

UNIVERSIDAD TÉCNICA NACIONAL
CENTRO DE FORMACIÓN PEDAGÓGICA Y TECNOLOGÍA EDUCATIVA
LICENCIATURA EN MEDIACIÓN PEDAGÓGICA

PLAN INTEGRAL DE MEDIACIÓN PEDAGÓGICA PARA LA PROMOCIÓN
DE LA SALUD DIRIGIDO A PERSONAS ADULTAS MAYORES DEL BARRIO EL
CARMEN DEL CANTÓN NARANJO, AÑOS 2016-2017.

TRABAJO DE GRADUACIÓN MODALIDAD PROYECTO

ESTUDIANTES:

NICOLE MORA QUESADA

MARILYN ROJAS MORALES

DIRECTOR DE PROYECTO:

EFRÉN RODRÍGUEZ GONZÁLEZ

II CUATRIMESTRE 2017, ALAJUELA

Tribunal examinador.

Representante Dirección de Carrera: Dr. Mariano Solórzano Jiménez.

Tutor: Dr. Efrén Rodríguez González.

Lectora: MSc. Marisela Rojas Torres.

Lector: MSc. Alan Astorga Castro.

Agradecimientos.

Se agradece a los profesores de la Carrera de Mediación Pedagógica por la guía y acompañamiento durante los cursos de la Licenciatura, a la Asociación de Cuidados Paliativos de Naranjo por facilitar la población de estudio para esta investigación, al tutor, lectores y especialistas involucrados en el desarrollo de este proyecto.

Dedicatoria.

Se dedica este trabajo a Dios por permitirnos concluir esta gratificante etapa, a nuestras familias por su apoyo incondicional y a las personas adultas mayores participantes por su disposición y entusiasmo durante las sesiones brindadas.

Resumen Ejecutivo.

En la actualidad hemos sido partícipes de la creciente preocupación por tratar de manera inmediata la falta de cuidado hacia la población adulta mayor, la cual en varias ocasiones pasa desapercibida ante los ojos de los demás.

Este Proyecto presenta la creación e implementación de un plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud de personas adultas mayores del Barrio del Carmen del Cantón de Naranjo. Este plan es creado según las necesidades y motivaciones de la población en estudio, brindándoles a los mismos una alternativa constructivista que permita un espacio de recreación y cuidado esencial.

Palabras Clave / Keywords: Mediación pedagógica, biopedagogía, constructivista, aprendizaje significativo, aprendizaje situado, personas adultas mayores, cuidado esencial, promoción de la salud, motivaciones.

Tabla de contenidos.

Introducción.....	14
I Capítulo. Formulación del problema.....	18
I.II. Justificación.....	19
I.III. Antecedentes.....	22
I.IV. Estado de la Cuestión.....	27
I.V. Planteamiento y Enunciado del Problema.....	37
I.VI. Objeto de Estudio.....	39
I.VII. Objetivos de Investigación.....	40
I.VIII. Alcances del Proyecto.....	41
II Capítulo. Marco Teórico y Conceptual.....	42
II.I. Marco Teórico.....	43
II.II. Marco Conceptual.....	45
III Capítulo. Estrategia Metodológica.....	60
III.I. Marco Metodológico.....	61
IV. Capítulo. Diagnóstico, sistematización y análisis.....	81
IV.I. Diagnóstico.....	82
V. Capítulo. Estrategias de aprendizaje y plan integral de mediación pedagógica.....	99
V.I. Estrategias de Aprendizaje.....	100
V.II. Plan Integral de Mediación Pedagógica.....	108
V.II.A. Planeamiento.....	109
V.II.B. Evaluación de los aprendizajes y pertinencia de las sesiones en las personas adultas mayores.....	130
VI. Capítulo. Resultados de aprendizaje.....	133

VI.I. Resultados de aprendizaje.....	134
VI.I.A. Resultados de aprendizaje en general:	141
VI. II. Conclusiones.....	146
VI.III. Recomendaciones.	151
VI.IV. Limitaciones.....	153
Bibliografía.	210

Índice de tablas.

Tabla 1. Planificación de proyectos de intervención educativa.	31
Tabla 2. Matriz del Marco Metodológico.....	67
Tabla 3. Matriz de Variables e indicadores.....	72
Tabla 4. Matriz de Operacionalización de Objetivos.....	78
Tabla 5. Registro de desempeño.	79
Tabla 6. Sistematización de las entrevistas grupales y de las observaciones.....	84
Tabla 7. Objetivos y contenidos para las sesiones.....	102
Tabla 8. Planeamiento Eje Pintura.	109
Tabla 9. Planeamiento Eje Bordado.....	113
Tabla 10. Planeamiento Eje Hidroponía.....	117
Tabla 11. Planeamiento Eje Jardinería.....	121
Tabla 12. Planeamiento Eje Estudios Sociales.	125

Índice de figuras.

Figura 1. INEC (2016).	83
------------------------------	----

Índice de siglas.

INEC Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.....	19
AUPA Asociación Internacional de Universidades para Adultos-Mayores.....	23
AGECO Asociación Gerontológica Costarricense.....	25
CONAPAM Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor	25
PIAM Programa Integral para la persona Adulta Mayor.....	25
SPV Servicio de Psicología de la Vejez de la Facultad de Psicología.....	33
OMS Organización Mundial de la Salud.....	52
INA Instituto Nacional de Aprendizaje.....	65

Índice de anexos.

Anexo 1. Cronograma del Plan de Trabajo.....	154
Anexo 2. Entrevista exploratoria a un Experto.....	156
Anexo 3. Entrevista exploratoria a un Experto.....	158
Anexo 4. Consentimiento Informado.....	163
Anexo 5. Entrevista grupal.....	167
Anexo 6. Autoevaluación.....	171
Anexo 7. Registro Anecdótico.....	172
Anexo 8. Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Pintura.....	173
Anexo 9. Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Pintura.....	174
Anexo 10. Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Pintura.....	175
Anexo 11. Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Bordado.....	176
Anexo 12. Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Bordado.....	177
Anexo 13. Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Bordado.....	178
Anexo 14. Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Hidroponía.....	179
Anexo 15. Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Hidroponía.....	180
Anexo 16. Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Hidroponía.....	181
Anexo 17. Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Jardinería.....	182
Anexo 18. Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Jardinería.....	183
Anexo 19. Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Jardinería.....	184
Anexo 20. Registro de desempeño. Sesión 1 Estudios Sociales.....	185
Anexo 21. Registro de desempeño. Sesión 2 Estudios Sociales.....	186
Anexo 22. Registro de desempeño. Sesión 3 Estudios Sociales.....	187
Anexo 23. Frases de motivación para cada sesión.....	188
Anexo 24. Invitación Actividad de Cierre.....	189
Anexo 25. Presupuesto para las sesiones.....	190
Anexo 26. Sesiones aplicadas: Eje Pintura.....	191

Anexo 27. Sesiones aplicadas: Eje Bordado	192
Anexo 28. Sesiones aplicadas: Eje Hidroponía	193
Anexo 29. Sesiones aplicadas: Eje Estudios Sociales	194
Anexo 30. Sesiones aplicadas: Eje Jardinería	195
Anexo 31. Eje Pintura: Sesión 1, imágenes.....	196
Anexo 32. Eje Pintura: Sesión 2, imágenes.....	197
Anexo 33. Eje Pintura: Sesión 3, imágenes.....	198
Anexo 34. Eje Bordado: Sesión 1, portada de videos.....	199
Anexo 35. Eje Bordado: Sesión 2, portada de videos.....	200
Anexo 36. Eje Hidroponía: Sesión 1, imágenes y fotografías.....	201
Anexo 37. Eje Hidroponía: Sesión 2, portada de videos.	202
Anexo 38. Eje Jardinería: Sesión 1, imágenes y fotografías.	203
Anexo 39. Eje Jardinería: Sesión 2, fotografías y portada de video.....	204
Anexo 40. Eje Jardinería: Sesión 3, portada de video y poema.....	206
Anexo 41. Eje Estudios Sociales: Sesión 1, imágenes.....	207
Anexo 42. Eje Estudios Sociales: Sesión 1, portada de video.	208
Anexo 43. Eje Estudios Sociales: Sesión 2, noticia y portada de video.	209

¿Qué es vejez? ¿Será el último periodo de nuestra vida?... si es así entonces me siento viejo. Pero no significa solamente eso, pues en él aparece la experiencia que conduce a la sabiduría y a la bondad más profunda que un ser humano pueda experimentar”.

Alfonso Mora, 2016. Ciudadano de Oro.

Introducción.

En la actualidad hemos sido partícipes de la creciente preocupación por tratar de manera inmediata la falta de cuidado hacia la población adulta mayor, la cual en varias ocasiones pasa desapercibida ante los ojos de los demás.

Lo que se opone al desinterés y a la indiferencia es el cuidado. Cuidar es más que un acto; es una actitud. Por lo tanto, abarca más que un momento de atención, de celo y de desvelo. Representa una actitud de ocupación, de preocupación, de responsabilización y de compromiso efectivo con el otro. (Boff, 2002, p.29).

Este proyecto se enfoca en la implementación de un plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud de personas adultas mayores, el mismo será aplicado en el Barrio del Carmen del Cantón de Naranjo y será creado según las necesidades de la población en estudio (sesiones basadas en temas de interés de los mismos). La población será escogida por colaboradores respectivos de la Asociación de Cuidados Paliativos de Naranjo bajo criterios de inclusión mencionados en el apartado metodológico de este documento.

El objeto de estudio de este proyecto son las estrategias de mediación pedagógica para la promoción de la salud de las personas adultas mayores involucradas en el plan integral. Al hacerlas sentir incluidas y presentarles una alternativa de carácter biopedagógico, constructivista, situado y significativo se espera obtener resultados favorables para su bienestar integral (social, físico,

mental), claro está que la intervención será siempre abordada desde la mediación pedagógica.

Esta intervención representa un cambio en lo tradicional al inducirnos a un cambio de mentalidad, pues la educación no es sólo para niños, jóvenes y adultos, sino también para personas adultas mayores.

El presente estudio se desarrolla con el siguiente esquema capitular:

- **Capítulo I.** En este se presentará la formulación del problema abordando la justificación, antecedentes, estado de la cuestión, planteamiento del problema, enunciado del problema, objeto de estudio, objetivos del proyecto y alcances del mismo con la finalidad de aclarar y ubicar al lector en el contexto en el cual se va a realizar la investigación y la importancia de la misma.
- **Capítulo II.** Se desarrollará el marco teórico el cual fundamentará las teorías a usar y el marco conceptual que abarca los conceptos relevantes para el proyecto por cada categoría de estudio. Este capítulo pretende mostrar las bases por las que se guiará la investigación.
- **Capítulo III.** Abarca la estrategia metodológica a utilizar con la finalidad de definir el proceso a seguir. Se desglosa en: enfoque, tipo de estudio, delimitación temporal y espacial, población participante y criterios de selección, además técnicas, fuentes, consideraciones éticas (consentimiento informado), matriz de variables e indicadores a utilizar,

matriz de operacionalización y mecanismos de evaluación del proyecto, actividades y metas.

- **Capítulo IV.** Se realiza el diagnóstico, la sistematización y el análisis para conocer sobre aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores que participan del proyecto. Con el desarrollo de este capítulo se espera conocer el contexto y situación de salud de los implicados, la cual es información necesaria para ajustar las sesiones según las necesidades e intereses de los mismos.
- **Capítulo V.** En este capítulo se detallan las estrategias de aprendizaje y los elementos considerados en el plan de mediación pedagógica.

V.I. Estrategias de aprendizaje: Se desarrollarán las estrategias de aprendizaje que serán usadas en la elaboración del plan integral con el propósito de que las mismas sean aptas para los participantes y que faciliten el proceso.

V.II. Plan Integral de mediación pedagógica: En esta sección se crea un plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud de las personas adultas mayores participantes según las necesidades y motivaciones individuales de estos. Para la creación de este plan se considerarán las opiniones de expertos en los temas

de interés de las personas adultas mayores, para garantizar una estructura temática adecuada para cada sesión. Se establece el planeamiento y la evaluación de aprendizaje.

- **Capítulo VI.** Se sistematizan los resultados de aprendizaje a partir de las evaluaciones aplicadas y se destacan los resultados generales con el fin de comprobar la hipótesis de este proyecto. Se redactan las conclusiones, recomendaciones y limitaciones con la finalidad de conocer los hallazgos y el aporte de este trabajo.

I Capítulo.

Formulación del problema.

I.II. Justificación.

¿Dedica usted algunos minutos para compartir tiempo de calidad con personas adultas mayores de su casa, barrio o comunidad? ¿Lo considera importante?

En la actualidad se experimenta una inversión demográfica que obliga a generar nuevas miradas, prácticas sociales y culturales sobre las personas adultas mayores. Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2016), para el 2011 existieron 73 459 nacimientos y 309 723 personas adultas mayores contrastando para el 2016 las cifras de 70 004 y 438 000 respectivamente. Por otro lado, según proyecciones del mismo Instituto al 2050, se espera que la tendencia continúe y se acentúe aún más estimando 61 863 nacimientos y 1 262 311 personas adultas mayores.

Se constata un decrecimiento notable en los nacimientos y un aumento en la población adulta mayor, esto trae consigo no sólo cambios en cuanto a datos estadísticos poblacionales, sino que conlleva varias transformaciones que, como ya se mencionó, deberán suceder en la sociedad.

Dado lo anterior, los proyectos con poblaciones adultas mayores deben de tomar más relevancia y fortaleza, pues en un futuro cercano habrá más personas adultas mayores que requerirán de una sociedad diferente, que tenga capacidad

para cuidar y respetar sus derechos, entre los cuales prevalece el acceso a la educación para la vida con calidad, bienestar integral y cuidados básicos.

Sin embargo, todo cambio ocurrirá paulatinamente según el crecimiento de la población adulta mayor. Estos, aún en la actualidad, se excluyen de proyectos, ya que se han arrastrado estereotipos, considerándolos incapaces, estorbos o cargas, incluso muchas veces son tratados con desagrado en sus propios núcleos familiares. Apoyados en la percepción de Bermejo (2006):

A pesar de la enorme variabilidad en la vejez; de las enormes existencias entre las personas mayores (mayor que la que existe en ninguna otra edad), continúa vigente la importancia de los estereotipos sobre esta etapa vital. Éstos actúan no sólo explícitamente a través de opiniones y juicios sino que lo hacen en forma implícita; es decir, las personas no somos conscientes de ellos y, de hecho, influyen en la existencia de comportamientos discriminatorios, “edaistas”. (p.67).

La búsqueda por mejorar las condiciones de vida se ha enfocado en tener; dinero, títulos universitarios, aparatos que faciliten el quehacer diario, de manera que se ha caído en el punto de una ambición desmedida que causa desapego y descuido de lo humano integral. Se pasan horas frente a un computador, televisor, teléfono celular, ya no se comparte de la misma manera con la familia, se dialoga menos y por supuesto, hay menos tiempo para dedicarle a las personas adultas mayores que viven cerca o incluso en la misma casa. Lo más preocupante es haberse acostumbrado a ignorar el potencial y alto involucramiento que estos podrían demostrar si se les incluye.

El proyecto requirió visitas previas a personas adultas mayores en las que se constató la carencia de estrategias para la promoción de su salud, por lo que surge la idea de realizar actividades de recreación que les permita disfrutar y a la vez aprender en sus tiempos de ocio. La importancia de esto es incentivar a estas personas a ser más independientes, que puedan desarrollar proyectos según sus motivaciones personales y por consiguiente los lleve a sentirse mejor.

En resumen, esta investigación es relevante dado que:

- Es necesario implementar planes enfocados en las necesidades de la población adulta mayor, como una alternativa para fomentar la recreación y la independencia ante los cambios poblacionales de Costa Rica y la disminución de personas jóvenes que podrían cuidar de ella.
- Es una propuesta altamente innovadora que tiene como aporte pedagógico la implementación de sesiones educativas a domicilio, personalizadas y adecuadas al contexto de la persona adulta mayor por medio de la Gerontología Educativa.
- Presenta una propuesta de cuidado esencial donde se toman en cuenta sus motivaciones y necesidades, se da espacio para promover la salud por medio de actividades recreativas.

Este proyecto es viable tomando en cuenta que la población con la que se trabajará será seleccionada según ciertos criterios de inclusión y además se cuenta con el recurso personal y económico necesario para implementarlo en dicha población.

I.III. Antecedentes.

En 1833 Alexander Kapp (maestro alemán), crea el concepto andragogía y este es retomado por Eugen Roseback en el siglo XX, quien lo define como: “conjunto de elementos curriculares propios de la educación de adultos, como son: profesores, métodos y filosofía” (García Simón, 2007, p.12).

Además, según García Simón (2007), la educación de adultos se inició en los años cincuenta en Europa y Estados Unidos, con la aparición de términos como estrategias y métodos relacionados con didáctica para el aprendizaje del adulto.

En los años 70, Vygotsky introduce el concepto de mediación dentro del constructivismo, “este paradigma aparece en los años setenta como respuesta a interrogantes que el conductismo no podía contestar” (Ramírez Plasencia y Chávez Aceves, 2012, p.5).

Además Vygotsky (citado en Ramírez Plasencia y Chávez Aceves, 2012) aborda

la explicación del desarrollo humano a través de la relación entre el individuo y su interacción sociocultural, aporta elementos que ayudan a entender tal fenómeno; una de estas aportaciones es la de “mediación”. A partir de ella, considera que las funciones mentales superiores, como el pensamiento, la

atención voluntaria y la memoria lógica, y la acción humana general están mediadas por herramientas y por signos. (p.5).

Posteriormente, en 1973 es creada la primer Universidad de la Tercera Edad en Francia por el profesor Pierre Vellas cuyo propósito se resume en “contribuir a un nuevo arte de vivir en la tercera edad” (García Simón, 2007, p.13).

En 1990, en España, se crea la Universidad de Alcalá de Enares, la cual fue la promotora de la Universidad para todas las edades en este país. Además, en 1991, las Naciones Unidas formulan los Estatutos de los Derechos de las Personas Mayores (García Simón, 2007).

En España, la organización Asociación Internacional de Universidades para Adultos-Mayores (AUPA) ganó en 1997 el Premio Nacional a la Innovación Educativa por instar a la educación intergeneracional en los centros educativos de todos los niveles, esto dio espacio a un acercamiento entre mayores y jóvenes (García Simón, 2007).

Por su parte, en Costa Rica, se da un avance en el año 1999 con la publicación de la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor, No 7935, que propone “fomentar el desarrollo de programas de capacitación para que las personas adultas mayores adquieran conocimiento y destrezas, en el campo de la formulación y ejecución de proyectos productivos” (La Gaceta, Alcance 88 A, n.221 del 15 de noviembre de 1999).

Sáez (2003), en su libro *La Intervención Socioeducativa con Personas Mayores Emergencia y Desarrollo de la Gerontagogía* explica que:

No hay duda de que el tema de la intervención educativa sigue gozando en la actualidad de un gran interés, tanto a nivel teórico como práctico, puesto que en su abordaje se sienten involucrados aquellos investigadores y profesores universitarios que teorizan sobre él, pero también los educadores, actuales o en formación, interesados en el ámbito tan particular de la acción educativa con sujetos que presentan características especiales, como son las personas mayores. (p. 25).

Referente a los modelos de intervención educativa con personas mayores Sáez (2003), traduce la intervención educativa de orientación interpretativa como “un acto de comprensión de aquello que se está abordando en la relación educativa con la personal colaboración de cada uno de ellos” (p. 30). Además representa una educación orientada a las necesidades de las personas adultas mayores, de manera que sean ellas mismas las que expresen sus motivaciones.

En España para el año 2007, existen cincuenta y dos universidades que imparten los cursos con modalidad intergeneracional para los que no es requerida la formación previa, y es posible ingresar a los 55 años de edad. Además en Colombia en ese mismo año, se imparten programas en los que adultos mayores y niños de primaria comparten cursos propiciando inclusión y momentos compartidos entre diferentes generaciones.

Posteriormente, surge el término Gerontología Educativa, el cual Careé (citado en García Simón, 2007) lo define como “la nueva disciplina que trata los mecanismos de compensación educativa que permiten suplir el deterioro de las facultades mentales” (p.15).

Es importante mencionar que en el año 2000, en Costa Rica inician los programas de educación en gerontología, sin embargo, aún no existen programas de gerontología educativa, además, en Perú, sobresale la Universidad de la Experiencia, dirigida a personas adultas mayores y Cuba se destaca como un país a la vanguardia de temas como educación en la tercera edad, dado a la longevidad de su población (García Simón, 2007).

El Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (2006), señala principios que deben regir la atención de las personas adultas mayores, entre estos: la atención integral, realización personal e independencia.

Actualmente, la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO), imparte cursos de piscina, área de tecnología, idiomas, actividad física, área de salud y área artística para adultos mayores de 50 años y el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) tiene un proyecto en el cual forman líderes para una imagen positiva del envejecimiento y la vejez, pretendiendo que se conviertan en líderes de sus comunidades.

En Costa Rica también existe el Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor (PIAM), este es un programa institucional vinculado a la Universidad de Costa Rica y está dirigido a personas mayores de 50 años con el

fin de facilitar su acceso a ciertos cursos para compartir con estudiantes de historia, psicología, filosofía, biología y lenguas modernas. Además, este programa divulga el fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales y el derecho a la educación a lo largo de toda la vida.

I.IV. Estado de la Cuestión.

Vázquez, M. y Fernández, C. (1999), en un estudio sobre el aprendizaje universitario y personas mayores que fue llevado a cabo en 1999 en la Universidad de Sevilla, España, se implementó el Aula de la Experiencia, el cual consistía en un programa educativo dirigido a personas mayores de 55 años.

En este programa se imparten talleres basados en tres bloques (científico, cultural y social) con una duración total de tres cuatrimestres (480 horas), y se realiza una evaluación al inicio de los talleres para recolectar necesidades y expectativas. Además, se efectúa otra evaluación individual durante el curso, por medio de un cuestionario para medir aspectos positivos y negativos del aprendizaje adquirido, utilizando una escala de 0 a 10 y una evaluación al final del cuatrimestre acerca del proceso de enseñanza y aprendizaje.

En estos talleres, los facilitadores toman en cuenta los comentarios de los estudiantes para corregir o modificar aspectos relevantes y utilizan un enfoque constructivista, sin embargo, sus intereses o motivaciones no son tomados en cuenta para determinar los ejes temáticos y contenidos de los mismos, dado que su enfoque es más grupal que personalizado. Sus sentimientos y emociones no son recolectados en los instrumentos de evaluación, lo que es importante considerar al trabajar con personas mayores, pues lejos de provocar presión o sobrecarga en ellos, se debe perseguir su comodidad y disfrute.

Cabe la duda acerca de si los talleres son impartidos mayoritariamente para personas adultas mayores o no, pues al no indicarse podría asumirse que la edad y problemas o limitaciones de traslado es un motivo de deserción.

Según apreciación personal es necesario indagar acerca de los sentimientos y las motivaciones de las personas involucradas en estos talleres con la finalidad de determinar su satisfacción real.

Bermejo (2004), propone la creación de proyectos educativos para personas mayores fundamentados en las siguientes dimensiones: fisiológica, sociológica, epistemológica, psicológica y pedagógica de los estudiantes, también son orientados en educación no formal (con grado de regulación y estructuración escaso), y con enfoque constructivista basado en gerontología educacional.

Según Bermejo (2004), para aplicar la gerontología educacional propone no descuidar las siguientes actividades: detallar y compartir los objetivos con los participantes, explicar los procedimientos y potenciar su participación activa.

Acorde con el estudio de las dimensiones mencionadas anteriormente, se propone crear una estructura en la que se incluyen los métodos de enseñanza y aprendizaje, estrategias pedagógicas y dinámicas de trabajo en grupo, medios, recursos y materiales didácticos, contenidos y finalmente menciona los procesos de evaluación.

El plan que propone Bermejo (2004), fue aplicado en un taller de educación ambiental dirigido a personas mayores, tomando en cuenta momentos de retroalimentación y comprobación de los conocimientos. Como conclusiones del

taller se menciona que hubo aceptación por parte de los participantes quienes se demostraron motivados y a la vez, adquirieron confianza en sí mismos.

Es importante resaltar que en el plan de Bermejo, no se observan los instrumentos de evaluación utilizados para evidenciar el aprendizaje o bien el proceso del plan, además no se menciona los rangos de edades ni la cantidad de participantes del taller de educación ambiental, lo cual causa confusión sobre la población en la que fue aplicado.

Cabe la oportunidad de ampliar este estudio para determinar su efectividad en una población conformada por personas adultas mayores de América Latina.

Sáez (2003) de la Universidad de Murcia, explica que un tipo de intervención educativa es la de orientación interpretativa, que es entendida como un acto de comprensión de lo que se está abarcando en la relación educativa con la colaboración personal de cada estudiante. Se destaca que justamente en estos ámbitos se reclama otro tipo de educación menos tecno académica, con un objetivo no tan disciplinar o formal sino una educación basada en el contexto de los participantes y asociado a sus necesidades y preferencias (p.31).

Estamos, por tanto, en una concepción de la educación que es planteada como una construcción personal y social, como un proceso de comunicación en el que los diversos involucrados en las dinámicas de aprendizaje intercambian significados acerca de aquello que les preocupa, y deciden abordarlo conjuntamente, no entorno a objetivos previamente formulados, sino entorno a los problemas que desean

resolver, las necesidades que desean cubrir o expectativas y motivaciones que pretenden satisfacer. (Sáez, 2003, p. 166).

También, muestra una tabla con puntos relevantes para la planificación de una intervención educativa en el ámbito de servicios sociales:

Tabla 1.

Planificación de proyectos de intervención educativa.

DIAGNÓSTICO	IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES Y PROBLEMAS	
PLANIFICACIÓN	OBJETIVOS	
(REQUISITOS)	Generales	
	Específicos	
	METODOLOGÍA:	Técnicas { -Trabajo según proyectos -Trabajo cooperativo -Equipos multiprofesionales
	-Actividades y -Soporte técnico	
	TEMPORIZACIÓN	{ -Tiempo dedicado a la ejecución -Tiempo dedicado a la preparación de tareas -Tiempo de relaciones entre los involucrados
	-Corto -Medio -Largo	}plazo { -Semanas -Meses -Trimestres
	RECURSOS Y MEDIOS:	
	-Humanos -Materiales	{ Fungibles Instalaciones Audiovisuales
	Financieros	
	EJECUCIÓN Y DESARROLLO	
	EVALUACIÓN	FORMATIVA Y
	Contenidos: ¿qué evaluar?	{ Programa Proceso Contexto Resultados
	<u>Finalidades:</u> para qué evaluar	
	<u>Procedimientos:</u> cómo evaluar y con	
	<u>Fuentes:</u> de dónde obtener la	
	<u>Momentos:</u> cuándo evaluar	
	<u>Quién:</u> debe hacer la evaluación	

Fuente: Sáez (2003).

De igual forma Sáez (2003) indica tareas a realizar para diseñar y desarrollar propuestas de intervención educativa como las siguientes:

- Análisis documental (de planes de estudio, materiales, diseños, legislaciones...)
- Utilización de cuestionario estandarizado elaborado para obtener información de los diversos protagonistas de la formación (profesores, alumnos-personas mayores, coordinadores de área, directores administradores...)
- Realización de entrevistas no directivas (semi-estructuradas) de carácter individual y grupal...
- Observaciones directas de algunas sesiones de educación...
- Revisión de la literatura especializada sobre educación y personas mayores...

Todas estas tareas permitirán diseñar y desarrollar una propuesta de intervención más sólida y cuantitativa: fundamentada no sólo en los qué de la intervención-contenidos que derivan en una institución mecánica, sino también en los cómo y en los para qué en los cuándo y dónde de la intervención educativa. (p. 55).

Cabe mencionar que este documento a pesar de brindar fundamentos teóricos importantes como referir que la educación para adultos debe ser menos académica y más enfocada en sus intereses y construcción personal, no menciona

ejemplos concretos de su aplicación, por lo que queda un vacío al no completarse el proceso teórico-práctico.

Por otra parte, según Fernández (2005), en una investigación referente al Servicio de Psicología de la Vejez (SPV) de la Facultad de Psicología en la Universidad de la República de Uruguay, se resumen 11 años de que esta institución desarrolló, en el ámbito de la gerontología, programas de Intervención con Grupos y Organizaciones de Adultos Mayores en los que se estudian temas como: imágenes de la vejez, redes de apoyo social y comunitario, inclusión social, tiempo libre y voluntariado.

Para la ejecución de estos programas se toman en cuenta las experiencias de los participantes y se realizan actividades interdisciplinarias, talleres de participación comunitaria, talleres intergeneracionales, talleres de experimentación plástica y talleres de estimulación de la memoria.

Se realiza en este estudio una evaluación individual final en la que cada participante pudo expresar abiertamente su opinión y como resultado de la misma los participantes concluyeron que es importante el involucramiento de la Universidad en las actividades de sus grupos de adultos mayores, indistintamente sea para la capacitación en acciones comunitarias o para el fortalecimiento de sus procesos grupales y organizacionales.

En el estudio anteriormente mencionado no se indican las conclusiones concretas del desarrollo de los talleres ni el plan temático u objetivos por perseguir con los mismos, así como tampoco se incluyen los instrumentos de evaluación. Por

tanto no es certero que se hayan alcanzado los objetivos inicialmente propuestos y se requiere indagar ampliamente la estructura a seguir para este tipo de programas.

En una investigación de Según Ciano y Gavilán (2010) en la Universidad Nacional de la Plata, realizada con sesenta personas de entre 64 y 74 años de edad residentes de esta Ciudad, enfocada en el envejecimiento activo por medio de proyectos educativos, laborales, personales y sociales se estudia cómo elaborar nuevos proyectos para personas adultas mayores que pertenecieron al sistema formal de trabajo y aquellos que no estuvieron en el mismo, con el fin de diseñar propuestas de orientación y elección educativa.

Se realizaron entrevistas a cada uno de los participantes a los cuales no se les solicitó ningún título previo para ingresar al programa. Algunas de las técnicas que se utilizaron en este tipo de programas fueron los debates y también las actividades complementarias como talleres y visitas a museos.

Según Ciano y Gavilán (2010), para el análisis de la creación de los proyectos se usaron cuatro variables:

- Tipos de proyectos que elaboran los adultos mayores.
- Obstáculos para la elaboración y concreción de proyectos.
- Representación sobre el envejecimiento y la vejez.
- Tipos de situaciones problemáticas identificadas por adultos mayores y estrategias de afrontamiento implementadas frente a ellas. (pp.10-11).

Según Ciano y Gavilán (2010), con el análisis de los resultados se obtiene una diferencia entre las personas que pertenecieron al sector laboral, formal quienes se inclinaron por proyectos de tipo educativo, mientras que los demás presentaron desconocimiento para realizar este tipo de proyectos. Se demuestra que los principales obstáculos para la elaboración de los proyectos son: no contar con recursos económicos suficientes y el estado de salud o limitaciones físicas. Otra conclusión es que tienen en general una representación negativa de la enfermedad sin embargo, tienen una perspectiva positiva del envejecimiento y vejez como una etapa más de crecimiento y que las situaciones problemáticas que suelen enfrentar con más regularidad son los conflictos familiares, mudanzas, rupturas de amistades, problemas de salud y económicos (p.14-16).

En este caso podría ser pertinente ampliar el trabajo de campo para verificar que el análisis de la información obtenida en este estudio es de relevancia de acuerdo con los datos que se puedan obtener en la práctica.

Según comunicación personal con la Encargada de Logística de la Asociación de Cuidados Paliativos de Naranjo realizada en noviembre 2016, existe un proyecto en Barrio del Carmen de Naranjo ligado a la Asociación en el cual se imparten talleres de manualidades a personas adultas mayores. En estos se explican los procedimientos por medio de demostraciones de las técnicas y después se procede a realizar las actividades de manera guiada, como decoración de artículos para el hogar con materiales reciclados (servilleteros, maceteros, adornos para puertas, mesas, entre otros). Estos talleres son impartidos una vez a la semana y aprovechados en su mayoría por mujeres sin limitación de trasladarse

por sí solas, dado a que no es a domicilio sino en un lugar a conveniencia, como el salón de eventos del Barrio.

La facilitadora de los talleres no cuenta con un respaldo académico en docencia que le permita mediar adecuadamente el proceso de aprendizaje, por consiguiente y tomando en cuenta que no existe un instrumento de evaluación que corrobore se hayan alcanzado los objetivos o metas de cada taller, es recomendable la asesoría de personas profesionales en el tema para verificar que el proceso educativo se esté llevando de manera idónea.

I.V. Planteamiento y Enunciado del Problema.

Al aplicar una entrevista estructurada a una Gerontóloga con el propósito de conocer su opinión acerca de la propuesta de este proyecto, la misma expresó las siguientes palabras:

En Costa Rica existen los Centros Diurnos que brindan un espacio para que las personas adultas mayores socialicen, aprendan y desarrollen nuevas habilidades. Sin embargo, estos centros sólo reciben personas independientes y con un estado de salud óptimo. Esto no ocurre porque el Centro no quiera recibirlos sino porque no cuentan con el recurso humano para atender o asistir de forma óptima a personas adultas mayores con alguna enfermedad o discapacidad. Ante esta realidad siempre he pensado ¿Qué ocurre con las personas adultas mayores que desean aprender nuevas habilidades, compartir, socializar pero que por su condición no pueden asistir o trasladarse a este tipo de centros? Definitivamente creo como un proyecto interesante que las personas puedan recibir cursos a domicilio. (Chavarría, M. Comunicación personal, Abril 12, 2016).

Como parte de un cuidado esencial, es atinente brindarle a las personas mayores: tiempo, espacio, amor y apego en un proyecto de aprendizaje que les permita participar y aprender de un tema correspondiente a una necesidad o preferencia propia, y que le posibilite contrarrestar la disminución de las facultades mentales.

Al ver la necesidad de mediar una promoción de la salud para personas adultas mayores, en este caso personas del Barrio del Carmen donde la topografía hace aún más difícil su traslado dentro del mismo barrio (cuestas bastante inclinadas), es que se hace necesaria la intervención de las estudiantes que presentan este proyecto y se construye la pregunta: ¿Cuáles estrategias de aprendizaje emplear para la elaboración de un plan integral de mediación pedagógica que promueva la salud de personas adultas mayores del Barrio del Carmen de Naranjo?

I.VI. Objeto de Estudio.

El objeto de estudio del presente proyecto son las estrategias de mediación pedagógica para la promoción de la salud de las personas adultas mayores participantes de este proyecto.

I.VII. Objetivos de Investigación.

Objetivo General:

Implementar un plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud de personas adultas mayores del Barrio del Carmen del Cantón de Naranjo.

Objetivos Específicos:

1. Conocer aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores en estudio.
2. Elaborar estrategias de aprendizaje para las personas adultas mayores.
3. Crear un plan integral de mediación pedagógica adaptado a las necesidades de las personas adultas mayores.
4. Aplicar el plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud en la población adulta mayor participante.

I.VIII. Alcances del Proyecto.

- Aplicar un plan integral de mediación pedagógica según las motivaciones y necesidades de las personas adultas mayores que promueva su salud y que el mismo cuente con estrategias de aprendizaje adaptadas (que sean significativas y situadas) bajo un enfoque constructivista que involucre siempre la participación de todos los involucrados.

II Capítulo.
Marco Teórico y Conceptual.

II.I. Marco Teórico.

A continuación se detallan los fundamentos teóricos de este proyecto.

- Teoría del constructivismo socio cultural de Vygotsky, esta nace para discernir los problemas de la formación del conocimiento en el ser humano por lo que se centra en el estudio del funcionamiento y contenido de la mente de los individuos (Díaz Barriga, 2004).

Se fundamenta en el aprendizaje que el individuo tiene en distintos momentos de su vida y que es causa de su la interacción social y cultural.

- Teoría de David Ausubel basada en el aprendizaje significativo, la cual organiza el contenido de lo general a lo particular y de lo simple a lo complejo, reforzando el esfuerzo cognitivo y constructivo del estudiante (Díaz Barriga, 2004).

Esta teoría fomenta que el estudiante, además de la participación con el medio, se encuentre en situaciones en las que se vea obligado a pensar, haciéndolo dueño de su propio conocimiento.

- La filosofía del cuidado esencial de Leonardo Boff (2002), surge como respuesta de “la aparición del fenómeno de descuido, la indiferencia y el abandono conducen a la pérdida de la conexión con el todo” esta se presenta con una visión “holística, ecológica y espiritual para devolver al ser humano el sentimiento de pertenencia a la familia humana, a la Tierra, el universo y al propósito divino” (p.3).

Esta filosofía tiene sus principios en las relaciones de armonía que se deben dar entre el ser humano, la naturaleza y Dios. Pretende sensibilizar al mundo con el fin de crear empatía y amor por sus semejantes.

II.II. Marco Conceptual.

En seguida los conceptos y autores que sustentan teóricamente este proyecto por cada categoría de estudio del mismo.

1. Mediación pedagógica y Biopedagogía.

Feuerstein (citado en Moreno Doña, Calvo Muñoz y López de Maturana, 2013), plantea que la mediación se define como “la intervención experimentada, intencionada y activa del profesor mediador que se interpone entre los alumnos y los estímulos a los que estos están expuestos, para guiarlos en el aprendizaje” (p.203). Dada la definición anterior, para este proyecto las facilitadoras utilizarán sus conocimientos en mediación pedagógica con la intención de dirigir las estrategias de aprendizaje hacia la promoción de la salud de la población meta.

La mediación pedagógica es un término indispensable para el desarrollo de este proyecto, pues promueve el proceso de aprendizaje a través de la interacción docente-facilitador y viceversa. Cabe mencionar que el mediador es el responsable de lograr una sistematización de los contenidos en función del contexto en el que se lleva a cabo dicho proceso.

Según el Modelo Educativo de la Universidad Técnica Nacional (2016), la mediación pedagógica es:

La acción planificada y mediada por la persona docente en su calidad de facilitador de la construcción de aprendizajes. Esta acción es elaborada desde las siguientes proposiciones:

- ✓ Todos los agentes involucrados en los procesos de aprendizaje son aprendientes.
- ✓ El estudiante es agente activo del proceso de aprendizaje.
- ✓ La construcción del aprendizaje requiere la integración del contexto, sensibilidades e historia de cada participante, el interaprendizaje, la interacción entre pares, el diálogo y la multidireccionalidad. (p.20).

Para lograr un aprendizaje integral la mediación pedagógica es la aplicación de una pedagogía definida, formulada y aplicada, desde la vida y para la vida: Biopedagogía.

En este se entiende que aprendizaje y vida son un solo proceso, que se aprende para vivir y el aprender es una condición del estar vivo o viva (...) La biopedagogía del aprendizaje posee un amplio sentido de compromiso ecológico y social, y se estructura desde el cambio y potenciación de quien aprende. (Flores Davis, L. 2012, p.86).

Por tanto, la biopedagogía da sentido al aprendizaje que perdura para toda la vida, un aprendizaje que se puede adquirir en función de ser aplicado en algún aspecto de la vida.

Vygotsky (2009), sostiene que:

es fácil comprender la enorme importancia que a lo largo de la vida del hombre tiene la pervivencia de su experiencia anterior, hasta qué medida eso le ayuda a conocer el mundo que le rodea, creando y fomentando hábitos permanentes que se repiten en circunstancias idénticas. (p.8).

Uno de los aspectos relevantes del proyecto son las experiencias previas que son tomadas en consideración para enlazarlas con nuevos conocimientos y buscar de esta forma un aprendizaje significativo y a la vez transformar hábitos (comportamientos diarios) que estén orientados hacia la promoción de su salud.

Por otra parte, existen planes integrales que buscan la manera de considerar varias dimensiones para lograr un objetivo “estos planes son creados para ver mejores resultados y deben ser personalizados (...) primordialmente un plan debe contemplar tu estilo de vida” (Página Web Oficial Vitónica, s.f., párr. 3). También “un Plan Integral es la visión común de una comunidad de lo que se quiere ser en el futuro” (Metropolitan Planning Organization, 2010, p.2).

Es de suma importancia relacionar un plan integral con algunos principios como el de autoorganización. Según Assman (2002):

La autoorganización de un sistema significa básicamente que el “orden” de su estructura y sus funciones no son impuestas por el entorno sino establecidas por el propio sistema. Esto no significa que el sistema esté separado de su entorno; por el contrario, interactúa de modo continuo con él sin que determine su autoorganización. (p.57).

De lo anterior, es importante resaltar que cada ser es parte de un todo llamado sistema, y que el mismo tiene capacidad de organizarse y relacionarse entre sí para lograr un óptimo funcionamiento. Con este proyecto se pretende incluir la población adulta mayor en proyectos que sean de su interés, que los lleve a sentirse motivados para integrarse y aportar a la sociedad, no sólo como parte del sistema, sino como protagonistas de sus proyectos y compartiendo sus logros con los demás.

1.1. Enfoque constructivista y teoría sociocultural.

De acuerdo con la Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky (citado en Díaz Barriga, 2003) el constructivismo:

Implica el entendimiento e internalización de los símbolos y signos de la cultura y grupo social al que se pertenece, los aprendices se apropian de las prácticas y herramientas culturales a través de la interacción con miembros más experimentados. De ahí la importancia que en esta aproximación tienen los procesos del andamiaje del enseñante y los pares, la negociación mutua de significados y la construcción conjunta de los saberes. (p. 3).

Lo esencial para este enfoque es fomentar, mediante prácticas auténticas que el estudiante piense y luego actúe, acorde con los contenidos en el contexto en el que se encuentra. Conociendo como prácticas auténticas aquellas que son de importancia para una cultura y que se realizan cotidianamente por la interacción con la sociedad (Díaz Barriga, 2006, p127).

Considerando que el aprendizaje significativo y el contextualizado son indisolubles dentro del enfoque constructivista, vale la pena definir ambos conceptos a continuación. Pizano Chávez (2002), retoma el aprendizaje significativo propuesto por Ausubel de la siguiente manera:

El aprendizaje del alumno depende de la estructura cognitiva previa. Que se relaciona con la nueva información; debe entenderse por estructura cognitiva, al conjunto de conceptos, ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento, así como su organización. (p. 29).

Para alcanzar un aprendizaje significativo es importante que el individuo relacione sus conocimientos anteriores con los nuevos contenidos para facilitar la adquisición de estos últimos. Mucho más importante aún es comprobar que los conocimientos previos son los idóneos para alcanzar un entendimiento real. Por medio de un diagnóstico previo a la elaboración del plan integral se logra identificar los conocimientos que cada uno de los participantes tiene en el área elegida por ellos mismos, como punto de partida para elaborar las estrategias que ayudaran a desarrollar los nuevos contenidos.

Al tomar en cuenta las motivaciones de las personas adultas mayores y relacionarlos con sus experiencias previas se genera un sentido de importancia y les hace ver que son valiosas y que a partir de estas serán capaces de generar nuevos conocimientos.

Además, se menciona el aprendizaje situado como un:

Proceso que se efectúa siempre en el lugar donde las personas acuerdan un objetivo común, para realizar una actividad que todos experimentan y reconocen como significativa. Consiste, también, en lograr oportunidades para la práctica, que se podrán vivir como significativas, y en las que experimentar la propia práctica con un significado pleno. (Niemeyer, 2006, p. 111).

En este caso, las actividades estarán contextualizadas al entorno habitual (domicilio) de cada participante, con el fin de que las prácticas sean lo más reales posibles y asegurando que se desenvuelvan satisfactoria y cómodamente en presencia de sus familiares o personas cuidadoras y de esta manera obtener provecho de su compañía para fomentar el aprendizaje colaborativo.

2. Promoción de la salud como visión integral.

Según la carta de Ottawa (2001):

La promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. (p.20).

La carta de Ottawa propone abordar la promoción de la salud desde un enfoque integral. Esta tiene una visión más allá de mitigar enfermedades de modo reactivo, pretende mantener una salud estable por medio de planes de prevención.

El aporte de las facilitadoras a la promoción de la salud es llevar una propuesta de carácter educativo adaptada a las necesidades de los participantes del proyecto y hacer del aprendizaje un proceso de disfrute y esparcimiento que contribuyan favorablemente en su estado de ánimo.

Leonardo Boff (2002), refiriéndose al modo de ser cuidado, menciona que “gracias al cuidado dejamos de ver como objetos la naturaleza y todo lo que existe en ella. Sentimos los seres como sujetos, como valores, como símbolos que remiten una realidad frontal” (p.77).

La actual propuesta está fundamentada en valorar al ser humano como un ser integral, un ser que no sólo vive, sino que siente, se desenvuelve y crece a nuestro lado. Independientemente de la edad que se tenga debe de existir una convivencia y cuidado esencial que trascienda diferencias en edades y generaciones, lo cual está reflejado en la interacción de las facilitadoras, personas adultas mayores y familia.

La convivencia tiene como fin combinar el valor técnico de la producción material con el valor técnico la producción social y espiritual. Después de haber construido una economía de bienes materiales, tenemos que desarrollar urgentemente una economía de las cualidades humanas. (Boff, 2002, p.101).

2.1. Bienestar físico.

Para referirse a bienestar físico se menciona el concepto de salud de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017): "La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" (párr.1).

Por otra parte, para Dossey (1986), la enfermedad puede también estar fuera de la carne, manifestándose a través de emociones como pena, ansiedad, frustración, impotencia, y considera que su opuesto es la salud, entendida como el amor, alegría, confianza, cariño, ligado al contexto de cada persona.

Para la realización de este proyecto el bienestar físico se encuentra implícito en las actividades que debe realizar cada participante, por ejemplo los movimientos que se realizan al aplicar la técnica del bordado colaboran con la motora fina del adulto mayor y por ende promueve la salud.

2.2. Bienestar mental.

Para referirse al bienestar mental se define el término de salud mental como "un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad" (OMS, 2013, párr.1).

En este trabajo se pretende desarrollar el desenvolvimiento cognitivo, pues se busca que las personas participantes se sientan capacitadas para realizar un aporte en su comunidad por medio de proyectos que sean de su agrado.

2.3. Bienestar Social.

En términos de Vygotsky (citado en Blanco y Díaz, 2005) el bienestar social es “la necesidad de tomar en consideración lo individual y lo social, el mundo dado y el mundo intersubjetivamente construido, la naturaleza y la historia” (p.583).

Es decir, el bienestar social son las condiciones en las que se encuentra un individuo en la sociedad, acerca de cómo se siente consigo mismo, con los demás en su contexto.

Por otro lado es importante definir las dimensiones del bienestar social que se toman en cuenta en la presente investigación, las cuales son integración social y contribución social.

2.3.1. Integración Social.

Según Keyes (citado en Blanco y Díaz, 2005) define la integración social como “la evaluación de la calidad de las relaciones que mantenemos con la sociedad y con la comunidad” (p.583).

2.3.2. Contribución Social.

Como menciona Keyes (citado en Blanco y Díaz, 2005) la contribución social es la “confianza en los otros y en nosotros mismos (...) acompañada del sentimiento de utilidad (...) y que lo que uno aporta es valorado (...) contribución es sinónimo de utilidad, provecho, eficacia y aportación al bien común” (Blanco y Díaz, 2005, p.583).

3. Persona adulta mayor como ser activo.

De acuerdo con Boff (2002):

La com-pasión no es un sentimiento menor de (piedad) hacia quien sufre. No es algo pasivo sino muy activo. Com-pasión como sugiere la etimología latina de la palabra, es la capacidad de com-partir la pasión del otro y con el otro. Se trata de salir del propio círculo y entrar en la galaxia del otro en cuanto otro para sufrir con él, alegrarse con él, caminar junto a él y construir la vida en sinergia con él. (p.103).

Se elige la población adulta mayor para este proyecto, según es mencionado en apartados anteriores, para compartir con ellos alegrías, conocimientos, experiencias de vida, por lo que cabe resaltar el concepto persona adulta mayor como: toda persona de sesenta y cinco años o más, que tiene derecho a la atención integral (necesidades físicas, biológicas, emocionales, sociales) y que para facilitarles un periodo de vejez pleno y sano se considerarán sus hábitos, capacidades funcionales y preferencias (La Gaceta, Alcance 88 A, n.221 del 15 de noviembre de 1999).

La Ley Integral para la Persona Adulta Mayor se toma como fundamento para esta investigación, debido a que es el máximo marco de referencia en cuanto a protección y atención de los adultos mayores a nivel nacional. Estipula lo que el gobierno espera mejorar de la situación actual de esta población, lo cual está ligado a lo que se abarcará en este proyecto.

3.1. Hábitos.

Según William James (citado en Ale, 2014) los hábitos son las “acciones o pensamientos que se presentan como respuestas aparentemente automáticas a una experiencia dada. Se diferencian de los instintos en que un hábito se puede crear, modificar o eliminar bajo una dirección consciente. Los hábitos son valiosos y necesarios” (párr. 9).

De acuerdo con Watson (citado en Brennan, 1965) el hábito es:

Como el instinto, puede reducirse a reflejos, sistematizarse y funcionar de un modo seriado cuando el organismo se enfrenta con determinados estímulos.... la única diferencia existente entre un hábito y el instinto en realidad es su origen: el instinto es innato mientras que el hábito se adquiere a lo largo de la vida. (p.354).

Se incluirá en este proyecto los comportamientos diarios de los participantes para relacionarlos con las posibles actividades del plan integral de mediación pedagógica.

3.2. Capacidades funcionales.

Según Sanhueza, M. Castro, M. y Merino, J. (2005), se deduce que capacidad funcional es:

La capacidad de cumplir acciones requeridas en el diario vivir, para mantener el cuerpo y subsistir independientemente, cuando el cuerpo y la mente son

capaces de llevar a cabo las actividades de la vida cotidiana se dice que la funcionalidad está indemne. (p.19).

En este proyecto es deducible la presencia de algunas limitaciones físicas en la población adulta mayor, sin embargo, no son impedimentos para el desarrollo del proceso de aprendizaje. Por tanto el proyecto busca fortalecer estas capacidades en función de un bienestar integral.

3.3 Motivación.

Una vez expuestos los términos de hábitos y capacidades funcionales, es esencial definir motivación por ser esta la que conduce a las personas a realizar actividades de manera voluntaria y satisfactoria.

Dicho esto, para Díaz Barriga (2002), quien es una de las autoras de referencia más importantes en esta investigación:

En el plano pedagógico motivación significa proporcionar o fomentar motivos, es decir, estimular la voluntad de aprender (...) la motivación del estudiante permite explicar la medida en que los alumnos invierten su atención y esfuerzo en determinados asuntos, que pueden ser o no los que desean sus profesores; pero que en todo caso se relacionan con sus experiencias subjetivas, su disposición y razones para involucrarse en las actividades académicas. (p.69).

3.4. Educación para una población de oro.

Como parte de las ciencias que estudian el envejecimiento, cabe mencionar la Gerontología, García Simón (2007) la destaca como una ciencia que “se ocupa del estudio del envejecimiento con un carácter interdisciplinario” (p.14). Además, según Careé (citado en García Simón, 2007), la Gerontología educativa, es una “nueva disciplina que trata los mecanismos de compensación educativa que permiten suplir el deterioro de las facultades mentales” (p.15).

La Gerontología educativa nos permite adecuar las estrategias de aprendizaje del plan de mediación pedagógica para personas adultas mayores que evidentemente promoverá el bienestar mental de las mismas.

3.4.1. Educación no formal.

Inicialmente cabe resaltar el concepto de educación, el cual Castillejo (citado en Bermejo, 2004) lo define como un “proceso interactivo entre el educando y su entorno (educare) basado en su capacidad personal para desarrollarse (educere)” (p.1).

Por la anterior definición se deduce que educación es cualquier acto que implique la interacción de una persona sin importar el lugar, siempre y cuando este sea capaz de adquirir un conocimiento que le sea de utilidad.

Dentro de los tipos de educación se encuentran la educación formal, la no formal e informal. Para esta investigación se utilizará el término de educación no formal la cual según Bermejo (2004) significa:

Una acción explícitamente intencional, pero su grado de estructuración y su nivel de regulación es escaso. Ello implica que las acreditaciones que de ella se derivan no son oficiales. En este tipo de acción educativa se enmarcan todo tipo de centros de aprendizaje de idiomas, de artes, así como de instituciones en las que se imparte la formación cultural y laboral, pero que no se encuentran incluidas en el sistema educativo formal. También pueden encuadrarse en esta tipología la gran mayoría de las actividades educativas en las que participan personas mayores en España. (p.8).

3.4.2. Estrategias y Técnicas de aprendizaje.

Para Díaz Barriga (2003), las estrategias de enseñanza o estrategias docentes son “los procedimientos que el profesor o agente de enseñanza utiliza de manera flexible, adaptativa, autorregulada y reflexiva para promover el logro de aprendizajes significativos” (p.8).

Las técnicas son, en general, procedimientos que buscan obtener eficazmente, a través de una secuencia determinada de pasos o comportamientos, uno o varios productos precisos. Las técnicas determinan de manera ordenada la forma de llevar a cabo un proceso, sus pasos definen claramente cómo ha de ser guiado el curso de las acciones para conseguir los objetivos propuestos (Tardif, M. 2010, párr.12).

Tanto las estrategias como las técnicas, en caso necesario, podrán ser modificadas según el avance de cada participante con el fin de adaptar el proceso a cambios inesperados.

3.4.3. Acciones Evaluativas.

Desde el marco de la interpretación constructivista según Díaz Barriga (2002), “las acciones evaluativas se encaminarán a reflexionar, interpretar y mejorar dicho proceso desde adentro del mismo (evaluación para y en el proceso enseñanza-aprendizaje)” (p.354).

En el desarrollo de esta investigación se utilizarán las siguientes maneras de evaluar:

- a.** Autoevaluación, la cual se presenta cuando los estudiantes evalúan el proceso y resultado de sus propios aprendizajes (Díaz Barriga, 2004, p.365).
- b.** Observación de las actividades realizadas por los participantes (habilidades, estrategias, formas de razonamiento, errores y productos que elaboran ya sea grupal o individual (Díaz Barriga, 2004, p.368).
- c.** Registros anecdóticos: “se describen por escrito episodios, secuencias, etcétera que se consideran importantes para evaluar lo que interesa en un alumno o grupo de alumnos” (Díaz Barriga, 2004, p.368).
- d.** Lista de control: se incluyen las conductas que se desean evaluar en una lista (Díaz Barriga, 2004, p.368).

III Capítulo.
Estrategia Metodológica.

III.I. Marco Metodológico.

En seguida se presentará lo referente al procedimiento metodológico utilizado en este proyecto.

III.I.A. Enfoque metodológico.

Hernández Sampieri (2010), sostiene que “el enfoque cualitativo puede concebirse como un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo “visible”, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos” (p.10).

La presente investigación es de enfoque metodológico cualitativo dado a que es de relevancia conocer sobre aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores en estudio. Con esta información se procederá a elaborar las estrategias de aprendizaje y crear el plan integral de mediación pedagógica para finalmente aplicarlo.

Esta investigación es de carácter cualitativo debido a la profundidad con que se deben analizar las cualidades de cada uno de los participantes para lograr que el plan de mediación pedagógica sea significativo y situado.

Las dimensiones en estudio de las categorías mencionadas se detallan en la Tabla 2.

El procedimiento metodológico está conformado por las siguientes etapas:

- Profundización bibliográfica.
- Selección de la institución donde se obtendrá la población.
- Entrevistas exploratorias.
- Identificación de la población por medio de criterios de inclusión.
- Entrevistas y observación a la población en estudio.
- Análisis y elaboración de la primer parte del proyecto de investigación: Diagnóstico.
- Entrevista a entidades o personas para la elaboración de estrategias y creación del plan integral.
- Elaboración de estrategias de aprendizaje para personas adultas mayores.
- Creación y aplicación de un plan integral de mediación pedagógica.

III.I.B. Tipo de estudio.

Según Hernández Sampieri (2010), la investigación descriptiva “busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población” (p.80).

Se realiza la investigación de tipo descriptiva ya que se indaga acerca de aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores en estudio con la finalidad de profundizar y crear un plan ajustado a estas subcategorías.

Además se utilizarán estrategias de aprendizaje con enfoque social constructivista, orientadas a generar una iniciativa de cambio en la rutina de los involucrados y contrarrestar el deterioro de las facultades mentales.

III.I.C. Delimitación temporal y espacial.

La investigación tendrá una duración de 12 meses iniciando en abril de 2016 y finalizando en abril de 2017. El cronograma (Ver Anexo 1), está estimado para 5 meses aproximadamente dado que considera actividades a partir de que se inicia el trabajo de campo.

Este trabajo se desarrollará para optar por el grado de Licenciatura en Mediación Pedagógica en la Universidad Técnica Nacional y el mismo será llevado a cabo en una población de personas adultas mayores del Barrio del Carmen del Cantón de Naranjo, Alajuela, Costa Rica.

III.I.D. Población participante y criterios de inclusión.

La población es facilitada por la Asociación de Cuidados Paliativos de Naranjo y está compuesta por cinco personas adultas mayores entre 66 y 85 años de edad del Barrio del Carmen del Cantón de Naranjo.

Se aclara que la Asociación de Cuidados Paliativos de Naranjo no se restringe a trabajar únicamente con poblaciones en fase terminal, sino que tiene alcance en variedad de poblaciones: con enfermedades crónicas, lesiones temporales, lesiones permanentes y con alto riesgo social (pobreza).

De una población total de 35 personas adultas mayores no encamadas ni en fase terminal se tomaron 5 casos (una persona que viviera con su pareja sentimental, una viuda, una con enfermedad avanzada, una que viviera sola y una en compañía de su familia).

Se consideraron los siguientes criterios de inclusión:

- Personas adultas mayores femeninas y masculinas.
- Vecinos del Barrio del Carmen de Naranjo.
- No encamados, ni en fase terminal.
- Con disposición para participar en el proyecto.

Los criterios de exclusión son todos aquellos que no estén dentro de la lista anterior.

III.I.E. Técnicas de investigación.

Las técnicas de recolección empleadas son las siguientes:

1. **Entrevista individual exploratoria:** Diseñada exclusivamente para esta investigación; consiste en un cuestionario abierto el cual será aplicado de manera estructurada a una Gerontóloga del Instituto Nacional de Aprendizaje (INA) y a la encargada de Logística de la Asociación que facilitó el contacto con la población en estudio. Con esta entrevista se busca obtener información pertinente de expertos en el tema que pueda usarse como orientación en el proyecto. (Ver Anexo 2 y 3).
2. **Entrevista grupal de profundización:** Diseñada exclusivamente para esta investigación y consta de un cuestionario abierto a ejecutarse de manera estructurada a las personas adultas mayores en estudio y sus familias, por medio de una visita a sus casas de habitación. El propósito de esta entrevista es obtener información detallada sobre aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores en estudio. (Ver Anexo 6).
3. **Observación:** Será aplicada de manera participativa (el observador es parte de la situación observada) al realizar las visitas a los hogares de los participantes en estudio. Se observa el comportamiento y

estado anímico de las personas adultas mayores y cuidadoras y se procede a tomar apuntes en el espacio destinado a “Observaciones” en el instrumento diseñado para la entrevista grupal. (Ver Anexo 5).

4. **Entrevista individual de profundización:** Se realizará de manera no estructurada a entidades o personas que puedan brindar criterios y aportes valiosos en la elaboración de estrategias de aprendizaje y creación del plan integral de mediación pedagógica. Las preguntas abiertas o cerradas surgen según el desarrollo de la entrevista.

III.I.F. Fuentes.

Para esta investigación se utilizarán los siguientes tipos de fuentes:

- Fuentes primarias: “contienen información original producto de una investigación o de una actividad eminentemente creativa” (Ramos, 2000, p.18).
- Fuentes secundarias: “contienen información primaria reelaborada, sintetizada y reorganizada, o remiten a ella. Son fuentes especialmente diseñadas para facilitar y maximizar el acceso a las fuentes primarias o a los contenidos” (Ramos, 2000, p.19).

La siguiente matriz se compone de: categorías, subcategorías, técnicas de investigación y fuentes de información que serán empleados para realizar la presente investigación.

Tabla 2.

Matriz del Marco Metodológico.

VARIABLES	CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS	TÉCNICA DE RECOLECCIÓN	TÉCNICAS DE ANÁLISIS	FUENTES DE INFORMACIÓN (Primarias y Secundarias)
Mediación pedagógica.	Enfoque constructivista.	Aprendizaje significativo.	Búsqueda de bibliografía pertinente al tema.	Fichas bibliográficas. Fichas resumen.	- Libros, revistas, artículos indexados.
			Entrevista individual de profundización.		- Entidades o personas que puedan brindar criterios y aportes valiosos en la elaboración de estrategias de aprendizaje y creación del plan integral.
		Aprendizaje situado.	Búsqueda de bibliografía pertinente al tema.	Fichas bibliográficas. Fichas resumen.	- Libros, revistas, artículos indexados.

			Entrevista individual de profundización.	- Entidades o personas que puedan brindar criterios y aportes valiosos en la elaboración de estrategias de aprendizaje y creación del plan integral.
Promoción de la Salud.	Bienestar Físico.	Aspectos físicos.	Entrevista grupal de profundización.	Sistematización de las entrevistas. - Personas adultas mayores y cuidadoras o familia de la población en estudio.
	Bienestar Mental.	Aspectos mentales.	Entrevista grupal de profundización.	Sistematización de las entrevistas. - Personas adultas mayores y cuidadoras o familia de la población en estudio.

	Bienestar Social.	Integración Social.	Entrevista grupal de profundización.	Sistematización de las entrevistas.	- Personas adultas mayores y cuidadoras o familia de la población en estudio.
		Contribución Social.	Entrevista grupal de profundización.	Sistematización de las entrevistas.	- Personas adultas mayores y cuidadoras o familia de la población en estudio.
Persona Adulta Mayor.	Hábitos.	Comportamientos diarios.	Entrevista grupal de profundización.	Entrevista grupal de profundización. Observación.	Sistematización de las entrevistas. Sistematización de la Observación.
	Capacidades funcionales.	Capacidad de realizar actividades diarias.	Entrevista grupal de profundización.	Entrevista grupal de profundización.	Sistematización de las entrevistas. Sistematización de las entrevistas.
					- Personas adultas mayores y cuidadoras o familia de la población en estudio.

				población en estudio.
Preferencias / Motivación por Motivaciones.	realizar alguna actividad de interés.	Entrevista grupal de profundización.	Sistematización de las entrevistas.	- Personas adultas mayores y cuidadoras o familia de la población en estudio.
Gerontología educativa.	Educación no formal.	Entrevista individual exploratoria.	Revisión de Entrevista. Fichas	- Expertos en el tema.
		Búsqueda de bibliografía pertinente al tema.	bibliográficas. Fichas resumen.	- Libros, revistas, artículos indexados.
	Estrategias y Técnicas de Aprendizaje.	Entrevista individual exploratoria.	Revisión de Entrevista. Fichas	- Expertos en el tema.
		Búsqueda de bibliografía pertinente al tema.	bibliográficas. Fichas resumen.	- Libros, revistas, artículos indexados.

Acciones evaluativas.	Entrevista individual exploratoria.	Revisión de Entrevista. Fichas Búsqueda de bibliográficas. Fichas pertinente al resumen. tema.	- Expertos en el tema. - Libros, revistas, artículos indexados.
--------------------------	---	--	--

Tabla 2. Elaboración propia.

III.I.G. Consideraciones éticas (Consentimiento informado).

Para la realización de las entrevistas, grabar videos y tomar fotografías durante el desarrollo de las sesiones y primer visita domiciliar, se les informó previamente que el material sería exclusivo para fines de este proyecto y la exposición del mismo ante miembros de la Universidad Técnica Nacional.

El formulario usado en esta investigación fue creado tomando como base uno propuesto por la OMS (s.f.). (Ver Anexo 4).

III.I.H. Matriz de Variables e Indicadores.

Tabla 3.

Matriz de Variables e indicadores.

VARIABLE ¿QUÉ?	VARIABLE ¿CÓMO?	CATEGORÍAS ¿CUÁLES?	SUBCATEGORÍAS	INDICADORES ELEMENTOS OBSERVABLES	ACTIVIDADES
PLAN INTEGRAL DE MEDIACIÓN PEDAGÓGICA PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DIRIGIDO A PERSONAS ADULTAS MAYORES.	1. Mediación pedagógica. (Biopedagogía).	1.1. Enfoque constructivista (basado en la teoría sociocultural de Lev Vygotsky)	1.1.1. Aprendizaje significativo (basado en la Teoría de David Ausubel).	Saberes previos. Motivaciones e intereses.	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6). Consentimiento Informado (Ver Anexo 3).
			1.1.2. Aprendizaje situado.	Edad. Lugar donde habita. Lugar para estar o descansar. Nivel de escolaridad. Tipo de Ingresos. Tiempo a dedicar en las	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).

			sesiones, frecuencia y horario. Lugar de preferencia para las sesiones. Preferencia para las sesiones (individual o grupal). Factibilidad de traslado para recibir las sesiones.	
2. Promoción de la salud. (Cuidado esencial).	2.1. Bienestar Físico.	2.1.1. Aspectos físicos.	Enfermedad o padecimiento. Limitaciones físicas. Tratamientos médicos. Visitas al médico.	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).
	2.2. Bienestar Mental.	2.2.1. Aspectos mentales.	Cambios corporales. Pensamiento acerca de si mismo.	Entrevista grupal y Observación realizada en las

		Capacidad para recordar eventos pasados.	visitas (Ver Tabla 6).
		Actitud frente a la vida.	
2.3. Bienestar Social.	2.3.1. Integración social.	Miembros con quienes convive. Visitas que recibe. Relación con quienes vive. Relaciones con los familiares más cercanos. Comparte con otras personas. Compañero Sentimental. Actividades realizadas en pareja. Religión practicada o Iglesia a la que asiste. Participación en	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).

			proyectos de la comunidad.	
		2.3.2. Contribución social.	Contribución a la comunidad.	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).
3. Persona adulta mayor.	3.1. Hábitos.	3.1.1. Comportamientos diarios.	Hábitos de Sueño. Actividades diarias. Cuidado de apariencia personal. Comportamiento y estado anímico observado.	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).
	3.2. Capacidades funcionales.	3.2.2. Capacidad de realizar actividades diarias.	Capacidad de traslado por sí solo. Capacidad de atenderse por sí mismo. Capacidad de realizar alguna actividad física.	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).

		Capacidad para concentrarse en labores diarias.	
3.3. Preferencias / Motivaciones.	3.3.1. Motivación por realizar alguna actividad de interés.	Pasatiempos. Habilidades. Interés o motivación por poner en práctica alguna actividad en específico.	Entrevista grupal y Observación realizada en las visitas (Ver Tabla 6).
3.4. Educación para adultos mayores. Gerontología educativa.	3.4. 1. Educación no formal.	Educación para adultos mayores. Sesiones de mediación pedagógica dadas a domicilio. Ventajas y desventajas. Instituciones interesadas en proyectos con adultos mayores.	Revisión de bibliografía. Análisis del diagnóstico. Entrevistas exploratorias a expertos (Ver Anexo 2 y 3).

3.4.2. Estrategias y Técnicas de aprendizaje.	No hay indicador	Revisión de bibliografía. Análisis del diagnóstico.
3.4.3. Acciones evaluativas.	No hay indicador	Revisión de bibliografía. Análisis del diagnóstico.

Tabla 3. Elaboración propia.

III.I.I. Matriz de Operacionalización de Objetivos.

Tabla 4.

Matriz de Operacionalización de Objetivos.

Título:
Plan Integral de Mediación Pedagógica para la Promoción de la Salud dirigido a Personas Adultas Mayores del Barrio del Carmen del Cantón Naranjo, Años 2016-2017.
Problema:
¿Cuáles estrategias de aprendizaje emplear para la elaboración de un plan integral de mediación pedagógica que promueva la salud de personas adultas mayores del Barrio del Carmen de Naranjo?
Hipótesis:
Las estrategias de mediación pedagógica adaptadas a las necesidades de la persona adulta mayor generan procesos de aprendizaje significativos y situados para la promoción de la salud.
Variables:
Variable independiente: Mediación Pedagógica (Biopedagogía).
Variable dependiente: Persona Adulta Mayor.
Variable dependiente: Promoción de la Salud (Cuidado esencial).

Tabla 4. Elaboración propia.

III.I.J. Mecanismos de la evaluación del proyecto.

Tabla 5.

Registro de desempeño.

Indicadores de logro	Criterios		Observaciones
	Sí	No	
Se dieron a conocer los aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores en estudio.	X		Los aspectos se dieron a conocer tras las vistas a domicilio, entrevistas, observación y realización del diagnóstico.
Se elaboraron estrategias de aprendizaje significativas y situadas para las personas adultas mayores.	X		Las estrategias de aprendizaje elaboradas fueron constructivistas (significativas y situadas).
Se creó un plan integral de mediación pedagógica adaptado a las necesidades de las personas adultas mayores.	X		El plan está adecuado según los datos obtenidos en el diagnóstico y usando las estrategias elaboradas.
Se aplicó el plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud en la población participante.	X		Los resultados del están conformados por la información recolectada en las evaluaciones realizadas.

Tabla 5. Elaboración propia.

III.I.K. Actividades.

Las actividades a llevar acabo, así como su tiempo estimado en días se detallan en el Anexo 1.

III.I.L. Metas.

- Evidenciar por medio de proyectos la aplicación de estrategias de aprendizaje basadas en aprendizaje significativo y situado.
- Cumplir con las expectativas educativas de las personas adultas mayores que participan en el desarrollo del plan integral de mediación pedagógica.
- Provocar en las personas adultas mayores la inquietud de continuar practicando lo aprendido durante las sesiones.

IV. Capítulo.

Diagnóstico, sistematización y análisis.

IV.I. Diagnóstico.

En seguida el diagnóstico realizado para este proyecto.

Datos poblacionales de personas adultas mayores: Costa Rica y cantón de Naranjo.

Para el 3 de octubre del 2016, en un reportaje alusivo al mes del adulto mayor se menciona que para esta fecha el CONAPAM indica que en Costa Rica hay una población de adultos mayores de 438.000 de los cuáles 105.000 están en condiciones de pobreza.

Según datos del INEC (2016), se estima que un 23.50 por ciento de la población de Naranjo se encuentra en condiciones de pobreza y que de este porcentaje el 7.84 por ciento son adultos mayores, a continuación se muestra un gráfico tomado de la fuente anteriormente mencionada.

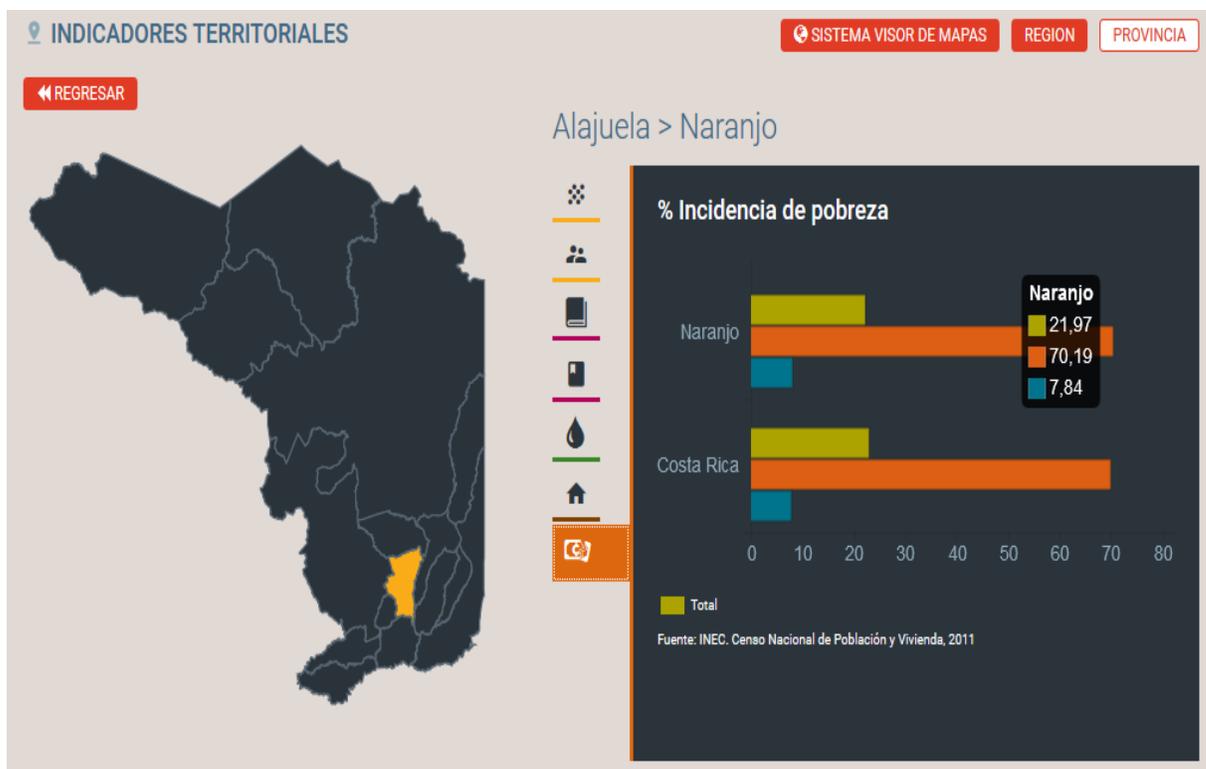


Figura 1. INEC (2016).

Aspectos que se dieron a conocer en la entrevista grupal y la observación.

A continuación se realiza la sistematización de la entrevista grupal y observación llevada a cabo acerca de aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades de realizar actividades diarias, motivaciones de cada una de las personas adultas mayores y ciertas preguntas necesarias para elaborar una propuesta adaptada a sus necesidades. Con el desarrollo de esta sección se espera conocer el contexto y situación de salud de los implicados, la cual es información necesaria para ajustar las sesiones a los mismos.

La información para redactar este apartado fue tomada de la observación y entrevistas grupales realizadas en las visitas a las casas de habitación de las familias participantes del proyecto, en Setiembre del 2016. La entrevista aplicada fue diseñada exclusivamente para el desarrollo de esta investigación y se encuentra en el Anexo 5.

Se muestra en seguida una tabla para la sistematización de la información de la entrevista grupal y de la observación.

Tabla 6.

Sistematización de las entrevistas grupales y de las observaciones.

Indicadores	Campos	Pérez	Badilla	Soto	Blanco
Aspectos físicos.					
Indicadores:					
Enfermedad o padecimiento.	Párkinson.	Diabetes.	Diabetes.	Presión alta.	Gastritis crónica.
		Cirrosis.	Presión alta.		Hipertensión.
			Cataratas en ambos ojos.		Hígado graso.
			Lumbalgia.		Vértigo.
			Derrame de líquido en la rodilla.		Dolores en la cintura.

	Limitación	No tiene.	Limitación	Limitación	Limitación
Limitaciones físicas.	parcial de		parcial	parcial al	parcial al
	movimiento de		auditiva.	caminar (usa	caminar (usa
	extremidades			bastón).	bastón).
	inferiores y superiores.		Limitación parcial al		Limitación
	Limitación		caminar (usa		Visual.
	parcial para		bastón).		
	hablar.		Limitación		
			total para		
			agacharse.		
Tratamientos médicos.	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.
	Tratamiento	Tratamiento	Tratamiento	Tratamiento	Tratamiento
	recomendado	recomendado	recomendado	recomendado	recomendado
	por el doctor.	por el doctor.	por el doctor.	por el doctor.	por el doctor.
Visitas al médico.	Regularmente.	Regularmente.	Regularmente.	Regularmente.	Regularmente.
Aspectos mentales.					
Indicadores:					
Actitud ante cambios corporales.	Actitud	Actitud	Actitud	Actitud tranquila.	Actitud de
	positiva.	positiva.	positiva.		agradecimiento
			Deja de lado		hacia Dios.
			cualquier		

limitación y
sigue con sus
actividades
diarias.

Pensamiento acerca de sí mismo. Piensa que Es muy Es muy Es muy valiente Es muy
depende positiva amigable. pues se atiende amigable.
mucho de su alegre. sola.
cuidadora.

Capacidad para recordar eventos pasados. Sí. Sí. Sí. Sí. Sí.
Pero dado a
su limitación
para hablar no
puede
comentarlos.

Actitud frente a la vida. Actitud Actitud Actitud Es muy Actitud de
tranquila. tranquila. tranquila. depresiva y tiene agradecimiento
un pasado que le a Dios.
duele y le afecta
aún bastante.

**Aspectos sociales.
Integración Social.**

Indicadores:

Miembros	con 3 miembros de	3 miembros de	4 miembros de	Sola.	3 miembros de
quienes convive	su familia (2 hijos). (esposa y 2 hijos).	su familia (2 hijos).	su familia (2 hijas, 1 nieta, 1 nieto).	Tiene mascotas las cuales dice que son su compañía.	su familia (1 hija, 1 nieta, 1 bisnieta).
Visitas recibe	que Hijos.	Hijos.	Hijos.	Recibe la visita de una hija los domingos un par de horas.	Hijos.
Relación quienes vive	con Excelente.	Excelente.	Excelente.	No aplica.	Excelente.
Relaciones los más cercanos	con Buena. Cuenta con los cuidados de su esposa.	Buena.	Buena.	Buena. Sin embargo no comparte ella casi.	Buena. En su casa lo con tratan muy bien y lo respetan.
Comparte otras personas	con No. Se siente a gusto en su casa y comparte sólo con ellos.	Sí. De la iglesia y vecinos.	Sí. Con vecinos	Sí. Con pocas amigas, la mayoría vive lejos.	Sí. Con los vecinos.
Compañero Sentimental	Esposa.	Esposo.	No tiene.	No.	No tiene.
			Es viudo.		Es viudo.

	Ella cuida de él.				
Actividades realizadas en pareja.	Ver televisión juntos.	Ver televisión juntos.	No aplica.	No aplica.	No aplica.
	Recordar momentos vividos.	Recordar momentos vividos			
Religión practicada o Iglesia a la que asiste.	Evangélico.	Evangélica.	Evangélica.	Católica.	Católica.
Participación en proyectos de la comunidad.	Sí.	Sí.	No.	Sí.	No.
	Taller para hacer y pintar tarjetas.	Taller de Manualidades del Barrio.		Taller de Manualidades del Barrio.	
Aspectos sociales.					
Contribución Social.					
Indicadores:					
Contribución a la comunidad.	No.	No.	No.	No.	No.
	Siente que no puede contribuir	Siente que no puede contribuir	Siente que no puede contribuir	Siente que no puede contribuir mucho a la contribuir	Siente que no puede contribuir

mucho a la mucho a la mucho a la comunidad pero mucho a la
 comunidad comunidad comunidad le gusta comunidad
 pero le gusta pero le gusta pero le gusta participar. pero le gusta
 participar. participar. participar. participar.

**Comportamien-
tos diarios.**

Indicadores:

Hábitos	de No	tiene No	tiene No	tiene No	Tiene	dificultad No	tiene
sueño.	dificultad para	dormir.	dificultad para	dormir.	dificultad para	dormir.	dificultad para
Actividades	Sentarse en	Atender	y Sentarse en la	Estar en su casa	Estar en su	cuarto en la	diarias.
diarias.	su silla.	cuidar a su	banca del (no le gusta	salir).	sala.		
	Sentarse en la	le parece una casa	para	Estar tranquila y	Caminar cerca		
	mesa.	labor muy	saludar a	limpiar y ordenar de su casa.			
	Ver televisión.	difícil pero la	quienes	su casa.			
		toma con	pasan.		Hablar con los		
	Escuchar y mucho			Ver televisión.	vecinos. A		
	estar con su	positivismo y	Hablar con los		quienes		
	esposa.	amor.	vecinos.		menciona que		
		Compartir	Caminar cerca		ama.		
		tiempo con su	de la casa.				
		esposo.					

Cuidado de	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.
apariciencia personal.			Usa siempre sombrero para verse bien,		
Capacidades para realizar actividades diarias.					
Indicadores:					
Capacidad de traslado por sí solo.	No puede.	Sí puede.	Sí puede.	Sí puede.	Sí puede.
			Necesita un bastón.	Necesita un bastón.	Necesita un bastón.
Capacidad de atenderse por sí mismo.	No es capaz.	Sí es capaz.	Sí es capaz.	Sí es capaz.	Sí es capaz.
Capacidad de realizar alguna actividad física.	No.	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.
			Camina diario cerca de su casa.	a Camina para ir a compras.	Camina a diario cerca de su casa.
Capacidad para concentrarse en labores diarias.	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.	Sí.
Motivaciones.					

Indicadores:

Pasatiempos Estar en su silla. Cuidar de su esposo. Hablar con vecinos. con Estar en su casa. Hablar con vecinos. Ver televisión.

Ver televisión. Sentarse en el corredor. Caminar cerca de su casa.

Estar con su esposa. Caminar cerca de su casa. Contar historias de vida.

Habilidades Pintar. Manualidades. Sembrar. Coser y cuidar plantas. Leer.

Interés o motivación por poner en práctica alguna actividad en específico. o Pintar. Bordar. Sembrar. Cuidado para plantas. para Geografía. Tejer. Leyendas.

Aspectos importantes para una propuesta significativa.

Indicadores:

Saberes previos. Ha hecho tarjetitas y ha pintado con Ha hecho las manualidades Fue agricultor. Cuida de plantas en su de sus Ha leído libros de geografía.

	lápices color.	de con materiales de reciclaje.		casa, le gusta contemplarlas.	
		No ha bordado ni tejido con anterioridad.			
Motivaciones e intereses.	e Pintar.	Bordar.	Sembrar.	Cuidado plantas.	de Historia, geografía y leyendas de su pueblo.
Aspectos importantes para una propuesta situada.					
Indicadores:					
Edad.	74 años.	66 años.	85 años.	73 años.	78 años.
	Cuidadora y esposa: Pérez (66 años).		Cuidadora e hija: Badilla (50 años).		Cuidadora e hija: Blanco (40 años).
Lugar donde Habita.	Casa propia.	Casa propia.	Casa propia.	Casa propia.	Casa propia.
Lugar para estar o descansar.	Cuarto propio.	Cuarto propio.	Cuarto propio.	Cuarto propio.	Cuarto propio.

Nivel de escolaridad.	de Sexto grado de escuela.	Sexto grado de escuela.	Primer grado de escuela.	Tercer año de colegio.	Sexto grado de escuela.
Tipo de ingresos.	Recibe pensión. Indica que es muy poco.	Pensión de su esposo. Indica que es . muy poco.	Recibe pensión.	Recibe pensión. Indica que es muy poco. Menciona que pasa limitaciones económicas.	Recibe pensión. Indica que es muy poco. Menciona que pasa limitaciones económicas.
Tiempo dedicar en las sesiones, frecuencia y horario.	a 1 hora entre 1 semana. 1 vez a la semana.	1 hora entre 1 semana. 1 vez a la semana.	1 hora entre 1 semana. 1 vez a la semana.	1 ó 2 horas entre 1 semana. 1 ó 2 veces por semana.	1 hora entre 1 semana. 1 vez a la semana.
Lugar preferencia para la sesiones.	Casa habitación.	Casa habitación.	Casa habitación.	Casa habitación o un lugar cerca de la misma.	Casa habitación.
Preferencia para las sesiones (individual o grupal).	Individual.	Individual.	Individual.	Individual o grupal.	Individual.
Factibilidad de traslado para	Poco factible.	Poco factible.	Poco factible.	Poco factible.	Poco factible.

recibir	las				
sesiones.					
Comentarios	Bien			Sus mascotas	A veces está
extras.	acompañado y			son	su con vértigo y
	atendido por			compañía.	no puede ni
	su familia.				salir del cuarto.
Observación del	Tiene	Muestra	muy	Tiene	muy
comportamiento	dificultad	de buena		buena	actitud de su pasado, el mucho
y estado	movimiento	y disposición		a ante la vida, es cual	hasta la con su familia y
anímico.	coordinación.	la vida	en	muy amistoso.	fecha le afecta visitas, es muy
	Habla escasas	general	y	Habla	emocionalmente. amigable.
	palabras	dado muy	alegre a	bastante	Para estar
	a la limitación	pesar	de	acerca de sus	tranquila le gusta
	parcial	al manifestar	que	experiencias	el silencio y la
	mover	su cuidar	de	su al trabajar	la limpieza.
	boca,	sin esposo	no	es	tierra y acerca
	embargo	es nada fácil.		de lo que solía	
	alegre y presta			hacer	cuando
	atención	al		joven.	
	hablarle.				

Tabla 6. Elaboración propia.

Posteriormente se procederá a ampliar los aspectos que destacan en la tabla anterior.

Es notable que las personas adultas mayores visitadas cuidan de su apariencia, algunos con un poco más de rigor como Soto y Badilla a quienes les

gusta usar sombrero siempre, sin embargo, en términos generales, mantienen hábitos de higiene y cuidado personal bastante buenos. En el caso de Campos, por el Párkinson que padece, el cual indica es bastante avanzado, depende de su esposa e hijos para ser atendido y aseado. Campos, a pesar de su limitación de movimiento, se encuentra muy bien atendido y aseado, él pasa la mayor parte del tiempo sentado en su silla, la cual tiene un soporte de espalda y cuello especial.

Las cinco personas adultas mayores padecen de alguna enfermedad crónica como diabetes o hipertensión y tres de ellos usan el bordón para apoyarse.

Soto indica que padece de depresiones, esto debido a que vive sola y muchas veces pasa recordando su difícil pasado, sin embargo, pasa sus días acompañada de sus mascotas a quienes les tiene mucho cariño. Soto sólo recibe la visita de una hija un día a la semana y un par de horas, con sus otros dos hijos prácticamente no tiene conversación y es muy difícil pensar que pueda recibir visitas de ellos. Las demás personas adultas mayores conviven con sus familias y esto les ha ayudado a tener una vida más sociable y a llevar su enfermedad en compañía de quienes los quieren y cuidan con gran dedicación. Campos vive con su pareja, y las demás personas adultas mayores viven con hijos y hasta nietos.

Soto no sale de su casa por preferencia a estar sola y tener tranquilidad, sin embargo, Badilla y Blanco son adultos mayores a quienes les encanta hablar con los vecinos y mostrar interés por ellos.

Los familiares de estas personas coinciden en que tanto ellos como las personas adultas mayores, han caído en la rutina y que muchas veces están agotados. En el caso de Pérez, ella aparte de atender a su esposo, lo debe también trasladar por tanto, padece de dolor en la espalda, además menciona que es una labor muy difícil pero que lo hace con mucha dedicación además de mostrar buena actitud siempre.

En el momento en que este proyecto fue explicado a las familias se mostró mucho entusiasmo al saber que podrían realizar una actividad diferente, en su casa (sin incomodarlos o hacerlos invertir tiempo para trasladarse) y se mostró mucho interés al decirles que las sesiones dadas serían acorde a sus motivaciones y gustos.

Las viviendas en las que habitan las familias visitadas son propias, por lo que tienen la ventaja de no pagar por un alquiler. Las condiciones son bastante favorables, las casas tienen buena ventilación, iluminación, bien amueblada y limpia. Cada miembro cuenta con habitación propia y son su respectiva cama y objetos personales.

Únicamente Soto mostró que su casa necesita ciertos arreglos en detalles de los muebles y baño que están dañados, se baña con un balde lo que le obliga a tener que agacharse, esto es debido a que el tubo de su baño está en malas condiciones. Adicionalmente, Soto menciona que en la entrada necesita una rampa de acceso por que le cuesta subir y bajar gradas.

Soto menciona que si compra artículos de higiene personal debe privarse de comprar otro tipo de artículos como por ejemplo ropa, y que a veces los mismos vecinos o amigos le regalan ropa o artículos para su casa. Sin importar cuál haya sido su escolaridad o profesión, algunos agricultores, amas de casa, dueños de algún negocio propio, todos coinciden en que el único ingreso que reciben es la pensión por parte del Estado y que esta no es suficiente para subsistir.

En cuanto a la parte afectiva, de las cinco personas que se visitaron cuatro indicaron que la relación con sus familiares es buena, como en toda familia tienen sus problemas pero les cuidan y ayudan a llevar una vejez y enfermedades de manera digna y acompañada. Soto difiere de esto pues vive sola dado a que le gusta el silencio de su hogar y tiene situaciones difíciles con sus hijos.

Soto compartió que de sus tres hijos únicamente la vista una hija y que otro vive en el extranjero con su familia, no recibe siquiera llamadas de él y su otro hijo se encuentra con capacidades limitadas como consecuencia de un accidente sufrido.

Motivaciones de las personas adultas mayores participantes del proyecto.

Las familias buscan en general aliviar su cansancio y contribuir a su bienestar integral. El rol de las personas cuidadoras es muy complejo y desgastante pero a su vez satisfactorio, pues implica un gran compromiso y

responsabilidad con la persona adulta mayor en cuanto a sus cuidados, citas, medicamentos y compañía.

Las mismas familias colaboraron en orientar e indicar qué es lo que más les gusta y facilita a cada persona adulta mayor, según lo que han observado al convivir con ellos. En el caso de Blanco, su hija cuenta que es apasionada por la lectura, que le gusta mucho la historia mundial y geografía, que cada vez que puede les hace preguntas y se divierte mucho retándoles a contestar. Incluso se logró escuchar varias de sus historias sobre el tiempo en que estuvo laborando.

Los hijos y esposa de Campos sugirieron que se le llevaran manualidades, puesto a que ya ha tenido cierta experiencia haciendo tarjetas y al preguntarle si le gustaría pintar él asintió con su cabeza que sí le gustaría.

Pérez comentó que antes le gustaba mucho tejer y bordar pero que ahora se dedica a atender a su esposo que sí le gustaría retomar alguna de las dos prácticas.

Badilla contó que él solía trabajar en el campo y que hasta la fecha eso le encanta, sólo que ahora no se puede agachar por un problema en su rodilla.

Soto, dentro de muchas labores que indicó ha realizado, mencionó que a veces cose a máquina pero que está dañada. Ahora tiene mucha admiración por las plantas.

V. Capítulo.

Estrategias de aprendizaje y plan integral de mediación pedagógica.

V.I. Estrategias de Aprendizaje.

Con la finalidad de elaborar las estrategias de aprendizaje desde un enfoque constructivista, se tomaron en cuenta las consideraciones y guías que brinda Díaz Barriga (2004).

La redacción de las estrategias de aprendizaje se basa en tres elementos relevantes:

- **Contenidos y objetivos:** Los contenidos se refieren a los temas a estudiar según cada eje temático y los objetivos a las metas de cada sesión.
- **Motivaciones e intereses de las personas adultas mayores:** Refiriéndose a las preferencias y deseos por conocer o practicar actividades según temas de interés.
- **Asociaciones de saberes previos con nuevos:** Tomar en cuenta los conocimientos previos para construir nuevos conceptos.

Momentos de cada sesión.

Se desarrollarán tres sesiones por persona adulta mayor, las cuales serán de unos sesenta minutos aproximadamente cada una. Con cada momento de las sesiones se busca generar un espacio de esparcimiento, recreo y sobretodo de

convivencia, en el cual las personas adultas mayores puedan participar cuando lo deseen y hacer pausas cuando lo ameriten.

Los momentos de las sesiones son los siguientes:

- Se inicia con un saludo seguido de una frase o gesto de motivación.
- Se explica a los participantes el objetivo (meta) de la sesión. En caso de que hubiera alguna práctica de continuidad se revisa con ellos antes de explicar la meta de la sesión.
- Se explica el procedimiento que se usará durante el desarrollo de la sesión.
- Posteriormente se muestran los materiales y en seguida se inicia con una demostración tomando en cuenta los saberes previos y las motivaciones de las personas adultas mayores.
- Por medio de la guía y acompañamiento de las facilitadoras se inicia la práctica.
- Se realiza un conversatorio con el fin de obtener comentarios acerca de la sesión, sus sentimientos y aspectos que desean sean tomados en las siguientes sesiones.

Posteriormente, se muestra en la Tabla 7 los objetivos y contenidos por cada sesión y eje por abordar en cada sesión.

Tabla 7.

Objetivos y contenidos para las sesiones.

Eje Temático y Objetivo	Sesión	Objetivos específicos	Contenidos
General			
Eje: Pintura. Objetivo general: Aplicar colores y sus posibles combinaciones en distintas obras de arte.	#1	Utilizar colores primarios para el trabajo en pintura.	-Concepto de pintura. -Materiales pictóricos. -Colores primarios.
	#2	Utilizar los materiales pictóricos necesarios para aplicarlos en el trabajo en pintura.	-Colores secundarios.
	#3	Aplicar varios colores para la producción de combinaciones específicas.	-Combinaciones de colores.
Eje: Bordado. Objetivo general: Desarrollar las destrezas manuales para la técnica de bordado en artículos que le sean de utilidad a la persona adulta mayor.	#1	Practicar puntadas básicas en tela para la técnica de bordado.	-Tipos de puntadas: hilván, cordoncillo, cadeneta, puntada atrás y festón.
	#2	Emplear las puntadas básicas para decorar diferentes artículos como fundas, almohadones, manteles.	-Tipos de puntadas: hilván, cordoncillo, cadeneta, puntada atrás y festón.
	#3	Crear un bordado decorativo con las puntadas vistas en sesiones anteriores.	-Bordado decorativo.

<p>Eje: Hidroponía.</p> <p>Objetivo general:</p> <p>Experimentar la practicidad de los cultivos hidropónicos para la vida diaria.</p>	#1	<p>Manipular el equipo de un semillero hidropónico.</p>	<p>-Concepto de hidroponía.</p> <p>-Equipo de hidroponía necesario para un semillero.</p>
	#2	<p>Preparar una base de fibra de coco con los elementos que conlleva la técnica de hidroponía.</p>	<p>-Técnica de hidroponía con fibra de coco.</p>
<p>Eje: Jardinería.</p> <p>Objetivo general:</p> <p>Demostrar habilidades y destrezas necesarias para el equilibrio entre la relación de las plantas, ser humano y medio ambiente.</p>	#3	<p>Elaborar una siembra basada en la técnica de hidroponía para compararla con la agricultura tradicional.</p>	<p>-Técnica de hidroponía y pasos.</p> <p>-Hidroponía vs agricultura tradicional</p>
	#1	<p>Elegir cinco tipos de plantas de su preferencia.</p>	<p>-Conceptos relacionados como: raíz, tallo, yemas, hojas, flor, fruto y semilla.</p> <p>-Tipos y características de plantas como: arbustos, arboles, matas, hierbas.</p>
	#2	<p>Describir la utilidad de las plantas de la preferencia de Soto.</p>	<p>-Utilidad de las plantas.</p>

	#3	Aplicar técnicas y métodos amigables con el ambiente para sembrar plantas.	-Técnicas y métodos amigables con el ambiente para sembrar plantas.
Eje: Estudios Sociales.	#1	Relacionar hechos históricos ocurridos durante la Revolución Francesa con los ocurridos en Francia y Costa Rica.	-Revolución Francesa, hechos en Francia y Costa Rica.
Objetivo general: Comparar hechos relevantes de la historia a nivel nacional e internacional.	#2	Organiza los hechos ocurridos durante la Guerra civil de 1948.	-Guerra Civil de 1948: causas, consecuencias y personajes.
	#3	Debatir las principales causas y efectos del Conflicto Árabe Israelí.	- Conflicto Árabe Israelí: causas y efectos.

Tabla 7. Elaboración propia.

Tomando en consideración los objetivos, los momentos de las sesiones, las motivaciones y los saberes previos, procede a elaborar las estrategias de aprendizaje a continuación:

- Mediante actividades que impliquen la interacción con sus familiares o acompañantes, se proponen por ejemplo juego de memoria, pintura en papel, siembras hidropónicas, siembra de plantas y bordado en telas.

- Con la ayuda de recursos adaptados a sus necesidades, los participantes podrán empoderarse del conocimiento al elaborar sus proyectos en cada sesión, por ejemplo:
 - Material audiovisual acorde a sus capacidades auditivas (volumen acorde).
 - Material visual con letra grande para facilitar la lectura, deben usarse imágenes de tamaño carta mínimo (8.5 pulgadas por 11 pulgadas aproximadamente) que puedan ver con facilidad con colores definidos y alta resolución.
 - Además para mostrar los distintos materiales (fotografías, imágenes, videos) por medio del computador portátil se debe acercar el dispositivo o agrandar el material en caso de ser necesario.

Si se observa alguna disconformidad o limitación al hacer uso de los materiales, los mismos deben ser reemplazados o eliminados de la actividad.
- Aprovechando los recursos disponibles en el contexto donde se desarrolla la sesión con la intención de crear una práctica apegada a la realidad, por ejemplo contemplar las flores existentes cerca para las sesiones de jardinería, además se aprovecha el acompañamiento de los familiares y sus aportes a las sesiones.
- Originando técnicas de aprendizaje significativas y situadas para las personas adultas mayores por medio de actividades participativas como

pintura en papel, bordado en telas, siembras hidropónicas, juego de memoria, siembra de plantas y conversatorios.

- A través del diagnóstico de experiencias y conocimientos previos se asociarán los contenidos nuevos.
- Por medio de métodos como exposición dialogada (conversatorio) se valoran los comentarios constructivos de los participantes acerca de cada sesión.

A continuación se detallan las estrategias de aprendizaje de manera personalizada:

- Dado a la limitación de movimiento (en extremidades inferiores y superiores) de Campos, se deben adaptar los materiales como el pincel, el cual debe ser grueso debido a su dificultad motora. Por su limitación con el lenguaje la comunicación utilizada debe ser principalmente por medio de señalizaciones. Las estrategias serán de elaboración y se usarán además imágenes de tamaño grande con colores definidos y alta resolución debido a que también posee una limitación visual.
- En el caso de Pérez, es necesario utilizar agujas sin punta por su seguridad al momento de bordar y tela especial de bordado para ver las guías y hacer puntadas con facilidad. Se deben usar colores y diseños que sean escogidos por ella.
- Badilla tiene limitación auditiva, dado esto se deben usar adecuaciones como un tono de voz claro y alto para lograr el entendimiento de las actividades a realizar, además por su dificultad para desplazarse (camina

usando un bastón) e imposibilidad para agacharse se debe adaptar la mesa hidropónica según su estatura.

- Para Soto, se podría requerir tiempo adicional para conversar sobre otros temas de su interés, reforzando frases positivas en todo momento y dado a su limitación de movimiento (uso de bastón para caminar) se podría tomar ventaja del recurso del espacio de su casa pues tiene muchas plantas y flores en sus alrededores. Además, se estarán usando técnicas que involucren la construcción del aprendizaje colaborativo para escucharla debido a la situación de soledad que presenta.
- Blanco tiene limitación visual y por ende los materiales que se utilizarán deben ser de tamaño adecuado para que pueda distinguir tanto fotografías, vídeos, y letras. Por la diversidad de temas que eligió cabe la posibilidad de tener que modificarlos o reemplazarlos según el transcurso de las sesiones.

V.II. Plan Integral de Mediación Pedagógica.

El plan integral de mediación pedagógica está estructurado según los apartados sugeridos en la tesis de García Simón (2007). Además, se considerarán las opiniones de expertos en los temas de interés de las personas adultas mayores, y se someterá a recomendaciones por parte de una Psicóloga Docente y Gerontóloga.

Para el diseño de este plan, se tuvo en cuenta las motivaciones y necesidades de cada persona adulta mayor, en el mismo se detallan: los objetivos, contenidos, recursos, métodos, técnicas, criterios de desempeño, los facilitadores de conocimiento que han aportado en los contenidos del mismo, las fechas programadas para las sesiones, el presupuesto estimado para la realización del plan y finalmente se detalla la actividad final.

Los instrumentos de evaluación aplicados han sido diseñados exclusivamente para el desarrollo de este proyecto. Seguidamente, el plan diseñado para las personas adultas mayores participantes de este proyecto, desglosado en las partes: planeamiento y evaluación de aprendizaje.

V.II.A. Planeamiento.

Tabla 8.

Planeamiento Eje Pintura.

Eje: Pintura.

Facilitadoras: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales.

Tiempo estimado: 3 horas totales, 1 hora por objetivo o por sesión.

Lugar: Casa de habitación de la persona adulta mayor.

Objetivo general: Aplicar colores y sus posibles combinaciones en distintas obras de arte.

Objetivos específicos	Contenidos	Recursos	Procedimientos/ Métodos y Técnicas	Criterios de desempeño
Utilizar colores primarios para pintura. el trabajo en pintura.	-Concepto de colores primarios. -Materiales pictóricos. -Colores primarios.	de Témperas de colores primarios, pincel grueso, cuaderno de dibujo, paleta para colores. Pinturas que contengan colores primarios. Computadora portátil.	de Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver colores Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Las facilitadoras oralmente explican el concepto de pintura y el uso de los materiales. Se le muestran pinturas impresas que contengan colores primarios y se comentan. (Ver Anexo 31).	Utiliza los primarios por medio de su aplicación en una hoja de dibujo con los materiales necesarios y con la colaboración de las facilitadoras. (Observar y anotar en un

			Se le pregunta a Campos cuáles registro de colores desea utilizar en la hoja desempeño y de dibujo. anecdótico,
			Se brindan los materiales y Ver Anexo 7 y acompañamiento necesario para 8). pintar.
			En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.
			Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).
Utilizar los -Colores materiales secundarios pictóricos necesarios para aplicarlos en el trabajo en pintura.	Temperas colores secundarios, pincel grueso, cuaderno de dibujo, paleta para colores. Dibujos que contengan colores secundarios. Computador portátil.	Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Las facilitadoras con ayuda de la computadora muestran distintas imágenes que contengan colores secundarios y se comentan. (Ver Anexo 32).	Utiliza los colores secundarios por medio de su aplicación en una hoja de dibujo y haciendo uso de los materiales necesarios con la colaboración de las facilitadoras

	<p>Se le pregunta a Campos cuáles colores desea utilizar en el libro de dibujo. Se brindan los materiales y acompañamiento necesario para pintar.</p> <p>En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.</p> <p>Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).</p>	<p>(Observar y anotar en un registro de desempeño y anecdótico, Ver Anexo 7 y 9).</p>
<p>Aplicar varios colores para la producción de combinaciones específicas.</p> <p>Temperas de Salud y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23).</p> <p>Combinaciones de colores secundarios, pincel grueso, cuaderno de dibujo, paleta para colores.</p> <p>Paisajes que contengan combinaciones de colores.</p> <p>Computador portátil.</p>	<p>de Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23).</p> <p>Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar.</p> <p>Las facilitadoras por medio de la computadora muestran cuadros con paisajes que reflejen la aplicación de combinaciones de colores y se comentan. (Ver Anexo 33).</p>	<p>Aplica combinaciones de colores en un cuadro con las herramientas necesarias y con ayuda de las facilitadoras. (Observar y anotar en un registro de desempeño y</p>

Cuadro para pintar.	Se brindan los materiales y anecdótico, acompañamiento necesario para Ver Anexo 7 y crear combinaciones y pintar el 10). cuadro. En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea. Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).
---------------------	---

Tabla 8. Elaboración propia.

Tabla 9.

Planeamiento Eje Bordado.

Eje: Bordado.

Facilitadoras: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales.

Tiempo estimado: 3 horas totales, 1 hora por objetivo o por sesión.

Lugar: Casa de habitación de la persona adulta mayor.

Objetivo general: Desarrollar las destrezas manuales para la técnica de bordado en artículos que le sean de utilidad a la persona adulta mayor.

Objetivos específicos	Contenidos	Recursos	Procedimientos	Criterios de desempeño
Practicar puntadas básicas en hilván, tela para la cordoncillo, técnica de cadeneta, bordado.	-Tipos de puntadas: puntada atrás y festón.	de Aguja sin punta, tela especial de bordado con dibujos legibles, hilos, aro, tijera. Video sobre puntadas básicas. Computador portátil.	Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Por medio de la reproducción de dos videos cortos se muestran al menos cinco tipos de puntadas. (Ver Anexo 34). Posteriormente las facilitadoras y refuerzan los pasos para hacer las anecdótico, puntadas.	Practica los puntadas básicas en un trozo de tela de bordado. (Observar y anotar en un registro de desempeño

Se brindan los materiales para Ver Anexo 7 proceder a bordar. y 11).

En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.

Se asigna una práctica de continuidad con base en las puntadas vistas en esta sesión en un trozo de tela.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

Emplear las -Tipos de Aguja sin punta, Saludo y actividad de motivación Emplea las puntadas básicas hilván, bordado con Anexo 23). básicas en para cordoncillo, dibujos legibles, Revisar práctica de continuidad tela de decorar cadeneta, hilos, aro, tijera. asignada en la sesión pasada. bordado con diferentes puntada atrás Videos acerca de la guía de artículos y festón. puntadas Se explica el objetivo de la sesión, los las como básicas. momentos (procedimiento) y los imágenes fundas, Computador materiales a utilizar. ilustrativas almoha- portátil. Con el apoyo de dos videos acerca de mostradas y dones, puntadas básicas las facilitadoras compañía manteles. muestran los pasos necesarios para de las la elaboración en diseños de tela. (Ver facilitadoras. Anexo 35). (Observar y

En el transcurso de la sesión se da anotar en un espacio en caso de haber alguna registro de duda o comentario de manera desempeño espontánea. y

Se asigna una práctica de anecdótico, Ver Anexo 7 y 12).
 continuidad con base en las puntadas vistas en esta sesión en un trozo de tela.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

<p>Crear un -Bordado bordado decorativo. decorativo con las puntadas vistas en sesiones anteriores.</p>	<p>Aguja sin punto, Saludo y actividad de motivación Crea tela especial de (lectura frase motivacional). (Ver bordados al bordado con Anexo 23). elegir dibujos legibles, Revisar práctica de continuidad puntadas de hilos, aro, tijera. asignada en la sesión pasada. preferencia Fotos sobre y aplicarlas puntadas Se explica el objetivo de la sesión, los en la tela de básicas. momentos (procedimiento) y los bordado con Computador materiales a utilizar. ayuda de las portátil. Bolso Las facilitadoras consultan si facilitadoras. para decorar. recuerda las puntadas básicas y (Observar y cuáles son las de su preferencia, anotar en un posteriormente se realiza un repaso registro de de las mismas. desempeño y Con los materiales y ayuda de las anecdótico, facilitadoras se procede a bordar el</p>
--	--

bolso con las puntadas de preferencia Ver Anexo 7
de Pérez. y 13).

En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

Tabla 9. Elaboración propia.

Tabla 10.

Planeamiento Eje Hidroponía.

Eje: Hidroponía.

Facilitadoras: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales

Tiempo estimado: 3 horas totales, 1 hora por objetivo o por sesión.

Lugar: Casa de habitación de la persona adulta mayor.

Objetivo general: Experimentar la practicidad de los cultivos hidropónicos para la vida diaria.

Objetivos específicos	Contenidos	Recursos	Procedimientos	Criterios de desempeño
Crear un semillero hidropónico.	-Concepto de hidroponía. -Equipo de hidroponía necesario para un semillero.	Semilla, fibra de coco, humus de lombriz, semillero, recipiente plástico, papel periódico, agua, imágenes y fotografías.	Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. De manera oral y con la ayuda de imágenes y fotografías las facilitadoras explican el concepto de hidroponía. (Ver Anexo 36). Se muestra el equipo necesario para y la crear un semillero hidropónico y se repasa los nombres de cada material con Badilla.	Crea un hidropónico con la colaboración de las facilitadoras. (Observar y anotar en un registro de desempeño anecdótico, Ver Anexo 7 y 14).

Se le brindan los materiales y acompañamiento necesario para crear el semillero.

En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.

Se asigna práctica de continuidad, humedecer el semillero una vez al día por siete días.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

Preparar una -Técnica de Mesa, plástico, Saludo y actividad de motivación Prepara la base de fibra hidroponía semilla, humus (lectura frase motivacional). (Ver base de fibra de coco con con fibra de de lombriz y fibra Anexo 23). de coco con los coco. de coco. Revisar práctica de continuidad la guía de elementos Videos acerca asignada en la sesión pasada. las que conlleva de la técnica Se explica el objetivo de la sesión, los facilitadoras la técnica de hidropónica. momentos (procedimiento) y los y siguiendo la técnica de hidroponía. materiales a utilizar. los pasos necesarios Computador portátil. A través de dos videos cortos las para la facilitadoras comentan los pasos técnica. necesarios a seguir para le técnica (Observar y hidroponía con fibra de coco. (Ver anotar en un Anexo 37). registro de

	<p>Se le brindan los materiales de desempeño necesarios. Y se da guía para crear y la base de fibra de coco usando el anecdótico, semillero y la mesa hidropónica. Ver Anexo 7 y 15).</p> <p>En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.</p> <p>Se asigna práctica de continuidad, humedecer el semillero y la base de fibra de coco una vez cada tres días por siete días.</p> <p>Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).</p>
<p>Elaborar una -Técnica de Mesa siembra hidroponía y hidropónica, basada en la pasos. plástico, técnica de semillero, fibra hidroponía de coco y humus para -Hidroponía de lombriz. compararla vs agricultura tradicional con la tradicional agricultura tradicional.</p>	<p>Saludo y actividad de motivación Elabora una (lectura frase motivacional). (Ver siembra Anexo 23). hidropónica aplicando los pasos correctos y la compara con sus experiencias</p> <p>Revisar práctica de continuidad asignada en la sesión pasada.</p> <p>Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar.</p> <p>Las facilitadoras de forma oral previas comentan y explican los pasos para sobre la realizar la siembra hidropónica y la agricultura</p>

diferencia con la agricultura tradicional.	
tradicional.	(Observar y
Badilla participa de la charla con	anotar en un
comentarios o preguntas mientras se	registro de
le acompaña a elaborar la siembra.	desempeño
	y
Se realiza el conversatorio. (Ver	anecdótico,
Anexo 6).	Ver Anexo 7
	y 16).

Tabla 10. Elaboración propia.

Tabla 11.

Planeamiento Eje Jardinería.

Eje: Jardinería.

Facilitadoras: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales

Tiempo estimado: 3 horas totales, 1 hora por objetivo o por sesión.

Lugar: Casa de habitación de la persona adulta mayor.

Objetivo general: Demostrar habilidades y destrezas necesarias para el equilibrio entre la relación de las plantas, ser humano y medio ambiente.

Objetivos específicos	Contenidos	Recursos	Procedimientos	Criterios de desempeño
Elegir cinco tipos de plantas de su preferencia.	-Conceptos de relacionados de como: raíz, tallo, yemas, hojas, flor, fruto y semilla.	Revistas, periódicos, tijeras, cartón de presentación, imagen explicativa de las partes de las plantas, fotografías de distintos tipos de plantas y computadora portátil.	Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Por medio de la descripción de una imagen y fotografías las facilitadoras muestran el concepto de planta y distinguen los tipos de plantas y sus características. (Ver Anexo 38). Se aprovecha para preguntarle cual tipo de planta es de su preferencia.	Elige por elaboración de un collage los tipos de plantas de su preferencia. (Observar y anotar en un registro de desempeño y anecdótico,

Se le brindan materiales y Ver Anexo 7 acompañamiento para realizar un y 17).

collage en el que incluya los tipos de plantas de su preferencia.

En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

El collage realizado será enmarcado y traído en la próxima sesión por las facilitadoras.

<p>Describir la utilidad de las plantas que eligió de la preferencia de Soto.</p>	<p>-Utilidad de las plantas que (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23).</p> <p>Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar.</p> <p>“El Yerberito” Celia Cruz.</p> <p>Se le muestran fotografías con los tipos de plantas de preferencia y se le solicita que las describa. Se habla de la utilidad de las mismas. (Ver Anexo 39).</p>	<p>Describe mientras siembra una planta de su preferencia, la utilidad que esta tiene en compañía de las facilitadoras. (Observar y anotar en un</p>
---	---	--

Se escucha la canción alusiva al registro de tema: “El Yerberito” de Celia Cruz. desempeño

Se brindan los materiales y se^y anecdótico, procede a sembrar una planta en Ver Anexo 7 compañía de las facilitadoras. y 18).

En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

Aplicar técnicas y métodos amigables con el ambiente para sembrar plantas.	-Técnicas y métodos amigables con el ambiente para sembrar plantas. hora de sembrar plantas y poema titulado Cultivo Una Rosa Blanca. Materiales que se puedan reutilizar para aplicar la técnica. (abono a base de desechos podría ser) Computadora portátil.	y Video sobre Salud y actividad de motivación y (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Con un video explicativo se analiza en conjunto con Soto las técnicas y métodos que se pueden utilizar para que las plantas contribuyan a mejorar la calidad del ambiente en que se vive. Posteriormente se comparte el poema Cultivo Una Rosa Blanca. (Ver Anexo 40). Se siembra una planta de preferencia de Soto. En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de haber alguna duda o comentario de manera espontánea. Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).	Aplica técnicas y métodos amigables con el ambiente al sembrar una planta. (Observar y anotar en un registro de desempeño y anecdótico, Ver Anexo 7 y 19).
--	--	---	--

Tabla 11. Elaboración propia.

Tabla 12.

Planeamiento Eje Estudios Sociales.

Eje: Estudios Sociales.

Facilitadoras: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales

Tiempo estimado: 3 horas totales, 1 hora por objetivo o por sesión.

Lugar: Casa de habitación de la persona adulta mayor.

Objetivo general: Comparar hechos relevantes de la historia a nivel nacional e internacional.

Objetivos específicos	Contenidos	Recursos	Procedimientos	Criterios de desempeño
Relacionar hechos históricos ocurridos durante Revolución Francesa con los ocurridos en Costa Rica.	-Revolución Francesa, hechos en Francia la Costa Rica.	Imágenes alusivas en tema, juego y memoria computadora portátil.	Saludo y actividad de motivación al (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Se relaciona con ayuda de imágenes los hechos más relevantes durante el periodo de la Revolución Francesa en Francia y en Costa Rica. (Ver Anexo 41). Por medio de un juego de "memoria" se comparte y trata de	Relaciona por medio de preguntas acerca de las fotos mostradas algunos hechos históricos más relevantes. Juega memoria y realiza aportes sobre lo

	recordar los hechos históricos comentado en vistos.	la sesión.
	En el transcurso de la sesión se da espacio en caso de tener alguna duda o comentario de manera espontánea.	(Observar y anotar en un registro de desempeño y anecdótico,
	Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).	Ver Anexo 7 y 20).
Organiza los hechos ocurridos durante la Guerra Civil de 1948.	-Guerra Civil Video explicativo. Guerra Civil 1948. Papel periódico, pilot y cinta para hacer el esquema. Computadora portátil.	Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Por medio de la reproducción de un video las colaboradoras describen las generalidades de la Guerra Civil de 1948. (Ver Anexo 42). Se brindan los materiales para realizar un esquema con ayuda de las facilitadoras acerca de personajes, causas y consecuencias de la Guerra del 48.
		Organiza por medio de un esquema los personajes, causas y consecuencias de la Guerra del 48. (Observar y anotar en un registro de desempeño y anecdótico, Ver Anexo 7 y 21).

		Blanco participa con preguntas y realizando aportes acerca del video de manera espontánea.
		Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).
Comentar las principales causas y efectos del Conflicto Árabe Israelí.	- Conflicto Árabe Israelí: ilustrativa. Canción "Niños de Siria". Libro sobre historia de Costa Rica.	Saludo y actividad de motivación (lectura frase motivacional). (Ver Anexo 23). Se explica el objetivo de la sesión, los momentos (procedimiento) y los materiales a utilizar. Las facilitadoras por medio de una noticia explican las principales causas y efectos del conflicto Árabe Israelí. Blanco hace aportes y preguntas respecto al video de manera espontánea. Posteriormente se procede cantar la canción "Niños de Siria". (Ver Anexo 43).
		Comenta las causas y efectos del Conflicto Árabe Israelí por medio de una mesa redonda. (Observar y anotar en un registro de desempeño y anecdótico, Ver Anexo 7 y 22).
		Mediante una mesa redonda se comenta acerca de las causas y efectos del conflicto estudiado.
		Se le entrega a Blanco un Libro acerca de la historia mundial el mismo contiene numerosas

imágenes y tamaño de letra apta para ser leída por él.

Se realiza el conversatorio. (Ver Anexo 6).

Tabla 12. Elaboración propia.

Seguidamente, como parte del planeamiento, se identifican los facilitadores de conocimiento (consentimiento informado firmado en Anexo 3), que han aportado en los contenidos del plan integral de mediación pedagógica, posteriormente se muestran las fechas programadas y detalles acerca de la actividad de cierre.

Finalmente, el presupuesto estimado para la realización de las tres sesiones es de aproximadamente 75 900 colones, el cual será cubierto en su totalidad por las estudiantes que realizan el proyecto (Ver Anexo 25), pues no se contó con patrocinio alguno a pesar de enviarse varias cartas para este fin a diferentes organizaciones.

Actividad de cierre de las sesiones mediadas.

La actividad se realizará con el propósito de demostrar el impacto que tuvo las sesiones mediadas en las personas participantes y escuchar su opinión acerca de las mismas. Esto es bastante relevante para la investigación, dado que el objeto de estudio es la mediación pedagógica para la promoción de la salud de estas personas participantes, por tanto, en esta actividad se pretende grabar un video

que evidencie sus impresiones acerca de las sesiones, para esto el consentimiento informado fue previamente firmado (Ver Anexo 3).

La invitación usada para esta actividad final se añade en el Anexo 24. Las familias de las personas adultas mayores son invitadas a esta actividad, pues interesa que observen todo lo que las personas adultas mayores han logrado realizar. Además, para que los apoyen y motiven a seguir optando por mantenerse activos, promoviendo espacios de crecimiento personal y de construcción de conocimiento mutuo, pues quienes guían las sesiones o talleres también aprenden a su vez de las personas adultas mayores.

Se invita además al Comité de Desarrollo de Barrio del Carmen (Junta Directiva) buscando una forma de crear un espacio de comunicación directa con ellos y que pudiesen enterarse de los resultados de este proyecto.

Para esta cita se inicia con una bienvenida y breve explicación de lo que se hizo en cada sesión, se comparten fotografías de las mismas y se exponen los trabajos en una mesa para ser apreciados por su familia.

Además, se trabaja una actividad en familia, relacionada con experiencias de aprendizaje con la finalidad de compartir algunos momentos memorables para ellos, en los cuales aprendieron algún aspecto valioso y se les pide compartirlo con todos. De esta manera se crea un espacio ameno para su esparcimiento e involucramiento con otras personas adultas mayores y familias.

Con la finalidad de motivarlos se reparten certificados de participación y se comparte un refrigerio organizado previamente por las facilitadoras.

La importancia de este tipo de actividades es fomentar la participación de las personas adultas mayores y mostrar con los trabajos expuestos, que aún cuentan con energía y ganas de aprender y tomar nuevos retos en compañía de personas que deseen acompañarlos.

V.II.B. Evaluación de los aprendizajes y pertinencia de las sesiones en las personas adultas mayores.

Se utilizó, primeramente, una evaluación diagnóstica al realizar preguntas acerca de la escolaridad, motivaciones, intereses y conocimientos previos de las personas adultas mayores, información que fue relevante para la creación del plan de mediación pedagógica.

Posteriormente, para el desarrollo de las sesiones, se diseñaron instrumentos de evaluación de propósito formativo y no sumativo. Se entiende como evaluación formativa aquella que intenta comprender el funcionamiento cognitivo del estudiante ante una asignación, dando valor a los logros del estudiante en el proceso de construcción del conocimiento (Díaz Barriga, 2004, p.406).

Es trascendental enlazar, dentro de los conceptos referentes a evaluación, el de tipo auténtica. Este concepto se toma como referencia Díaz Barriga (2004), de la siguiente manera:

En congruencia con los postulados del constructivismo, una evaluación auténtica centrada en el desempeño busca evaluar lo que se hace, así como

identificar el vínculo de coherencia entre lo conceptual y lo procedural, entender cómo ocurre el desempeño en un contexto y situación determinados, o seguir el proceso de adquisición y perfeccionamiento de determinados saberes o formas de actuación. Asimismo, implica un la autoevaluación por parte del alumno, pues la meta es la promoción explícita de sus capacidades de autorregulación y reflexión sobre su propio aprendizaje. En este sentido es una evaluación de proceso y formativa, donde son prácticas relevantes la evaluación mutua, la coevaluación y la autoevaluación. (Díaz Barriga y Hernández, 2002, citado en Díaz Barriga, 2006, p.127).

Una evaluación que lleve al estudiante a situaciones lo más cercanas a la realidad a la que se enfrentará próximamente, con la intención de que se sienta seguro a la hora de aplicar sus conocimientos en este campo.

La finalidad de los instrumentos diseñados y aplicados es detectar cualquier cambio que sea necesario hacer para obtener el éxito de las sesiones mediante la mediación pedagógica para la promoción de la salud de los implicados. De ser necesario, ajustar alguno de los elementos del plan para alcanzar la construcción del aprendizaje significativo podrá evidenciarse a través de estos instrumentos y corregirse a tiempo.

Los instrumentos usados fueron:

- ✓ Registros anecdóticos: Instrumento completado por la facilitadora al finalizar cada sesión, el cual recoge sus observaciones e

interpretaciones del proceso de enseñanza aprendizaje. (Ver Anexo 7).

- ✓ Registros de desempeño: Instrumento completado por la facilitadora al finalizar la sesión, este se basa en criterios de desempeño según objetivos de cada sesión y sus proyectos. (Ver Anexos del 8 al 22).
- ✓ Lista de preguntas para una Autoevaluación: aplicada al final de cada sesión mediante la técnica de conversatorio. (Ver Anexo 6).

Los instrumentos de evaluación mencionados son guardados en un expediente hecho para cada uno de los adultos mayores y los mismos cuentan con información confidencial, que será usada por las facilitadoras exclusivamente para el desarrollo de este proyecto.

VI. Capítulo.

Resultados de aprendizaje.

VI.I. Resultados de aprendizaje.

A continuación las tablas que resumen los comentarios y respuestas obtenidos de las evaluaciones y autoevaluaciones realizadas en las sesiones mediadas y resultados generales de aprendizaje.

Tabla 13.

Resultados de Registros Anecdóticos.

Número de sesión y eje temático	Lo observado acerca del proceso de aprendizaje	Lo interpretado acerca del proceso de aprendizaje
1. Pintura.	Expresa sus emociones con gestos y sonidos. Solicita que se le alcancen los implementos que desea utilizar. Su nieta le acompañó pintando.	A pesar de sus limitaciones se nota muy motivado en aprender y pintar.
2. Pintura.	Pinta guiándose por cuadros de su preferencia utilizando además colores semejantes a los observados en los mismos.	Está muy motivado pintando y tiene excelente disposición para hacerlo, existe un cambio en el semblante a la hora de pintar.
3. Pintura.	A pesar de sus limitaciones al hablar se logra dar a entender lo que quiere pintar y los colores que desea usar.	Demuestra mucha disposición por realizar los trabajos, es perseverante y con lágrimas expresa su emoción al ver su proyecto finalizado.

1. Bordado.	Presta mucha atención a lo que se le explica y hace preguntas. Su hija estuvo atenta a observar las puntadas y le acompañó en el transcurso de la sesión.	Aprende muy rápido y sin mayor dificultad, tiene actitud muy positiva y le gustan los colores vivos y dibujos de mariposas y flores.
2. Bordado.	Se hizo repaso de las puntadas vistas la sesión pasada, pues no recordaba todas. En el mantel sólo aplicó dos tipos de puntadas, el mismo se le dejó como practica de continuidad.	Muestra un gran avance en el bordado, es una persona muy perseverante. Se entretiene tanto que no se percata cuando termina la sesión y desea seguir bordando y compartiendo.
3. Bordado.	Tiene buena precisión al hacer las puntadas. Se nota su habilidad para realizar las decoraciones.	Está muy contenta con su avance. Terminó los trabajos asignados con gusto, aún con el grado de complejidad que se considera elevado.
1. Hidroponía.	Participó activamente en todo momento con comentarios y preguntas.	Se le nota muy motivado.
2. Hidroponía.	El semillero está muy bien cuidado, las semillas ya están germinando.	Tiene una actitud muy positiva. Está muy motivado por el progreso del semillero.
3. Hidroponía.	Trabajó muy activamente en todas las actividades realizando muchas preguntas y aportando ideas de nuevas opciones de siembra.	Es muy trabajador y le gusta que las cosas le salgan bien, es muy cuidadoso con lo que hace.

1. Jardinería.	Se le brindó ayuda con el collage, pues mencionó que no podía realizarlo sola. Participó en la elección de las plantas de su agrado para la realización del collage y mostró cómo las quería colocar en el mismo.	Le gustan los colores vivos y sus gustos son bien definidos. Le gustan las plantas y la tranquilidad.
2. Jardinería.	Le gusta el tema de la utilidad de las plantas, sin embargo se distrae constantemente para comentar acerca de sus problemas. Se le obsequió una planta, la besó y la puso en un lugar alto, difícil de alcanzar.	Necesita mucho expresarse y que la escuchen y consientan, estuvo muy contenta con el obsequio de la planta.
3. Jardinería	Tiene bastante dolor dado a una fractura en la costilla, sin embargo manifestó querer recibir la sesión. Mostró mucho interés por aplicar lo explicado en esta sesión en su jardín (cómo hacer abono en casa).	Se le ve un mejor semblante aunque sigue recuperándose de su fractura.
1. Estudios Sociales.	Compara sin dificultad los hechos históricos a nivel mundial con los ocurridos a nivel nacional.	Le gusta mucho conversar y que le escuchen. Le gusta discutir con gente más joven sobre los hechos ocurridos en la actualidad.
2. Estudios Sociales.	Reconoce y asocia personajes con los hechos narrados.	El tema es de gran interés para él, pues comparte siempre su opinión activamente.

3. Estudios	La sesión fue cancelada por motivos de
Sociales.	salud de la persona adulta mayor.
	Se le dejó con su hija un libro sobre Historia
	como obsequio para incentivar que siga
	leyendo.

Tabla 13. Elaboración propia.

Tabla 14.

Resultados Registros de Desempeño.

Sesión y eje	Aciertos	Observaciones
1. Pintura.	5	Utiliza sin dificultad los colores primarios en una hoja de dibujo.
2. Pintura.	5	Utiliza los colores secundarios siguiendo las imágenes facilitadas.
3. Pintura.	5	Aplica combinaciones de colores al crear un cuadro.
1. Bordado.	5	Practica en un trozo de tela los tipos de puntada demostrados.
2. Bordado.	5	Emplea las puntadas básicas en tela de bordado con la ayuda de imágenes.
3. Bordado.	5	Crea bordados al elegir las puntadas de su preferencia.
1. Hidroponía.	5	Crea un semillero hidropónico con ayuda de las facilitadoras.
2. Hidroponía.	5	Prepara la base de fibra de coco con ayuda de las facilitadoras.
3. Hidroponía.	5	Elabora una siembra hidropónica paso a paso.
1. Jardinería.	5	Elige al elaborar un collage las plantas de su preferencia.
2. Jardinería.	5	Describe la utilidad de una planta.
3. Jardinería.	5	Aplica técnicas y medios amigables con el ambiente.
1. E.Sociales.	5	Relaciona por medio de fotografías hechos históricos relevantes.
2. E.Sociales.	5	Organiza por medio de un esquema personajes causa y consecuencias de la guerra de 1948.
3. E.Sociales.	-	No aplica. La sesión fue cancelada por motivos de salud de la persona adulta mayor.

 Tabla 14. Elaboración propia.

Tabla 15.

Resultados de las preguntas de Autoevaluación.

Sesión y eje temático	Aciertos	Comentarios	Pregunta abierta: ¿Cómo se sintió con la sesión de hoy?
1. Pintura.	5	Muy bonitos los materiales	Se sintió muy bien.
2. Pintura.	5	Ya quiere que sea la otra sesión.	Le gustan las sesiones.
3. Pintura.	5	Muy agradecido.	Bien, quiere que sigan las sesiones.
1. Bordado.	5	Quiere practicar bastante.	Le gusta mucho la técnica, tanto así que solicitó se le dejara algún trabajo para realizar mientras esperaba la próxima sesión.
2. Bordado.	5	Decoró casi todo el mantel las horas se pasan muy rápido	Muy entusiasmada por continuar termina el bordado antes de lo esperado.
3. Bordado.	5	Terminó el bolso en una tarde, se siente motivada.	Muy agradecida. No podía creer lo bonito del cuadro que pintó su esposo.
1. Hidroponía.	5	Le trajo recuerdos de su juventud.	Le agradó la sesión, le hizo recordar cuanto quería ser Ingeniero y trabajar para el gobierno.
2. Hidroponía.	5	Es muy positivo.	Muy entretenido, quiere que le traigamos abono.

3.	5	Desea que le traiga más semillas.	Entretenido.
Hidroponía.			
1. Jardinería.		Se siente muy sola pero con personasLa sesión estuvo muy bonita. como las de este proyecto se siente especial.	
2. Jardinería.	5	Todo quedó precioso.	¡Excelente! Muy grata compañía, lástima que terminó tan rápido.
3. Jardinería.	5	Se sentía adolorida pero con muchas ganas de recibirnos.	Se sintió muy relajada, tanto que se le olvidan los problemas.
1. Estudios Sociales.	5	Es muy bonito llevarse bien y aprender de las personas.	Le gusta mucho ver noticias y enterarse de lo que ha sucedido en el mundo por esto le agradó mucho el tema de hoy.
2. Estudios Sociales.	5	Conversando se le pasa el rato volando.	Se le pasa la hora muy rápido. Está muy agradecido.
3. Estudios Sociales.	-	No aplica. La sesión no se dio dado a problemas de salud de la persona adulto mayor.	

Tabla 15. Elaboración propia.

VI.I.A. Resultados de aprendizaje en general:

Las personas adultas mayores expresaron en los conversatorios (autoevaluación) que efectivamente con las sesiones conocieron más del tema de su interés. Según Díaz Barriga (2004), en el proceso de autoevaluación se logra la autorregulación de los aprendizajes a partir de criterios propios (p.365). Se evidencia, en los instrumentos de evaluación, que se alcanzó el total de aciertos propuestos para cada sesión y por tanto, existió un proceso de aprendizaje acorde a sus preferencias, siendo esto determinante para su motivación.

Todas las personas adultas mayores afirmaron que los materiales y los procedimientos fueron adaptados de manera que se sintieran bien y aprendieran, “la evaluación auténtica va un paso más allá en el sentido de que destaca la importancia de la aplicación de la habilidad en el contexto de una situación de la vida real” (Díaz Barriga, 2006, p.127). En este caso las actividades estuvieron contextualizadas para cada participante, logrando que las prácticas fueran aplicadas en ambientes reales y asegurando que se desarrollaran de manera satisfactoria y cómodamente.

Los participantes indicaron que las sesiones cumplieron con sus expectativas supuestas desde un inicio, por esto, se considera de relevancia aplicar una evaluación diagnóstica con el fin de conocer lo que las personas esperan alcanzar al finalizar las sesiones. La evaluación diagnóstica según Díaz Barriga (2002), es aquella que se realiza previamente al desarrollo de un proceso educativo y se desarrolla de manera única y exclusiva (p.396). Se deduce que al conocer sus expectativas se logra ajustar las prácticas de manera satisfactoria y

esto puede conllevar a que den continuidad a sus proyectos, aún después de haber concluido las sesiones.

Las personas adultas mayores mencionan que lo aprendido en las sesiones puede ser aplicado en sus actividades diarias. El término Biopedagogía define el aprendizaje como un proceso para la vida y lo relaciona con la condición de estar vivo (Flores Davis, L. 2012, p.86). Por tanto, esto demuestra que, aún en edad avanzada, son capaces de aprender y poner en práctica sus conocimientos por medio de acciones como los proyectos realizados que formen parte de su rutina, fomentando un aprendizaje de y para toda la vida.

En su totalidad, la población participante afirma que le gustaría continuar con las sesiones. Bermejo (2006), menciona que “a pesar de la enorme variabilidad en la vejez; de las enormes existencias entre las personas mayores (mayor que la que existe en ninguna otra edad), continúa vigente la importancia de los estereotipos sobre esta etapa vital” (p.67). Contrario a lo que muchas personas piensan, las personas adultas mayores cuentan con energía para realizar sus propios proyectos, como queda evidenciado con esta investigación. Cuando existen estrategias adaptadas para llevar a cabo proyectos personalizados se genera mayor interés y participación.

En el caso de las sesiones de bordado, la participante expresó sentirse entusiasmada, agradecida, entretenida y desde la primer sesión solicitó que se le dejara un trabajo asignado, incluso terminó el proyecto antes de lo esperado por lo que se buscó material adicional. Para Frida Díaz Barriga (2002), en el plano pedagógico, la motivación significa proporcionar o fomentar motivos, es decir,

estimular la voluntad de aprender (p.69). Siendo la motivación el principal impulso para alcanzar las metas, cuando esta se experimenta en el proceso de aprendizaje, existe iniciativa para realizar proyectos nuevos e incluso los resultados de los mismos pueden llegar a superar las expectativas, tal es el caso con Pérez.

Campos, a pesar de sus capacidades limitadas, mencionó sentirse muy bien en las sesiones y que las mismas eran de su agrado hasta el punto de manifestar su emoción por medio de lágrimas al ver uno de sus proyectos finalizado. Según el Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, adecuación curricular es “la acomodación o ajuste de la oferta educativa a las características y necesidades de cada alumno, con el fin de atender las diferencias individuales de éstos” (p.7). Las personas con capacidades limitadas pueden desenvolverse en el proceso educativo siempre que se personalicen las estrategias (adecuaciones). En las tres sesiones compartidas con él se lograron realizar todas las tareas asignadas, hizo trazos firmes usando pinceles gruesos, los cuales fueron los que se adaptaron mejor a su limitación de movimiento.

Las sesiones de hidroponía según el adulto mayor que las experimentó, fueron de su agrado, entretenidas y se sintió cómodo. Para garantizar que el proceso de trabajo sea idóneo se deben aplicar adecuaciones si fuera necesario. El Ministerio de Educación Pública de Costa Rica define las adecuaciones de acceso como “las modificaciones o provisión de recursos especiales, materiales o de comunicación dirigidas a algunos alumnos (especialmente a aquellos con deficiencias motoras, visuales y auditivas)” (pp.7-8).

En este caso, se creó y se usó una mesa hidropónica acorde a su estatura para evitarle agacharse, siendo esta una de las principales limitaciones físicas de este adulto mayor, además, dado a su limitación auditiva, se usó un tono de voz alto. De no haberse hecho estas adecuaciones de acceso, no hubiera sido posible que este adulto mayor comprendiera los procedimientos y que continuara utilizando la mesa hidropónica para nuevos cultivos.

Blanco, en sus sesiones de Estudios Sociales, mencionó sentirse agradecido, también le agradaron mucho los temas y el tiempo se le pasó muy rápido.

Además, Vygotsky (citado en Ramírez Plasencia y Chávez Aceves, 2012) aborda que el desarrollo humano se da a través de la interacción sociocultural, la cual aporta un serie de elementos que colaboran a que se lleve a cabo el proceso de aprendizaje (p.5). Por medio de la interacción social, el proceso de aprendizaje se torna entretenido y ameno por tanto, las estrategias utilizadas en estas sesiones fueron adaptadas para que existiera socialización ya sea comentando una noticia, discutiendo un video o generando conversaciones a partir de la descripción de fotografías.

Soto, por su parte, con las sesiones de Jardinería mencionó sentirse relajada y que los problemas se le olvidaban. Bermejo (2004), propone la creación de proyectos educativos para personas mayores fundamentados en dimensiones específicas (fisiológica, sociológica, epistemológica, psicológica y pedagógica), también orientados en educación no formal (con grado de regulación y estructuración escaso), y con enfoque constructivista basado en gerontología

educacional (pp.12-13). Las estrategias condujeron a favorecer la creación de un espacio armonioso y recreativo, basado en una educación no formal, además, se extendieron los momentos de motivación brindando de esta forma un tiempo extra de cada sesión para conversar con ella y reforzando frases positivas para contrarrestar su estado anímico de tristeza.

Las fotografías tomadas durante las sesiones cuentan con consentimiento informado previamente firmado y las mismas muestran los proyectos realizados en las mismas (Ver Anexo 26 - 30).

VI. II. Conclusiones.

Este Proyecto queda a disposición de la Universidad Técnica Nacional, y con el mismo se concluye que:

- Se generó un diagnóstico de aspectos físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores que participaron en el proyecto, el cual arrojó los datos necesarios para la creación de las estrategias de mediación pedagógica.
- Se elaboraron estrategias de aprendizaje, significativas y situadas, tomando en cuenta los objetivos propuestos por las facilitadoras, según los temas de preferencia y saberes previos de los participantes, las mismas permitieron la aplicación de un enfoque constructivista, el cual es esencial al trabajar con poblaciones de personas adultas mayores.
- Se logró aplicar el plan basado en los principios de la Gerontología Educativa, con la finalidad de brindar una propuesta pedagógica, adaptada a la población y colaborar de cierto modo con el aplazamiento del deterioro de las facultades mentales; siendo una alternativa innovadora, ya que a la fecha de la investigación no existía ninguna propuesta con modalidad a domicilio orientada en Gerontología Educativa.

- Se creó y aplicó un plan de mediación pedagógica para la promoción de la salud de los participantes, adaptado a sus necesidades y motivaciones personales, lo cual promueve vivir una etapa tan importante como lo es la tercera edad de manera más positiva, placentera e independiente.
- Mediación pedagógica para la inclusión y participación social. Se logró motivar por medio de uso de técnicas participativas, de interacción e inclusión a las personas adultas mayores como a su familia quienes se involucraron en varias actividades de cada sesión y lograron el alcance de los objetivos propuestos para cada una mediante la realización de proyectos.
- Por medio de prácticas orientadas al constructivismo, se logró incentivar el deseo de las personas adultas mayores por continuar con los proyectos, de modo que se alcanzaron los objetivos propuestos y las expectativas mencionadas por los participantes desde un inicio.
- Al aplicar mediación pedagógica es fundamental crear ambientes propicios, que faciliten el desarrollo y cumplimiento de los contenidos planteados. Al tratarse de sesiones contextualizadas y auténticas, llevadas a cabo en el domicilio de cada participante, fue notorio que se sentían cómodos y a gusto con el lugar, lo que generó un ambiente apto para que se llevara a cabo el proceso de aprendizaje. Las personas adultas mayores y su familia se mostraron siempre

sonrientes, deseosos por participar, dieron sus opiniones, estuvieron atentos a las explicaciones, por tanto se experimentó un espacio amigable, respetuoso, participativo y activo que permitió mediar el proceso de aprendizaje.

- De las técnicas mostradas y practicadas se adquirieron nuevos conocimientos, se demostraron habilidades y desarrollaron destrezas, que les fueron de utilidad en el contexto en el que se desenvuelven diariamente.
- Se concluye además que la mediación pedagógica interviene en la promoción de la salud, en este caso en el bienestar social, con la inserción de los participantes en su comunidad mediante las prácticas auténticas y realización de proyectos.
- En las evaluaciones elaboradas se denota una diferencia positiva del estado anímico de las personas adultas mayores, antes de recibir las sesiones (sentimientos de soledad por ejemplo) y después de haberlas concluido (sentimientos de alegría y optimismo), tanto para aquellas que viven solas como las que viven acompañadas de su familia.
- La técnica de conversatorio (autoevaluación), como herramienta evaluativa aplicada al final de cada sesión, fue muy útil para corroborar tanto el logro de los objetivos propuestos como para percatarse del agrado e interés de las personas participantes, y saber

si era requerido un cambio en la ejecución de las próximas sesiones. Sus sentimientos acerca de las sesiones siempre fueron positivos y muy optimistas.

- Gracias al aporte de la mediación pedagógica, de las adecuaciones de tiempo, de acceso y las no significativas que se realizaron, se lograron individualizar y adaptar las estrategias, para que cada persona adulta mayor pudiera crear sus proyectos, obteniendo un aprendizaje situado.
- El aporte a la promoción de la salud (bienestar integral) de las personas adultas mayores fue notorio, pues mencionaron en varias ocasiones que se sentían alegres cuando realizaban sus proyectos en compañía de las estudiantes y que desean que las mismas continúen. A partir de un video grabado durante la última sesión se toman las siguientes palabras (consentimiento informado previamente firmado en cada expediente):

“Yo estoy muy feliz, ahora me siento triste porque ya nuestras maestras ya no nos van a estar dando estas charlas tan lindas, nos han deslumbrado a todos nosotros los viejos...Que las manden ojalá todos los días, seríamos, porque nos entretienen mucho y nos desarrugamos mucho también, pasamos ratos muy contentos,

alegres de que alguien se preocupa realmente por nosotros, estoy muy agradecida”.

“Yo estoy muy contenta con estos cursos que, estas cositas que nos enseñaron ellas porque estábamos ahí olvidados verdad y ellas llegaron y fue de mucha mucha alegría recibirlas siempre y compartir con ellas y lo que nos enseñaron... es muy lindo, se pasa el tiempo y uno siempre está feliz...”.

“Estos grupos son muy gratificantes para nosotros que estamos metidos en las casas muchas veces este sin hacer nada ahí aburridos...”.

“Muchas gracias, que Dios las bendiga y sigan adelante”.

VI.III. Recomendaciones.

1. El Gobierno Local, Comité de Desarrollo, instituciones de ayuda social y la comunidad en general de Naranjo, deben prestar especial atención a las opciones de recreo o esparcimiento de las personas adultas mayores, en este caso específicamente las del Barrio del Carmen quienes además de contar con la difícil topografía del Barrio, no cuentan con espacios aptos para su esparcimiento o disfrute. Se recomienda, enviar un resumen acerca de este proyecto emprendido en Barrio del Carmen junto con fotografías para incentivar a dichas instituciones a proponer y apoyar este tipo de iniciativas.
2. Se proponen Programas de Acompañamiento a la Persona Adulta Mayor, estos deben ser principalmente dirigidos a aquellas que vivan en soledad y requieren espacios de compañía. Para los mismos podría tomarse en consideración replicarlos con estudiantes que realicen trabajos comunitarios a nivel universitario, como en la Universidad Técnica Nacional y Ministerio de Educación Pública que cuentan con profesionales en temática educativa.
3. Se propone contactar al Comité de Desarrollo del Barrio del Carmen, con el fin de que organice una actividad cada cierto tiempo (2 meses), y de esta forma contribuya a la realización integral de las personas adultas mayores del lugar.

4. Dar continuidad y expandir el proyecto, mediante solicitud de patrocinio de materiales y recibimiento de estudiantes universitarios que requieran emprender su trabajo comunal como requisito de graduación conservando las bases de este trabajo, y sugiriendo replanteamiento del diagnóstico y planeamiento creado según las características de las poblaciones en las que se desea aplicar correspondiente.

VI.IV. Limitaciones.

- Validez, muchos de los datos son subjetivos en cuanto a enfoque, métodos utilizados y conclusiones, pues estos han sido interpretados y trabajados según criterio de las investigadoras.
- Confiabilidad de la información que se genera, algunos datos están sujetos al conocimiento de las investigadoras, lo cual no garantiza que al ser aplicado o analizado por otras personas vaya a provocar el mismo efecto o resultado.
- Este proyecto es meramente de carácter cualitativo, y realizado específicamente para la población del Barrio del Carmen de Naranjo, y por tanto no se puede generalizar los resultados obtenidos, ni ser comparados con otras poblaciones.
- Tamaño de la población, por la naturaleza del proyecto de enfoque cualitativo se indagaron a fondo aspectos personales, de salud y sociales de cada persona adulta mayor participante, por tanto la población no fue extensa.
- El conocimiento previo de las facilitadores acerca de ejes como Hidroponía y Bordado era escaso y por esto se tuvo que llevar ciertas sesiones previas de preparación por aparte.

Anexos.

Anexo 1.

Cronograma del Plan de Trabajo.

Objetivos	Actividades	Tiempo estimado en días
Conocer aspectos físicos, mentales, comportamientos diarios, capacidades para realizar labores diarias y motivaciones de las personas adultas mayores en estudio.	Revisar bibliografía.	5 días
	Reunión con la institución que dará la población a trabajar	1 días
	Diseño de entrevistas exploratorias y realización de las mismas.	8 días
	Análisis de la información obtenida y elaboración del Diagnóstico.	8 días
Elaborar estrategias de aprendizaje significativas y situadas para las personas adultas mayores.	Búsqueda de entidades o personas que puedan colaborar con la elaboración de estrategias y plan integral y realizar entrevista a los mismos.	10 días

	Revisiones bibliográficas y entrevistas a expertos para elaborar estrategias de aprendizaje.	8 días
Crear un plan integral de mediación pedagógica adaptado a las necesidades de las personas adultas mayores.	Crear el plan integral de mediación pedagógica (tiempo, contenidos, estrategias, ejes, evaluación del mismo) y proceder a la redacción del trabajo final.	15 días
Aplicar el plan integral de mediación pedagógica para la promoción de la salud en la población adulta mayor participante.	Aplicar el plan integral de mediación pedagógica (tiempo, contenidos, estrategias, ejes, evaluación del mismo) y proceder a la redacción del trabajo final.	90 días.

Anexo 2.

Entrevista exploratoria a un Experto.

Esta entrevista es enviada por correo electrónico a un profesional en Gerontología con la finalidad de explorar información pertinente al proyecto y analizar su factibilidad.

Se adjunta en el mismo correo electrónico el título y los objetivos planteados para la investigación para brindar al entrevistado una idea general de lo que se persigue con la misma. Además se adjunta el consentimiento informado para elaborar esta entrevista.

Nombre del experto entrevistado: _____ Chavarría _____.

Profesión: _____ Psicóloga y gerontóloga. _____.

Lugar de trabajo: _____ INA _____.

Preguntas:

1. ¿Desde su perspectiva como profesional, qué opina sobre la educación para adultos mayores, principalmente para aquellos que se encuentran en riesgo social?

La educación es un pilar fundamental en la vida de todo ser humano, puesto que tenemos la capacidad de aprender a lo largo de toda la vida. Independientemente de su condición creo importante que la persona se eduque y aprenda. Sin embargo, es importante que la educación sea relevante para la persona y de utilidad para su vida cotidiana.

2. ¿Cree que sea una buena opción para los adultos mayores el tener la posibilidad de recibir sesiones de mediación pedagógica basadas en temas de su propio interés dadas a domicilio?

En Costa Rica existen los Centros Diurnos que brindan un espacio para que las personas adultas mayores socialicen, aprendan y desarrollen nuevas habilidades. Sin embargo, estos centros sólo reciben personas independientes y con un estado de salud óptimo. Esto no ocurre porque el Centro no quiera recibirles sino porque no cuentan con el recurso humano para

atender o asistir de forma óptima a personas adultas mayores con alguna enfermedad o discapacidad. Ante esta realidad siempre he pensado ¿Qué ocurre con las personas adultas mayores que desean aprender nuevas habilidades, compartir, socializar pero que por su condición no pueden asistir o trasladarse a este tipo de centros? Definitivamente creo como un proyecto interesante que las personas puedan recibir cursos a domicilio.

3. ¿Considera que se pueden presentar más ventajas o desventajas al impartir estas sesiones y cuáles serían? Por favor menciónelas.

Siempre existirán ventajas y desventajas y depende del abordaje del proyecto y de las características de las personas adultas mayores.

Ventajas:

Las personas pueden aprender nuevas habilidades o desarrollar habilidades que ya tenían.

Se puede fomentar la autonomía e independencia (siempre y cuando se aborde de forma adecuada este tema).

Se puede mejorar su autoestima, al aumentar su valía personal si tienen algún proyecto que llevar por sí mismos, y con ello sentirse útiles.

Dependiente de la metodología empleada se podrían mejorar las relaciones familiares e intergeneracionales, siempre y cuando haya participación de otras personas.

Desventajas:

Posible deserción debido a la condición de salud de las personas

Limitaciones de la persona o familia para que ingresen al domicilio otras personas.

Desconozco a fondo la metodología pero al visitar a domicilio el impacto sería más reducido (una persona por vez).

Los temas podrían ser o no de interés de las personas.

4. Espacio para comentarios adicionales.

Agradecemos toda su colaboración en esta entrevista.

Anexo 3.

Entrevista exploratoria a un Experto.

Esta entrevista es enviada por correo electrónico a la Encargada de Logística de la Asociación de Cuidados Paliativos con la finalidad de explorar información pertinente al proyecto y analizar su factibilidad.

Se adjunta en el mismo correo electrónico el título y los objetivos planteados para la investigación para brindar al entrevistado una idea general de lo que se persigue con la misma. Además se adjunta el consentimiento informado para elaborar esta entrevista.

Nombre del experto entrevistado: _____ Chinchilla _____.

Lugar de Trabajo: __ Asociación de Cuidados Paliativos de Naranjo. Encargada de Logística
_____.

Profesión: _____ Contadora Privada _____.

Preguntas:

1. ¿Desde su perspectiva, qué opina sobre la educación para adultos mayores, principalmente para aquellos que se encuentran en riesgo social?

La experiencia que tengo en la Asociación de Cuidados Paliativos y en la Red de Cuido, en ambas partes con usuarios personas adultas en pobreza y pobreza extrema, es que estas personas tienen un gran potencial, muchas veces opacado por las situaciones que han vivido; opinan que no les gusta involucrarse en grupos existentes en la comunidad, pues no pueden aportar cuotas y sienten que sus ropas no son adecuadas; sin embargo, cuando hablamos con ellos, cuando logramos que expresen sus emociones, cuando sienten que no se les engaña, cuando logramos llenar algunas de sus muchas necesidades, ellos cambian.

La persona adulta mayor se siente muy bien practicando el oficio que tuvo en su vida laboral; por ejemplo los que fueron agricultores añoran sembrar, cuidar plantas; las señoras que realizaron manualidades, pueden retomar sus labores; hemos conocido algunos casos (hombres y mujeres)

que aprendieron a bordar mientras estuvieron hospitalizados y hacen excelentes trabajos; recuerdo el caso de un señor que aprendió a tejer alfombritas y hasta logró un contratito con un “polaco”.

Importante anotar que la mayor parte de adultos mayores en riesgo social viven confinados a un rincón de la casa; en sus barriadas hay pocas o nulas opciones de diversión y muchas veces no pueden asistir a oficios religiosos; cuando tienen opciones, ellos cambian: hablan más, expresan mejor sus sentimientos, no se quejan tanto, se les ve un mejor semblante y en algunos casos, los médicos anotan mejoría.

En resumen, opino que es una excelente idea darles la oportunidad de desarrollar alguna actividad en la que empleen su tiempo; no aceptan presiones, lo hacen, como ellos dicen “para tener algo que hacer”; sin embargo, se puede aprovechar para enseñarles, por ejemplo hábitos de limpieza de manos, responsabilidad respecto a medicinas y tratamientos, acudir puntualmente a citas, ejercicios básicos, etc.

2. ¿Cree que sea una buena opción para los adultos mayores el tener la posibilidad de recibir sesiones de mediación pedagógica basadas en temas de su propio interés dadas a domicilio?

Es una excelente idea y sin duda las personas adultas mayores e incluso los pacientes que tienen problemas para movilizarse y que por lo tanto les cuesta mucho salir de las casas (aunque no necesariamente son adultos mayores), van a recibir la capacitación de muy buena gana, con los brazos abiertos como dicen ellos; por ejemplo, hace tres años, tuvimos dos estudiantes de TCU que entregaron rompecabezas y juegos como El Gran Banco, el resultado fue excelente; pues los familiares también se interesaron en participar, es posible que ustedes logren motivarlos para que se unan a la gente del vecindario.

3. ¿Considera que se pueden presentar más ventajas o desventajas al impartir estas sesiones y cuáles serían? Por favor menciónelas.

Es necesario analizar el proyecto a la luz de situaciones que se puedan presentar; muy a nuestro pesar, hay ocasiones en que simplemente no se puede avanzar tanto por el bloqueo que ejerce el paciente, como por conflictos familiares. A continuación anoto:

Ventajas

1. Se da la oportunidad al paciente de mejorar su calidad de vida, usando sus “propias herramientas”, lo cual genera un grado de libertad e independencia.
2. Un paciente con oportunidades de mejorar su calidad de vida, indiscutiblemente tendrá una mejoría que el médico puede captar.

3. El abordaje individual es muy importante y generará mejoría en las relaciones con vecinos y con familiares; en ocasiones la familia no sabe cómo interactuar con un (a) abuelo (a) que tiene limitaciones, por ejemplo es sordo, es lento, siempre cuenta las mismas historias, entonces le tienen poca paciencia, lo apartan y en algunos casos le aplican “el inservible”. Solamente hemos tenido conocimiento de una familia que recopiló las historias contadas por el abuelo y hasta empastaron el “libro”.
4. La visita domiciliar para acompañamiento está catalogada como uno de los mejores métodos en Cuidados Paliativos para que el paciente y la familia se expresen; el acompañamiento a domicilio es una excelente alternativa para conocer de cerca las situaciones, en el caso que nos ocupa para definir propuestas que mejoren la calidad de vida de la persona adulta mayor; en la mayor parte de los casos, la persona adulta mayor se la pasa horas y horas en una silla de ruedas, no habla con nadie, no se moviliza, lo cual agudiza la enfermedad.
5. La visita domiciliar es también una excelente oportunidad para inventariar necesidades, para documentarlas y luego plasmarlas en planes de trabajo y en campañas para buscar fondos. Ejemplos: pacientes que se autocuran, pues la familia aduce que no saben cómo hacerlo, en una ocasión encontramos una señora que lavaba las gasas y vendas y las reutilizaba, así nunca mejorarían las úlceras; esta situación generó la movilización de dos enfermeras voluntarias quienes apoyaron a la familia y la situación mejoró.

Desventajas:

1. Realizar visitas a domicilio, con atención individualizada requiere muchos recursos y la inversión de muchas horas de trabajo.
2. Hay que saber lidiar con familias desinteresadas y desamorizadas, quizás se encuentren casos en los cuales la familia resiente maltrato en diferentes etapas de la vida por parte del papá o la mamá y ese resentimiento no les permita interesarse en el programa.
3. La persona adulta mayor convive con nietos adolescentes o de menor edad y estos hacen travesuras (consiente e inconscientemente) y destruyen, les roban o utilizan las cosas propiedad de la persona adulta mayor.
4. Una gran mayoría de familias en las que conviven adultos mayores tienen conflictos por necesidades básicas y también por situaciones relacionadas con drogadicción y relaciones enfermizas.
5. Es posible que se encuentren personas que muestren mucho interés al principio, pero luego la desidia los envuelve y el estudiante a cargo del proyecto puede tener desilusión.

6. El trabajo repetitivo puede generar cansancio en el estudiante, reinventarse y llenarse de nuevas energías y fuerzas luego de atender tantas y tantas intervenciones requiere de altas dosis de paciencia.

4. ¿Conoce algunas instituciones que puedan estar interesadas en implementar este tipo de proyectos? De ser así por favor indique cuáles.

A nivel local se pueden anotar:

- 1- Asociaciones de Desarrollo Comunal
- 2- EBAIS talleres y charlas.
- 3- Grupos formados por el Área de Salud o por los EBAIS, algunos siguen operando cuando estas instancias se alejan, otros simplemente se debilitan y tienden a desaparecer; además estos grupos no llegan a las PAMS en estado de pobreza o pobreza extrema.
- 4- La Oficina local del MAG
- 5- La Oficina de la Mujer de la Municipalidad
- 6- Iglesias Cristianas y Evangélicas
- 7- Grupos pastorales
- 8- Estudiantes de Secundaria que deben cumplir con trabajo comunal.
- 9- El Comité Cantonal de Deportes
- 10- Asociación de Cuidados Paliativos
- 11- Comités de Educación de Cooperativas.
- 12- Grupo interinstitucional conformado por INA, CNREE, Municipalidad, Ministerio de Salud, Ministerio de Trabajo.

A nivel nacional /regional:

1. Estudiantes que realizan trabajos comunales universitarios, son excelentes preparando actividades lúdicas, las cuales gustan mucho a los adultos mayores
2. El PIAM de la UCR
3. AGECO
4. Hospital Blanco Cervantes
6. Espacio para comentarios adicionales.

La propuesta de las estudiantes es excelente, con un alto grado de innovación, humanismo y solidaridad, demostrando que los derechos de los seres humanos cesan sólo con la muerte.

La concientización acerca del lugar que es nuestra obligación dar a las personas adultas mayores debe cobrar relevancia en nuestro país partiendo del análisis de necesidades autóctonas y siendo realistas respecto a alternativas de solución; esa concientización requiere la inversión de muchas horas de trabajo.

Los programas y servicios que la Asociación de Cuidados Paliativos tiene al servicio de las personas adultas mayores, nos ha permitido conocerlos de cerca, saber de sus necesidades, preocupaciones y hasta de los sueños y metas de algunos (as).

Un reto ha sido identificar los medios que permitan a las PAMS suplir necesidades básicas, entre ellas alimentación, abrigo, vestido, acceso a servicios adecuados de salud, servicios públicos básicos, vivienda digna; si una mayoría de estos asuntos básicos no es suplida, simplemente no vamos a lograr integrar a la persona adulta mayor en los proyectos, tampoco en actividades.

En la Asociación de Cuidados Paliativos hemos avanzado en procura de dotar a las PAMS de las necesidades básicas, sólo así, les hemos interesado en manualidades, siendo las preferidas aquellas que no requieren fijación de la vista o una posición determinada; por consiguiente son las que requieren el uso de las manos (camba, telares, tejido a dos agujas, bisutería, uso de materiales de desecho); además colorear y armar rompecabezas.

También son actividades que les interesan la siembra de plantas en maceteros o pequeños huertos, la confección de móviles, confección de alfombras a partir de pedazos de tela y retazos que desechan en talleres de costura.

Considero que si bien el enfoque de atención individual es importante, se puede complementar con actividades grupales, aunque sean pequeñas, por ejemplo con vecinos, entre personas que tengan el mismo tipo de enfermedad, promover reuniones de familiares.

Agradecemos toda su colaboración en esta entrevista.

Anexo 4.

Consentimiento Informado.

Universidad Técnica Nacional

Centro De Formación Pedagógica y Tecnología Educativa

Documento de Consentimiento Informado

Investigadoras: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales.

Este formulario de consentimiento es aplicado antes de las entrevistas correspondientes para la investigación: Plan Integral de Mediación Pedagógica para la Promoción de la Salud dirigido a personas Adultas Mayores del Barrio del Carmen del cantón de Naranjo.

PARTE I: Información.

Propósito.

Obtener información para la elaboración y aplicación de un Plan de Mediación Pedagógica para la Promoción de la Salud de personas adultas mayores.

Participación Voluntaria.

La participación en esta entrevista es voluntaria, en caso de no desearlo por favor indicarlo, de igual manera debe comunicar abiertamente si no desea continuar en el proceso de la investigación en algún determinado momento. No habrá consecuencia negativa alguna al querer retirarse del mismo.

Procedimientos y Protocolo.

Los datos arrojados en esta entrevista (respuestas a las preguntas, comentarios adicionales, videos y fotografías) serán utilizados únicamente para efectos de esta investigación.

Durante las entrevistas se puede realizar pausas de ser necesario.

Los videos y fotografías tomadas durante las sesiones de reunión (transcurso de la investigación), tienen como propósito demostrar el avance o cumplimiento de actividades planeadas

y los mismos serán de uso exclusivo para el desarrollo de esta investigación y para fines de exposición de la misma.

Si hay alguna duda acerca de este consentimiento informado (videos, fotografías, entrevistas) por favor hacerlo saber antes de firmarlo.

Beneficios

Personas adultas mayores: Al participar de esta investigación tendrá oportunidad de aprender sobre temas de su interés por medio de sesiones adecuadas a sus necesidades, estas sesiones no tienen ningún costo monetario para usted ya que todos los materiales estarán cubiertos por las estudiantes.

Las conclusiones de esta investigación serán compartidas con los involucrados de la Universidad Técnica Nacional con el fin de evidenciar el éxito de la aplicación del plan.

Compartiendo los Resultados.

La última sesión será por medio de una actividad final en conjunto con todas las personas adultas mayores participantes del proyecto con la finalidad de compartir actividades y mostrar los proyectos elaborados a las familias.

Derecho a negarse o retirarse.

Se reconfirma que la participación es voluntaria e incluye el derecho a retirarse en el momento que lo desee.

A Quién Contactar.

En caso de tener alguna consulta respecto a esta investigación por favor contactarse con Efrén Rodríguez González teléfono: 2436-5500 ext. 7423.

Esta investigación ha sido aprobada por la Universidad Técnica Nacional por medio de un formato previo de anteproyecto presentado a la Comisión de Trabajos Finales de Graduación, contacto Efrén Rodríguez González teléfono: 2436-5500 ext. 7423 2436-5500, correo electrónico: elrodriguez@utn.ac.cr.

PARTE II: Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación de un Plan Integral de Mediación Pedagógica para la Promoción de la Salud.

Durante esta investigación se estarán tomando videos y fotografías con fines investigativos de lo cual estoy de acuerdo. Me acompañarán familiares o personas cercanas de mi agrado que evidencien el desarrollo de las sesiones. Doy fe de que los riesgos de participar son mínimos o nulos. Sé que como beneficio no se me cobrará por materiales ni horas invertidas. Se me informó que las investigadoras son Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales y que puedo contactarlas libremente a su teléfono personal o por medio de la Universidad Técnica Nacional.

He leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado.

Consiento voluntariamente participar en esta investigación y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento sin que me afecte en ninguna manera.

Nombre del participante del proyecto: _____.

Firma del participante del proyecto: _____.

Fecha: _____.

Si no sabe leer ni escribir.

He sido testigo de la lectura exacta del documento de consentimiento para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas. Confirmando que el individuo ha dado consentimiento libremente.

Nombre del testigo: _____.

Huella dactilar del participante:



Firma del testigo: _____.

Fecha: _____.

He leído con exactitud o he sido testigo de la lectura exacta del documento de consentimiento informado para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas. Confirmando que el individuo ha dado consentimiento libremente.

Nombre de las Investigadoras: Nicole Mora Quesada, Marilyn Rojas Morales.

Firma de las Investigadoras: _____.

Fecha: _____.

Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de Consentimiento informado (NM/MR)

Anexo 5.**Entrevista grupal.****Universidad Técnica Nacional****Centro de Formación Pedagógica y Tecnología Educativa****Entrevista Grupal**

La presente se lleva a cabo por medio de una conversación grupal entre la población en estudio (personas adultas mayores), sus cuidadores (as) y las estudiantes que realizan la entrevista.

Antes de iniciarla se procede a corroborar la información obtenida vía telefónica (su interés por participar en el proyecto, el cual consiste a su vez en brindar sesiones que aborden temas que les interesen y motiven) y a leer el consentimiento informado.

Posteriormente se menciona el objetivo de esta entrevista, el cual es recolectar datos que serán utilizados en la redacción de un diagnóstico sobre aspectos personales, físicos, mentales, sociales, comportamientos diarios, capacidades de realizar actividades diarias, motivaciones de las personas adultas mayores y ciertas preguntas necesarias para elaborar una propuesta basada en sus intereses y necesidades. El diagnóstico será usado para fines del presente proyecto únicamente y tiene la finalidad de brindar información clave para el planeamiento y ejecución de las sesiones.

Estudiantes que aplican la entrevista: Nicole Mora Quesada y Marilyn Rojas Morales.

Lugar: Casa de habitación de la persona adulta mayor.

Fecha: _____.

Nombre de la persona entrevistada: _____.

Nombre de la persona cuidadora: _____.

Aspectos personales. Importantes para una propuesta situada

1. ¿Cuántos años tiene?
2. ¿El lugar donde habita es un albergue, casa propia, alquilada, prestada?
3. ¿Cuenta con un espacio privado como una habitación?
4. ¿Asistió a la escuela o colegio? ¿Qué nivel de escolaridad tiene?
5. ¿Qué tipo de ingresos recibe? (pensión, ayuda económica por parte de la familia, etc)
- 5.1. Si recibe: ¿Considera que los ingresos que recibe son suficientes?

Aspectos físicos

6. ¿Tiene alguna enfermedad o padecimiento? Mencione.
7. ¿Tiene alguna limitación física? Mencione.
8. ¿Sigue algún tipo de tratamiento médico? Mencione.
9. ¿Visita al médico periódicamente?

Aspectos Mentales

10. ¿Qué actitud ha tomado con respecto a los cambios corporales?
11. ¿Qué piensa de usted mismo?
12. ¿Recuerda con facilidad eventos sucedidos años atrás?
13. ¿Cómo es en general su actitud frente a la vida que lleva actualmente?

Aspectos Sociales. Integración Social

14. ¿Cuántos miembros conviven en su hogar?
- 14.1. Si vive sólo: ¿Recibe visitas? ¿Con cuánta frecuencia?
- 14.2 Si vive en compañía: ¿Se siente a gusto con las personas con las que convive?

15. ¿Cómo es la relación con sus familiares más cercanos?
16. ¿Se siente a gusto compartiendo con otras personas o prefiere estar solo (a)?
17. ¿Actualmente tiene compañero (a) sentimental?
- 17.1 Si lo tiene: ¿Qué tipo de actividades realizan en pareja?
18. ¿Hay alguna religión que practique? ¿Acostumbra asistir a alguna iglesia?
19. ¿Ha participado en algún proyecto o grupo en su comunidad? ¿Cuál? Comente.

Aspectos Sociales. Contribución Social

20. ¿Siente que contribuye o puede contribuir en algo a su comunidad? Comente.

Comportamientos diarios

21. ¿Tiene dificultad para dormir? Comente.
22. ¿Qué actividades hace usualmente en su día a día? Comente.
23. ¿Suele cuidar de su apariencia diariamente? Comente.

Capacidades de realizar actividades diarias

24. ¿Puede trasladarse por sí solo a lugares cercanos de su casa?
25. ¿Es capaz de atenderse por sí mismo? Comente.
26. ¿Realiza algún tipo de actividad física? Comente.
27. ¿Se concentra al realizar labores diarias? Comente.

Motivaciones

28. ¿Qué tipo de pasatiempos tiene actualmente? ¿Difieren de los que solía tener anteriormente?
29. ¿Considera que tiene alguna habilidad? Mencione.

29.1. Si tiene: ¿Le gustaría ponerla en práctica? Comente

29.2. Si no tiene: ¿Qué actividad le gustaría poner en práctica? Comente

Aspectos importantes para una propuesta significativa

30. ¿Le gustaría recibir sesiones sobre algún tema de su interés y cuál sería el tema?

31. ¿Anteriormente ha tenido oportunidad de conocer acerca de ese tema?

Aspectos importantes para una propuesta situada

32. ¿Cuánto tiempo estaría dispuesto a dedicar, con cuánta frecuencia y en qué horario y lugar de preferencia?

33. ¿Prefiere que las sesiones sean grupales o individuales?

34. ¿Le es factible trasladarse para participar en las sesiones?

Se agradece la colaboración y aportes durante la entrevista y se añaden comentarios:

Observaciones (Comportamiento y estado anímico: _____)

Anexo 6.**Autoevaluación.****1 punto cada acierto. Total 5 pts.****Tiempo estimado 10 minutos.****Nombre del participante:** _____

Aspectos para la autoevaluación	Sí	No	Comentarios
<ul style="list-style-type: none"> * ¿Conoció más acerca del tema que usted seleccionó? * ¿Los materiales y los procedimientos fueron adaptados de manera que usted se sintiera bien y aprendiera? * ¿La sesión de hoy cumplió con sus expectativas? * ¿Considera que lo aprendido durante las sesiones puede ser aplicado en sus actividades diarias? * ¿Le gustaría continuar con estas sesiones? 			
Pregunta abierta: ¿Cómo se sintió con la sesión de hoy?			
Total de aciertos:			

Anexo 7.**Registro Anecdótico.**

Registro Anecdótico

Eje: _____

Fecha: _____

Nombre del observador: _____

Propósito de la observación: _____

Nombre de la persona adulta mayor: _____

Descripción de lo observado: _____

Interpretación: _____

Comentarios: _____

Anexo 8.**Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Pintura.****1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.**

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica cada uno de los materiales demostrados por las facilitadoras. • Utiliza los materiales pictóricos según lo explicado por las facilitadoras. • Reconoce cuáles son los colores primarios según las pinturas mostradas. • Utiliza los colores primarios en una hoja de dibujo con la guía de las pinturas mostradas. • Demuestra interés por aprender el tema. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 9.**Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Pintura.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica los colores secundarios que contienen las imágenes demostradas por las facilitadoras. • Utiliza los materiales pictóricos según lo explicado por las facilitadoras. . • Aplica varios colores al copiar una pintura de su elección. • Demuestra interés por continuar y aprender del tema. • Participa activamente de la sesión. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 10.**Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Pintura.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Asocia los colores primarios y secundarios en las combinaciones contenidas en cada cuadro. • Utiliza los materiales pictóricos según lo explicado por las facilitadoras. • Aplica las combinaciones de colores al crear un cuadro con ayuda de las facilitadoras. • Demuestra interés por continuar y aprender del tema. • Participa activamente de la sesión. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 11.**Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Bordado.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica cada uno de los implementos demostrados por las facilitadoras para la técnica de bordado. • Emplea las puntadas básicas según lo explicado por las facilitadoras. • Reconoce las puntadas básicas demostradas. • Practica con la orientación de las facilitadoras las cinco puntadas básicas en un trozo de tela. • Es capaz de realizar por sí misma puntadas básicas indicadas. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 12.**Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Bordado.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Comprende los pasos básicos para realizar un bordado en objetos como fundas, almohadones, manteles. • Recuerda al menos tres puntadas básicas. • Utiliza las ilustraciones como guía para elaborar las puntadas básicas. • Emplea las puntadas indicadas en esta sesión. • Muestra satisfacción por el trabajo realizado. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 13.**Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Bordado.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Recuerda las cinco puntadas básicas vistas durante las sesiones. • Elige las puntadas de su preferencia para decorar el bolso. • Crea un bordado decorativo con las puntadas de manera decorativa en un bolso de manta facilitado por las investigadoras. • Demuestra total dominio de la técnica a la hora de decorar el bolso. • El producto final resultó ser de su agrado. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 14.**Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Hidroponía.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Entiende el concepto de hidroponía mediante la ejemplificación. • Distingue el equipo que se debe utilizar para la técnica hidroponía. • Comprende la función que tiene cada parte del equipo a utilizar en hidroponía. • Crea un semillero hidropónico con ayuda de las facilitadoras. • Está familiarizado con el tema. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 15.**Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Hidroponía.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Hace comentarios acerca del video demostrado por las facilitadoras. • Comprende los pasos necesarios para crear la base de fibra de coco. • Elige el equipo a utilizar para la creación de la fibra de coco. • Prepara la base de fibra siguiendo los pasos. • Tiene actitud positiva ante los resultados de la sesión. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 16.**Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Hidroponía.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Hace preguntas o aportes acerca de la técnica hidroponía. • Asimila los pasos necesarios para elaborar una siembra hidropónica. • Sigue el procedimiento en el orden correcto. • Elabora con ayuda de las facilitadoras la siembra hidropónica. • Compara la agricultura tradicional versus hidroponía. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 17.**Registro de desempeño. Sesión 1 Eje Jardinería.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Relaciona las plantas elegidas con los conceptos de tipos y características explicados por las facilitadoras. • Recuerda cuáles tipos de plantas existen. • Recuerdas las características generales de las plantas. • Elige las plantas que más le agradan para la confección del collage. • La actividad del collage fue de su agrado. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 18.**Registro de desempeño. Sesión 2 Eje Jardinería.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Recuerda cuáles fueron las plantas vistas en la clase anterior. • Recuerda los tipos y las características de cada una. • Entiende las funciones que tienen las plantas de su elección. • Le parece de utilidad para su vida el tema expuesto. • Describe la utilidad de las plantas. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 19.**Registro de desempeño. Sesión 3 Eje Jardinería.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Recuerda los conceptos del video • Entiende la importancia de utilizar técnicas y métodos amigables con el ambiente. • Aplica técnicas amigables con el ambiente. • Aplica métodos amigables con el ambiente. • Muestra interés por aplicar el tema en su hogar. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 20.**Registro de desempeño. Sesión 1 Estudios Sociales.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica los personajes expuestos en la sesión por medio de fotografías. • Relaciona hechos históricos ocurridos en Costa Rica y los compara con los que se vivieron en Revolución Francesa. • Reconoce las principales características de la Revolución Francesa. • Participa en el juego de memoria con al menos tres aciertos. • Le agradó participar en el juego de memoria. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 21.**Registro de desempeño. Sesión 2 Estudios Sociales.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica los personajes que participan en el video. • Menciona hechos históricos ocurridos en Costa Rica en la Guerra civil de 1948. • Reconoce las principales causas y consecuencias de esta guerra. • Organiza el esquema incluyendo los personajes, causas y consecuencias de la Guerra del 48. • Participa activamente en la elaboración del esquema. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 22.**Registro de desempeño. Sesión 3 Estudios Sociales.**

1 punto cada acierto. Total 5 pts. Observación durante el transcurso de la sesión.

Aspectos observables	SI	NO
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica los personajes clave del conflicto árabe israelí. • Comenta las principales causas y efectos del conflicto. • Da su opinión ante las situaciones que suceden en el medio oriente. • Propone alguna solución creativa ante los problemas de esta índole. • Se involucra en la actividad mesa redonda. 		
Observaciones:		
Nombre de quien revisa:	TOTAL:	

Anexo 23.**Frases de motivación para cada sesión.**

Al inicio de cada sesión acompañado del saludo se procede a compartir la lectura de una frase motivacional con el fin de promover una actitud positiva para comenzar con el desarrollo del contenido.

Primera sesión

“Cree en ti mismo y en lo que eres. Se consciente de que hay algo en tu interior que es más grande que cualquier obstáculo”.-Christian D. Larson.

Segunda sesión

“La gente exitosa y no exitosa no varían mucho en sus habilidades. Varían en sus deseos de alcanzar su potencial”.-John Maxwell.

Tercera sesión

“Lo único que se interpone entre tú y tu sueño es la voluntad de intentarlo y la creencia de que es posible conseguirlo”.-Joel Brown.

Anexo 24.**Invitación Actividad de Cierre.**

Para:

**Participantes de sesiones mediadas y familias,
Barrio del Carmen de Naranjo:**

Están invitados a la actividad final de las sesiones mediadas dadas a domicilio por Nicole Mora y Marilyn Rojas

Nos reuniremos junto a sus familias con la finalidad de mostrar los proyectos realizados y el talento evidenciado por cada uno de ustedes.

Será el **Sábado 26 de Noviembre** a las **2:00pm** en el **Salón Comunal del Barrio del Carmen.**

Los esperamos!!!

Anexo 25.

Presupuesto para las sesiones.

Tipo	Materiales	Cantidad	Precios dada la cantidad	Total
Pintura	Pinturas	2	3000	
	Pinceles	3	1200	
	Cuadro	1	2000	
	Cuaderno dibujo	1	1500	
	Otros		2000	9,700.00
Bordado	Aro	1	1300	
	Hilo	25	11500	
	Tela	1 metro	3900	
	Bolso	1	1000	
	Agujas	4	800	
	Otros		1000	19,500.00
Hidroponia	Semillas (tomate, apio, lechuga)	3	2700	
	Mesa	1	4500	
	Fotocopias	10	500	
	Sustrato Fibra de Coco	1	8000	
	Soluciones	2	8000	
	Humos Lombris	1	3000	
	Papel periódico	1		
	Otros		1000	27,700.00
Plantas	Macetera	1	1000	
	Enmarcado de collage	1	2000	
	Planta	1	2000	
	Otros		3000	8,000.00
Historia, Geografía, Leyendas	Material juegos de mesa		3000	
	Otros		4000	
	Libro	1	4000	11,000.00
TOTAL				75,900.00

Otros: Impresiones, material visual.

Anexo 26.

Sesiones aplicadas: Eje Pintura



Anexo 27.

Sesiones aplicadas: Eje Bordado



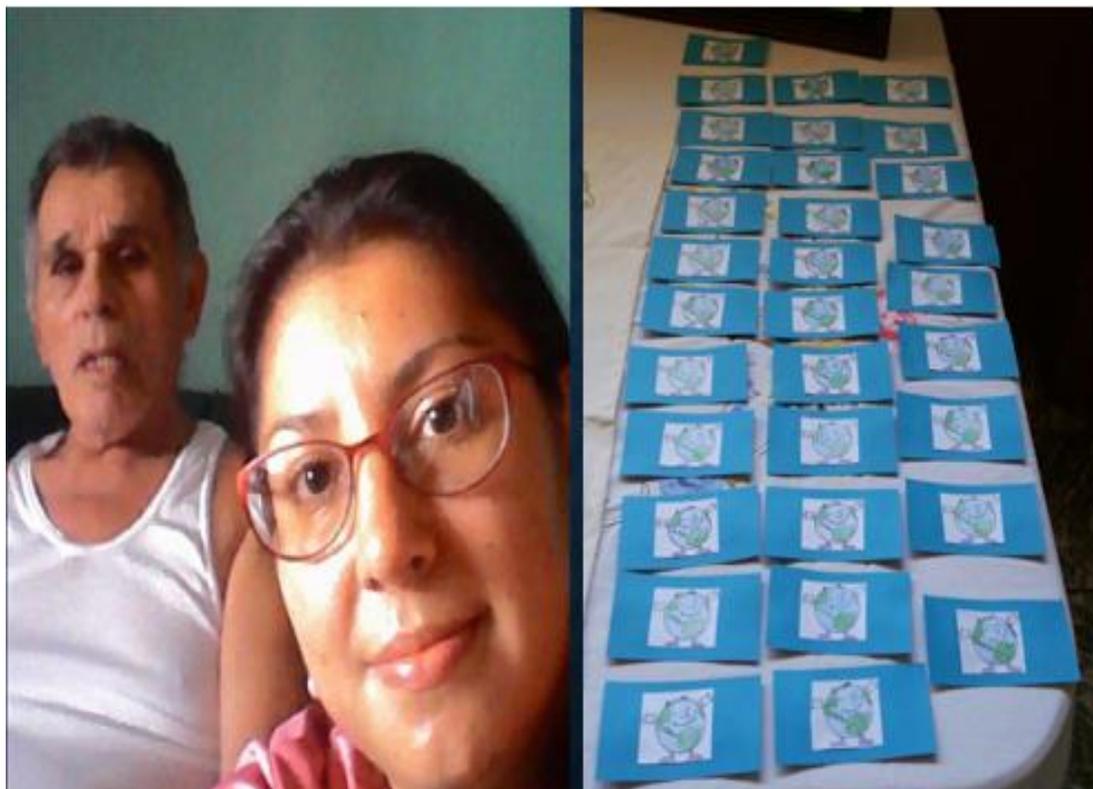
Anexo 28.

Sesiones aplicadas: Eje Hidroponía



Anexo 29.

Sesiones aplicadas: Eje Estudios Sociales



Anexo 30.

Sesiones aplicadas: Eje Jardinería



Anexo 31.

Eje Pintura: Sesión 1, imágenes.

Aprendizaje Divertido, 2012



<http://aprendizaje-divertido.blogspot.com/2012/03/imprimibles-colores-primarios-y.html>

Álvaro Vilcapoma, 2013



<http://coloresyartes12.blogspot.com/2013/05/colores-primarios.html>



Princesa Venegas.

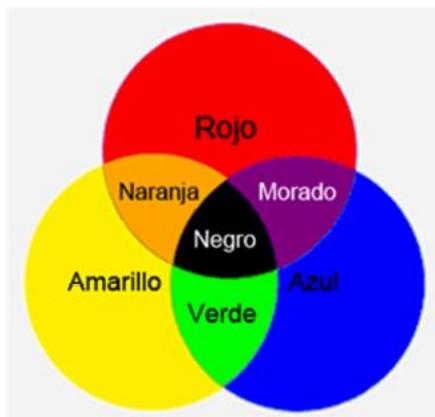


<http://www.imagui.com/a/dibujos-con-lo-colores-primarios-caKbo5GMe>

Blog Cuánto-dura.



<http://cuanto-dura.net/tag/colores-primarios/>

Anexo 32.**Eje Pintura: Sesión 2, imágenes.****COMO SE FORMAN LOS COLORES SECUNDARIOS**

rojo + amarillo = Naranja

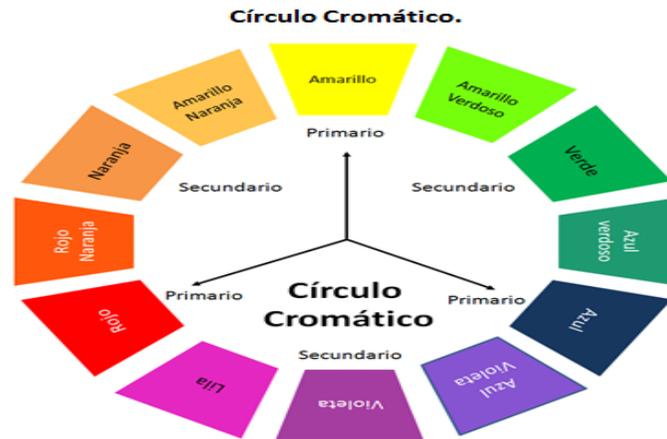
azul + rojo = Violeta

amarillo + azul = Verde



Anexo 33.

Eje Pintura: Sesión 3, imágenes.



<http://chicastips.com/combinacion-de-colores/>



Anexo 34.

Eje Bordado: Sesión 1, portada de videos.

Lidia Novo, 2014



<http://creacionesbatiburrillo.blogspot.com/2014/10/bordado-puntadas-basicas-i.html>

Iniciando a bordar Tutorial N°1 Puntadas básicas/ Rosario Montoro



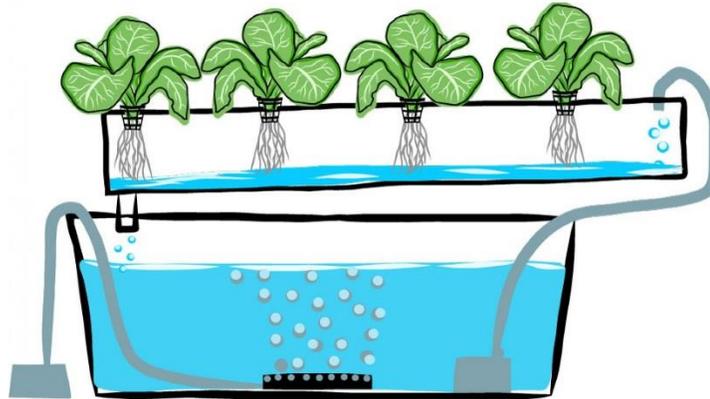
<https://www.youtube.com/watch?v=xVZJOCs7gak>

Anexo 35.**Eje Bordado: Sesión 2, portada de videos.****Tutorial N°2 Puntadas básicas/ Rosario Montoro**

<https://www.youtube.com/watch?v=nIUshhBVK-Y>

Tutorial N°3 Puntadas básicas/ Rosario Montoro

<https://www.youtube.com/watch?v=y4t0WVVIWjY>

Anexo 36.**Eje Hidroponía: Sesión 1, imágenes y fotografías.**

https://angulosalternos.com/media/k2/items/cache/0d0c19531d6e29f793ed165732978408_XL.jpg



http://saludologia.com/wp-content/uploads/2016/10/cultivar_con_hidroponia.jpg



<http://hidroponia.mx/wp-content/uploads/2015/03/cultivo-del-apio.jpg>

Anexo 37.**Eje Hidroponía: Sesión 2, portada de videos.**

Como Hacer Humus De Lombriz #1 || Abono Orgánico || La Huertina de Toni



<https://www.youtube.com/watch?v=sjBWhUI8lo>

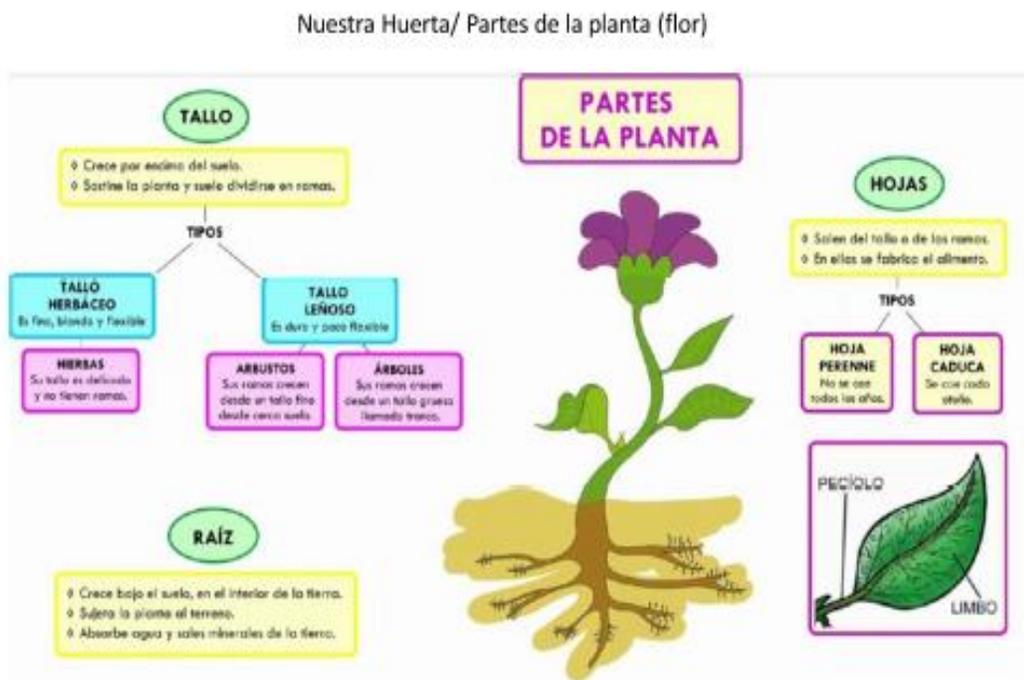
Como Preparar La Mesa De Cultivo || Huerto Urbano || La Huertina De Toni



<https://www.youtube.com/watch?v=fkgBnDDrsnI>

Anexo 38.

Eje Jardinería: Sesión 1, imágenes y fotografías.



<http://nuestrahuerta1302015.blogspot.com/2015/08/las-partes-de-la-planta-flor.html>

Blanca/El blogverde/Tipos de árboles



<http://elblogverde.com/tipos-de-arboles/>

Sam Van Aken/Discovery/ Árboles de 40 frutas se transforman en esculturas vivas



<http://www.latam.discovery.com/ciencia/imagenes/arboles-de-40-frutas-se-transforman-en-esculturas-vivas/>

Anexo 39.

Eje Jardinería: Sesión 2, fotografías y portada de video.



HERBAS



ÁRBOLES

Blanca/El blogverde/Tipos de árboles



<http://elblogverde.com/tipos-de-arboles/>

Sam Van Aken/Discovery/ Árboles de 40 frutas se transforman en esculturas vivas



<http://www.latam.discovery.com/ciencia/imagenes/arboles-de-40-frutas-se-transforman-en-esculturas-vivas/>

ARBUSTOS



MATAS



Canción El Yerberito
Celia Cruz



Anexo 40.

Eje Jardinería: Sesión 3, portada de video y poema.

Cómo hacer abono orgánico en casa/[Bioec0](#)



<https://www.youtube.com/watch?v=7SjTgQEUOkw>

Poema Cultivo una Rosa Blanca.



<http://desmotivaciones.es/3325359/Cultivo-una-rosa-blanca>

Anexo 41.

Eje Estudios Sociales: Sesión 1, imágenes.



<http://historiaybiografias.com/francesa/>

Enciclopedia Biografías y Vidas



<http://www.biografiasyvidas.com/biografia/>

Enciclopedia Biografías y Vidas



<http://www.biografiasyvidas.com/biografia/>

Anexo 42.

Eje Estudios Sociales: Sesión 1, portada de video.

1948 Rafael Ángel Calderón Guardia Y José Figueres Ferrer/ TELENOTICIAS CANAL7



<https://www.youtube.com/watch?v=P6QCYq7tZYY>

Anexo 43.

Eje Estudios Sociales: Sesión 2, noticia y portada de video.

Informador

Oct-24 22:17 hrs

Israel asegura que próxima guerra con Hamas 'será la última'

Aclaran que no tienen ningún deseo de regresar a Gaza o conquistarla

- Apuñalan a un policía a las afueras de Jerusalén
- Israel suspende colaboración con la Unesco
- Palestino abre fuego en una estación de Policía en Jerusalén



Oct-11 20:00 hrs

Soldados israelíes matan a palestino en Jerusalén

El joven murió cuando la policía y el ejército estaban desplegados en Cisjordania

- Se registra un intento de apuñalamiento en Hebrón
- Palestino apuñala a dos policías israelíes en Jerusalén
- Confirman el fallecimiento de dos israelíes tras tiroteo en Jerusalén



<http://www.informador.com.mx/internacional/2016/.htm>

Canción niños de Siria.



<https://www.youtube.com/watch?v=ZAKVQ1UsAXg>

Bibliografía.

Ale, JI. (2014, Enero 24). *William James y Psicología de la Conciencia - Parte III*
[Web log post]. Recuperado desde:
http://detodoounpoquito.blogspot.com/2014/01/william-james-y-psicologia-de-la_8940.html

Assman, H. (2002). *Placer y Ternura en la Educación Hacia una Sociedad Aprendiziente*. Madrid, España: Narcea S.A.

Astorga, A. (Comunicación personal, Octubre 3, 2016).

Bermejo, L. (2004). *Gerontología Educativa. Cómo diseñar proyectos educativos con personas mayores*. (5) Buenos Aires, España. Editorial Médica Panamericana.

Bermejo, L. (2006). *Promoción del Envejecimiento Activo. Reflexiones para el Desarrollo de Programas de Preparación y de Adaptación a la Jubilación*.
Dialnet. Recuperado desde:
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2756877.pdf>

Blanco, A y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición.
Psicothema, 17, 583. Recuperado desde:
<http://www.psicothema.com/pdf/3149.pdf>

Boff, L. (2002). *El Cuidado Esencial, Ética de lo Humano Compasión por la Tierra*. Madrid: Editorial Trotta S.A.

Brennan, R. (1965). *Psicología General*. Recuperado desde: http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/37328976/Brennan_-_Psicologia_General.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1490417145&Signature=%2FINBTXunH5akB8ITwDholUfy5II%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DBrennan_-_Psicologia_General.pdf

Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. (2001). Traducido por K. Duncan & L. Maceiras. *Salud Pública Educ Salud*, 1, 20. Recuperado desde: <https://mpsp.webs.uvigo.es/rev01-1/Ottawa-01-1.pdf>

Chavarría, M. (Comunicación personal, Abril 12, 2016).

Chinchilla, O. (Comunicación personal, Abril 12, 2016).

Ciano, N. y Gavilán, M. (2010). Elaboración de proyectos de adultos mayores: Aportes de la orientación. [Versión electrónica] *Orientación y Sociedad* Vol. 10. Recuperado desde: http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.4758/pr.4758.pdf Fernandez 2005

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2006). Plan Estratégico Nacional para la Atención de la Persona Adulta Mayor 2006 - 2012 Costa Rica: CONAPAM. Recuperado desde:

<http://www.redadultosmayores.com.ar/Material%202013/Nacionales%20Costa%20Rica%20Dominicana/4%20Plan%20estrategico%20naxional%20para%20la%20atencion%20de%20la%20persona%20adulta%20mayor%202006%201012%20Costa%20Rica.pdf>

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2013). Premio y compromiso a la solidaridad: Gerardo Zeledón Romero, hombre visionario, de “gran corazón”. La voz de los Mayores. 12 Costa Rica: CONAPAM. Recuperado desde: <http://www.conapam.go.cr/mantenimiento/REVISTA12-2.pdf>

Díaz Barriga, (2003). Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo. Revista Electrónica de Investigación Educativa 5 (2). Recuperado desde: <http://redie.ens.uabc.mx/vol5no2/contenido-arceo.html>

Díaz Barriga, F. (2006). *Enseñanza Situada: Vínculo entre la Escuela y la Vida*. (1era. ed.). México. Mc Graw Hill.

Díaz Barriga, F. & Hernández Rojas, G. (2004). *Estrategias Docentes Para un Aprendizaje Significativo: Una interpretación constructivista*. (2da. ed.). México: Mc Graw Hill.

Dossey, L. (1986). *Tiempo, espacio y salud*. (4ta. ed.). Barcelona, España: Editorial Kairós.

Fernández, E. (Comunicación personal, Octubre 3, 2016).

Fernández, F. (2005). Diseño de un programa formativo para la mejora de las habilidades sociales en personas mayores. *Pedagogía Social*. Revista

Interuniversitaria (9) pp. 309-319. Recuperado desde:
<http://www.redalyc.org/pdf/1350/135018332016.pdf>

Flores, L. (2012). Apreciación en la docencia y construcción de conocimiento biopedagógico. *Revista Electrónica Educare*, 16, 86. Recuperado desde:
<http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/3932>

García Simón, T. (2007). La educación del adulto mayor: Antecedentes y Perspectivas. *PsicoPediaHoy*, 9 (13). Recuperado desde:
<http://psicopediahoy.com/educacion-adulto-mayor/>

García Simón, T. (2007). *Metodología didáctica para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje dirigida a potenciar el crecimiento personal en la Universidad del Adulto Mayor*. (Tesis de doctorado, Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas). Recuperado desde:
<http://www.psicologiacientifica.com/adulto-mayor-metodologia-aprendizaje-crecimiento-personal/>

Hernández Sampieri, R. Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ta. ed.). México: Mc Graw Hill.

Ley Integral para la Persona Adulta Mayor, 7935, § 31. (1999). Recuperado de:
http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=43655&nValor3=95259&strTipM=TC

Metropolitan Planning Organization. (2010). L plan 2040 Boletín informativo.

Obtenido desde:

https://www.lincoln.ne.gov/city/Plan/lplan2040/content/news1_sp.pdf

Ministerio de Educación Pública de Costa Rica. (1997). Políticas, Normativa y

Procedimientos para el Acceso a la Educación de los Estudiantes con

Necesidades Educativas Especiales. Obtenido desde:

https://www.google.co.cr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwj9K2H1LnTAhWLNSYKH7xD08QFggxMAI&url=http%3A%2F%2Fsc0354e8b8ca6e22b.jimcontent.com%2Fdownload%2Fversion%2F1247242304%2Fmodule%2F1948816119%2Fname%2FPolitica%2520y%2520normativa%2520N%2520E%2520E.doc&usg=AFQjCNGTO8-KrkW3JERUk_x7giqdCvTtpg

Moreno Doña, A., Calvo Muñoz y C. López de Maturana, S. (2013). Aprender en y

desde la Motricidad Humana: Educación, Escuela y Mediación Pedagógica.

Revista Iberoamericana de Educación. (62) pp. 203-216

Niemeyer, B. (2006). El aprendizaje situado: una oportunidad para escapar del

enfoque del déficit. *Dialnet Revista de Educación*, 341, 111. Recuperado

desde: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2165128>

Noticias Repretel. (2016). *Conmemoran mes del adulto mayor.* [Videograbación].

San José. REPRETEL. Obtenido desde:

<http://www.repretel.com/actualidad/conmemoran-mes-del-adulto-mayor-50008>

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Formato de Consentimiento Informado para Estudios Clínicos*. Recuperado desde:

<http://www.uchile.cl/portal/investigacion/centro-interdisciplinario-de-estudios-en-bioetica/documentos/75657/documentos-de-consentimiento-informado-elaborados-por-la-oms>

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Salud mental: un estado de bienestar*.

Recuperado desde: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

Organización Mundial de la Salud. (2017). *¿Cómo define la OMS la salud?*.

Recuperado desde: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>

Página Web Oficial Asociación Gerontológica Costarricense. Obtenido desde:

<http://ageco.org/>

Página Web Oficial Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Disponible en:

<http://www.inec.go.cr/>

Página Web Oficial Vitónica. (s.f.). Disponible en:

<http://www.vitonica.com.mx/entrenamiento/que-es-un-plan-integral>

Pizano Chávez, G. (2002). Aprendizaje significativo y su acción en el desarrollo de la acción educativa. *Revista Investigación Educativa*, 7, 29. Recuperado desde:

<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/educa/article/view/814>

Plan Estratégico Nacional para la Atención de la Persona Adulta Mayor 2006 - 2012 Costa Rica. (2006). Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor, pp 1-40. Disponible en: <http://www.redadultosmayores.com.ar/Material%202013/Nacionales%20Costa%20Rica%20Dominicana/4%20Plan%20estrategico%20naxional%20para%20la%20atencion%20de%20la%20persona%20adulta%20mayor%202006%201012%20Costa%20Rica.pdf>

Quesada, F. (Comunicación personal, Setiembre 10, 2016).

Ramírez, A. (Comunicación personal, Setiembre 24, 2016).

Ramírez Plasencia D. y Chávez Aceves L. (2012). Concepto de Mediación en la Comunidad del Conocimiento. Revista Electrónica de Educación Sinéctica, 39, 5. Recuperado desde: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-109X2012000200004

Ramos, S. (2000). Guía de Fuentes de Información Especializadas. Recuperado desde: http://biblio.colmex.mx/curso_investigacion_documental/tutorial/PDF/Gu%C3%ADa%20de%20fuentes.pdf

Sáez, J. (2003). *Educación y aprendizaje en las personas mayores*. Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=51DqYtrzVG8C&oi=fnd&pg=PA7&dq=educaci%C3%B3n+para+adultos+mayores+&ots=9dndZoxlyS&sig>

=rZ6oIUyTzBl2g3bo00o40xTi33g#v=onepage&q=educaci%C3%B3n%20para%20adultos%20mayores&f=false

Sanhueza, M Castro, M, & Merino, J. (2005). Adultos Mayores Funcionales: Un Nuevo Concepto en la Salud. *Ciencia y enfermería*, 2, 19. Recuperado desde <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532005000200004>

Tardif, M. (2010) Qué son Técnicas Didácticas. Instituto Tecnológico de Monterrey. Recuperado desde: http://sitios.itesm.mx/va/dide2/tecnicas_didacticas/quesontd.htm

Universidad de Costa Rica. (2012). Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor. San José, Costa Rica; UCR. Página Web Oficial Universidad de Costa Rica. Recuperado desde: <http://163.178.174.254/web/piam>

Universidad Técnica Nacional. (2016). Modelo Educativo de la Universidad Técnica Nacional. Recuperado desde: <http://www.utn.ac.cr/sites/default/files/attachments/Modelo%20Educativo%20C%20aprobado%20por%20CU%20con%20vinculacio%CC%81n%20definitivo%20copia%281%29.pdf>

Vázquez, M. y Fernández, C. (1999). Aprendizaje Universitario y Personas Mayores. El Aula de la Experiencia en la Universidad de Sevilla. *Escuela Abierta*, 3, 33-54 Dialnet. Recuperado desde: dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/195865.pdf

Vygotsky, L. (2009). *La imaginación y el arte en la infancia*. Ensayo psicológico.

Editorial AKAL. Obtenido desde:

[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=sajukuNfuZcC&oi=fnd&pg=PA7&dq=vigotsky&ots=Ft-](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=sajukuNfuZcC&oi=fnd&pg=PA7&dq=vigotsky&ots=Ft-iYYWfYI&sig=nlg5_apSueV_p4Faq0NTwIU01Yo#v=onepage&q=vigotsky&f=false)

[iYYWfYI&sig=nlg5_apSueV_p4Faq0NTwIU01Yo#v=onepage&q=vigotsky&](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=sajukuNfuZcC&oi=fnd&pg=PA7&dq=vigotsky&ots=Ft-iYYWfYI&sig=nlg5_apSueV_p4Faq0NTwIU01Yo#v=onepage&q=vigotsky&f=false)

[f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=sajukuNfuZcC&oi=fnd&pg=PA7&dq=vigotsky&ots=Ft-iYYWfYI&sig=nlg5_apSueV_p4Faq0NTwIU01Yo#v=onepage&q=vigotsky&f=false)

[f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=sajukuNfuZcC&oi=fnd&pg=PA7&dq=vigotsky&ots=Ft-iYYWfYI&sig=nlg5_apSueV_p4Faq0NTwIU01Yo#v=onepage&q=vigotsky&f=false)