas estrategias están diseñadas teniendo en cuenta las características y necesidades particulares de los adultos mayores, que a menudo incluyen cambios en la memoria, la atención y la capacidad de aprendizaje.

Justificación

Hay varios propósitos para justificar una acción. En primer lugar, pretende apoyar la idoneidad y relevancia de las actividades en relación con los objetivos de aprendizaje previstos. Esto incluye mostrar cómo la actividad contribuye al desarrollo de habilidades, conocimientos y competencias de los adultos mayores.

Adicionalmente, a la hora de justificar la actividad se pretende garantizar que la misma es suficiente y adecuada para el grupo de personas mayores a las que va dirigida la guía de estudio. Esto requiere tener en cuenta las características, intereses y necesidades de los participantes para que la actividad sea significativa y aplicable en la vida cotidiana. El fundamento de la acción también puede incluir referencias teóricas o investigaciones que respalden la elección de una acción en particular.

Demuestra que la acción está respaldada por pruebas y razonamientos sólidos. En definitiva, justificar las actividades de la guía docente para personas mayores como propuesta es fundamental para demostrar la idoneidad e importancia de las actividades, asegurar su adaptación al grupo de adultos mayores y sustentar su fundamentación teórica. Esto asegura que la actividad sea efectiva y significativa para los participantes.

Fases del proyecto

Planificación de actividades:

La evaluación y el seguimiento del proceso de aprendizaje deben tenerse en cuenta a la hora de planificar las actividades. Esto requiere la creación de indicadores que permitan evaluar los logros y dificultades de las personas mayores, permitiendo adaptar y complementar el currículo en función de sus necesidades. El ir adaptando el contenido y la metodología a las necesidades de los participantes, diversificar las actividades y evaluar el proceso de aprendizaje.

Socialización:

La socialización es un aspecto importante en la planificación de actividades para adultos mayores, En la guía didáctica para adultos mayores se busca promover la socialización a través de una variedad de estrategias y actividades. Estos pueden incluir dinámicas de grupo, trabajo en equipo, discusiones, juegos cooperativos, talleres y otras actividades que fomenten la interacción y el intercambio de ideas entre los participantes.

Ejecución

La implementación de una guía didáctica para adultos mayores se refiere a la implementación y práctica de estrategias recomendadas, una vez preparada y planificada la instrucción, su implementación incluye la implementación de actividades y acciones necesarias para alcanzar los objetivos educativos trazados.

Cuando se trabaja con adultos mayores, la implementación requiere la implementación efectiva de estrategias de instrucción que tengan en cuenta las necesidades, características y preferencias de este grupo en particular. Es importante garantizar que las actividades sean adecuadas y accesibles para los adultos mayores, brindarles apoyo y promover su participación activa en la enseñanza y el aprendizaje.

En su implementación, es relevante considerar la flexibilidad y la adaptación a las capacidades individuales de las personas mayores y promover el respeto, el apoyo y el estímulo. Para una implementación exitosa, es necesario crear un ambiente que promueva el aprendizaje y desarrollo de las personas mayores, su participación activa y un envejecimiento activo y saludable.

Evaluación

La evaluación en la guía para la enseñanza de las personas mayores como propuesta se refiere al proceso de recolección de datos y evaluación de los resultados de la enseñanza y el aprendizaje. El objetivo principal de la evaluación es conocer en qué medida se han logrado los objetivos educativos marcados, y

retroalimentar tanto a pedagogos como a mayores para mejorar y ajustar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Actividades

Las actividades de la guía didáctica para adultos mayores también están diseñadas para promover el pensamiento crítico, la creatividad y la lluvia de ideas entre los participantes. Se fomenta el trabajo en equipo, la colaboración y el aprendizaje mutuo para que los adultos mayores puedan compartir sus experiencias, conocimientos y perspectivas únicos. (Como se puede observar en la tabla N.º24)

Tabla 22

Cronograma de actividades

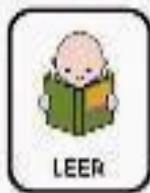
<i>N°</i>	<i>Actividades</i>	<i>Objetivo</i>	<i>Recursos</i>	<i>Responsable</i>	<i>Tiempo</i>
1. <i>Planificación</i>	Seleccionar, organizar y analizar la información para el diseño de la guía de estrategias didácticas para trabajar con los adultos mayores del Hogar Cafetos. Elaborar un cronograma de actividades. Definir presupuesto, espacios de capacitación y recursos.	Determinar los componentes teóricos, prácticos necesarios para el desarrollo e implementación de la guía de estrategias didácticas para trabajar con los adultos mayores y el cronograma de actividades	Computador Internet Oficio	Jenny Rengifo	1 semana
2. <i>Socialización</i>	Dar a conocer a directivos y docentes sobre las actividades establecidas en la guía de estrategias didácticas.	Desarrollar las actividades propuestas en la guía de estrategias didácticas para adultos mayores de la casa Hogar Cafetos.	Guía de estrategias didácticas Computador Internet Convocatorias Zoom Correo de la casa Hogar Cafetos	Jenny Rengifo	2 semanas
3. <i>Ejecución</i>	- Convocar a la autoridad, enfermeras, pasantes de enfermería a unas breves indicaciones de cómo manejar las actividades de la guía de estrategias metodológicas. (Presencialmente)	Desarrollar las actividades propuestas en la guía de estrategias pedagógicas	Guía de estrategias pedagógicas Correo de la institución.	Autora Jenny Rengifo Autoridad Enfermeras Asistentes de enfermería	1 semana
4. <i>Evaluación</i>	- Realizar visitas, diferentes visitas, para observando la utilización de la guía de estrategias didácticas para adultos mayores, como también utilizando la encuesta a la autoridad como a las enfermeras, y asistentes de enfermería, Acompañamiento y retroalimentación las enfermeras. - Aplicar una encuesta a la autoridad como a las enfermeras, asistentes de enfermería conociendo los resultados de la implementación de la guía de estrategias didácticas.	Analizar los resultados obtenidos con la implementación de la guía de estrategias didácticas, para trabajar con el adulto mayor.	Guía de estrategias didácticas para trabajar con el adulto mayor. Computador Internet Correo institucional	Autora: Jenny Rengifo Autoridad Enfermeras Asistentes de enfermería	Permanente, durante la investigación

Fuente: Elaboración para fines del proyecto

Validación de la aplicación práctica

La validación de la propuesta “Guía de estrategias didácticas del Hogar de Ancianos “CAFETOS”, fue realizada por la autoridad de este centro, la Sra. Ana Gabriela Figueroa Zambrano y por el Lcdo. Francisco Dillon, M. Sc. quienes dieron recomendaciones, sobre el trabajo teórico y práctico que representa para este centro la aplicación de la guía; ya que, con la misma, se espera mejorar los procesos cognitivos de los adultos mayores a través del establecimiento de estrategias didácticas fundamentadas en el uso de pictogramas.

PLANIFICACIONES DE GUÍAS DE ESTRATEGÍAS DIDÁCTICAS DEL HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Este documento es propiedad de la Universidad del Cauca. No se permite su reproducción sin el consentimiento expreso de la Universidad del Cauca.



Autora: Jenny Rengifo
2023

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Identificación de tarjetas con acciones

Objetivo: Representar las acciones de cada tarjeta flash card para el desarrollo del lenguaje y la memoria.

Estrategia:

Fomentar un ambiente colaborativo para lograr que los adultos mayores se sientan seguros, al aprender.

Descripción:

Promover la expresión verbal mediante el uso de las tarjetas flash card.

Tiempo: 35 minutos	Metodología: Reminiscencia (técnica orientada a estimular la memoria de los adultos mayores)	Modalidad: Presencial	Participantes: 11 mujeres y 6 hombres adultos mayores.
---------------------------	---	---------------------------------	---

Desarrollo:

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre el proceso de identificación de tarjetas con acciones.
- Aplicar la actividad

Desarrollo de la actividad

Introducción

Saluda a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad, identificación de tarjetas con acciones.

- Explica qué son los pictogramas y cómo se utilizan para representar acciones.
- Muestra algunos ejemplos de pictogramas y pide a los participantes que expresen sus interpretaciones.
- Fomenta la participación y el intercambio de ideas entre los participantes.

Construcción

Después de mostrar todos los pictogramas, presenta la lista de acciones asociadas a los distintos pictogramas.

- Solicita a los adultos mayores que asocien cada acción con su respectivo pictograma.
- Anima a que expliquen su elección y a que compartan sus ideas con el grupo.

Consolidación

Concluir la actividad destacando los logros de los participantes y su capacidad para identificar y asociar pictogramas con acciones.

- Anima a los participantes a utilizar los pictogramas en su vida diaria como una herramienta de comunicación.
- Agradece su participación y despide a los participantes.

Actividades finales:

Identificar las habilidades de cada adulto mayor

Adaptar la actividad según las capacidades y necesidades de cada grupo de participantes. ¡Diviértete y disfruta de la actividad de identificación de tarjetas con acciones utilizando pictogramas!

Evaluación:

Por medio de la observación identificar lo siguiente:

- ¿Los participantes pudieron identificar correctamente los pictogramas de acciones presentados durante la actividad?
- ¿Los participantes pudieron asociar correctamente las acciones con los pictogramas correspondientes?
- ¿Los participantes tuvieron dificultades para comprender o interpretar los pictogramas de acciones?
- ¿Los participantes mostraron interés y participaron activamente durante la actividad?
- ¿Se logró el objetivo de que los participantes sean capaces de identificar y asociar tarjetas con acciones representadas por pictogramas?
- ¿Los participantes demostraron comprensión y aplicación de los pictogramas de acciones en la actividad práctica propuesta al final?

Recomendaciones:

- Utilizar pictogramas claros y sencillos
- Proporcionar instrucciones claras y simples
- Adaptación de las tarjetas
- Fomentar la participación activa

- Proporcionar apoyo visual
- Realizar repeticiones y repasos
- Adaptación de la actividad
- Fomentar la interacción social
- Es importante adaptar las recomendaciones según las necesidades individuales de cada participante y brindarles el apoyo necesario para su participación y éxito en la actividad.

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar, identificación de tarjetas con acciones:



Figura 51. Actividad para trabajar pictogramas de acciones con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 52. Actividad para trabajar pictogramas de acciones con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

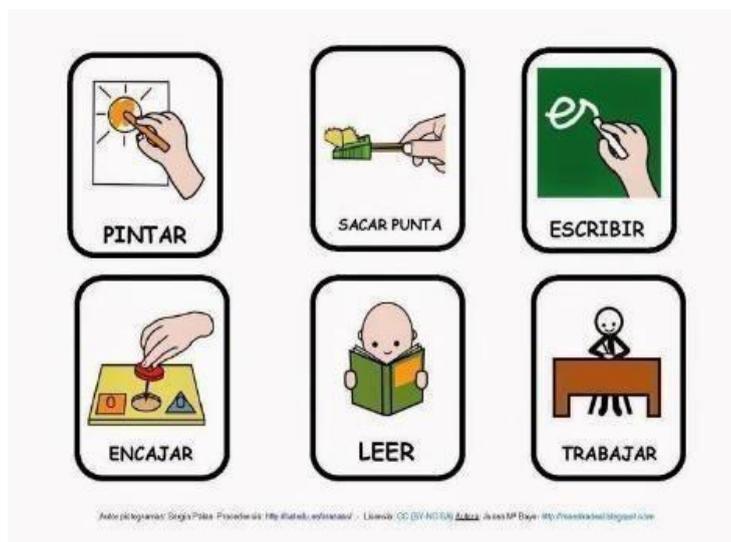


Figura 53. Actividad para trabajar pictogramas de acciones con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pinterest.es%2Fpin%2F102668066485341296%2F&psig=AOvVaw3a_hw7RCx

[YbB-](#)

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Asociación de palabras con imágenes

Objetivo: Desarrollar la memoria y la atención, con palabras asociadas correctamente a través de los detalles de las tarjetas flash card.

Estrategia: Presenta las imágenes y palabras en un contexto significativo para los participantes. Esto puede incluir temas relacionados con su vida cotidiana o sus intereses personales.

Descripción: Conectar palabras e imágenes. Por ejemplo, muestre una imagen de un árbol y pídale a un adulto mayor que diga la palabra "árbol". Esto ayudará a fortalecer su capacidad para conectar conceptos con imágenes.

Tiempo: 40 minutos

Metodología:

Reminiscencia
(técnica orientada
a estimular la
memoria de los
adultos mayores)

Modalidad:

Presencial

Participantes:

11 mujeres y
hombres adultos
mayores.

Desarrollo:

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre el proceso de Asociación de palabras con imágenes
- Aplicar la actividad

Desarrollo de la actividad

Anticipación

Saluda a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad asociación de palabras con imágenes

Construcción

- a) Presenta una imagen y pide a los participantes que digan la palabra asociada.
- b) Presenta una palabra y pide a los participantes que identifiquen la imagen correspondiente.
- c) Presenta tanto la imagen como la palabra y pide a los participantes que las asocien.

Consolidación

Anima a los participantes a participar activamente, compartir sus ideas y recuerdos relacionados con las imágenes y palabras presentadas. Esto fomentará la interacción social y el intercambio de experiencias.

Actividades finales:

Anima a los adultos mayores a participar activamente, compartir sus ideas y recuerdos relacionados con las imágenes y palabras presentadas. Esto fomentará la interacción social y el intercambio de experiencias.

Evaluación:

Puede ser una actividad puntual o formar parte de un programa regular. Asegúrate de dejar tiempo para comentarios y preguntas al final de cada sesión.

Recomendaciones:

Observa su nivel de comodidad y ajusta la actividad según sea necesario para garantizar una experiencia placentera y enriquecedora para todos.

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar asociación de palabras con imágenes



Figura 54. Actividades para trabajar pictogramas palabras con imágenes con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 55. Actividades para trabajar pictogramas palabras con imágenes con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Ffunmardepalabrasblog.com%2F2016%2F12%2F11%2Fcambios-en-materiales-antiores-1%2F&psig=AOvVaw2v_7mh03qMPoeXwbrA0-8K&ust=1696800934224000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCljQqpnv5IEDFQAAAAAdAAAAABf

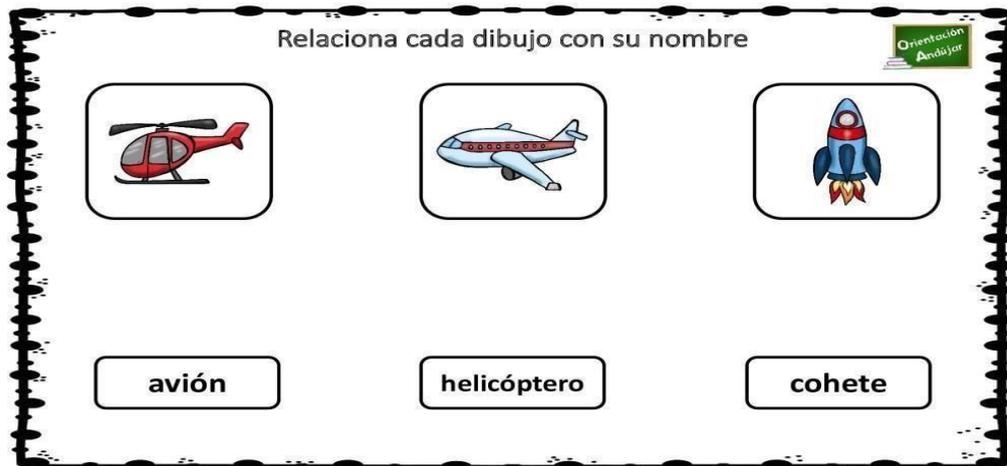


Figura 56. Actividades para trabajar pictogramas palabras con imágenes con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.orientacionandujar.es%2F2019%2F01%2F09%2Fcon-ciencia-semantica-infantil-asociacion-imagen-palabra%2F&psig=A0vVaw19xNjorWhb760I2Wa4XZj4&ust=1696801107464000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCNj-9-vy5IEDFOAAAAAdAAAAABAt>

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Imágenes de opuestos

Objetivo: Promover el desarrollo cognitivo de los adultos mayores relacionando imágenes de opuestos con sus significados.

Estrategia: Representar una variedad de imágenes de opuestos, como "arriba/abajo", "caliente/frío", "lento/rápido", etc..

Tiempo:
35 minutos

Metodología:
Reminiscencia
(técnica orientada a
estimular la memoria
de los adultos
mayores)

Modalidad:
Presencial

Participantes:
11 mujeres y hombres adultos
mayores.

Descripción: Estimular la memoria, la concentración como también la atención en los adultos mayores, fomentando la motricidad fina al girar las cartas con precisión.

Desarrollo:

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre el proceso de imagen de opuestos
- Aplicar la actividad

Desarrollo de la actividad:

Anticipación

Saludo a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad imagen de opuestos
Elige una serie de palabras que representen opuestos, como "alto/bajo", "grande/pequeño", "abierto/cerrado",
entre otros.

Construcción

Mostrar una imagen a la vez, y nombra la palabra que representa. Permíteles a los participantes observar detenidamente la imagen y procesar la palabra.

Muestra una segunda imagen que represente el opuesto de la primera palabra, por ejemplo, si la primera palabra es "alto", muestra la imagen de algo "bajo". Solicita a los adultos mayores que identifiquen la palabra que representa el opuesto y la digan en voz alta.

Consolidación

Asegúrate de adaptar la actividad según las habilidades y capacidades de los adultos mayores participantes. Considera utilizar imágenes más grandes, proporcionar ayudas visuales adicionales o permitir tiempos de respuesta más largos si es necesario.

Actividades finales:

Es importante crear un ambiente de apoyo y alentar la participación activa de los adultos mayores. Utiliza refuerzos positivos y feedback constante para motivar y proporcionar incentivos durante la actividad.

Evaluación:

Observa el nivel de participación y compromiso de los adultos mayores durante la actividad. ¿Están interesados y comprometidos con la tarea? ¿Participan activamente en las discusiones y actividades relacionadas con los opuestos?

Recomendaciones:

- Selección de imágenes adecuadas
- Tamaño y legibilidad
- Instrucciones claras y concisas
- Interacción y participación activa
- Adaptaciones y apoyo individualizado
- Retroalimentación positiva
- La actividad debe ser adaptada a las capacidades y necesidades de los adultos mayores. Mantén un enfoque centrado en su bienestar y disfrute durante el proceso de aprendizaje.

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar imágenes de opuestos:



Figura 57. Actividades para trabajar pictogramas palabras con imágenes con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 58. Actividades para trabajar pictogramas palabras con imágenes con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3F%2Fwww.pinterest.es%2Fchurige%2Farsaac%2F&psig=AOvVaw11FYZtxA4sMKmEzxXeWImC&ust=1696801952682000&source=>

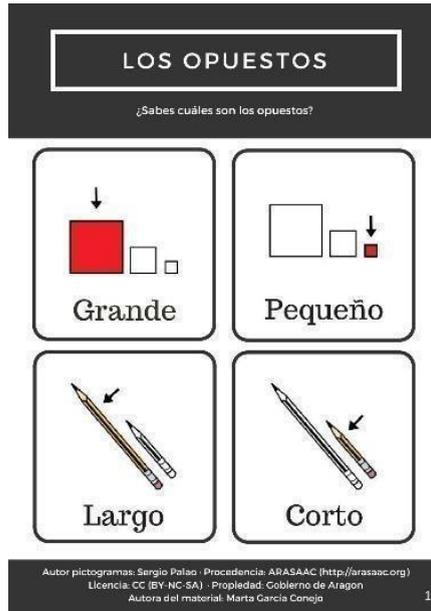


Figura 59. Actividades para trabajar pictogramas palabras con imágenes con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://i.pinimg.com/originals/49/73/d3/4973d396595b4395bc00c3be89a32e8b.jpg>

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Parejas de figuras geométricas

Objetivo: Fomentar el desarrollo cognitivo, recordando formas y realizar la conexión correcta entre los pictogramas y los patrones geométricos correspondientes.

Estrategia: Mantener la mente activa y disfrutar del juego.

Descripción: Promover la lógica matemática mediante el análisis cognitivo

Tiempo: 25 minutos

Metodología:
Reminiscencia
(técnica orientada
a estimular la
memoria de los
adultos mayores

Modalidad:
Presencial

Participantes: 11 mujeres y 6
hombres adultos mayores.

Desarrollo

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre las figuras geométricas
- Aplicar la actividad

Desarrollo:

Anticipación

Saludo a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad parejas de figuras geométricas.

Elige un conjunto de figuras geométricas que sean diferentes, pero fácilmente reconocibles. Puedes tener dos copias de cada figura para formar las parejas.

Construcción

Solicita a los adultos mayores que, por turnos, den vuelta dos tarjetas a la vez tratando de encontrar las parejas. Si las tarjetas son parejas, el participante se queda con ellas. Si no, debe volver a colocarlas boca abajo en su posición original. Continúa el juego hasta que todas las parejas hayan sido encontradas.

Consolidación

Una vez completado el juego, invita a los participantes a compartir sus experiencias y reflexiones sobre la actividad. Pide que mencionen las estrategias que utilizaron para encontrar las parejas y cómo se sintieron durante el juego.

Actividades finales:

- Juego de memoria avanzado
- Competencia de velocidad

Evaluación:

Observa cómo los participantes se involucran en la actividad. Presta atención a su nivel de participación, interés y entusiasmo. Toma nota de cómo se enfrentan a los desafíos y cómo interactúan entre ellos.

Observación de progreso: Si has realizado la actividad varias veces, puedes comparar y observar el progreso de los participantes. Mira si han mejorado en la velocidad, precisión y capacidad para encontrar las parejas de figuras geométricas.

Recomendaciones:

Mantén un ambiente lúdico y positivo en todo momento.

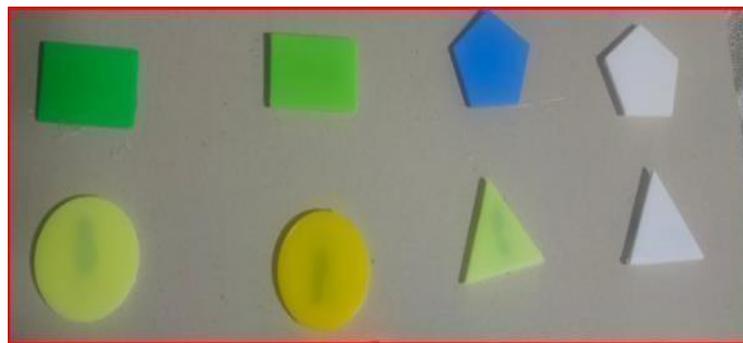


Figura 60. Actividad para trabajar parejas de figuras geométricas con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

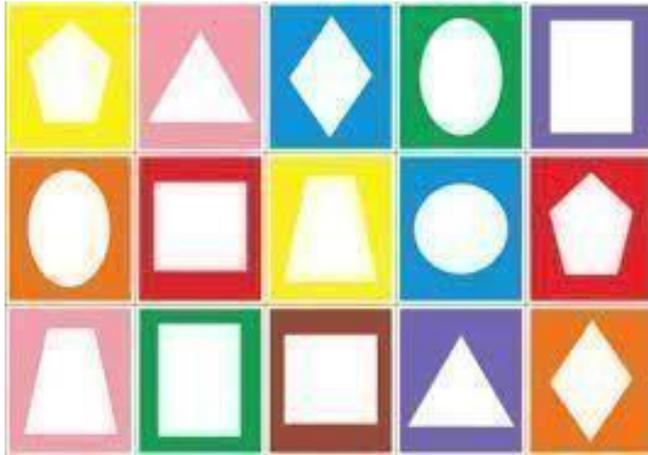


Figura 61. Actividad para trabajar parejas de figuras geométricas con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://mirameyaprenderas.files.wordpress.com/2017/06/716.jpg?w=417&resize=417%2C294&h=294>



Figura 62. Actividad para trabajar parejas de figuras geométricas con adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3F%2Fwebdelmaestro.com%2Fdibujos-con-formas-geometricas%2F&psig=AovVaw2opoPY8eqq8nO1oDG6fKn0&ust=1696802666607000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoT CPI3>

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Estimulación del lenguaje ¿qué rima con qué?

Objetivo: Mejorar el lenguaje, habilidades cognitivas de las personas mayores de una forma divertida y entretenida.

Estrategia: Crear rimas utilizando palabras que rimen con “que”.

Descripción: Utilizar pictogramas para estimular la expresión, describir una historia basada en íconos.

Tiempo: 35 minutos

Metodología: Reminiscencia (técnica orientada a estimular la memoria de los adultos mayores)

Modalidad: Presencial

Participantes: 11 mujeres y hombres adultos mayores.

Desarrollo

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre estimulación del lenguaje ¿Qué rima con qué?
- Aplicar la actividad

Desarrollo:

Anticipación

- Saludo a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad estimulación del lenguaje ¿Qué rima con qué?
- Explique a los participantes que van a participar en una actividad divertida para estimular el lenguaje y la creatividad.
 - Presente ejemplos de rimas utilizando palabras que rimen con “que”, como “sol que brilla”, “flor que florece”, “cielo que vuela”.
 - Animar a los participantes a compartir sus propias ideas y a ser creativos.

Construcción

- Se necesita ayudar para generar ideas, puedes proporcionar tarjetas o imágenes con palabras que rimen con “que”.
- Estas tarjetas pueden ser mostradas o repartidas entre los participantes para estimular la memoria y facilitar la creación de rimas.
- Anime a los participantes a tomar turnos para crear rimas, siguiendo las reglas establecidas.
- Fomente la participación y premie o reconozca a los participantes por sus esfuerzos y creatividad.
- Anime a los participantes a explorar diferentes ideas y variantes de palabras que rimen con “que”.

Consolidación

- Al finalizar la actividad, agradezca la participación de los asistentes y destaque la importancia de ejercitar el lenguaje y la creatividad.
- Puede considerar organizar esta actividad de forma periódica para continuar estimulando el lenguaje en los adultos mayores.

Actividades finales:

- Rimas desafiantes
- Canciones o versos populares
- Rimas en cadena

Evaluación:

Lo más importante es escuchar la retroalimentación de los adultos mayores y adaptar las actividades a sus necesidades e intereses.

Evalúa si la actividad logró el objetivo que te habías propuesto inicialmente. ¿Se logró estimular la memoria, la creatividad o la comunicación verbal de los adultos mayores? ¿Fue una actividad relevante y apropiada para ese grupo en particular?

Recomendaciones:

Adaptar la actividad a las capacidades de las personas mayores, aportando ejemplos y apoyo visual cuando sea necesario, presentando un ambiente divertido y de participación activa para mantener el interés y la motivación durante la estimulación del lenguaje.

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar estimulación del lenguaje ¿Qué rima con qué?



Figura 63. Actividad para trabajar estimulación del lenguaje ¿Qué rima con qué? con los adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 64. Actividad para trabajar estimulación del lenguaje ¿Qué rima con qué? con los adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fdeinfantilaprimaria.es%2Fcual-rima-con%2F&psig=AOvVaw0Jo-tcfRt6-SV9PYdGXkFD&ust=1696803499130000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEOjRxoFwoTCOIXsOD75IEDFQAAAAAdAAAAABAE>



Figura 65. Actividad para trabajar estimulación del lenguaje ¿Qué rima con qué? con los adultos mayores.
Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pinterest.com%2Fpin%2F502573639671806146%2F&psig=AOvVaw0Io-1cfRt6-SV9PYdGXkFD&ust=1696803499130000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBE-QjRxfwoTCOiXsOD75IE-Df0AAAAAdAAAAABAJ>

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Buscando imágenes iguales

Objetivo: Estimular la memoria en cada adulto mayor a través de pictogramas.

Estrategia: Promover la interacción social y crear un ambiente positivo y enriquecedor para todos los adultos mayores

Descripción: Estimular la memoria visual, la concentración y la atención en los adultos mayores. Fomentar el debate y el intercambio de experiencias vinculando los iconos a experiencias o recuerdos personales.

Tiempo: 25 minutos

Metodología: Reminiscencia (técnica orientada a estimular la memoria de los adultos mayores)

Modalidad: Presencial

Participantes: 11 mujeres y hombres adultos mayores

Desarrollo

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre la actividad buscando imágenes iguales
- Aplicar la actividad

Desarrollo:

Anticipación

Saludo a los adultos mayores y comenta brevemente el objetivo de la actividad.

Comenzar con tarjetas que tengan imágenes fáciles de identificar y emparejar. A medida que los participantes se sientan más cómodos y confiados, ve aumentando la dificultad con tarjetas que tengan imágenes más similares o con más detalle.

Construcción

El trabajo en equipo entre los participantes se puede ir asignándoles parejas o grupos pequeños para que trabajen juntos en la búsqueda de las imágenes iguales. Esto no solo promoverá la interacción social, sino que también les permitirá apoyarse mutuamente y compartir estrategias de búsqueda.

Consolidación

Algunos adultos mayores, necesitan más tiempo para buscar y emparejar las imágenes, considera otorgarles tiempo adicional. Esto les permitirá disfrutar de la actividad sin sentirse apesurados o frustrados.

Actividades finales:

Juego de memoria

Juego de adivinanzas

Evaluación:

Se analiza por medio de la observación lo siguiente, y se hace las siguientes preguntas:

¿Se logró el objetivo principal de la actividad, que era encontrar imágenes iguales?

¿Los participantes demostraron interés y participación activa durante la actividad?

¿Se fomentó la interacción social entre los participantes durante la actividad?

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar “Buscando imágenes iguales”

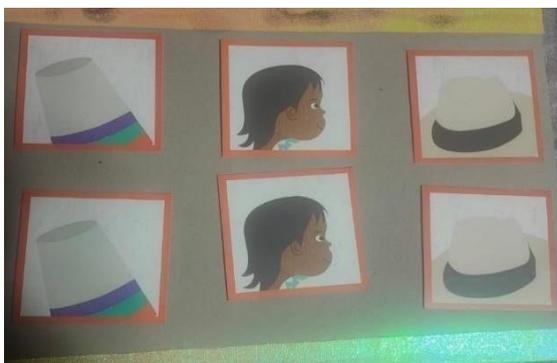


Figura 66. Actividad para trabajar: imágenes iguales con las tarjetas de pictogramas con los adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 67. Actividad para trabajar: imágenes iguales con las tarjetas de pictogramas con los adultos mayores.

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwordwall.net%2Fes-cl%2Fcommunity%2Fbusca-los-iguales&psig=A0vVaw3Rud01cm72MacDRSdApXaD&ust=1696804647411000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxxqFwoTCliv9oOA5YED>

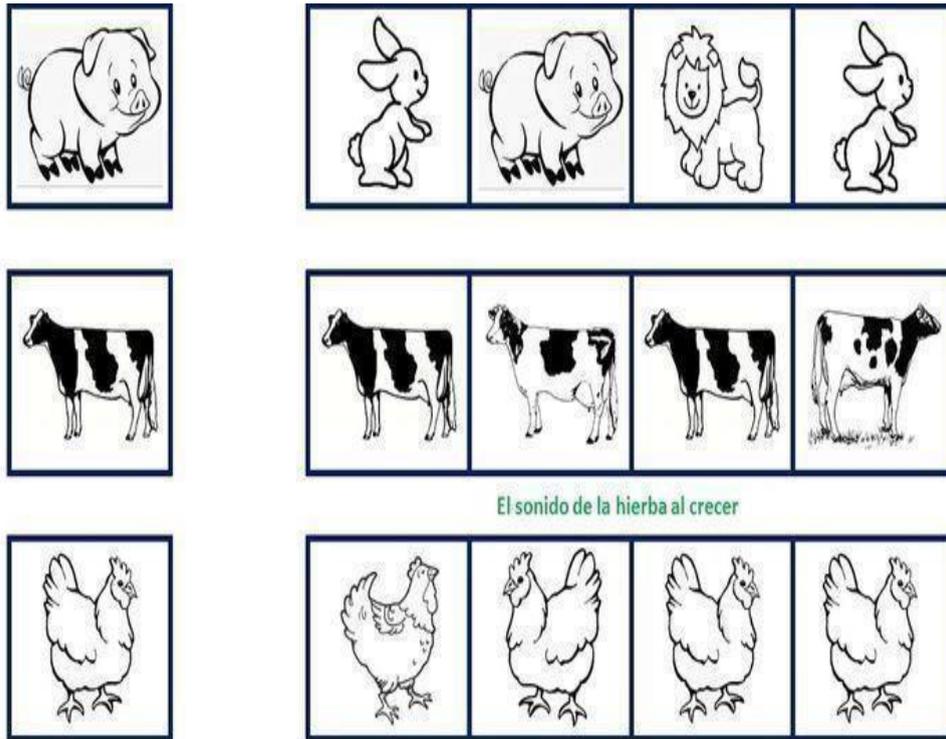


Figura 68. Actividad para trabajar: imágenes iguales con las tarjetas de pictogramas con los adultos mayores.
Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Far.pinterest.com%2Fpin%2F526569381422847354%2F&psig=A0vVaw3Rud01cm72MacD>

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Juego de palabras con tarjetas de imágenes

Objetivo: Promover la capacidad cognitiva en los adultos mayores, relacionando símbolos de las imágenes con las respuestas correctas.

Estrategia: Fomentar la interacción social y permitirá que compartan sus conocimientos y experiencias.

Descripción: Estimular la memoria visual y verbal y fomentar la comunicación y el intercambio de ideas.

Tiempo: 25 minutos

Metodología:
Reminiscencia (técnica orientada a estimular la memoria de los adultos mayores)

Modalidad:
Presencial

Participantes: 11 mujeres y hombres adultos mayores

Desarrollo

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre la actividad juego de palabras con tarjetas de imágenes.
- Aplicar la actividad

Desarrollo:

Anticipación

Saludo a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad.

Explique a los adultos mayores que van a participar en una actividad.

Construcción

Proporciona pistas visuales: si algunos adultos mayores tienen dificultades para identificar las palabras relacionadas con las imágenes, puedes proporcionar pistas visuales adicionales.

Consolidación

A medida que los adultos mayores van haciendo coincidir las tarjetas correctamente, asegúrate de celebrar sus logros y felicitarlos por sus esfuerzos. Esto los animará y motivará a seguir participando.

Actividades finales:

Extensión de vocabulario

Juego de memoria

Evaluación:

Herramientas para identificar fortalezas y áreas de mejora, y así poder adaptar futuras actividades a sus necesidades y preferencias. Además, puedes solicitar retroalimentación directa de los participantes para obtener opiniones más detalladas sobre la actividad.

Recomendaciones:

Selecciona imágenes adecuadas

Fomenta la colaboración

Estimula la conversación

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar



Figura 69. Actividad para trabajar preguntas y respuestas con los adultos mayores

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 70. Actividad para trabajar preguntas y respuestas con los adultos mayores

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://entrenubesespeciales.com/wp-content/uploads/2021/06/144.png>

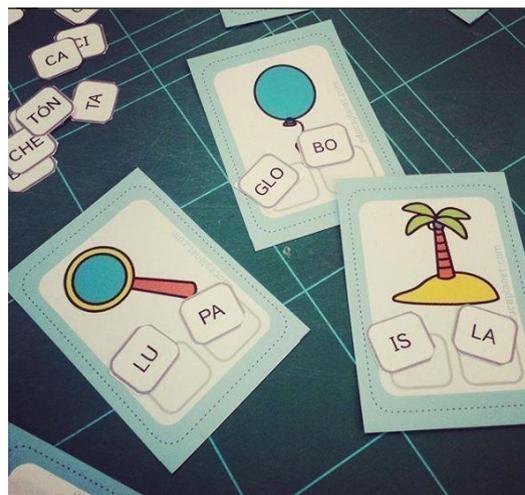


Figura 71. Actividad para trabajar preguntas y respuestas con los adultos mayores

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pinterest.es%2Fpin%2F347058715030944756%2F&psig>

HOGAR DE ANCIANOS CAFETOS



Tema: Rompecabezas 3D

Objetivo: Promover el desarrollo cognitivo, la motricidad fina, la concentración y las habilidades espaciales de los adultos mayores.

Estrategia: Fomentar la colaboración, el trabajo en equipo, con enfoques y estrategias.

Descripción: Estimular la concentración, la coordinación motora y la resolución de problemas.

Tiempo: 25 minutos

Metodología: Reminiscencia (técnica orientada a estimular la memoria de los adultos mayores)

Modalidad: Presencial

Participantes: 11 mujeres y hombres adultos mayores

Desarrollo

Situación inicial

- Saludo de bienvenida
- Generar indicaciones sobre la actividad rompecabezas 3D
- Aplicar la actividad

Desarrollo:

Anticipación

Saludo a los participantes y comenta brevemente el objetivo de la actividad.

Explique a los adultos mayores que van a participar en una actividad

Construcción

Separa las piezas por colores o secciones: Antes de comenzar el rompecabezas, organiza las piezas por colores o secciones para facilitar su identificación. Esto ayudará a los adultos mayores a visualizar el progreso y les permitirá enfocarse en partes más pequeñas del rompecabezas en lugar de sentirse abrumados por la cantidad total de piezas.

Consolidación

Ofrece pistas visuales o guías: En caso de que los adultos mayores encuentren dificultades para avanzar, proporciona pistas visuales o guías que los ayuden a identificar dónde encajan las piezas. Puedes mostrarles una imagen del rompecabezas completo o proporcionarles una referencia visual de cómo debería verse una sección en particular.

Actividades finales:

Recuerda ser paciente, alentar a los adultos mayores, y celebrar cada pequeño éxito mientras trabajan en el rompecabezas en 3D.

Evaluación:

La evaluación de esta actividad nos ayudaría a la observación de lo siguiente:

Estimulación cognitiva

Socialización

Motivación y satisfacción

Adaptabilidad

Recomendaciones:

Proporciona instrucciones claras

Fomenta la colaboración

Ofrece pistas o ayudas visuales

Celebra los logros

Anexos

Pictogramas sugeridos que se podrían trabajar Rompecabezas 3D.



Figura 72. Actividad para trabajar armando rompecabezas 3D con los adultos mayores

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 73. Actividad para trabajar armando rompecabezas 3D con los adultos mayores

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez



Figura 74. Actividad para trabajar armando rompecabezas 3D con los adultos mayores

Elaborado por: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

Fuente:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.amalay-hotel.com%2Fblack-saree-price%2Fview-our-woman-kick-thai-boxing-shorts-%2F%2Ftorre-eiffel-rompecabezas-3d-cubicfun-puzzle-3d-serie-26799599&psig=AOvVaw1TVA2eV79ZrpdSjfcuvUH2&ust=1696806522957000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKirnIKH5YEDFQAAAAAdAAAAABAZ>

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Las conclusiones del presente trabajo de investigación se derivan del cumplimiento de los objetivos general y específicos, el objetivo general plantea analizar como el uso de recursos interactivos basados en pictogramas puede aportar al desarrollo cognitivo de adultos mayores del contexto investigado. Por siguiente se puede deducir que:

- Los factores que llegan a intervenir en el deterioro cognitivo de las personas adultas es el envejecimiento natural, enfermedades como el Alzheimer o el Párkinson, también puede darse por lesiones cerebrales según lo mencionado por Guevara que también hace alusión a la depresión de la persona mayor. Entre los efectos que trae este deterioro cognitivo es la resistencia del ser humano a aprender cosas nuevas ya que se han acostumbrado a lo tradicional con respecto al aprendizaje y comunicación, también el aburrimiento y poca motivación hacen que el deterioro avance en mayor manera que trae por consiguiente pérdida de conciencia, el sentido de empatía y el mal carácter se apodera de la persona, llevándolos a entrar en una etapa de desesperación y comunicación deficiente para con los demás.
- Las estrategias aplicadas en correlación con recursos interactivos giran en torno a 4 ejes principales que son: la planificación de las actividades cuyo objetivo es determinar componentes teóricos-prácticos necesarios para generar una guía de estrategias para trabajo con adultos en base a un cronograma de actividades, está la socialización para que todo el personal directivo y docente se involucre en las actividades y sean guías y actores

principales de la iniciativa, se continúa con la ejecución de las actividades propuestas determinando tiempos y registro de actividades y por último la evaluación durante un período determinado haciendo un análisis cuantitativo.

- Hay que considerar que los pictogramas son representaciones visuales de objetos, acciones o conceptos por lo que al contar con una planificación curricular, se pudo delimitar las actividades relacionadas a pictogramas que pueden ser implementados, las cuales puede ser mediante identificación de tarjetas con acciones, asociación de palabras con imágenes, imágenes de opuestos, parejas de figuras geométricas, estimulación del lenguaje o buscar la pareja lo que busca estimular la cognición, la memoria visual y mejorar el tema de comunicación de los individuos de edad adulta del Hogar Cafetos, cabe mencionar que fue realizado a 11 mujeres y 6 hombres el experimento de pictogramas, haciendo explicaciones previas y delimitando cada una de las actividades con el fin de evaluar este sistema de aprendizaje.
- Una de las propuestas metodológicas planteadas mediante pictogramas se la desarrolló de la siguiente manera: se planteó el tema del tipo de pictograma a utilizarse, en este caso era identificar tarjetas con acciones cuyo objetivo era representar las acciones de cada tarjeta flash card para el desarrollo del lenguaje y la memoria, su estrategia era fomentar un ambiente colaborativo para lograr que los adultos mayores se sientan seguros, al aprender, la descripción de este pictograma era promover la expresión verbal mediante el uso de las tarjetas flash card. Este tuvo una duración aproximada de 35 minutos y lo que se buscaba era socializar con las personas de tercera edad y explicar que son los pictogramas, cómo se utilizan y cuál es su funcionalidad, generar participación por parte de las personas mayores mediante presentación de los pictogramas para que puedan asociar con alguna acción determinada, sin olvidar que cada actividad debe ser adaptada acorde a las capacidades de los participantes. Una vez realizado esto se generó el formato de evaluación como se detalla en el Anexo 1 para identificar si los participantes comprendieron la dinámica del juego, determinar si asociaron de manera correcta los pictogramas correspondientes, si se presentaron dificultades, el nivel de interés de lo

- participantes, determinar si se logró el objetivo de la actividad y ver en qué aspectos se puede mejorar en función del análisis realizado a través de estas preguntas.

Recomendaciones

- Realizar un análisis exhaustivo del desarrollo cognitivo en el aprendizaje a través de pictogramas en el adulto mayor, esto implica llevar a cabo diferentes investigaciones y estudios estadísticos donde se puedan analizar otros factores, evaluando, no solo, la efectividad de los pictogramas en la mejora de las habilidades cognitivas que se podrían intervenir, sino también el impacto en la calidad de vida, autonomía y participación social de los adultos mayores.
- Proceder con la realización de un diagnóstico de los factores como la parte de salud emocional, en los adultos mayores, sea analizada, sea más estudiada por parte de los responsables de este centro para mejorar el contexto del adulto mayor.
- A través de mi propuesta, se observó que los pictogramas que es importante que este proceso el ir mencionando diferentes, herramientas didácticas como los cubos, tarjetas de memoria, juego de mesa, taller de manualidades, lectura, entre otras, que ayudarán el ir completando este proceso.
- Debido a que este estudio de investigación se centra en el deterioro cognitivo, sería relevante generar otras propuestas en las que este centro pueda contar con una propuesta para el manejo emocional, otra propuesta válida para la salud, otra propuesta para la nutrición.

REFERENCIAS

- Baque, G., y Portilla, G. (2021). El aprendizaje significativo como estrategia didáctica para la enseñanza–aprendizaje. *Polo del conocimiento*, 6(5), 1-13.
<http://dspace.opengeek.cl/bitstream/handle/uvsc1/2030/2632-14045-4-PB%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Benavides, C. (2017). Deterioro cognitivo en el adulto mayor. *Revista Mexicana de Anestesiología*, 40(2), 107-112.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/rma/cma-2017/cma172f.pdf>
- Camino, M., Satorres, E., Delhom, I., Real, E., Abella, M., y Meléndez, J. (2022). Mindfulness-based cognitive therapy to improve sleep quality in older adults with insomnia. *Psychosocial Intervention*, 31(3), 159-167.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592022000300003
- Casas, J., Repullo, J., y Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. *Atención primaria*, 31(8), 527-538.
<http://www.unidaddocentemfyclaspalmas.org.es/resources/9+Aten+Primaria+2003.+La+Encuesta+I.+Cuestionario+y+Estadistica.pdf>
- Cisterna, C., y Díaz, C. (2022). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Scielo*, 1-15.
<http://dx.doi.org/10.4151/07189729>
- Cisterna, C., y Díaz, C. (2022). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Perspectiva Educacional, Formador de profesores*, 61(1), 181-195.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-97292022000100181
- Cisterna, C., y Díaz, C. (2021). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Pontificia Universidad Católica de Valparaíso. Perspectiva Educacional. Formación de Profesores*.
<https://www.scielo.cl/pdf/perseduc/v61n1/0718-9729-perseduc-61-01-181.pdf>

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL]. (2018). *Envejecimiento personas mayores y agenda 2030 para el desarrollo sostenible*. Sandra Huenchuan. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL]. (Septiembre de 2015). *Acerca de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. [https://www.cepal.org/es/temas/agenda-2030-desarrollo-sostenible#:~:text=La%20Agenda%202030%20para%20el%20Desarrollo%20Sostenible%2C%20aprobada%20en%20septiembre,gu%C3%ADa%20de%20referencia%20para%20el](https://www.cepal.org/es/temas/agenda-2030-desarrollo-sostenible/acerca-la-agenda-2030-desarrollo-sostenible#:~:text=La%20Agenda%202030%20para%20el%20Desarrollo%20Sostenible%2C%20aprobada%20en%20septiembre,gu%C3%ADa%20de%20referencia%20para%20el)
- Delgado, S., Huang, C., González, L., y Castro, M. (2021). Impacto del sedentarismo en la salud mental. *Revista Ciencia Y Salud Integrando Conocimientos*, 6(1), 81–86. <https://doi.org/10.34192/cienciaysalud.v6i1.404>
- Dr. Sampieri R, Dr. Fernández, C. y Baptista M. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw W- HILL / INTERAMERICANA EDITORES. 978-607-15-0291-9
- Duque, L., Ornelas, M., y Benavides, E. (2020). Actividad física y su relación con el envejecimiento y la capacidad funcional: una revisión de la literatura de investigación. *Psicología y Salud*, 30(1), 45-57. <https://doi.org/10.25009/pys.v30i1.2617>
- Duque, P., Ramírez, D., y Trujillo, O. (2021). Efectividad de un programa de estimulación cognitivas en la prevención del deterioro mental en los adultos mayores: estimulación cognitiva en adultos mayores. *Revista científica do Instituto Superior de Ciencias de Educacao de Huambo, Angola.*, 1.12. <file:///C:/Users/HP/Downloads/3947-Texto%20del%20art%C3%ADculo%20listo%20para%20publicar-13960-1-10-20210917.pdf>
- Feldberg, C., Stefani, D., Tartaglino, M., Hermida, P., Moya, L., Somale, V., y Allegri, R. (2020). La influencia de la educación y la complejidad laboral en el desempeño cognitivo de adultos mayores con deterioro cognitivo leve.

- Ciencias Psicológicas*, 14(1), 1-9.
<http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v14n1/1688-4221-cp-14-01-e2194.pdf>
- Ferreira, F., y Zarzuelo, M. (2022). Pictogramas farmacéuticos: ¿una oportunidad para la Alfabetización en Salud? *Ars Pharmaceutica (Internet)*, 63(3), 274-293. <https://doi.org/10.30827/ars.v63i3.23979>
- Flores, M., Rodríguez, M., González, G., Robles, J., y Valle, M. A. (2020). Declive cognitivo de atención y memoria en adultos mayores sanos. *Cuadernos de Neuropsicología*, 14(1), 65-77.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7485437>
- Garcés, I., Ramírez, P., y Paucar, H. R. (2023). Aplicación metodológica a través de talleres de creatividad con adultos mayores del cantón Santa Rosa, Ecuador. *Polo del Conocimiento*, 8 (8), 1879-1890.
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/5945>
- García, H. T., y Lara, J. (2022). Calidad de vida y autoestima en adultos mayores de una asociación de jubilados ecuatoriana. *Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1(17), 95–108.
<http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rchakin/n17/2550-6722-rchakin-17-00095.pdf>
- García, M., Sánchez, D., y Román, R. (2019). Envejecimiento y estrategias de adaptación a los entornos urbanos desde la gerontología ambiental. *Estudios demográficos y urbanos*, 34(1), 101-128.
<https://doi.org/10.24201/edu.v34i1.1810>
- García, H., y Lara, J. (2022). Calidad de vida y autoestima en adultos mayores de una asociación de jubilados ecuatoriana. *Chakiñan, Revista De Ciencias Sociales Y Humanidades*, (17), , 95–108.
<https://doi.org/10.37135/chk.002.17.06>
- Grimaldo, S., y Mancera, L. (2019). Salud mental y deterioro cognitivo en adultos mayores del municipio de Girardot Colombia. *Revista Conrado*, 15(70), 460-464. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1990-86442019000500460
- Guevara, F., Díaz, A., y Caro, P. (2020). Depresión y deterioro cognitivo en el adulto mayor. *Poliantea*, 15(26), 37-43.
<https://doi.org/10.15765/poliantea.v15i26.1501>

- Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.:978-1-4562-2396-0
- Hernández, S.. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mcgraw-Hill.
<https://www.uncuyo.edu.ar/ices/upload/metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Leitón, Z., Fajardo, E., López, Á., Martínez, R., y Villanueva, M. (2020). Cognición y capacidad funcional en el adulto mayor. *Revista Salud Uninorte*, 36(1), 124-139. <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v36n1/2011-7531-sun-36-01-124.pdf>
- León, M., Martos, M., y Galiana, T. (2020). Técnicas de comunicación en las personas adultas mayores ante el aislamiento social y la soledad. *REVISTA ESPAÑOLA DE COMUNICACIÓN EN SALUD*, 11(2), 268-277.
<https://doi.org/10.20318/recs.2020/4870>
- Ley Orgánica de las personas adultas mayores. (24 de abril de 2019). *Asamblea Nacional República del Ecuador*.
https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf
- Llano, O. (2017). La historia del lenguaje escrito. La evolución de nuestra escritura hasta nuestro día. *ÁNFORA*, 11(18), 125–144.
<https://publicaciones.autonoma.edu.co/index.php/anfora/article/view/257>
- López, L. (2021). Breve historia de la educación de adultos en Ecuador: anotaciones para una genealogía. *Digital Publisher*, 1-14.
<file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-BreveHistoriaDeLaEducacionDeAdultosEnEcuador-8151354.pdf>
- López, É., y Álvarez, É. (2021). Estrategia en ciudades inteligentes e inclusión social del adulto mayor. *PAAKAT: revista de tecnología y sociedad*, 11(20), 1-29. <https://www.scielo.org.mx/pdf/prts/v11n20/2007-3607-prts-11-20-e543.pdf>
- López, É., y Álvarez, É. (2021). Estrategia en ciudades inteligentes e inclusión social del adulto mayor. *PAAKAT: revista de tecnología y sociedad*.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-36072021000100002

- Ministerio de educación. (s.f.). Generemos Momentos de Salud emocional en la familia . 1-4. https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/10/estrategias_creativas.pdf
- Molocho, C., Gálvez, N., y Teque, M. (2020). Impacto del programa “Autocuidado para una vejez activa” en la funcionalidad del adulto mayor peruano. *ZHOECOEN*, 12(2), 228–237. <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i2.1261>
- Naciones Unidas (ONU). (2023). *Día Internacional de las personas de edad* . <https://www.un.org/es/observances/older-persons-day>
- Pérez, L., Macea, K., y Montes, A. (2020). El papel de la pedagogía crítica, el enfoque reflexivo y la andragogía en la transformación de las prácticas pedagógicas. *Revista Hojas y Hablas*, 122-138. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7805584>
- Quinde, B., Mosquera, M., y Vázquez, A. (2020). Brecha digital en adultos mayores: accesibilidad tecnológica y redes sociales. *Gigapp Estudios working papers*, 7(1), 744-757. <https://www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/220>
- Reséndez, M., Martínez , M., y Hernández, M. (2023). Adultos mayores en la docencia de la Educación Superior en México. *Revista de ciencias sociales*, 29(7), 238-248. <https://doi.org/10.31876/rsc.v29i.40461>
- Romo, G., y Marulanda, J. (2020). Pictogramas y adultos mayores: señalética de un sistema de transporte masivo en Colombia. *Designia*, 7(2), 17–39. <https://doi.org/10.24267/22564004.340>
- Russo, M. (2020). Papel de la actividad física en la prevención de deterioro cognitivo y demencia en adultos mayores: una revisión sistemática. *Neurología Argentina*, 12(2), 124-137. <https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2020.01.003>
- Saltos, A. (2021). Pictogramas para la optimización de la comprensión lectora, una sistematización de experiencias exitosas. *Polo del Conocimiento*, 6(12), 106-121. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3359/7512>
- Sánchez, P., Huilcapi, M., y Guevara, G. (2022). Estudio del desarrollo cognitivo del adulto mayor: pautas para una propuesta. *Universidad y Sociedad*, 14(S1), 334-348. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2636>

- Sotomayor, A., Zhunio, F., Ajila, A., y Peláez, P. (2022). Funcionamiento Cognitivo de la Vejez y la Dependencia del Adulto Mayor. *Dominio de las Ciencias* (8), 722-734.
<https://www.dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/2953>
- Suárez, Z., y Obando, P. (2021). Sistematización de una estrategia metodológica: intervención física–psico-afectivo en el adulto mayor desarrollada por los estudiantes de enfermería, *Electrónica de Conocimientos, Saberes y Prácticas*, 4(2), 68-82. <https://doi.org/10.5377/recsp.v4i2.13388>
- Sunkerl, G., y Ullmann, H. (2019). Las personas mayores de América Latina en la era digital: superación de la brecha digital. *Revista de la CEPAL N°127*, 1-26.
https://repository.eclac.org/bitstream/handle/11362/44580/RVE127_Sunke1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Varea, M., y Borrego de la Osa, R. (2019). Educación sanitaria en mindfulness a los cuidadores de mayores crónicos dependientes. *Medicina naturista*, 13(2), 78-90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985228>
- Vega, M., Ojeda, J., Rivera, M., y Vanegas, G. (2022). Comparación del test de evaluación cognitiva de Montreal versus Fototest para diagnóstico de deterioro cognitivo en adultos mayores. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2(1), 1-9. <https://www.medigraphic.com/pdfs/salcietec/sct-2022/sct221cl.pdf>
- Villavicencio, M., Díaz, M., Pérez, G., Bañuelos, J., y Barbosae, M. (2020). Declive cognitivo de atención y memoria en adultos mayores sanos. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 1-13.
 10.7714/CNPS/14.1.208

ANEXOS

ANEXO 1. Validación del instrumento a enfermeras, auxiliares de enfermería, pasantes de enfermería del Hogar de Ancianos CAFETOS.



ANEXO 1. Validación instrumentos a enfermeras, auxiliares de enfermería, pasantes de enfermeras del Hogar de Ancianos CAFETOS

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: DESARROLLO COGNITIVO DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS

Autora: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

FICHA PARA VALIDACION DEL INSTRUMENTO: Encuesta realizada para determinar los criterios de evaluación de cada de cada adulto mayor.

Nombre del validador /a: Srta. Ana Gabriela Figueroa Zambrano

Fecha: 20 de agosto del 2023

Objetivo: El presente instrumento tiene como objetivo medir los resultados de la encuesta y escala propuesta.

Instrucciones: Luego de revisar con detenimiento el instrumento encuesta con escala de Likert. Llène la matriz siguiente de acuerdo con su criterio de experto. Su aporte es muy valioso en el contexto de la investigación que se lleve a cabo.

4. Los ítems están distribuidos en forma lógica y sucesional		X		
5. El número de ítems es suficiente para la investigación		X		
Validez (Marque con una X en el casillero correspondiente a su criterio)				
Aplicable	X	No aplicable	Aplicable atendiendo a las observaciones	
Validado por	Srta. Ana Gabriela Figueroa Zambrano	Ciudad	1727149862	Fecha: 20 de agosto del 2023
Firma		Teléfono	0995786443	Mail: hogarcafetos@gmail.com

Ítem	Criterios por evaluar												Se recomienda eliminar o modificar el ítem	
	Claridad en la redacción		Presencia coherencia interna		Libre de inducción a respuestas		Lenguaje culturalmente pertinente		Mide la variable de estudio					
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	X		X		X		X		X					X
2	X		X		X		X		X					X
3	X		X		X		X		X					X
4	X		X		X		X		X					X
5	X		X		X		X		X					X
6	X		X		X		X		X					X
7	X		X		X		X		X					X
8	X		X		X		X		X					X
9	X		X		X		X		X					X
10	X		X		X		X		X					X
11	X		X		X		X		X					X
12	X		X		X		X		X					X
13	X		X		X		X		X					X
14	X		X		X		X		X					X
15	X		X		X		X		X					X
Criterios generales											SI	NO	Observaciones	
1. El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para su llenado											X			
2. La escala propuesta para medición es clara y pertinente											X			
3. Los ítems permiten el logro de los objetivos de investigación											X			

ANEXO 2. Validación del especialista

ANEXO 2. Validación del especialista

DESARROLLO COGNITIVO DE LOS ADULTOS MAYORES A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS

Autora: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez; Tutor: Msc. Junio Jadan PhD.

FICHA DE VALORACIÓN DE ESPECIALISTAS

Título de la Propuesta:

Guía de estrategias estrategias didácticas del hogar de ancianos Cafetos

1. Datos Personales del Especialista

Nombres y Apellidos: Ana Gabriela Figueroa Zambrano

Grado Académico (Área): Licenciada Superior en atención Integral en el adulto mayor

Experiencia en el área: Andragogía

2. Autovaloración del especialista

Marcar con una "X"

Fuentes de argumentación de los conocimientos sobre el tema	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos técnicos sobre la propuesta	X		
Experiencias en el trabajo profesional relacionados con la propuesta	X		
Referencias de propuestas similares en otros contextos	X		
(Otros que se requiera de acuerdo con la particularidad de cada trabajo)	X		
TOTAL	X		
Observaciones:	Ninguna		

3. Valoración de la propuesta

Marcar con una "X"

Criterios	MA	BA	A	PA	I
Estructura de la propuesta	X				
Claridad de la redacción (lenguaje sencillo)	X				

Pertenencia del contenido de la propuesta	X				
Coherencia entre el objetivo planteado e indicadores para medir resultados esperados	X				
Otros que quieran ser puestos a consideración del especialista	X				
Observaciones:	Ninguna				

MA: Muy Aceptable; BA: Bastante Aceptable; A: Aceptable; PA: Poco Aceptable; I: Inaceptable.

Validado por	Ana Gabriela Figueroa Zambrano	Cédula	172714906-2	Fecha	20 de agosto del 2023
Firma		Teléfono	0995378643	Mail	hogarcafetos@gmail.com

ANEXO 2. Validación del especialista

DESARROLLO COGNITIVO DE LOS ADULTOS MAYORES A TRAVÉS DE PICTOGRAMAS
 Autora: Jenny Elizabeth Rengifo Martínez; Tutor: Msc. Junio Jadin Ph.D.

FICHA DE VALORACIÓN DE ESPECIALISTAS

Título de la Propuesta:

Guía de estrategias didácticas del hogar de ancianos Cafetos

1. Datos Personales del Especialista

Nombres y Apellidos: Lic. Francisco Dillón Msc.

Grado Académico (Área): Docente de pregrado y postgrado

Experiencia en el área: Educación

2. Autovaloración del especialista

Marcar con una "X"

Fuentes de argumentación de los conocimientos sobre el tema	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos técnicos sobre la propuesta	X		
Experiencias en el trabajo profesional relacionados con la propuesta	X		
Referencias de propuestas similares en otros contextos	X		
(Otros que se requiera de acuerdo a la particularidad de cada trabajo)	X		
TOTAL	X		
Observaciones:	Ninguna		

3. Valoración de la propuesta

Marcar con una "X"

Criterios	MA	BA	A	PA	I
Estructura de la propuesta	X				
Claridad de la redacción (lenguaje sencillo)	X				
Pertinencia del contenido de la propuesta	X				
Coherencia entre el objetivo planteado e indicadores para medir resultados esperados	X				
Otros que quieran ser puestos a consideración del especialista	X				
Observaciones:	Ninguno				

MA: Muy Aceptable; BA: Bastante Aceptable; A: Aceptable; PA: Poco Aceptable; I: Inaceptable.

Validado por	Lic. Francisco Dillón Msc.	Cédula	172008098-3	Fecha	25 de agosto del 2023
Firma		Teléfono	0996315603	Mail	indominacion@gmail.com

ANEXO 3. Autorización para realizar la investigación

Quito, 20 de agosto del 2023

AUTORIZACIÓN

Srta. Ana Gabriela Figueroa Zambrano

Presenta. -

Yo, Jenny Elizabeth Rengifo Martínez con CI: 172422769-7 solicito su amable autorización a realizar mi trabajo de investigación, previo a la obtención del título de la maestría en Educación mención Innovación y Liderazgo Educativo, con relación al tema: Desarrollo cognitivo del adulto mayor a través de pictogramas.

Agradezco su amable atención

Atentamente



Jenny Elizabeth Rengifo Martínez
CI:172422769-7



Ana Gabriela Figueroa Zambrano
CI:172714906-2

ANEXO 4. Participación de la propuesta

Quito, 20 de agosto del 2023

Estimada

Sra. Ana Gabriela Figueroa Zambrano

Presente. -

De mi consideración:

Solicito que me autorice el permiso respectivo, sobre la participación de la propuesta de mi trabajo de investigación sobre: Guía de estrategias didácticas del hogar de ancianos Cafetos, previo a la obtención del título de la maestría en Educación mención Innovación y Liderazgo Educativo, con relación al tema: Desarrollo cognitivo del adulto mayor a través de pictogramas, las actividades a desarrollar se aplicarán a 11 adultos mayores, pertenecientes al Hogar de Ancianos Cafetos.

De antemano agradezco la atención prestada

Atentamente

Jenny Elizabeth Rengifo Martínez

CI: 172422769-7

Ana Gabriela Figueroa Zambrano

CI: 172714906-2

ANEXO 5. Encuesta diseñada en Google Forms- Autoridad – Auxiliares de enfermería-pasantes de enfermeras Del Hogar de Ancianos CAFETOS.

Enlace:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf_k1I1uxoYS5gWLjC9IQfXEoF8wGD3QGJ5nVPn8s-z2xIxsA/viewform?usp=sf_link

Trabajando con pictogramas con los adultos mayores

En este cuestionario ayudará a recabar información sobre el trabajo cognitivo de los adultos mayores a través del uso de pictogramas .

Correo *

Correo válido

Este formulario registra los correos. [Cambiar configuración](#)

1.- ¿Considera usted que en la actualidad los adultos mayores en su cuerpo ha sufrido cambios significativos mismos que han limitado de una u otra manera la ejecución de sus actividades diarias?

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

*

2.- ¿Piensa usted que el cuerpo de los adultos mayores ha heredado algún problema físico o de salud de alguno de sus familiares principalmente alguno asociado a la falta de memoria o el desarrollo cognitivo?

- Totalmente en acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

*

3.- ¿Considera usted los adultos mayores al momento tiene muy pocas ganas de dormir o que sus horas de sueño se han visto reducidas de manera significativa en este último tiempo?

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo

*

6.- ¿Considera usted que es necesario realizar actividad física con los adultos mayores para mantener el cuerpo activo, funcionando y no tener problemas asociados al sedentarismo en el futuro?

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

*

7.- ¿Considera usted que la salud mental de los adultos mayores, es fundamental para mantener un adecuado desarrollo cognitivo en esta edad?

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo

8.- ¿Está usted consciente de la importancia que tiene el desarrollo cognitivo en los adultos mayores? *

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

9:¿Considera usted que el desarrollo de diferentes actividades en los adultos mayores, mejoren su memoria, sus sensopercepciones , su desarrollo cognitivo le permitirán mantener un estilo de vida activo y saludable ? *

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

10:¿Considera usted que el desarrollo de actividades colaborativas (entre varias personas) podrían mejorar su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo?

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

11:¿Considera usted que el desarrollo de actividades colaborativas (entre varias personas) les permiten descubrir nuevos aprendizajes, les podrían ayudar a mejorar su memoria, sus sensopercepciones y su desarrollo cognitivo? *

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

12: ¿Considera usted que el desarrollo de las actividades anteriormente planteadas también las podría realizar de manera individual y no necesariamente en parejas o con más personas?

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

13: ¿Considera usted que el desarrollo de estrategias didácticas fundamentadas en el juego le permitirán mejorar y potencializar su desarrollo cognitivo en los adultos mayores? *

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

14: ¿Considera usted que el desarrollo de estrategias didácticas fundamentadas en el juego y el uso de pictogramas le permitirán mejorar y potencializar su desarrollo cognitivo en los adultos mayores? *

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

15: ¿Considera usted factible el diseño de una guía de estrategias didácticas fundamentadas en el uso de los pictogramas, mismo que podría mejorar su desarrollo cognitivo en los adultos mayores? *

- Totalmente de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

ANEXO 6: Aceptación del artículo

Teme: "Card Games for enhancing memory skills of senior citizens

De: ICMarkTech'23 <icmarktech@gmail.com>
Enviado: jueves, 5 de octubre de 2023 15:06
Para: Janio Jadan <janiojadan@uti.edu.ec>
Asunto: [ICMarkTech'23] Your submission has been accepted!

Dear Author,

On behalf of the ICMarkTech'23 - International Conference on Marketing and Technologies, I am pleased to inform you that your submission 82, titled "Card Games for enhancing memory skills of senior citizens" has been accepted like a Paper.

Please consider reviewers' comments and the rules of edition strictly of Springer

(<https://www.springer.com/us/authors-editors/conference-proceedings/conference-proceedings-guidelines>)

to prepare the camera-ready version of the paper, saved in Word format and also in PDF format. These files must be accompanied by the Consent Volume 2 to Publish form

(https://docs.google.com/document/d/1Tk5chKhDI0DYWkt48FmQFJb25xr8DV3/edit?usp=drive_link&ouid=118283171554505782441&rtpof=true&sd=true)

filled out, in a ZIP file, and uploaded until October 14 at

<http://www.icmarktech.org/icm23/openconf.php>.

Additionally, you also need to make your conference registration (<https://ucp.cz/conference-registration/>) until October 14 in order your article be published and presented.

ANEXO 7: Fotos de la presentación del artículo

Tema: "Card Games for enhancing memory skills of senior citizens"

Evidencia del trabajo de investigación expuesto vía Zoom.

