

Universidad de Costa Rica
Facultad de Medicina
Escuela de Enfermería

Trabajo Final de Graduación bajo la modalidad de
práctica dirigida para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería

*Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia
para la promoción del desarrollo cognitivo*

Proponentes:

María José García Aguilar
Paula María Solís Salas

Comité asesor:

Director: M.Sc. Jaime Fernández Chaves
Lectora: M.Sc. Ana María Quezada Ugalde
Lectora: M.Sc. Sunny González Serrano

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio
San Pedro, Montes de Oca

2020



ACTA DE PRESENTACIÓN DEL REQUISITO FINAL DE GRADUACIÓN

Sesión del Tribunal Examinador, celebrada el día **8 de mayo 2020**, con el objeto de recibir el informe oral del (la) estudiante **María José García Aguilar**, carné **B52874**, quien se acoge al Reglamento de Trabajos Finales de Graduación, bajo la modalidad de **Práctica Dirigida**, para optar el grado de **Licenciada en Enfermería**.

Están presentes los (las) siguientes miembros del Tribunal:

Jaime Fernández Chaves, Director
Ana María Quezada Ugalde, Lectora
Sunny González Serrano, Lectora
Mauren Araya Solís, Quinto miembro
Jéssica Miranda Navas, Preside

ARTICULO 1

El (la) Presidente informa que el expediente de **María José García Aguilar** contiene todos los documentos de rigor, incluyendo el recibo de pago de los derechos de graduación. Declara que el (la) Postulante cumplió con todos los demás requisitos del plan de estudios correspondiente y, por lo tanto, se solicita que proceda a hacer la exposición.

ARTICULO 2

El (la) Postulante **María José García Aguilar**, hace la exposición oral de su trabajo final de graduación, titulado: **“Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños(as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo”**

ARTICULO 3

Terminada la disertación, los (las) miembros del Tribunal Examinador interrogan al Postulante, durante el tiempo reglamentario y, una vez concluido el interrogatorio, el Tribunal se retira a deliberar.



Pág.2 de 2
ACTA DE PRESENTACIÓN DEL REQUISITO FINAL DE GRADUACIÓN
08 de mayo 2020

ARTICULO 4

El Tribunal considera el trabajo final de graduación satisfactorio y le confiere la calificación de:

10 con distinción

ARTICULO 5

El (la) Presidente del Tribunal comunica al Postulante el resultado de la deliberación y lo (a) declara acreedor (a) al grado de **Licenciada en Enfermería**.

Se le indica la obligación de presentarse al acto público de juramentación, al que será oportunamente convocado(a).

Se da lectura al acta, que firman los (las) Miembros del Tribunal y el (la) Postulante, a las **dieciséis** horas.

Jaime Fernández Chaves Jaime Fernández Chaves, Director

Ana María Quezada Ugalde Ana María Quezada Ugalde, Lectora

Sunny González Serrano Sunny González Serrano, Lectora

Mauren Araya Solís Mauren Araya Solís, Quinto miembro

Jessica Miranda Navas Jessica Miranda Navas, Preside

Postulante Postulante

Cc Oficina de Registro
Expediente
Postulante





ACTA DE PRESENTACIÓN DEL REQUISITO FINAL DE GRADUACIÓN

Sesión del Tribunal Examinador, celebrada el día **8 de mayo 2020**, con el objeto de recibir el informe oral del (la) estudiante **Paula María Solís Salas**, carné **B57049**, quien se acoge al Reglamento de Trabajos Finales de Graduación, bajo la modalidad de **Práctica Dirigida**, para optar el grado de **Licenciada en Enfermería**.

Están presentes los (las) siguientes miembros del Tribunal:

Jaime Fernández Chaves, Director
Ana María Quezada Ugalde, Lectora
Sunny González Serrano, Lectora
Mauren Araya Solís, Quinto miembro
Jéssica Miranda Navas, Preside

ARTICULO 1

El (la) Presidente informa que el expediente de **Paula María Solís Salas** contiene todos los documentos de rigor, incluyendo el recibo de pago de los derechos de graduación. Declara que el (la) Postulante cumplió con todos los demás requisitos del plan de estudios correspondiente y, por lo tanto, se solicita que proceda a hacer la exposición.

ARTICULO 2

El (la) Postulante **Paula María Solís Salas**, hace la exposición oral de su trabajo final de graduación, titulado: **“Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños(as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo”**

ARTICULO 3

Terminada la disertación, los (las) miembros del Tribunal Examinador interrogan al Postulante, durante el tiempo reglamentario y, una vez concluido el interrogatorio, el Tribunal se retira a deliberar.



Pág.2 de 2
ACTA DE PRESENTACIÓN DEL REQUISITO FINAL DE GRADUACIÓN
08 de mayo 2020

ARTICULO 4

El Tribunal considera el trabajo final de graduación satisfactorio y le confiere la calificación de:

10 con distinción

ARTICULO 5

El (la) Presidente del Tribunal comunica al Postulante el resultado de la deliberación y lo (a) declara acreedor (a) al grado de **Licenciada en Enfermería**.

Se le indica la obligación de presentarse al acto público de juramentación, al que será oportunamente convocado(a).

Se da lectura al acta, que firman los (las) Miembros del Tribunal y el (la) Postulante, a las **dieciséis** horas.

Jaime Fernández Chaves Jaime Fernández Chaves, Director

Ana María Quezada Ugalde Ana María Quezada Ugalde, Lectora

Sunny González Serrano Sunny González Serrano, Lectora

Mauren Araya Solís Mauren Araya Solís, Quinto miembro

Jessica Miranda Navas Jessica Miranda Navas, Preside

Paula Louis S. Postulante

Cc Oficina de Registro
Expediente
Postulante





UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

CEC Comité
Ético Científico

27 de agosto de 2019
CEC-472-2019

ESCUELA DE ENFERMERIA
UCR AM10:01 '19 SEP 2
Sully Solís V.

María José García Aguilar
Paula Solís Salas
Estudiantes
Escuela de Enfermería

Estimadas Estudiantes:

El Comité Ético Científico (CEC) en su sesión No.148 celebrada el 21 de agosto de 2019 sometió a consideración el trabajo final de graduación "Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo".

Después del análisis respectivo, los miembros del CEC-UCR acuerdan:

Acuerdo N°2. Declarar aprobado el trabajo final de graduación "Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo". Acuerdo firme

Quedamos en la entera disposición de colaborar ante cualquier consulta.
Sin más por el momento, se suscribe cordialmente,

Atentamente,

M.Sc. Alfonso Chacón Mata
Presidente Comité Ético Científico



dha

C. Comisión de Trabajos Finales de Graduación, Coordinador(a), Escuela de Enfermería
Archivo

Adjunto: Formulario de consentimiento informado

Dedicatorias y agradecimientos

“Todos nuestros sueños pueden hacerse realidad si tenemos el coraje de perseguirlos” Walt Disney

Queremos dedicar este Trabajo Final de Graduación a Dios por acompañarnos durante toda nuestra vida y en esta aventura, por brindarnos las herramientas necesarias y por permitir que todo se desarrollara de la mejor manera, le agradecemos infinitamente por haber unido nuestros caminos. Asimismo, queremos agradecer a nuestras madres, Catalina y Shelena, por apoyarnos a ambas, por haber sido un elemento clave en los encuentros intergeneracionales y por tenernos tanta paciencia y amor. A nuestras parejas, Kevin y Luis Diego, por ser tan incondicionales para ambas, por comprendernos durante este proceso y formar parte importante de él.

A cada persona adulta mayor, a cada niño(a) y a cada madre por habernos permitido conocerlos y aprender de y con ustedes, siempre los recordaremos con gran cariño por haber dejado una huella en nuestro crecimiento profesional. De igual manera al PAIPAM, especialmente a Maribel e Ismael por abrirnos las puertas y mostrarnos tanto apoyo con cada detalle de la práctica, gracias infinitas por su amabilidad y compromiso.

A la escuela de enfermería de la UCR por haber sido nuestro segundo hogar durante cinco años, por darnos la oportunidad de crecer en todos los ámbitos de nuestra vida y por permitirnos ampliar nuestra perspectiva. Asimismo, a los profesores que formaron parte importante de nuestra formación académica ya que gracias a ellos contamos con las herramientas para ser grandes profesionales caracterizadas por brindar un cuidado humanizado, sin olvidarnos nunca de dónde venimos.

Finalmente, queremos dar las gracias a las profesoras Ana María Quezada y Sunny González por formar parte de este proceso, acompañarnos a lo largo de él y por sus valiosos aportes desde el campo de la pediatría para enriquecer este Trabajo Final de Graduación y por último al profesor Jaime Fernández por haber sido como un ángel para nosotras, por su apoyo incondicional, por su paciencia y compromiso y por transmitirnos su pasión por la gerontología.

-María José García Aguilar

-Paula Solís Salas

Dedicatorias

“No siempre podemos hacer grandes cosas, pero sí podemos hacer cosas pequeñas con gran amor” Madre Teresa de Calcuta

En primer lugar, a Dios por nunca abandonarme, por reconfortar mi alma durante este arduo proceso y por ser mi guía en cada paso que doy, ya que sin Él no hubiera podido llegar tan lejos. Asimismo, quiero dedicar este Trabajo Final de Graduación a cuatro mujeres que admiro y que han influido de la manera más maravillosa en mi vida personal y profesional.

A mi madre ya que este logro es más suyo que mío, soy demasiado afortunada por poder considerarte mi mejor amiga y estoy sumamente orgullosa de ser tu hija. Desde que tengo memoria en cada paso que doy estás a mi lado, así que gracias por dar todo de ti para verme cumplir mis sueños, eres mi ejemplo a seguir y sin tu apoyo y amor jamás hubiera logrado todo esto.

A mis dos ángeles, Mamitereza y Abuelita Tina, por acompañarme y cuidarme desde el cielo, por inspirarme en la elección de la temática de este TFG, por haber impactado tanto en mi vida que son mi razón de ser enfermera y de querer trabajar con y para la población adulta mayor, por siempre creer en su mariquita y por darme el amor que solo una abuela sabe dar.

A la profesora Lizbeth Arce por ser como una segunda madre para mí, por haberme ayudado a levantarme y a seguir cuando quise rendirme, por tenerme fe, por enseñarme siempre con tanto amor y paciencia y por transmitirme la pasión por la enfermería pediátrica.

Finalmente, quiero dedicar este TFG a cada persona con la que tuve la oportunidad de realizar alguna intervención de enfermería, ya que fueron quienes me enseñaron a mí y definitivamente por todos ellos (as) y por los que vendrán quiero ser una mejor enfermera cada día.

-María José García Aguilar

*“Ganas fuerza, coraje y confianza en cada experiencia
en la que realmente te paras a mirar al miedo en la cara”*

Eleanor Roosevelt

Agradecimientos

“Porque donde hay tanta luz nunca habrá oscuridad” MJG

Quiero agradecerle a Dios porque durante mi experiencia universitaria me permitió abrir mi mente y corazón para poder evolucionar y ser una mejor versión de mí misma en el ámbito personal y profesional. Además, me enseñó a tener paciencia y a confiar en que Él siempre quiere lo mejor para nosotros, a pesar de que muchas veces no lo entendamos en el momento.

A mi familia le estaré inmensamente agradecida por su apoyo incondicional durante toda mi vida, por siempre estar a mi lado llenos de orgullo durante mis logros, pero sobre todo en mis fracasos para recordarme que tengo la capacidad y la valentía para continuar. Gracias a mi madre Catalina Aguilar por vivir intensamente esta experiencia ya que ha madrugado, llorado y reído conmigo, gracias por cada detalle de amor puro que me das durante cada día de mi vida. A mi padre Jorge García por su apoyo, escucha y amor, gracias especialmente por enseñarme desde muy pequeña que todo lo que sueño lo puedo lograr, siempre y cuando me esfuerce con todo mi corazón. A mi hermano Jose Pablo García gracias por ser mi confidente, por creer en mí, por ser mi ejemplo de cómo vivir una vida tranquila y feliz y por enseñarme que yo misma puedo construir mis alas para volar muy alto, pero que si me da miedo siempre estarás ahí para darme la mano.

A mi novio Kevin Jiménez gracias por tu amor tan mágico, por ser mi oasis y rayito de luz en todo momento, por enseñarme a ver el lado positivo de las cosas y a reírme incluso de mí misma, gracias infinitas por motivarme a dejar mis miedos atrás y porque con mucha ternura y paciencia me has impulsado a soñar en grande, te amo mucho. A mi mejor amigo Yordyn Mora, gracias por tu amistad tan auténtica e incondicional, por cuidarme y apoyarme en todo, eres un ángel en mi vida y te quiero de aquí a la luna....Y a mi titi Paula Solís gracias por todas las experiencias tan significativas que hemos vivido desde que Dios y el curso de anatomía nos unió, por emprender conmigo esta aventura del TFG, por enseñarme tantas cosas y por superar juntas cada obstáculo.

De igual manera, quiero agradecer a los profesores que han dejado una huella en mi corazón, especialmente a la profesora Julieta Díaz por hacer el proceso de aprendizaje más ameno y divertido, por permitirme aprender de mis errores y por haberme ayudado a confiar en mí.

Finalmente, a Wiston, Glori, Fer y todas aquellas personas que han formado o forman parte de mi vida, por permitirme aprender de cada uno(a) y por influir en la construcción de la enfermera Majo.

-María José García Aguilar

Dedicatorias

“Encomienda al Señor tu camino, confía en Él y Él actuará” Salmo 37:5

Quiero dedicar este trabajo final de graduación a Dios porque Él es quien ha guiado mi camino y me ha colocado en el lugar que debo estar y donde confía que puedo realizar un gran trabajo con todas las virtudes que me ha regalado. También lo dedico a mis abuelitos quienes me abrazan desde el cielo, por regalarme el amor más sincero y genuino, por enseñarme que todo lo puedo en Cristo que me fortalece y por despertar desde pequeña este amor y admiración hacia la persona adulta mayor, por último, dedico todo lo logrado a mi mamá por formarme como persona, por ser mi apoyo incondicional y por siempre demostrarme su orgullo y amor.

-Paula Solís Salas

Agradecimientos

“Más valen dos que uno, porque es mayor la recompensa del esfuerzo.

Si uno cae, el otro lo levanta” Eclesiastés 4:9-10

Doy gracias a Dios de todo corazón por ser mi acompañante y guía esencial durante este proceso, por enseñarme a soñar en grande y demostrarme que con Él puedo alcanzar todos esos sueños, por brindarme todas las herramientas que necesito y ponerme en el camino a todas las personas que han sido luz y apoyo para mí, entre ellas mis papás y hermano a quienes les doy gracias por apoyarme de diferentes maneras y por estar siempre presentes, a Diego por demostrarme en lo que consiste el amor incondicional, por ser herramienta de Dios y ayudarme tanto con su comprensión, disposición y creatividad. También doy gracias infinitas a mi familia, principalmente a mis tíos(as), a Marissa, a Daniela y a Marta, por siempre manifestar su orgullo, estar atentos, ayudarme en todo lo posible y llenarme de mucho amor.

Asimismo, quiero dar gracias a otras personas quienes han dejado huellitas valiosísimas en mi corazón y que ocupan un espacio esencial en mi vida, entre ellas Nicole por ser mi amiga incondicional, por siempre alentarme con sus palabras, por nunca dejarme sola y estar atenta durante todo este proceso, a todo mi equipo de Soñar Despierto por siempre creer en mí, apoyarme y enseñarme a soñar y hacer magia, a Yordyn y a Kevin por ser amigos tan especiales y leales y por el apoyo y ayuda durante esta etapa, a María José por todas las experiencias vividas y por acompañarme en esta aventura de los encuentros y por último, gracias a profesores que han sido clave para mi crecimiento tanto personal como profesional y a quienes les guardo gran cariño.

Finalmente, gracias a cada uno de ustedes por formar la persona que soy hoy, por llenar mi vida de luz y por levantarme cada vez que caigo, los quiero mucho.

-Paula Solís Salas

Tabla de contenido

Capítulo I: Introducción	1
1.1. Introducción	2
1.2. Justificación	3
1.3. Tema	6
1.4. Objetivos	6
1.4.1. Objetivo general	6
1.4.2. Objetivos específicos	6
Capítulo II: Marco referencial	7
2.1. Marco empírico	8
2.1.1 Antecedentes internacionales	8
2.1.2 Antecedentes nacionales.....	11
2.2. Marco conceptual	16
2.2.1. Desarrollo.....	16
2.2.2. Desarrollo cognitivo	17
2.2.3. Niñez temprana	17
2.2.4. Adulthood mayor.....	17
2.2.5. Función ejecutiva	18
2.2.6. Estrategia lúdico-creativa.....	20
2.2.7. Educación para la salud	21
2.2.8. El aprendizaje en el niño(a) en la etapa de la niñez temprana	23
2.2.9. El aprendizaje en la persona adulta mayor	25
2.2.10. Intergeneracionalidad.....	28
2.2.11. Programas intergeneracionales	30
2.2.12. Promoción de la salud.....	34
2.3. Marco teórico	35
2.3.1. Una teoría para el logro de los objetivos de Imogene King	35

2.4. Marco legal	43
2.4.1. Código de la niñez y adolescencia	43
2.4.2. Política Nacional para la Niñez y la Adolescencia en Costa Rica (PNNA)	45
2.4.3. La Constitución Política	48
2.4.4. Ley integral para la Persona Adulta Mayor (Ley 7935)	48
2.4.5. Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2011- 2021	50
2.4.6. Decreto N° 33158-MP	51
2.4.7. Decreto N° 32062- MP-S.....	52
2.4.8. Plan de Gobierno del Partido Acción Ciudadana 2018-2022	52
Capítulo III: Metodología.....	53
3.1. Modalidad.....	54
3.2. Lugar.....	54
3.3. Población.....	54
3.3.1. Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM)	55
3.4. Etapa de coordinación	57
3.5. Etapas del proceso de Enfermería.....	58
3.5.1. Etapa de valoración-diagnóstica.....	59
3.5.2. Etapa de planificación.....	60
3.5.3. Etapa de ejecución	60
3.5.4. Etapa de evaluación.....	60
3.6. Consideraciones éticas	61
3.7. Cronograma de Trabajo.....	63
Capítulo IV: Presentación y análisis de resultados	64
4.1. Análisis de resultados de la fase de valoración y diagnóstica	65
4.2. Resultados de la fase de planificación	88
4.2.1. Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva (PROIEEFE)	88

4.3. Resultados de la fase de ejecución	89
4.3.1. Primera sesión: “Compartiendo entre generaciones a través de la introducción a la función ejecutiva”.....	89
4.3.2. Segunda sesión: “Construyendo una experiencia intergeneracional a través de la función ejecutiva”.....	106
4.3.3. Tercera sesión: “Cierre de los encuentros intergeneracionales a través de la función ejecutiva y lo lúdico-creativo”.....	141
4.4. Resultados de la fase de evaluación.....	178
<i>Capítulo V: Consideraciones finales.....</i>	<i>188</i>
5.1. Conclusiones	189
5.2. Recomendaciones	191
<i>Referencias bibliográficas</i>	<i>194</i>
ANEXOS.....	208
- Del Trabajo Final de Graduación	208
- Del Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva (PROIEEFE)	221

Índice de Tablas

Tabla 1. Jerarquía de implicación sobre los PI	33
Tabla 2. Suposiciones acerca de los seres humanos y enfermero-usuario.....	38
Tabla 3. Características de la población adulta mayor.....	67
Tabla 4. Características de la población infantil	74

Índice de Figuras

Figura 1. Sistemas dinámicos de interacción según teoría de Imogene King.....	35
Figura 2. Diagrama sobre el proceso de las interacciones humanas con base en la teoría de Imogene King.....	37
Figura 3. Juego de “charadas” durante la primera sesión	94
Figura 4. Equipo amarillo jugando “charadas” durante la primera sesión	95
Figura 5. Merienda durante la primera sesión	96
Figura 6. Cuento improvisado durante la primera sesión	97
Figura 7. Equipo rojo jugando “charadas” durante la primera sesión	98
Figura 8. Evaluación de la primera sesión.....	99
Figura 9. Integrante del equipo azul en la actividad de “charadas” durante la primera sesión .	101
Figura 10. Integrante del equipo rojo en la actividad de “charadas” durante la primera sesión	101
Figura 11. Tiempo libre durante la primera sesión.....	103
Figura 12. Equipo amarillo en la actividad “Descubriendo los objetos” durante la segunda sesión	114
Figura 13. Actividad del Jenga con retos durante la segunda sesión.....	115
Figura 14. Niña atravesando la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión	116
Figura 15. Equipo azul en la actividad “Descubriendo los objetos” durante la segunda sesión	117
Figura 16. Equipo verde en la actividad de “Historia con imágenes” durante la segunda sesión	118
Figura 17. Historia con imágenes durante la segunda sesión	119
Figura 18. Lanzamiento de pelotas durante la segunda sesión	121
Figura 19. Recogiendo las pelotas durante la segunda sesión	121
Figura 20. Actividad de agrupación de imágenes durante la segunda sesión.....	123
Figura 21. Equipo azul jugando al Jenga con retos durante la segunda sesión	124

Figura 22. Niños del equipo verde en la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión	126
Figura 23. Actividad “Descubriendo los objetos” durante la segunda sesión	126
Figura 24. Memoria de animales durante la segunda sesión	127
Figura 25. Pista de figuras geométricas durante la segunda sesión	128
Figura 26. Niño atravesando la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión	128
Figura 27. Equipo rojo jugando a la memoria de animales durante la segunda sesión	130
Figura 28. Actividad del “Cubo mágico” durante la segunda sesión	132
Figura 29. Niño en la actividad de “Historia con imágenes” durante la segunda sesión.....	137
Figura 30. Integrantes del equipo verde jugando al Jenga con retos durante la segunda sesión	139
Figura 31. Clasificación de pelotas durante la segunda sesión.....	139
Figura 32. PAM atravesando la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión.....	140
Figura 33. Cromos durante la tercera sesión.....	149
Figura 34. Equipo verde jugando a los cromos durante la tercera sesión.....	149
Figura 35. Manualidad de la película Up durante la tercera sesión	151
Figura 36. Integrantes del equipo rojo haciendo la manualidad de la película Up durante la tercera sesión.....	152
Figura 37. Integrantes del equipo rojo trabajando en equipo en la manualidad de la película Up durante la tercera sesión.....	152
Figura 38. PAM jugando rayuela durante la tercera sesión.....	154
Figura 39. Construcción de la torre de vasos durante la tercera sesión	155
Figura 40. Equipo amarillo jugando cromos durante la tercera sesión.....	156
Figura 41. Tiro al blanco con retos durante la tercera sesión	156
Figura 42. Lema del TFG	157
Figura 43. Actividad liderada por un adulto mayor durante la tercera sesión	158
Figura 44. Equipo rojo haciendo la manualidad durante la tercera sesión	159
Figura 45. Rayuela durante la tercera sesión	160
Figura 46. Niño jugando rayuela durante la tercera sesión.....	160
Figura 47. “La ronda de los conejos” durante la tercera sesión.....	161
Figura 48. Conversatorio con los niños (as) durante la tercera sesión	162
Figura 49. Manualidad sobre la película Up: una aventura de altura durante la tercera sesión	163

Figura 50. Equipo verde haciendo la manualidad durante la tercera sesión	164
Figura 51. Entrega de certificados de participación durante la tercera sesión.....	165
Figura 52. Equipo azul en la entrega de certificados de participación durante la tercera sesión	166
Figura 53. Entrega de rosas durante la tercera sesión.....	167
Figura 54. Personas adultas mayores, niños(as) y facilitadoras del programa intergeneracional durante la tercera sesión.....	168
Figura 55. PAM y niña durante una actividad de la tercera sesión	170
Figura 56. Tiempo libre durante la tercera sesión	173
Figura 57. Facilitadoras exponiendo los resultados durante la reunión final de evaluación	181
Figura 58. Exposición de resultados durante la reunión final de evaluación	181

Capítulo I: Introducción

1.1. Introducción

El presente Trabajo Final de Graduación tuvo como objetivo desarrollar encuentros intergeneracionales como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo en las personas adultas mayores y en los niños (as). Para esto se utilizó la herramienta de programa intergeneracional (PIG), el cual de acuerdo con el Consorcio Internacional para los Programas Intergeneracionales (ICIP) son vehículos para el intercambio determinado y continuado de recursos y aprendizajes entre las generaciones mayores y las más jóvenes, con el fin de conseguir beneficios individuales y sociales.¹

Además, cabe resaltar que la educación es un instrumento esencial para el éxito de cualquier programa de promoción de la salud y los resultados prácticos que se obtienen dependen de la participación activa de los educandos. Por esta razón, el presente trabajo se basó en programas intergeneracionales educativos, los cuales tienen como objetivo el intercambio de información, conocimiento, experiencias y acciones entre personas mayores y otras de distinta generación para contribuir a su desarrollo continuo, al aumento de sus saberes, al aprendizaje mutuo y conjunto y en definitiva, al enriquecimiento de sus vidas.¹

Por otro lado, para el desarrollo del tema se utilizó la modalidad de práctica dirigida, la cual consiste en la aplicación por parte de las estudiantes del conocimiento teórico en instituciones públicas o privadas.² Por lo tanto, inicialmente se realizó una búsqueda bibliográfica exhaustiva para construir los marcos conceptual, teórico y legal que sustentaron la práctica, seguido de la elaboración de la metodología.

La metodología consistió en la ejecución de encuentros intergeneracionales con una población de diez personas adultas mayores (PAM) que participan en el Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) de la Universidad Nacional y diez niños (as) convocados por medio de una invitación personalizada, donde primeramente se expuso el consentimiento informado, el cual debió ser avalado por las personas adultas mayores, los niños (as) y sus padres. Asimismo, cabe resaltar que esta práctica dirigida tuvo como uno de sus ejes transversales las distintas etapas del proceso de enfermería.³

Por lo tanto, se realizó una etapa de valoración y diagnóstico, en la cual se recolectó datos de ambas poblaciones por separado a través de la observación y guía de preguntas, con la finalidad de conocer las características individuales de cada participante y así poder integrar esa información en la elaboración del programa.

Tras el análisis previamente realizado; como parte de la etapa de planificación se realizó un planeamiento didáctico dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo, en el cual se elaboró una matriz educativa para cada sesión, con los objetivos respectivos, el contenido, la metodología, la justificación teórica de cada actividad, los materiales a utilizar, la duración y la facilitadora encargada, de esto surgió un manual.

Posteriormente, en la etapa de ejecución se implementaron las actividades respectivas para cada sesión, en las cuales se fomentó la participación activa y conjunta de las personas adultas mayores y los niños(as), además, las estudiantes de enfermería en su rol de facilitadoras tuvieron un papel mediador en cada actividad, así como los padres de familia, personal de la institución y comité asesor del TFG tuvieron un rol de observadores.

La etapa de evaluación se realizó como última actividad en cada una de las sesiones con el fin de determinar el alcance de los objetivos y si se requería realizar alguna modificación; esta consistió en una serie de preguntas que se discutieron en los grupos focales respectivos, para así conocer la experiencia personal de cada participante en la sesión, además de lo observado por las estudiantes, padres de familia, personal de la institución y comité asesor. De igual manera, se realizó una reunión final que funcionó como medio de evaluación de todo el programa intergeneracional.

Por último, se llevó a cabo la sistematización de los resultados obtenidos y el análisis teórico de estos para finalmente plantear las respectivas conclusiones y recomendaciones del Trabajo Final de Graduación.

1.2. Justificación

El envejecimiento poblacional constituye uno de los mayores triunfos de la humanidad y a la vez uno de los mayores desafíos ya que trae consigo implicaciones políticas, culturales, económicas y sociales. A nivel mundial, entre los años 2015 y 2050 la proporción de la población mayor de 60 años se multiplicará casi por dos, pasando del 12% al 22%.⁴

Asimismo, Costa Rica no queda exento de este fenómeno debido a que la población adulta mayor se triplicará pasando de 315 mil en el año 2012 a aproximadamente más de un millón en el año 2050; en el año 1978 la población adulta mayor del país era de un 4,3% del total de habitantes y para el 2018 la población correspondió a un 8,2% del total. Por su parte, la población infantil ha ido disminuyendo, en el año 1978 era de un 33,9% del total de habitantes y para el 2018 la población correspondió a un 19,3% del total. Sin embargo, a pesar de estos cambios demográficos,

para el período entre 2011-2050 la cantidad de personas adultas mayores no sobrepasará la cantidad de niños en el país.⁵

Por lo tanto, cada vez más la población adulta mayor y la población infantil tendrán la oportunidad de convivir y compartir experiencias, de allí radica la importancia de crear e implementar programas intergeneracionales caracterizados por la solidaridad y cooperación entre generaciones y donde se genere el intercambio y construcción conjunta de aprendizajes, promoviendo así la salud de cada individuo, un ejemplo de esto sería por medio de la estimulación cognitiva.

Un programa intergeneracional de este tipo puede aportar múltiples beneficios individuales y sociales. En el caso de los niños y niñas estos podrían obtener beneficios como: oportunidades de aprendizaje por medio de actividades que promuevan el desarrollo cognitivo, adquisición de habilidades personales y sociales, aumento de la autoestima y confianza, mejoría en los estilos de vida, cambios positivos en relación al comportamiento y aprendizaje y la oportunidad de comprender y percibir positivamente a las PAM para así eliminar cualquier estereotipo hacia el proceso de envejecimiento, dándoles a los niños(as) un mayor sentido de solidaridad y respeto para con los demás^{1,6}.

Por su parte, la persona adulta mayor podría obtener beneficios como: nuevas oportunidades de aprendizaje, así como el disfrutar de distintas actividades que promuevan el desarrollo cognitivo, sentimiento de mejoría en el bienestar físico, psicológico y social, aumento de la autoestima, oportunidad de responder con vitalidad, sentimientos de pertenencia y utilidad en la sociedad, mayor ánimo y energía, mejores relaciones con otros, disminución del sentimiento de soledad y aislamiento, recibir asistencia y apoyo para el desarrollo de determinadas actividades y tener reconocimiento social a través de sus experiencias vividas^{1,6}.

Por otra parte, de acuerdo con las teorías de Jean Piaget y Vygotsky, el desarrollo cognitivo es un punto de unión entre las personas adultas mayores y los niños (as), ya que este se da a lo largo de toda la vida y es fundamental reforzarlo en cada una de las etapas del ciclo vital.⁷ Por lo tanto, los programas intergeneracionales dirigidos a la promoción del desarrollo cognitivo tienen un mayor sentido y pertinencia.

Ahora bien, como parte de las funciones cognitivas se encuentra la función ejecutiva, la cual controla de manera consciente los pensamientos, emociones y acciones con el objetivo de alcanzar determinadas metas y resolver problemas⁸. En el caso de los niños (as) les permite realizar planes y dirigir su actividad mental al cumplimiento de objetivos, surge aproximadamente cerca del final

del primer año de vida y se va desarrollando conforme aumenta la edad, por lo que es de vital importancia promover el desarrollo de habilidades de planificación en sus actividades diarias.⁸

Durante el proceso de envejecimiento las funciones ejecutivas son más sensibles⁹, debido a que en la adultez mayor se observan disminuciones graduales del volumen y peso del cerebro, sobre todo de la corteza prefrontal, lo que puede generar rigidez mental, alteración en la atención, enlentecimiento del procesamiento de la información y dificultades para la toma de decisiones.⁸

Debido a esto, es fundamental la estimulación cognitiva, específicamente de la función ejecutiva, desde las etapas tempranas de la vida y durante todo el ciclo vital con el fin de evitar o retrasar el deterioro.⁹

Por otro lado, es importante resaltar que los encuentros intergeneracionales constituyen un proyecto innovador en Costa Rica ya que no existen experiencias previas que hayan sido sistematizadas entre personas adultas mayores y niños(as) para la promoción del desarrollo cognitivo. Por lo tanto, una de las principales finalidades de esta práctica dirigida fue plasmar el papel fundamental que cumple el profesional de enfermería en este tipo de programas.

Debido a la formación académica recibida, el profesional en enfermería está capacitado para trabajar con las diferentes etapas del desarrollo humano, en este caso específico, se tiene el conocimiento necesario para trabajar con la población adulta mayor y con la población infantil. Asimismo, en enfermería se visualiza a la persona de manera holística y a la salud como un fenómeno vinculado con las múltiples esferas que componen al ser humano, por lo que promover el desarrollo cognitivo también forma parte de sus competencias y para dar respuesta a las necesidades de las personas se utiliza como guía el proceso de enfermería y sus etapas (valoración, diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación).

Finalmente, por medio de la guía de teorizantes de enfermería como Imogene King, el enfermero (a) desempeña un rol de liderazgo, de enseñanza y de asesoramiento, los cuales son fundamentales durante el proceso de aprendizaje ya que permiten establecer objetivos mutuos con la persona y explorar medios para alcanzar lo propuesto, el cual en este caso fue el programa intergeneracional.

1.3.Tema

Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo general:

Desarrollar encuentros intergeneracionales como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo de las personas adultas mayores y los niños (as).

1.4.2. Objetivos específicos:

1. Realizar un diagnóstico dirigido a la identificación de las características propias de cada población para la selección de las actividades más adecuadas del programa intergeneracional.
2. Diseñar un programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
3. Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
4. Evaluar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

Capítulo II:

Marco referencial

2.1. Marco empírico

2.1.1 Antecedentes internacionales

En el estudio titulado como “Interactive programs with preschool children bring smiles and conversation to older adults: time-sampling study” realizado en Tokio en el año 2013 se establece que mantener a las personas adultas mayores sanas y activas es un desafío emergente de una sociedad que envejece. A pesar de la importancia de las relaciones para su salud y bienestar, los cambios en la estructura familiar han resultado en una menor frecuencia de interacciones intergeneracionales. El presente estudio tuvo como objetivo comparar los cambios en la atención visual, la expresión facial, el comportamiento y la conversación intergeneracional en PAM provocados por un programa intergeneracional basado en el desempeño y orientado a lo social, para determinar un estilo de interacción deseable para la PAM. Como parte de la metodología, los sujetos de este estudio fueron 25 PAM que participaron en programas intergeneracionales con niños en edad preescolar de 5 a 6 años en un centro de cuidado diurno para adultos en Tokio; las 25 PAM se dividieron en dos grupos según su estilo de interacción: el PIG basado en el rendimiento (los niños cantan canciones y bailan) y el PIG con orientación social (las personas adultas mayores y los niños juegan juntos).¹⁰

Los participantes observaron un vídeo durante 5 minutos, se compararon los cambios en la atención visual, la expresión facial, el comportamiento y la conversación intergeneracional. Como resultados se obtuvieron que el comportamiento constructivo y la conversación intergeneracional fueron significativamente más altos en el grupo de PIG con orientación social que en el grupo de PIG basados en el rendimiento ($p < 0,001$). No se observaron diferencias significativas en la frecuencia de las sonrisas; sin embargo, cuando se usó la tasa de sonrisas ponderada, estas se observaron de manera más frecuente en el grupo de PIG con orientación social que en el PIG basado en el rendimiento ($p < 0,05$). La atención visual entre las generaciones fue significativamente mayor en el grupo de PIG basado en el rendimiento que en el PIG basado en la orientación social ($p < 0,05$). Por lo tanto, llegaron a la conclusión que los programas intergeneracionales con niños en edad preescolar trajeron sonrisas y conversaciones a las personas adultas mayores.¹⁰

En este estudio llamado “An evaluative study of the benefits of participating in intergenerational playgroups in aged care for older people” realizado en el año 2014 en Australia, varias generaciones participaron en la intervención del grupo de juego intergeneracional que incluyó a personas adultas mayores, niños de 0 a 4 años de edad y sus cuidadores. El objetivo de este estudio fue explorar los beneficios de participar en un programa de grupo de juego intergeneracional en un lugar de cuidado de PAM. Con respecto a la metodología, su diseño cuantitativo y cualitativo de métodos mixtos exploró los beneficios de participar en un programa de grupo de juego intergeneracional en entornos de cuidado de PAM. La intervención fue un programa de grupo de juego intergeneracional que se ofrece en el centro de atención a personas de edad avanzada, donde la socialización e interacción intergeneracional se produjo entre diferentes generaciones. La SF36 y la Escala de Depresión Geriátrica (GDS) se utilizaron para recopilar los datos antes y después del PIG. El enfoque de investigación cualitativa interpretativa utilizó entrevistas semiestructuradas para desarrollar la interpretación descriptiva de la experiencia intergeneracional de grupos de juego.¹¹

Los análisis de las entrevistas revelaron los temas de experiencias intergeneracionales, contribuciones bidireccionales, creación de amistades, crecimiento personal y consideraciones ambientales y diecinueve subtemas fueron extraídos para proporcionar significados. Como conclusiones se obtuvo que se brindó una intervención exitosa e innovadora de un programa intergeneracional en el que las personas adultas mayores y las personas con demencia interactuaron y se conectaron con varias personas de diferentes generaciones, esto permitió desarrollar un sentido de conexión y amistad en un entorno seguro, además, aumentó la dignidad de las PAM y de las personas con demencia dentro de la comunidad y la conciencia pública sobre la atención y los servicios de apoyo disponibles para ellos.¹¹

En la investigación titulada como: “The effect of intergenerational programs on the mental health of elderly adults” realizada en el año 2014 en Japón, se evaluó un proyecto de investigación de intervención en el que voluntarios de más de 65 años leen libros ilustrados a niños en un entorno escolar. El grupo de intervención se reclutó a través de seminarios de capacitación semanales intensivos durante tres meses. Los miembros del grupo control sin contacto también fueron recreados para participar en controles de salud y encuestas para propósitos de recolección de datos. Asimismo, se incluyeron 26 participantes en el grupo de intervención y 54 en el grupo control para

el análisis de los datos. Se obtuvo como resultado que la sensación de significancia aumentó en gran medida para los miembros del grupo de intervención en todos los términos, sin cambios en el grupo control a lo largo del tiempo. El análisis de mediación múltiple reveló que la participación en el programa intergeneracional estaba asociada con un sentido de manejabilidad que también estaba significativamente relacionado con el estado de ánimo depresivo. Por lo tanto, llegaron a la conclusión de que los programas intergeneracionales podrían servir como promotores de salud clave para las personas mayores, al disminuir el riesgo de aislamiento social y la soledad debido a la mayor sensación de sentido. ¹²

Este artículo denominado: “Together old and young: how informal contact between young children and older people can lead to intergenerational solidarity” realizado el año 2016 en Holanda, discute los procesos y resultados cuando se crea explícitamente el espacio y el tiempo para que los niños pequeños y las PAM estén juntos, jueguen juntos y aprendan unos de otros en los contextos de la educación no formal y formal. Se propone que gran parte de estar juntos es compartir y transformar la cultura y las experiencias culturales, lo que a su vez mejora la solidaridad y la cohesión social. El artículo se basa en los hallazgos del proyecto europeo “Together Old and Young” (TOY) que fue diseñado para investigar y desarrollar buenas prácticas en el aprendizaje intergeneracional con niños pequeños y PAM. Se basa en teorías culturales, antropológicas y pedagógicas para explorar cómo las interacciones entre los niños pequeños y las PAM pueden desarrollar la solidaridad, la cohesión social y la comprensión intercultural. ¹³

Se abordan cuatro preguntas de investigación vinculadas: 1) ¿De qué manera el aprendizaje intergeneracional (IGL) en entornos no formales y formales apoya el bienestar de las personas adultas mayores y de los niños pequeños ?; 2) ¿Cómo influye IGL en la identidad de las personas adultas mayores y de los niños pequeños? 3) ¿Qué mecanismos apoyan la inclusión y la solidaridad entre niños pequeños y personas adultas mayores, incluidos aquellos que son migrantes ?; 4) ¿Cómo las relaciones intergeneracionales crean y transforman las culturas de niños pequeños y personas adultas mayores? Los hallazgos indican la necesidad de prestar atención tanto al entorno social como al físico en la planificación urbana y las políticas sociales y educativas, incluida la provisión de espacio y tiempo para que los niños pequeños y las PAM jueguen, sean creativos juntos y aprendan sobre la vida de los demás. También se resalta la efectividad de las actividades

multisensoriales como un mecanismo de enlace entre las generaciones para que los niños y PAM renegocien los significados culturales juntos.¹³

En la investigación titulada como “The impact of intergenerational programs on children and older adults” realizada en el año 2018 en Italia, se establece que las personas adultas mayores tienen un riesgo particular de aislamiento social, esta condición afecta significativamente a la salud; por el contrario, la participación social puede ser extremadamente ventajosa. En este contexto, los PIG mejoran las interacciones entre diferentes edades.¹⁴

La metodología consiste en una revisión bibliográfica por lo que consideraron artículos que informaban sobre programas intergeneracionales que involucran a niños y PAM. Obtuvieron los siguientes resultados: la selección final obtuvo 27 fuentes; diez estudios evaluaron los resultados de los niños y destacaron el impacto positivo de los programas intergeneracionales sobre la percepción de estos acerca de las PAM. Los efectos en los participantes de mayor edad fueron diversos, considerando el bienestar, la depresión, la salud autoinformada y la autoestima. Además, los estudios recuperados destacaron la importancia de una organización cuidadosa y de una capacitación específica para todos los miembros del personal. Asimismo, obtuvieron que el impacto positivo en los niños de los programas intergeneracionales se demuestra a corto y largo plazo y observaron que en general resultan beneficiosos para los participantes de edad avanzada, así como para los niños.¹⁴

2.1.2 Antecedentes nacionales

En el artículo titulado como: “Experiencias intergeneracionales en torno a la promoción de la salud en Costa Rica” realizado en el año 2005, se exponen los resultados obtenidos de la experiencia intergeneracional promovida por la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO) y la Escuela de Enfermería (EE) de la Universidad de Costa Rica durante el 2003 y el 2004. El objetivo de la experiencia intergeneracional era el intercambio de saberes entre estudiantes de enfermería y personas adultas mayores al generar un espacio para sensibilizar y educar a dos grupos de generaciones distintas sobre cómo promover la salud de manera integral durante el envejecimiento. Se crea el proyecto llamado “talleres de autocuidado” donde por medio de actividades educativas, estudiantes de quinto año de la carrera de enfermería y algunos grupos de personas adultas mayores de AGECO compartieron e intercambiaron conocimiento útil sobre el autocuidado.¹⁵

En el proyecto participaron 607 personas (140 estudiantes universitarios y 467 personas adultas mayores), la mayoría de PAM participantes fueron de lugares como Alajuela, Puntarenas, Limón y Cartago, cuya necesidad de aprendizaje era mayor al no contar con espacios para promoción de la salud y/o prevención de la enfermedad en sus lugares de residencia. Los encuentros intergeneracionales se hicieron por medio de actividades de animación socio- cultural donde el aprendizaje parte de los conocimientos de los participantes. Se realizaron charlas expositivas, diálogos intergeneracionales, técnicas participativas (socio- dramas, juegos, reflexiones, ejercicios y crónicas) y producción de material informativo y educativo.¹⁵

Los universitarios, las personas adultas mayores y las instituciones implicadas obtuvieron muchos beneficios del proyecto y se concluye que las experiencias intergeneracionales alrededor de la promoción de la salud constituyen una excelente estrategia para preparar a la población para que viva un envejecimiento activo. Con respecto a las relaciones intergeneracionales, ambos grupos opinaron que las actividades entre las dos generaciones fueron muy positivas, disminuyeron las barreras intergeneracionales ya que el intercambio de conocimientos, experiencias y habilidades permite complementar virtudes, por lo tanto, motivan a otros profesionales e instituciones a promover este tipo de experiencias.¹⁵

En el Trabajo Final de Graduación titulado “Encuentros intergeneracionales: Alternativa para Promover y Facilitar Relaciones Interpersonales Solidarias de Ayuda Mutua entre Personas Adultas Mayores y Adolescentes” realizado el año 2009 en Costa Rica tiene como objetivo fomentar espacios de encuentros intergeneracionales que promuevan y faciliten relaciones interpersonales solidarias y de ayuda mutua entre las PAM que asisten al Centro Diurno Los Lagos de Heredia y adolescentes estudiantes de noveno año del Liceo Los Lagos de Heredia. Esta investigación se sustenta en la metodología cualitativa, desde la orientación de investigación- acción; el encuadre metodológico consiste en una primera etapa de diagnóstico en la que se recopila la información por medio de la observación participante, talleres, frases incompletas y un cuestionario. La segunda etapa consiste en el trabajo de campo, en el cual se integran ambas generaciones por medio del programa intergeneracional en el cual se van a realizar talleres y dinámicas divididas en 10 encuentros intergeneracionales.¹⁶

Con respecto a los resultados, se obtuvo la participación de 13 PAM y 13 adolescentes estudiantes de noveno año, a través de estos, se llegan a las conclusiones de que los PIG propician un espacio

educativo-recreativo que abarca las necesidades de las y los participantes; se genera la interacción amena y una integración de ambas generaciones. Además, por medio del proceso se logra la construcción conjunta de diferentes temas, por lo que a la vez se transforma la visión negativa o estereotipada entre ambas generaciones. Finalmente, se evidencian cambios positivos en las maneras de interrelacionarse y vincularse desde el intercambio de vivencias, experiencias y saberes de la vida.¹⁶

En el proyecto final de graduación titulado como “Programas intergeneracionales desde las bibliotecas públicas que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores mediante actividades lúdico- recreativas: propuesta de un programa intergeneracional para el sistema nacional de bibliotecas- SINABI”, publicado en el 2016 en Costa Rica, se evalúa el cumplimiento del artículo 19 de la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor (N° 7935) donde se establece que el Sistema Nacional de Bibliotecas creará un mecanismo para el préstamo de libros y documentos a domicilio para las personas adultas mayores, además de organizar actividades que permitan la interacción de las personas adultas mayores con niños, niñas y jóvenes.¹⁷

En este Trabajo Final de Graduación se diagnostican las actividades que brindan las bibliotecas pertenecientes al SINABI por grupo etario para analizar la promoción de relaciones intergeneracionales. Además, se realiza una propuesta de un proyecto intergeneracional basado en actividades lúdico-creativas al Sistema Nacional de Bibliotecas- SINABI para que se pueda desarrollar desde las bibliotecas públicas y así promover la interacción intergeneracional que contribuya al mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores.¹⁷

En el artículo titulado como “Las relaciones intergeneracionales en la construcción de una sociedad para todas las edades” publicado en el 2016 en Costa Rica, se expone una de las primeras experiencias de relaciones intergeneracionales realizadas en el país a finales de 1999, con la cual se dieron los primeros pasos en materia de experiencias intergeneracionales y cuyo objetivo fue promover el fortalecimiento de relaciones entre personas adultas mayores, niños y niñas, jóvenes y personas adultas para disminuir la discriminación, reducir las brechas, fortalecer los vínculos y generar las condiciones óptimas de una sociedad para todas las edades a través de espacios de encuentro e intercambio.¹⁸

Este proyecto denominado “Generación Dorada” de la UNA creó condiciones para estrechar los lazos entre generaciones y durante su década de vigencia se realizaron trabajos articulados entre niños, niñas, jóvenes, adultos y personas adultas mayores. Se realizaron visitas de jóvenes a residencias de personas adultas mayores (hogares de larga estancia, centros diurnos y centros penales) donde se compartían actividades recreativas y de ocio, también se realizaron charlas sobre temáticas afines a diferentes edades sobre el envejecimiento, visitas a centros educativos para sensibilizar a los más jóvenes acerca del envejecimiento, actividades artísticas y culturales en celebración del mes de la persona adulta mayor, la creación de cursos de sensibilización y capacitación a personas de todas las edades, entre otras.¹⁸

Cabe resaltar que se identificaron muchas anomalías en la forma de relacionarse de la niñez y la juventud con las personas adultas mayores. Por lo tanto, en el artículo se incentiva el desarrollo de experiencias intergeneracionales con el fin de garantizar un envejecimiento activo, educar para tener un envejecimiento más saludable al utilizar los puentes de comunicación entre generaciones y además erradicar prejuicios y estereotipos en torno a la vejez y el envejecimiento.¹⁸

La tesis de licenciatura titulada como “Las relaciones intergeneracionales afectivas: experiencia socio pedagógica con niños, niñas y personas adultas mayores de la comunidad de Vásquez de Coronado en la Provincia de San José” publicada en el año 2019, tiene como propósito la promoción de las relaciones intergeneracionales con el fin de sensibilizar a los niños(as) ante la etapa del envejecimiento, además del cuidado, respeto, admiración y convivencia hacia la persona adulta mayor. Con respecto a la metodología, se utilizó un enfoque cualitativo y un tipo de estudio basado en la investigación-acción; esta se realizó en el cantón Vásquez de Coronado en la provincia de San José con una población de 24 estudiantes que cursaban el quinto grado en la escuela pública José Ana Marín Cubero y 30 personas adultas mayores que asistían al Centro Diurno de la Tercera Edad de Coronado.¹⁹

Las investigadoras realizaron visitas semanales a cada centro desde el mes de abril hasta octubre del año 2017, en las cuales se llevaron a cabo diferentes sesiones de observación, entrevistas, dramatizaciones, elaboración de cartas y regalos y finalmente integraron ambos grupos para un encuentro intergeneracional. Como parte de los resultados se obtuvo que tanto las personas adultas mayores como los niños(as) dejaron de lado los pensamientos e ideales con respecto a la otra

población y que las actividades lúdicas son necesarias para el intercambio de saberes, el aprendizaje mutuo, la socialización y la convivencia entre generaciones. ¹⁹

En la ponencia titulada: “Aprendizajes intergeneracionales para la sustentabilidad ambiental en un programa para mayores en Costa Rica” presentada en el 2019, se expone la experiencia que se ha tenido desde el 2016 en el PAIPAM del Centro de Estudios Generales de la Universidad Nacional de Costa Rica, ya que desde ese año se han implementado acciones para la construcción de aprendizajes en espacios intergeneracionales de diversos temas ambientales con el fin de que las personas adultas mayores que participan en el PAIPAM y los estudiantes universitarios aprendan unos de otros, conversen, reflexionen y tomen acciones que garanticen el bienestar mutuo. ²⁰

Como parte de la metodología se llevaron a cabo: un “Foro sobre Gestión de Riesgos, Vulnerabilidad Socioambiental y Persona Adulta Mayor”, un “Encuentro Intergeneracional de Gestión de Riesgos asociados al Cambio Climático: una visión compartida entre las personas adultas mayores y los jóvenes universitarios”, giras académicas para el aprendizaje de la elaboración de Jardines Comestibles, cursos para la implementación de Huertos caseros con Hidroponía, talleres sobre manejo de residuos sólidos, entre otros. ²⁰

Se obtuvieron resultados satisfactorios, por lo que se concluye que los programas para personas adultas mayores pueden funcionar como gestores de espacios para que las generaciones jóvenes y mayores aprendan mutuamente, analicen, reflexionen, discutan, busquen soluciones y ejecuten acciones, en este caso, orientadas a la sustentabilidad ambiental bajo un enfoque intergeneracional. Además, es necesario fomentar la participación social de la población adulta mayor por medio del intercambio de experiencias, información, consejos, apoyo y afecto. Ante esto, actividades como la educación permanente en la vejez (aulas de mayores y educación de personas mayores) favorecen esa participación y promueven el desarrollo de capacidades que contribuyen a un planeta mejor para estas y futuras generaciones. ²⁰

2.2. Marco conceptual

A continuación, se presenta el marco conceptual que brindó sustento teórico a la práctica dirigida (Ver anexo #2).

2.2.1. Desarrollo

El desarrollo indica la diferenciación o cambio progresivo de órganos y tejidos con adquisición de perfeccionamiento de sus funciones, cada órgano crece y se desarrolla a un ritmo específico e interdependiente hasta que se alcanza el máximo grado de crecimiento y maduración y este se encuentra influenciado por aspectos ambientales y hereditarios.²¹

Por otro lado, el desarrollo humano es el estudio del proceso de cambio y la estabilidad que afecta a las personas. Este cambio dura toda la vida, es multidimensional, esto quiere decir que ocurre en muchas dimensiones que interactúan como las biológicas, psicológicas y sociales; además, es multidireccional. Asimismo, otro principio establece que el desarrollo se puede ver influenciado por la biología y la cultura de la persona e implica la modificación de la distribución de los recursos tales como tiempo, energía, talento, dinero y apoyo social. Además, esta muestra plasticidad, es decir, muchas capacidades como la memoria, la fuerza y la resistencia mejoran notablemente con el entrenamiento y la práctica, incluso a edades avanzadas.⁷

El crecimiento y desarrollo poseen diferentes características que los determinan, entre estas se establece que implican cambios celulares, moleculares y conductuales en los seres humanos, a su vez estos procesos están en función de la dotación genética, de experiencias significativas y satisfactorias y de un medio ambiente que conduce a los individuos a alcanzar la madurez.¹¹ Entre los ámbitos del desarrollo se encuentran: el desarrollo físico, cognoscitivo y psicosocial. El crecimiento del cuerpo y el cerebro, las capacidades sensoriales, las habilidades motoras y la salud son parte del desarrollo físico; el aprendizaje, la atención, la memoria, el lenguaje, el pensamiento, el razonamiento y creatividad conforman el desarrollo cognoscitivo y por último, las emociones, la personalidad y las relaciones sociales son aspectos del desarrollo psicosocial. Estos ámbitos se encuentran interrelacionados, es decir, cada aspecto del desarrollo influye en los demás.⁷

2.2.2. Desarrollo cognitivo

El desarrollo cognitivo es definido como el conjunto de cambios relacionados con la edad que se producen en la actividad mental.¹² Aspectos como el aprendizaje, la atención, la memoria, el pensamiento, el razonamiento y la creatividad conforman el desarrollo cognitivo.⁷

2.2.3. Niñez temprana

El desarrollo del niño es multiforme; físico, emocional, mental, social y espiritual²². La niñez temprana es la etapa del desarrollo humano que comprende desde los 3 a los 6 años de edad, también es conocida como primera infancia y coincide con la época preescolar.⁷

En esta etapa los niños y niñas mantienen una relación de dependencia total con las personas adultas, sin embargo, inician una relación más activa con los iguales, se fortalece el desarrollo de las capacidades motoras finas, la capacidad conceptual y el lenguaje (al haber completado el desarrollo neurológico para la comunicación).²³ Además, la formación en hábitos y valores comienza a ocupar un papel importante ya que los niños(as) en esta etapa adquieren actitudes positivas en torno al aprendizaje y a su integración en el mundo que les rodea.^{7,23}

Por lo tanto, estimular a los niños(as) durante la primera infancia es fundamental ya que esta etapa constituye un medio de preparación para una vida de aprendizaje, autonomía y descubrimientos; es una etapa de riesgos y peligros, pero también de posibilidades inmensas al ser considerado el momento óptimo para explorar, experimentar y llegar a dominar los cambios que se presenten.⁷

2.2.4. Adulthood mayor

La adultez mayor es una etapa del ciclo vital que se extiende desde los 65 años en adelante. Actualmente, esta etapa se divide en tres grupos: la persona adulta mayor joven, quien se encuentra en un rango de edad entre los 65 y 74 años, la persona adulta mayor “vieja” entre los 75 y 84 años y las personas adultas mayores de edad avanzada quienes tienen 85 años en adelante. Los dos últimos grupos son más propensos a la fragilidad, a la enfermedad y a tener dificultades para llevar a cabo actividades de la vida diaria, sin embargo, estos grupos de edad se pueden clasificar a través de su edad funcional, la cual se define como la medida de la capacidad de una persona para desempeñarse de manera eficaz en su ambiente físico y social en comparación con otros de la misma edad cronológica.⁷

Los cambios en el cerebro durante la adultez mayor suelen ser sutiles, hacen poca diferencia en el funcionamiento y varían de una persona a otra, de una región del cerebro a otra y de un tipo de tarea a otra; sin embargo, la plasticidad cerebral puede reorganizar los circuitos neuronales para responder al desafío del envejecimiento neuro-biológico a través de un entrenamiento constante de este.⁷

2.2.5. Función ejecutiva

Con la finalidad de ser exitoso en las diferentes etapas del ciclo vital, se requiere de creatividad, flexibilidad, autocontrol y disciplina; todas estas habilidades son funciones ejecutivas. Las funciones ejecutivas (FFEE) se describen como una serie de procesos cognitivos de orden superior que con el tiempo apoyan la capacidad de las personas para regular cada vez más su propio comportamiento y a su vez, desarrollar una mayor competencia social, emocional y cognitiva; estas destrezas dependen de un circuito neural en el cual la corteza prefrontal juega un rol esencial. Estos procesos cognitivos incluyen:²⁴

2.2.5.1. La memoria de trabajo: Se define como la habilidad para prestar atención y recordar hechos conforme se utilizan para completar diferentes tareas. La memoria de trabajo es fundamental para dar sentido a cualquier evento que se desarrolle a lo largo del tiempo ya que esto implica relacionar lo que se generó antes con lo que se generó después. Comprender el lenguaje escrito o hablado requiere de esta debido a que, al enfocarse en la siguiente frase, la anterior ya no está presente o ya no la está mirando. Hacer cualquier cálculo matemático también, al igual que el razonamiento, porque implica tener en cuenta fragmentos de información y ver cómo estos se relacionan.²⁴

La habilidad para retener información se desarrolla muy temprano, sin embargo, la capacidad de retener mucha de esta en la mente o realizar cualquier tipo de manipulación mental, se desarrolla de forma más lenta y se presenta como un progreso prolongado de desarrollo. La memoria y la atención aparecen de forma arbitraria, debido a que son procesos similares incluso en su base neural, esto se explica porque el mismo sistema prefrontal que permite a la persona permanecer selectivamente enfocado en la información que le interesa, a la vez lo ayuda a atender de forma selectiva los estímulos en su entorno al eliminar los que se consideran irrelevantes.²⁴

2.2.5.2. Control inhibitorio: Se define como la habilidad para seguir reglas, modular emociones y retrasar la gratificación. Incluye la inhibición de la atención o atención selectiva, la cual se refiere a un control de interferencia y comprende la supresión de la atención en distractores, por lo tanto, la persona puede mantenerse enfocada en lo que se desea. Este control también incluye la inhibición de la acción como respuestas motoras, verbales y otros subtipos. Los siguientes son aspectos del autocontrol y disciplina: ²⁴

- a) La inhibición de un impulso para responder o reaccionar de forma inmediata. Esto permite a la persona darse el tiempo para brindar una respuesta más considerada y para prestar atención o buscar información antes de llegar a una conclusión.
- b) Retraso de la gratificación. Le permite a la persona esperar con la finalidad de obtener un mejor resultado o premio.
- c) La inhibición de la primera inclinación y la sustitución por una respuesta más adecuada.
- d) Resistencia a tentaciones. Finalización de un trabajo a pesar de su dificultad al inhibir tentaciones de realizar otra actividad más divertida.
- e) Mantenimiento de la atención en algo por un tiempo prolongado, a pesar de que la tarea parezca aburrida.

2.2.5.3. Flexibilidad cognitiva: Es la habilidad que surge de forma más tardía en comparación con las anteriores.²⁴ Incluye la capacidad del cerebro para adaptarse a situaciones inesperadas, realizar nuevas actividades, hacer cambios en la rutina, planear estrategias, ser multitasking y aprender de los errores.²⁵

Por otra parte, es importante destacar las tareas de la función ejecutiva, las cuales son: ²⁶

- **Tareas de ordenar y seguir series:** Esta tarea implica ordenar diferentes elementos según un orden temporal o establecido, además de seguir series propuestas (de colores, números, letras o figuras) así como de hallar y ordenar la secuencia lógica de una serie de imágenes.
- **Tareas de ordenar de forma inversa:** Deletreo de palabras en orden inverso.
- **Tareas de resistencia a la interferencia:** Test de Stroop y tareas donde se solicite una respuesta específica asociada a un único estímulo ante una emisión de varios estímulos (Ej: dar una palmada cada vez que se oiga la letra A).
- **Tareas de series alternantes:** Trazados gráficos de series alternantes, secuencias alternantes de posturas con las manos y reproducciones rítmicas.

- **Tareas de laberintos:** Completar laberintos de diferentes niveles de dificultad.
- **Tareas de clave de números:** Asociar números o colores a diferentes símbolos gráficos, siguiendo la clave propuesta.

Ahora bien, cabe resaltar que las FFEE comienzan a surgir de forma temprana, es decir durante la infancia, aparecen cerca del final del primer año de vida y se desarrollan a medida que la edad aumenta⁷, pero no maduran de forma completa hasta la adultez temprana. A pesar de que se desarrollan durante la niñez, estas habilidades son sumamente predictivas para la adultez²⁴ y durante el proceso de envejecimiento son más sensibles.⁹

Por otro lado, las funciones ejecutivas son sensibles a factores ambientales tanto positivos como negativos y a la vez, se ha demostrado que el utilizar diferentes enfoques puede mejorarlas con éxito, lo cual en una etapa temprana de la vida puede ser absolutamente crítico para la felicidad y el éxito de una persona y para reducir las disparidades sociales tanto en el rendimiento como en la salud.²⁴

Asimismo, el desarrollo de estas habilidades es esencial para aprender, debido a que estas sientan las bases de los comportamientos adaptativos y dirigidos hacia un objetivo, los cuales permiten anular pensamientos y respuestas más automáticas o impulsivas. Es crucial que los niños pequeños adquieran estas habilidades para que estén listos a aprender cuando comienzan la escuela y así logren tener un éxito académico continuo. A la vez, estas funciones deben estimularse desde la infancia hasta la adultez mayor y es crítico realizarlo durante la niñez temprana debido a que estas van a tener un efecto durante toda su trayectoria en la vida.²⁴

Debido a lo anterior, es esencial la promoción del desarrollo de las funciones ejecutivas a través de diferentes programas, los cuales pueden incluir el entrenamiento y la práctica directa de habilidades de la función ejecutiva, la promoción de las relaciones interpersonales, la utilización del juego como un aspecto central en las intervenciones y la promoción del aprendizaje social y emocional.²⁷

2.2.6. Estrategia lúdico-creativa

La educación es considerada el pilar básico para el desarrollo humano, por lo tanto es fundamental impulsar estrategias entretenidas, agradables, lúdicas y creativas que vuelvan más interesantes las actividades educativas para todas las personas.²⁸ Comúnmente se cree que lo lúdico creativo es

una actividad superficial dedicada al ocio, donde únicamente se le da espacio al juego, sin embargo esta estrategia constituye una forma ideal para los procesos de intercambio y construcción de conocimiento; es aprender haciendo.²⁹

La pedagogía lúdica- creativa se define como una pedagogía de la vida, abierta a nuevas oportunidades de conocimiento, en la cual las actividades lúdicas, la creatividad y el juego se convierten en las mejores herramientas para sentir, conocer y expresar, encontrando así un vínculo entre el disfrute propio y el compartido.³⁰ Este tipo de estrategias está relacionada con “actividades simbólicas e imaginarias” como el juego, el arte, la literatura, el movimiento, el sentido del humor, el afecto, entre otros.²⁹

El objetivo de esta metodología es el desarrollo integral de la persona en los aspectos físicos, emocionales, sociales e intelectuales, favoreciendo la observación, la reflexión y el espíritu crítico, enriqueciendo el vocabulario, fortaleciendo la autoestima y desarrollando la creatividad, lo que promueve la formación de seres humanos autónomos, creadores y felices. Asimismo, el juego es una actividad imprescindible para la evolución cognitiva, comunicativa, afectiva y social del ser humano y permite el desarrollo de las funciones básicas de la maduración psíquica.³¹ No obstante, el juego no solo compete y beneficia al niño, el adulto también enriquece su visión del mundo y encuentra nuevas formas de expresar sus opiniones y sentimientos.²⁸

Por lo tanto, la relación entre generaciones puede ser promovida por el juego ya que genera un puente que conecta ambos mundos, produciendo beneficios, tanto en uno como en el otro. Además, la creación de estos espacios y el uso de esta metodología es de vital importancia para fortalecer la expresión y donde por medio de múltiples actividades los niños y los adultos se divierten con espontaneidad, al mismo tiempo que se descubren y estructuran como personas. En síntesis, la metodología lúdico-creativa es un espacio de socialización creativo, un proceso educativo no formal, una forma de aprendizaje, desarrollo, socialización y convivencia.²⁸

2.2.7. Educación para la salud

La educación es considerada la vía más adecuada para alcanzar el desarrollo humano y sostenible, fomenta el desarrollo de competencias que incluyen conocimientos, habilidades y destrezas que le permiten a una persona comprender, transformar y participar en el mundo en el que vive. Debido a esto es esencial abordarla no solo desde el ámbito de las instituciones educativas y de los

individuos en sí, sino desde formas de gobierno a través de políticas educativas, el acceso y la calidad de la educación.³²

La educación para la salud (EPS) con enfoque integral es un proceso de generación de aprendizajes, no solo para el autocuidado individual, sino para el ejercicio de la ciudadanía, la movilización y la construcción colectiva de la salud. Además, uno de los objetivos de la EPS es aprender a vivir mejor tanto en lo individual como en lo grupal, por lo tanto, estos procesos deben basarse en la comunicación, el diálogo de saberes, la pedagogía activa, participativa y transformadora que permiten el empoderamiento individual.³²

Asimismo, la educación para la salud se encuentra vinculada a la alfabetización y conlleva el conocimiento, la motivación y las aptitudes para acceder, comprender y aplicar la información, con el fin de realizar valoraciones y tomar decisiones en lo concerniente a temas cotidianos de salud, prevención de enfermedades y fomento de la salud con la finalidad de mantener o mejorar la calidad de vida en su transcurso.³³ De igual manera, se deben tomar en cuenta las condiciones sociales, económicas y ambientales que tiene la población.³²

Con base a esto, es vital que los profesionales en salud, al fomentar la EPS tomen en cuenta experiencias tales como:³²

- a) Fortalecimiento de capacidades para el autocuidado, el cuidado de la familia y la comunidad y de la forma en que se generan modos y condiciones que favorecen estilos de vida saludables.
- b) Desarrollo de habilidades psicosociales para la vida que contribuyan al empoderamiento de la persona, con enfoque de género, salud sexual y reproductiva, convivencia, entre otros.
- c) Participación de las comunidades, escuelas y universidades.
- d) Movilización social con base en procesos pedagógicos y de empoderamiento individual y comunitario.
- e) Que los procesos de EPS se encuentren articulados a políticas institucionales que favorezcan la creación de ambientes favorables a la salud y la participación de las personas involucradas en los procesos de aprendizaje.
- f) Experiencias de EPS entre pares que fortalezcan el desarrollo de habilidades psicosociales para la vida.

Por otro lado, el profesional en enfermería, como parte de su rol brinda educación en diferentes niveles de atención por lo que los escenarios habituales donde la enfermera o enfermero educa a la persona, familia y comunidad se dan en ambiente hospitalario, ambulatorio y comunitario; en estos ámbitos la intervención educativa se dirige a la promoción, prevención, protección, recuperación y rehabilitación de la salud. Con este fin, se pueden utilizar diferentes metodologías como el modelaje, la tutoría, la simulación, las estrategias de motivación, modelos de roles y aprendizaje colaborativo, los cuales permiten fortalecer y profundizar el desarrollo óptimo de esta función a los educandos.³⁴

Además, se pueden elaborar programas educativos, los cuales pueden ser considerados intervenciones terapéuticas que conducen a un mejoramiento de la salud y por consiguiente, a una mejor calidad de vida en las diferentes etapas del ciclo vital. Sin embargo, para lograr el éxito de los programas educativos es necesario realizar un diagnóstico sobre las necesidades y las características de los destinatarios con el fin de adaptar la educación a las condiciones de la persona, familia y comunidad.³³

2.2.8. El aprendizaje en el niño(a) en la etapa de la niñez temprana

La capacidad de aprender de una persona y su actitud hacia el aprendizaje se origina durante los primeros años de vida, por lo tanto, son cruciales. Es fundamental un contexto estimulante y receptivo que ayude al niño en el camino al descubrimiento, en la apertura al mundo exterior y en la capacidad de integrar informaciones.²² Durante la niñez el cerebro es muy elástico en cuanto a receptividad y vulnerabilidad, de allí surge la capacidad de integrar nuevas aptitudes y de descubrir el aprendizaje, siendo este definido como un viaje de descubrimiento a través de los sentidos, en el que el niño capta y de ese modo, crea, establece y confirma conexiones y caminos en el cerebro.²² La niñez temprana según Jean Piaget se conoce como la etapa preoperacional, la cual se caracteriza por la generalización del pensamiento simbólico, la comprensión de identidades, la comprensión de la causa y el efecto, la capacidad para clasificar, la comprensión de los números, el desarrollo de la empatía y la toma de conciencia de la actividad mental y del funcionamiento de la mente. Además, durante esta etapa los niños(as) incrementan sus niveles de atención, así como la rapidez y la eficiencia para procesar la información, comienzan a formar recuerdos de larga duración⁷ y permanece la habilidad de pensar en los objetos de manera simbólica, sin embargo, se encuentra limitada a pensar en solo una dirección, por lo que el pensamiento reversible es de gran dificultad.

A su vez, los niños(as) tienden a ser egocéntricos por lo que tienden a ver el mundo y las experiencias de los demás desde su propia perspectiva, lo que los lleva a pensar que todos los demás comparten sus sentimientos y reacciones.³⁵

Por otro lado, según lo establecido por Vygotsky, los niños y niñas aprenden a través de la internalización de los resultados de las interacciones con las personas adultas, este aprendizaje en conjunto, el cual se da de forma interactiva, es una manera eficaz para que los niños atraviesen la zona de desarrollo próximo (ZDP), la cual es una brecha entre lo que ya son capaces de hacer y saber y lo que pueden hacer o saber con ayuda. Asimismo, con la finalidad de promover el desarrollo cognoscitivo de los niños se utiliza el andamiaje, el cual es la asistencia de apoyo que brinda un compañero de interacción con mayor experiencia, esta debe estar enfocada en la ZDP, incluso Vygotsky establece que el juego ofrece a los niños una cantidad importante de andamiaje, lo que los acerca a esta zona.⁷

Cabe resaltar que existen diferentes métodos para el aprendizaje de los niños en la etapa de la niñez temprana, entre ellos el método Montessori y el método Reggio Emilia. El primero se basa en la importancia de que los niños aprendan de manera independiente y a su propio ritmo, se les brinda los materiales apropiados para su nivel de desarrollo y trabajan en tareas que ellos mismos eligen; en este método, los maestros y maestras, tienen un papel de guías y se encargan de generar un ambiente de calma, ordenado y placentero. El segundo método, se basa en los intereses de los niños(as), y los maestros(as) apoyan a los niños(as) en la exploración de ideas y sentimientos a través de palabras, movimientos, puestas teatrales y música.⁷

A su vez, la curiosidad constituye uno de los motores básicos del aprendizaje en los niños por lo que un entorno óptimo para el descubrimiento, las nuevas emociones y la comunicación mejora de manera natural el proceso de aprendizaje. El juego contribuye a consolidar todos los dominios del desarrollo, a través de este, los niños (as) estimulan la imaginación, la creatividad, los sentidos, ejercitan sus músculos, coordinan la visión con el movimiento, obtienen dominio sobre su cuerpo, toman decisiones y adquieren nuevas habilidades. Además, existen diferentes categorías de juego, entre los cuales se encuentran: el juego funcional, el juego constructivo, el juego dramático y el juego con reglas.^{7,22}

El juego funcional consiste en la práctica repetida de movimientos; el juego constructivo, es el uso de objetos o materiales para construir algo; el juego dramático implica objetos, acciones o papeles imaginarios y se basa en la función simbólica en la niñez temprana. Haciendo énfasis en este

último, cabe resaltar que este tipo de juego implica una combinación de cognición, emoción, lenguaje y conducta sensorio-motora, por lo que puede fortalecer el desarrollo de las conexiones densas en el cerebro, así como la capacidad para el pensamiento abstracto, además, a medida que se torna más colaborativo, los argumentos se hacen más complejos y ofrecen mayores oportunidades para practicar las habilidades interpersonales y de lenguaje, así como para explorar los roles y convenciones sociales; al simular juntos, los niños desarrollan habilidades de solución de problemas, planeación y búsqueda de metas, entre las cuales se encuentran las funciones ejecutivas lo que les permite comprender el punto de vista de otras personas.⁷

Posteriormente, se encuentran los juegos con reglas, los cuales son más organizados con procedimientos y penalizaciones conocidas, son más característicos en la edad escolar. Además, el juego puede ser social o no social, los cuales se clasifican en: conducta desocupada, conducta espectadora, juego solitario independiente, juego paralelo, juego asociativo y juego cooperativo.⁷ Finalmente, con el objetivo de obtener un proceso de enseñanza-aprendizaje en el niño(a) se mencionan diferentes sugerencias, tales como: utilizar materiales y auxiliares visuales, utilizar instrucciones relativamente cortas que no incluyan pasos de una sola vez, ayudarlos a desarrollar su habilidad para ver el mundo desde el punto de vista de alguien más, ser sensible ante la posibilidad de que los niños(as) asignen distintos significados a las palabras, propiciar que realicen una cantidad de actividades que les permita practicar habilidades que funcionan como bloques de construcción de habilidades más complejas y por último, propiciar experiencias para crear una base que sirva en el aprendizaje de conceptos y del lenguaje.³⁵

2.2.9. El aprendizaje en la persona adulta mayor

El envejecimiento es un proceso inevitable y progresivo presente a lo largo del ciclo vital desde la concepción hasta la muerte.³⁶ Es un proceso natural, universal, intrínseco, progresivo e irreversible que involucra todas las dimensiones del ser humano. Asimismo, puede ser definido como un conjunto de cambios y/o transformaciones que van apareciendo en la persona a lo largo de la vida, como consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos. Los cambios se presentan en el ámbito bioquímico, fisiológico, morfológico, social, psicológico y funcional.³⁷ Sin embargo, a pesar de estos cambios, la PAM es capaz de seguir aprendiendo cosas nuevas cada día.

La gerontagogía estudia a la persona adulta mayor en situación educativa, la cual es una situación contextual donde se desarrollan los procesos de enseñanza-aprendizaje, por lo tanto, es una

práctica social orientada a la formación de las personas adultas mayores. A su vez, es una disciplina pedagógica que tiene por objeto el conjunto de métodos y de técnicas relacionadas y reagrupadas en un corpus de conocimientos orientados en función del desarrollo de las PAM. La gerontagogía apoya diferentes supuestos pedagógicos en argumentos como los siguientes: ³⁸

- Las personas adultas mayores se sienten más satisfechas cuando tienen mayor actividad, por lo contrario, se pueden producir sentimientos de exclusión y aislamiento al no promoverse este tipo de dinámicas.
- Las PAM pueden aprender y enseñar durante toda su vida. También en ellas se pueden manifestar pérdidas y declives, así como hallazgos y ganancias, por lo que hacen realidad el positivo dominio.
- Las PAM se mueven, viven y se desarrollan entre dos principios: el de finitud y el de autodesarrollo.
- La gerontagogía es una práctica educativa y social, la cual tiene como misión multiplicar las defensas culturales de las PAM para que accedan, con más posibilidades, a vincularse a sus respectivos entornos sociales.
- Al tomar en cuenta la potencial actividad de las PAM, la gerontagogía entiende que la planificación y la realización de programas culturales y educativos puede tender a la autorrealización.

Además, durante este proceso de aprendizaje es necesaria la identificación de necesidades a través de un diagnóstico. En las personas adultas mayores se requiere de un diagnóstico de carácter formativo con la finalidad de brindarles información sobre sus características y necesidades formativas, además, a través de este se les puede sugerir pautas de cambios de actitud o de conducta. Por lo tanto, la evaluación es un proceso de recogida y análisis de información cuyo resultado es la identificación y priorización de las necesidades de las personas, grupos, instituciones, comunidades o sociedades, a través de la cual se pueden configurar las bases de un eficaz programa de formación y cualificación de las PAM.³⁸

Por otro lado, es importante considerar que el estado de salud tanto físico como psicológico de la PAM puede influir en la motivación que tengan para implicarse en actividades educativas, lo que a su vez, influye de manera importante en su autoconcepto con relación a sus capacidades y posibilidades educativas, debido a esto, es necesario trabajar en esos aspectos. Asimismo, otro

elemento fundamental que se considera un componente constitutivo de una perspectiva educativa significativa para las PAM es el de la participación, este se encuentra fundamentado en diferentes principios. Entre estos se encuentran:³⁹

- a) **Principio de actividad:** Se refiere a que las PAM se encontrarán física y psicológicamente mejor si permanecen activas.
- b) **Principio de utilidad:** Corresponde a que el continuar aportando algo a los demás, redundará en un mantenimiento del autoconcepto de una manera positiva.
- c) **Principio de la no desvinculación social:** La participación se convierte en una forma idónea de evitar la exclusión social a la que se ve sometida la PAM tras el cese laboral.
- d) **Principio de opcionalidad:** Se debe partir de las necesidades e inquietudes que muestran las PAM, el grado y modo de participación puede variar según las características de cada persona.
- e) **Principio de independencia:** A través de la participación, las PAM alcanzarán una mayor independencia y autonomía al sentirse responsables de sus actuaciones.

Asimismo, el desarrollo de las relaciones sociales, el aprender con otros y con ayuda de los otros, es fundamental en la persona adulta mayor, quien desarrolla su conocimiento a través de la interacción. El humanismo, basado en las ideas de Paulo Freire, se centra en la concepción del aprendizaje como resultado de la interacción entre el individuo y el medio, es decir, los factores determinantes del aprendizaje no están ni en el papel de la persona ni en el del objeto, sino en su interacción. A su vez, el papel del educando es tan importante como el del educador, quien se convierte en facilitador de contextos pedagógicos, a través de los cuales, el educando construye su conocimiento. Por lo tanto, la relación facilitador-persona es horizontal, en la cual, el facilitador proporciona las herramientas, teniendo en cuenta las características de cada persona con el fin de que transforme la realidad.⁸

Por otro lado, en la planificación de las actividades educativas para las personas adultas mayores, hay que tener en cuenta variables que influyen en el proceso de aprendizaje tales como las alteraciones en la percepción sensorial, motivación, tiempo de respuesta, nivel de energía física y mental y la memoria; el proceso de aprendizaje exige que los sentidos de la visión y la audición perciban el estímulo, lo interpreten, lo almacenen y lo codifiquen. Para facilitar la memorización, se deben usar contenidos que tengan relevancia para la persona adulta mayor de manera que asocie

la nueva información con sus experiencias y con la información aprendida anteriormente. Por lo que, a la vez, se recomienda el uso de medios audiovisuales, con letras grandes, también, se recomienda ofrecer la información en pequeñas cantidades y hacer uso de la repetición ya que esta favorece la fijación del conocimiento; en el caso de enseñar habilidades psicomotoras, deben hacerse las demostraciones que sean necesarias, hasta que la persona logre su objetivo de aprendizaje.⁴⁰

Otra de las variables que influyen en el proceso, es el tiempo de acción y respuesta ya que se estima que este tiempo empieza a disminuir a partir de los 60 años. Por esta razón, es necesario reducir la cantidad de material y la velocidad con que se presenta la información y no se debe presionar a la persona para que realice tareas durante un tiempo determinado. Además, el nivel de energía es otro aspecto determinante para el proceso y por esto se recomienda que las sesiones educativas permitan períodos de descanso si es necesario, con el fin de que la persona mantenga los niveles adecuados de energía que favorezcan el logro de los objetivos de salud. A la vez, para favorecer el proceso de enseñanza-aprendizaje, se deben considerar el ambiente físico protegido, el sentido de seguridad, el respeto, la aceptación, la ausencia de amenazas y de sentido de ridículo. También, el manifestar optimismo, la paciencia, el elogio, el sentido del humor y los refuerzos positivos contribuyen a formar un ambiente donde la persona adulta mayor tiene excelentes posibilidades de éxito y oportunidades para integrarse al esfuerzo conjunto de optimizar su bienestar, iniciar nuevas tareas y aceptar nuevos retos.⁴⁰

Finalmente, al hacer referencia a la educación de la PAM, se debe entender que se trata principalmente de una educación para la persona, además que para construir la educación se debe partir de la propia experiencia de estas y su relación entre ellas; comprendiéndola también como una educación social, la cual se entiende como una medida para reforzar las relaciones sociales y un proceso beneficioso que facilitará en gran medida el intercambio y renovación de nuevos conocimientos e ideas de acción. Por lo tanto, se puede considerar la educación intergeneracional en la cual se unen a las generaciones mayores con las más jóvenes para que fluyan procesos cooperativos y de participación.³⁹

2.2.10. Intergeneracionalidad

El envejecimiento poblacional constituye uno de los mayores desafíos del siglo XXI y entre sus múltiples implicaciones se encuentra la presencia simultánea de personas de diversas

generaciones, cuyas relaciones se encuentran condicionadas por el contexto, la historia y la cultura. La intergeneracionalidad es definida como la relación entre personas concretas y generaciones como grupos de edad.⁴¹ También, es definida como el encuentro e intercambio entre personas pertenecientes a distintas generaciones¹ y permite el intercambio de ideologías, valores, conocimientos y experiencias entre los distintos grupos y la disminución de estereotipos.¹⁵ Por otra parte, es importante considerar que la falta de relación y solidaridad intergeneracional constituye un problema serio, por lo que se debe promover el diálogo y el enlace entre grupos de diferentes edades, principalmente entre las personas adultas mayores y los jóvenes ya que cada grupo generacional tiene enseñanzas, conocimientos y experiencias que puede compartir con otras generaciones y así complementarse en un aprendizaje en conjunto donde los encuentros intergeneracionales son una excelente estrategia educativa.¹³

2.2.10.1. Relaciones intergeneracionales

La relación intergeneracional se define como la interacción intencionada entre grupos de personas de diferentes edades, en variedad de situaciones proporcionando una comunicación cercana; sentimientos y pensamientos compartidos, en una actividad cooperativa y significativa para ambas generaciones. Además, las relaciones entre varias generaciones pueden proporcionar hechos y circunstancias que no se encuentran en otra oportunidad, a partir de estas relaciones, se produce un conjunto de enlaces relacionados con el pasado, el futuro próximo y el desarrollo de la vida presente.¹

El contacto directo entre ambas generaciones produce grandes beneficios físicos, cognitivos y sociales de manera bidireccional; en el caso de los niños, el compartir con personas adultas mayores puede aumentar su autoestima y autoconocimiento, además de modificar esquemas para comprender y dar valor a los hechos que les acontecen, es decir, una manera de construir y mejorar el entendimiento hacia las PAM; y en el caso de las personas adultas mayores al compartir con niños pueden enfrentar mejor el estrés y la frustración, aumentar su capacidad para analizar objetivamente cualquier acontecimiento en la sociedad y contrarrestar la pérdida de memoria, el sentimiento de soledad, el aislamiento, así como acrecentar y enriquecer los estadios de la vida.^{1,42}

2.2.11. Programas intergeneracionales

Los programas intergeneracionales son vehículos para el intercambio determinado y continuado de recursos y aprendizajes entre las generaciones mayores y las más jóvenes con el fin de conseguir beneficios individuales y sociales. Asimismo, estos programas implican que se compartan habilidades, conocimientos y experiencias entre ambos; se caracterizan por que demuestran beneficios mutuos para los participantes, establecen nuevos roles sociales y/o nuevas perspectivas para los niños, jóvenes y mayores implicados, involucran a múltiples generaciones incluyendo por lo menos dos generaciones no adyacentes y sin lazos familiares, promueven mayor conocimiento y comprensión entre los más jóvenes y los mayores, así como el aumento de la autoestima para ambos grupos, se ocupan de los problemas sociales y de las políticas más apropiadas para las generaciones implicadas, incluyen los elementos necesarios para una buena planificación del programa y propician el desarrollo de relaciones intergeneracionales.¹

Por otro lado, se resaltan los programas intergeneracionales como una alternativa socioeducativa para todas las edades y una forma de entender la intergeneracionalidad parte del concepto de comunidad de generaciones que supone la existencia de elementos comunes entre distintas generaciones por su pertenencia al conjunto global del ciclo vital, aun reconociendo la existencia de marcos socio-temporales y experienciales diferentes.⁴³

Ahora bien, con la finalidad de garantizar el éxito de los programas intergeneracionales es esencial que cuenten con las siguientes características:⁴³

- Que demuestren beneficios mutuos para los participantes.
- Que establezcan nuevos papeles sociales y/o nuevas perspectivas para los participantes.
- Que puedan involucrar múltiples generaciones y deben incluir al menos dos generaciones no adyacentes y sin lazos familiares.
- Que promuevan el conocimiento aumentado y la comprensión entre las generaciones más jóvenes y mayores y el crecimiento de la autoestima para ambas generaciones.
- Que se dirijan a problemas sociales y políticas apropiadas para las generaciones involucradas.
- Que incluyan los elementos de una adecuada planificación del programa.
- Que se desarrollen relaciones intergeneracionales.

Por otra parte, cabe resaltar que los programas intergeneracionales generan múltiples beneficios a ambas generaciones, incluso se han considerado como instrumento para la solución de problemas sociales. Entre estos beneficios se encuentran:⁴³

- Unen generaciones separadas al reestablecer los lazos rotos por la dinámica social imperante.
- Rescatan y transmiten la cultura tradicional para propiciar a los más jóvenes un sentido de identidad.
- Fomentan la vida activa entre generaciones.
- Comparten recursos entre las generaciones.
- Crean redes de apoyo entre generaciones para solucionar problemas sociales como el acoso escolar, la violencia de género o las drogas.
- Proporcionan un marco ideal para hacer realidad el aprendizaje a lo largo de la vida.

Asimismo, de forma concreta brindan beneficios a las personas adultas mayores tales como:¹

- Aumentan la capacidad para hacer frente a cualquier alteración de salud y decaimiento, responder con vitalidad, potenciar el humor, aumentar la autoestima al igual que minimizar situaciones desfavorables.
- Desaparecen el aislamiento para emplear tiempo a las personas jóvenes como progreso, renovación e incorporación familiar y social.
- Recibir asistencia y apoyo para el desarrollo de determinadas acciones acontecidas en la vida diaria.
- Obtener reconocimiento social a través de sus experiencias vividas, como participación y aporte a otras generaciones de un legado cultural y tradicional valioso.
- Propician nuevas oportunidades de aprendizaje, habilidades sociales, así como disfrutar de actividades distintas.

Y los niños y jóvenes también obtienen diferentes beneficios como:¹

- Disminución de la conducta de aislamiento y soledad, dando paso al aumento de la valoración personal, la confianza en uno mismo, el sentido cívico y el sentimiento de responsabilidad comunitaria.

- Comprender y percibir positivamente a las PAM como grupo heterogéneo para retirar cualquier estereotipo negativo hacia el proceso de envejecimiento.
- Reconocer a las PAM como grandes consejeros o guías en momentos de decaimiento y dificultad frente a cualquier adversidad.
- Reunir un conjunto de habilidades concretas acordes con los numerosos aprendizajes obtenidos.
- Adquirir conocimiento de la propia historia acontecida, así como de los demás, capacitando la construcción de una vida saludable y optimista.

Incluso, existen múltiples beneficios para la comunidad en general, entre ellos:¹

- Proyectar y reproducir redes sociales, creando modelos de comportamiento social y colectivo.
- Desarrollar y preservar de forma consistente diferentes oportunidades comunitarias e infraestructuras públicas para la ejecución de actividades de orden cultural, artístico, ambiental e incluso para la conciliación familiar.
- Construir una cohesión cultural y social consistente con el fin de desarrollar el sentimiento de comunidad.
- Eliminar cualquier estereotipo o barrera que pueda surgir respecto a una u otra generación recíprocamente.
- Empezar y desarrollar el voluntariado de modo socio-comunitario

2.2.11.1. Tipos de programas intergeneracionales

Existen diferentes tipos de PI, por lo que se distinguen taxonomías de estas. La primera atiende a distintas jerarquías de implicación desde el grado o tipo 1 de donde no existe un contacto directo con la otra generación, hasta el grado o tipo 7 en el que llega a confluir un fuerte contacto entre sus participantes.

Tabla 1. Jerarquía de implicación sobre los PI

Grado de implicación	Descripción
Grado 1	Aprender sobre el otro grupo generacional.
Grado 2	Ver a otro grupo generacional, pero a distancia.
Grado 3	Las generaciones se encuentran de manera planificada, como experiencia única. Por ejemplo, que el grupo visite una única vez al otro grupo.
Grado 4	Actividades periódicas o anuales.
Grado 5	Programas piloto con encuentros regulares durante un período de tiempo.
Grado 6	Programas intergeneracionales continuados.
Grado 7	Creación de espacios comunitarios intergeneracionales.

Fuente: Elaboración propia a partir de ⁴²

Por otro lado, estos programas pueden ser de diferentes tipos dependiendo del centro de interés que se desarrolle. Entre estos se encuentran los educativos, los emocionales, los socio-comunitarios, los sanitarios y los de servicio.^{1,44} Los programas intergeneracionales educativos tienen como objetivo el intercambio de información, conocimiento, experiencias y acciones entre personas mayores y otras de distinta generación para contribuir a su desarrollo continuo (abierto a los cambios), al aumento de sus saberes, al aprendizaje mutuo y conjunto y en definitiva, al enriquecimiento de sus vidas.¹ Por lo tanto, la propuesta educativa intergeneracional debe reconocer la idea de interactividad, en la cual se deben propiciar espacios de diálogo, comprensión, acercamiento e intercambio mutuo de ideas que faciliten una acción solidaria y comunicativa, la cual debe estar insertada en un proceso de convivencia que facilite la experiencia educativa y el entendimiento mutuo de todos los miembros.⁴³

2.2.12. Promoción de la salud

La promoción de la salud es definida como el proceso que permite a los individuos incrementar el control sobre su propia salud.⁴⁵ Es una acción educativa, formal e informal, que permite a la persona sensibilizarse y visualizar su propia vida como un proceso continuo de aprendizaje y autorrealización. Implica integrar hábitos, habilidades y destrezas para el autodesarrollo y el autocuidado y es considerado un proceso de aprendizaje que inicia en la infancia y finaliza en la vejez.¹⁵ La promoción de la salud se pone en práctica utilizando enfoques participativos; los individuos, las organizaciones, las comunidades y las instituciones colaboran con cambios en el entorno para crear condiciones que garanticen la salud y el bienestar para todos. También, implica una manera particular de colaborar que se basa en la población, es participativa, intersectorial, sensible al contexto y opera en múltiples niveles.⁴⁵

Asimismo, el enfoque de promoción de la salud implica un método multidisciplinario para promover la salud y prevenir enfermedades a través de un "sistema completo" en lugares o contextos sociales en los que las personas participan en actividades diarias, y donde los factores ambientales, organizacionales y personales interactúan para influir en la salud y el bienestar.⁴⁵ Por lo tanto, la promoción de la salud es una manera de empoderamiento de las personas, familias y comunidades, donde la creación de ambientes saludables busca reducir las vulnerabilidades.⁴⁶ Por último, cabe resaltar que la promoción de la salud se ha convertido en una estrategia que permite fomentar y enriquecer las relaciones intergeneracionales, al abrir la puerta para que diversas generaciones compartan sus experiencias y conocimientos de vida.¹⁵

2.3. Marco teórico

2.3.1. Una teoría para el logro de los objetivos de Imogene King⁴⁷

La teoría de Imogene King se basa en el supuesto general de que el centro de la enfermería es la interacción de los seres humanos con su entorno, lo cual conduce a los individuos a un estado de salud que les hace capaces de funcionar dentro de su rol social.

La presente práctica dirigida se basa en “una teoría para el logro de los objetivos”, en la cual se presentan tres sistemas dinámicos que interactúan en una estructura de sistemas abiertos para la enfermería, los cuales son: los *sistemas personales* en el cual los individuos se integran con el medio ambiente, los *sistemas interpersonales* en el cual interactúan para formar grupos y por último, los *sistemas sociales* en el cual se integran los grupos con intereses especiales y necesidades con el fin de formar organizaciones. Estos sistemas dinámicos e interrelacionados se representan en la figura 1.

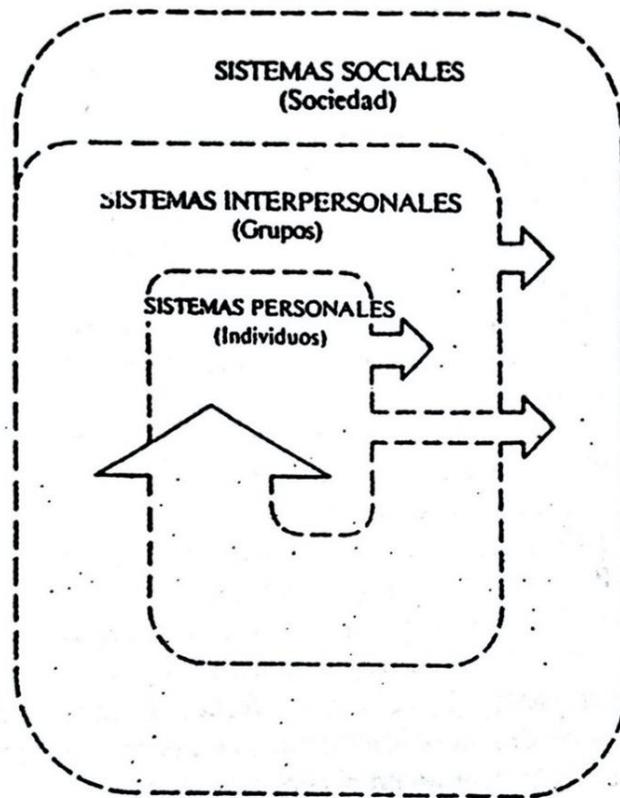


Figura 1. Sistemas dinámicos de interacción según teoría de Imogene King

A partir de estos sistemas se establecen cuatro conceptos, los cuales son: el ser humano, el medio ambiente, la salud y la sociedad, estos permiten que los enfermeros y enfermeras tengan diferentes conocimientos relacionados con el ser humano, el medio ambiente y variables que influyen en la conducta de los individuos. Además, les permite comprender que a través de interacciones humanas, estos realizan actividades diarias en diferentes roles en los sistemas sociales, por lo que la vida y la salud del individuo se encuentran relacionados con las interacciones de este con el medio ambiente.

Ahora bien, al comprender la dinámica entre los distintos sistemas, esta se logra aplicar dentro de la práctica dirigida. Inicialmente, se identifican los *sistemas personales* desde la individualidad de cada persona adulta mayor, niño(a) y estudiante de enfermería y a su vez, desde los aspectos que tienen en común, tales como la capacidad de percibir, pensar, sentir, seleccionar alternativas, fijar objetivos, seleccionar los medios para lograrlos y tomar decisiones, lo que indica que cada participante es un ser que piensa y actúa. Los individuos forman grupos creando así los *sistemas interpersonales* identificados como interacciones entre los seres humanos, en este caso, entre un gran grupo compuesto por las personas adultas mayores, niños(as), mamás y facilitadoras donde cada quien cumple un rol. Si estos grupos presentan intereses y metas comunes dentro de una comunidad, se crean los *sistemas sociales*, en los cuales las fuerzas sociales están en constante movimiento y la dinámica de estas influyen en la conducta, la interacción, la percepción, el desarrollo y la salud. Con respecto a esto, el programa intergeneracional se encuentra posicionado dentro de un sistema social como el PAIPAM visualizado este como un ente de apoyo fundamental, al igual que el sistema familiar.

Por otro lado, una teoría para el logro de los objetivos se ha derivado en los sistemas interpersonales, en los cuales dos personas quienes no se conocían, se organizan para ayudar y ser ayudados a conservar un estado de salud que permita el desempeño de los diferentes roles. En esta teoría se describen las interacciones entre el profesional en enfermería y el individuo, con el fin de establecer objetivos mutuos, los cuales se basan en las preocupaciones, problemas, condiciones de salud y percepciones de las personas y al fin, ponerse de acuerdo en cuanto a los medios necesarios para alcanzar las metas propuestas. Cabe resaltar que esta teoría es congruente con la presente práctica dirigida, lo cual se desarrolla a continuación por medio de la figura 2.

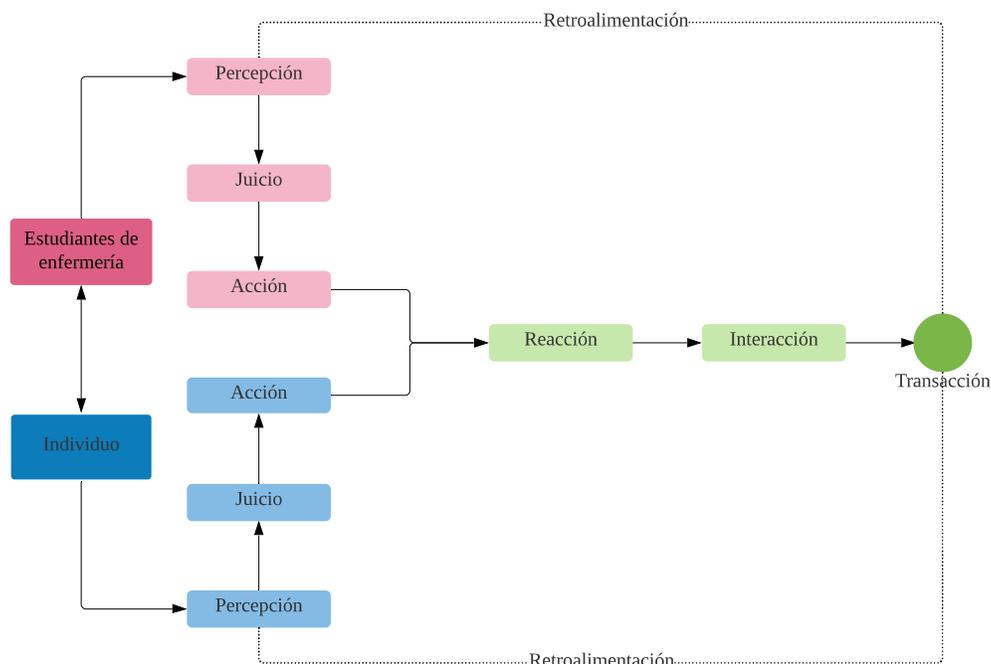


Figura 2. Diagrama sobre el proceso de las interacciones humanas con base en la teoría de Imogene King

En el desarrollo de este diagrama, cabe resaltar que personas que no se conocían, en este caso, las estudiantes de enfermería, las personas adultas mayores y los niños(as) (identificados estos dos últimos como el individuo) interactúan entre sí, esa interacción es un proceso de percepción y comunicación entre persona-medio ambiente y entre persona-persona manifestado por conductas verbales y no verbales, con la finalidad de ponerse de acuerdo con los medios para alcanzar las metas; para efectos de esta práctica, el medio corresponde a los encuentros intergeneracionales y la meta es la promoción del desarrollo cognitivo, específicamente la estimulación de la función ejecutiva.

Además, en este proceso se debe tomar en cuenta que cuando ambas partes se reúnen para un propósito, se emplea la percepción, por medio de la cual cada uno se conoce a sí mismo, conoce a otras personas y aprende a conocer objetos que están en el medio ambiente. Posterior a esto, emiten juicios concibiendo mentalmente una acción o tomando una decisión para actuar, provocando así que ambas partes reaccionen una ante la otra y ante la situación. Por lo tanto, es necesario contemplar que en el proceso de las interacciones humanas, las facilitadoras y el grupo intergeneracional reaccionan en términos de sus percepciones, expectativas y necesidades, lo que influye en el logro de las transacciones y por consiguiente, en el logro de la meta.

En síntesis, las percepciones, juicios, acciones, reacciones e interacciones de ambas partes determinan las transacciones que harán en situaciones particulares; en esta práctica dirigida, la transacción es la promoción del desarrollo cognitivo por medio de los encuentros intergeneracionales.

Finalmente, con respecto a la retroalimentación, este es un aspecto necesario a lo largo de todo el proceso y cuya finalidad es identificar aspectos por mejorar para así lograr los objetivos propuestos de forma satisfactoria y alcanzar la transacción.

2.3.1.1. Suposiciones filosóficas⁴⁷

Según lo establecido por King, la teoría para el logro de los objetivos se basa en la suposición de que el objeto de estudio de la enfermería son las interacciones del ser humano con su ambiente, las cuales permiten alcanzar un estado de salud para desempeñar sus diferentes roles.

Tabla 2. Suposiciones acerca de los seres humanos y enfermero-usuario

Suposiciones acerca de la persona	Suposiciones enfermera-usuario
<ul style="list-style-type: none"> -Los individuos son seres sociales. -Los individuos son seres conscientes. -Los individuos son seres racionales. -Los individuos son seres que reaccionan. -Los individuos son seres que perciben. -Los individuos son seres que tienen un propósito. -Los individuos son seres orientados hacia la acción. -Los individuos son seres orientados en el tiempo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Las percepciones de la enfermera y la persona influyen en la interacción. -Los objetivos, las necesidades y los valores de ambas partes repercuten en el proceso de interacción. -Las personas tienen derecho de saber acerca de lo que les sucede. -Las personas tienen derecho de participar en las decisiones que influyen en su vida, salud y servicios de la comunidad. -Los profesionales de la salud tienen el deber de compartir la información que ayuda a las personas a tomar decisiones acerca del cuidado de su salud. -Las personas tienen derecho de aceptar o rechazar el cuidado de la salud. -Los objetivos de los profesionales en salud y la persona pueden ser incongruentes.

Fuente: Elaboración propia a partir de ⁴⁷

2.3.1.2. Conceptos⁴⁷

Una teoría para el logro de los objetivos se estableció a través de los sistemas interpersonales ya que en este sistema se hace referencia a la díada enfermero(a)-persona. La teoría utiliza conceptos importantes como interacción, percepción, comunicación, transacción, rol, stress, crecimiento y desarrollo. Además, es de vital importancia tomar en cuenta los metaparadigmas que se refieren a persona (Ver tabla 2), enfermería, salud y entorno.

Enfermería

Se define como un proceso de interacciones humanas entre la enfermera y la persona, en el cual cada uno percibe al otro y a la situación, y a través de la comunicación, fijan objetivos, exploran los medios y se ponen de acuerdo en cuanto a los mismos para alcanzarlos. Por otro lado, entre las conductas observables entre el profesional en enfermería y la persona se encuentran el reconocimiento de las situaciones y condiciones como un problema de salud, así como diferentes problemas sociales y preocupaciones, la realización de actividades relacionadas con las condiciones de la persona como la toma de decisiones y la motivación con el fin de controlar las condiciones presentes para alcanzar el logro de los objetivos. Asimismo, a través de esta interacción, el enfermero o enfermera se encarga de observar, recibir información para interpretarla y así orientar apropiadamente a la persona con el fin de ayudarle a establecer objetivos.

Salud

Es considerada como un estado dinámico dentro del ciclo de la vida, asimismo, la enfermedad es una transferencia en este ciclo. La salud implica una adaptación continua al estrés en el entorno interno y externo mediante el empleo óptimo de los recursos de la persona para alcanzar su potencial máximo para la vida diaria. Además, esta es una función del enfermero o la enfermera, así como del paciente, el médico, la familia y otras interacciones.

Entorno

Es esencial para los profesionales en enfermería el entendimiento del modo en que los seres humanos interactúan con su entorno para mantener su salud; los sistemas abiertos implican que se generen interacciones entre el sistema y su entorno, de lo que se infiere que este cambia de forma

constante. Asimismo, cada ser humano percibe el mundo globalmente como persona al realizar transacciones con otros individuos y con objetos del ambiente.

Interacción

Es un proceso de percepción y comunicación entre persona y medio ambiente y entre persona y persona, manifestado por conductas verbales y no verbales que están orientadas al logro de los objetivos. En las interacciones cada individuo tiene diferentes conocimientos, necesidades, objetivos, experiencias pasadas y percepciones, las cuales influyen en las interacciones; cada persona reacciona una ante la otra y ante la situación, percibiendo, emitiendo juicios y actuando.

Percepción

Se define como la representación de la realidad que tiene cada persona, implica el cómo esta obtiene, transforma, procesa y almacena la información obtenida, la cual tiene un efecto que se ve reflejado en conductas. La percepción está relacionada con las experiencias pasadas, el concepto del yo, los grupos socioeconómicos, la herencia biológica y los antecedentes educativos. Es el mundo de experiencias subjetivas de cada persona.

Comunicación

Es un proceso mediante el cual la información pasa de una persona a otra de manera directa o indirecta, es el componente de información de las interacciones que permite una relación recíproca entre los que proporcionan el cuidado y los que lo reciben, ya que gracias a la comunicación los individuos expresan sus metas. Con respecto a las situaciones de enfermería, la comunicación es el medio por el cual se da información para identificar intereses o problemas y para ayudar a los individuos a tomar decisiones con el propósito de lograr sus objetivos.

Transacción

Se define como la conducta observable de seres humanos que interactúan con su medio ambiente y es considerada como el componente de la valoración de interacciones humanas. Por lo tanto, los profesionales en enfermería y las personas realizan transacciones para poder intercambiar sus puntos de vista y lograr metas propias, lo que requiere ponerse de acuerdo, generar tratos e intercambio social y cuando esto se logra es posible alcanzar los objetivos.

Rol

El rol engloba un grupo de conductas que se esperan de las personas que ocupan una posición dentro de un sistema social y comprende reglas que definen los derechos y las obligaciones que entraña un cargo. Asimismo, implica la relación con uno o más individuos que interactúan en situaciones específicas para alcanzar un propósito y resalta la importancia de que los profesionales en enfermería expliquen y hagan que los demás entiendan su rol, debido a que el conflicto y la confusión disminuyen el cuidado efectivo y provocan tensión en las situaciones.

Stress

Se define como un estado dinámico mediante el cual el ser humano interactúa con el medio ambiente para mantener el equilibrio necesario para crecer, desarrollarse y desempeñar sus funciones. Es importante que los profesionales en enfermería estén al tanto del grado de stress de las personas a su cargo sin olvidarse del propio, debido a que cuando hay mucho stress en los individuos que interactúan en una situación, su campo perceptual disminuye y su capacidad de tomar decisiones es menos eficaz. Estos factores pueden afectar las interacciones y generar dificultad al fijar los objetivos, además pueden repercutir en el cuidado de enfermería e interferir con las actividades de desarrollo de una persona.

Crecimiento y Desarrollo

Son los procesos que ocurren en la vida de los individuos, los cuales les ayudan a aprovechar un potencial a fin de lograr una realización propia. El crecimiento y desarrollo están en función de la dotación genética, las experiencias significativas y satisfactorias y el medio ambiente que coadyuvan a que los individuos alcancen su madurez. Además, la edad es un factor crítico a tener en cuenta ya que determina el crecimiento y desarrollo de cada persona.

Tiempo

Es un flujo continuo de acontecimientos en orden sucesivo que comprende cambio, un pasado y un futuro. Además, es la relación de un evento con otro y está vinculado con el ritmo en las funciones de los seres humanos, detalle a tener en cuenta al relacionarse con una persona ya que la percepción del tiempo es importante en las interacciones.

Espacio

Se define por la conducta de los individuos que ocupan un territorio, incluye gestos, posturas, y límites visibles elegidos para delimitar este espacio personal. La percepción del espacio influye en la manera cómo los individuos se comportan en diversas situaciones; la distancia espacial y la cercanía son factores por considerar en las interacciones enfermera-persona.

2.3.1.3. Propositiones⁴⁷

Son una declaración verdadera acerca de una teoría, entre las proposiciones propuestas por King se encuentran:

- a) Si existe la exactitud perceptual en las interacciones enfermero(a)-persona, ocurrirán transacciones.
- b) Si el profesional en enfermería y la persona hacen transacciones, se alcanzarán metas.
- c) Si se logran los objetivos, se satisfacerán necesidades.
- d) Si se alcanzan las metas, se dará un cuidado de enfermería efectivo.
- e) Si las transacciones se realizan en las interacciones enfermero(a)-persona, el crecimiento y desarrollo serán mejores.
- f) Si las expectativas y desempeño del rol de ambas partes son congruentes, habrá transacciones.
- g) Si los roles de ambas partes entran en conflicto, habrá tensión en las relaciones.
- h) Si los profesionales en enfermería con conocimiento y habilidades especiales se comunican y brindan información adecuada a las personas, se establecerán metas mutuas y alcanzarán los objetivos.

2.4. Marco legal

Inicialmente, cabe destacar que para que un programa intergeneracional funcione, debe ser intencionadamente inclusivo y apoyarse en el marco político existente.¹ Por lo tanto, dentro de la normativa legal de Costa Rica que brindó sustento teórico a la presente práctica dirigida y que enmarcó el fenómeno en estudio, se encuentra:

2.4.1. Código de la niñez y adolescencia⁴⁸

La Ley No. 7739 representa el marco jurídico mínimo para la protección integral de los derechos de las personas menores de edad, por lo que a continuación se presentan los diferentes artículos que sustentaron el marco legal en nuestra práctica, dirigido a la población de niños y niñas.

Artículo 1. Objetivo. Este código constituye el marco jurídico mínimo para la protección integral de los derechos de las personas menores de edad, establece los principios fundamentales tanto de la participación social o comunitaria como de los procesos administrativo y judicial que involucren derechos y obligaciones de esta población.

Artículo 2. Definición. Se considera niño o niña a toda persona desde su concepción hasta los doce años de edad cumplidos.

Artículo 3. Ámbito de aplicación. Las disposiciones de este código se aplicarán a toda persona menor de edad sin distinción alguna, independientemente de la etnia, la cultura, el género, el idioma, la religión, la ideología, la nacionalidad o cualquier otra condición propia, de su padre, madre, representantes legales o personas encargadas.

Artículo 5. Interés superior. Toda acción pública o privada concerniente a una persona menor de dieciocho años deberá considerar su interés superior, el cual garantiza el respeto de sus derechos en un ambiente físico y mental sano y procura el pleno desarrollo personal. La determinación del interés superior deberá considerar: su condición de sujeto de derechos y responsabilidades, su edad, grado de madurez, capacidad de discernimiento y demás condiciones personales, las condiciones socioeconómicas en que se desenvuelve y la correspondencia entre el interés individual y el social.

Artículo 10. Disfrute de derechos. La persona menor de edad será sujeto de derechos; goza de todos los inherentes a la persona humana y de los específicos relacionados con su desarrollo, excepto los derechos políticos de conformidad con la Constitución Política de la República.

Artículo 14. Derecho a la libertad. Las personas menores de edad tendrán derecho a la libertad, este derecho comprende la posibilidad de tener sus propias ideas, creencias y culto religioso y ejercerlo bajo la orientación de sus padres o encargados, según la evolución de sus facultades y con las limitaciones y garantías consagradas por el ordenamiento jurídico. Además, tendrán derecho a expresar su opinión en los ámbitos de su vida cotidiana, especialmente en la familia, la comunidad y la escuela.

Artículo 18. Derecho a la libre asociación. Toda persona menor de edad tendrá el derecho de asociarse libremente con otras personas para cualquier fin lícito, salvo fines políticos y los que tuvieran por único y exclusivo fin el lucro. En el ejercicio de este derecho podrán asociarse entre sí con personas mayores.

Artículo 19. Derecho a protección ante peligro grave. Las personas menores de edad tendrán el derecho de buscar refugio, auxilio y orientación cuando la amenaza de sus derechos conlleve grave peligro para su salud física o espiritual, asimismo, tienen derecho de obtener, de acuerdo con la ley, la asistencia y protección adecuadas por parte de las instituciones competentes.

Artículo 20. Derecho a la información. Las personas menores de edad tendrán el derecho de obtener la información, sin importar su fuente y modo de expresión, en especial la que promueva su bienestar social, espiritual y emocional, así como su salud física y mental. El ejercicio de este derecho deberá ejecutarse de manera responsable y bajo la orientación de los padres, representantes o educadores.

Artículo 24. Derecho a la integridad. Las personas menores de edad tendrán derecho a que se respete su integridad física, psíquica y moral, este derecho comprende la protección de su imagen, identidad, autonomía, pensamiento, dignidad y valores.

Artículo 24 bis. Derecho a la disciplina sin castigo físico ni trato humillante. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a recibir orientación, cuidado y disciplina de su madre, su padre o responsables de la guarda y crianza, así como de los encargados y personal de los centros educativos, de salud, de cuidado, penales juveniles o de cualquier otra índole, sin que, en modo alguno, se autorice a estos el uso del castigo corporal ni el trato humillante.

Artículo 25. Derecho a la privacidad. Las personas menores de edad tendrán derecho a no ser objeto de injerencia en su vida privada, familia, domicilio y correspondencia; sin perjuicio de los derechos y deberes inherentes a la patria potestad.

Artículo 26. Derecho al honor. Las personas menores de edad tendrán el derecho de ser protegidas en su honor y reputación.

Artículo 27. Derecho a la imagen. Se prohíbe publicar, reproducir, exponer, vender o utilizar, en cualquier forma, imágenes o fotografías de personas menores de edad para ilustrar informaciones referentes a acciones u omisiones que se les atribuyan, sean de carácter delictivo o de contravención o riñan con la moral o las buenas costumbres; asimismo, cuando de algún modo hayan participado o hayan sido testigos o víctimas de esos hechos, si se afecta su dignidad. También, queda prohibida la publicación del nombre o cualquier dato personal que permita identificar a una persona menor de edad autora o víctima de un hecho delictivo, salvo autorización judicial fundada en razones de seguridad pública.

Artículo 56. Derecho al desarrollo de potencialidades. Las personas menores de edad tendrán el derecho de recibir educación orientada hacia el desarrollo de sus potencialidades. La preparación que se les ofrezca se dirigirá al ejercicio pleno de la ciudadanía y les inculcará el respeto por los derechos humanos, los valores culturales propios y el cuidado del ambiente natural, en un marco de paz y solidaridad.

Artículo 73. Derechos culturales y recreativos. Las personas menores de edad tendrán derecho a jugar y participar en actividades recreativas, deportivas y culturales, que les permitan ocupar provechosamente su tiempo libre y contribuyan a su desarrollo humano integral, con las únicas restricciones que la ley señale. Corresponde en forma prioritaria a los padres, encargados o representantes, darles las oportunidades para ejercer estos derechos.

Artículo 76. En la medida de lo posible, las entidades privadas de enseñanza facilitarán sus instalaciones para el sano esparcimiento de las personas menores de edad de su comunidad.

2.4.2. Política Nacional para la Niñez y la Adolescencia en Costa Rica (PNNA) 2009-2021²³

Esta política representa la dirección estratégica que el Estado costarricense debe seguir para la efectiva promoción, respeto y garantía de los derechos humanos de la niñez y la adolescencia. El objetivo por alcanzar es que Costa Rica sea un país capaz de garantizar plenamente esos derechos, así como, convertirse en un ambiente de protección integral, donde se satisfagan las necesidades emocionales, de bienestar y de desarrollo de los niños, niñas y adolescentes que lo habitan.

Con el fin de lograr el objetivo, la PNNA promueve la creación de condiciones y oportunidades donde se respeten los derechos y se dé el desarrollo de las capacidades de esta población, tomando

en cuenta la participación en las diferentes etapas de desarrollo y en los entornos familiar, escolar, comunitario y social en los que se desenvuelven, puesto que en un futuro serán los encargados de contribuir al sostenimiento del desarrollo humano y social costarricense por medio de la convivencia democrática y de la solidaridad intra e intergeneracional.

La PNNA establece un nuevo paradigma de protección integral donde se enfatizan cuatro categorías de derechos universales que se pretenden promover mediante la práctica dirigida en cuestión, estos derechos son:

- *Derechos relacionados con la supervivencia:* Están relacionados con la integralidad del ser humano en el ámbito físico, psíquico y social. Comprende el derecho a la vida, al desarrollo integral y pleno, al acceso y satisfacción de necesidades básicas (afecto, salud, nivel de vida adecuado, entre otras).
- *Derechos relacionados con el desarrollo integral:* Las personas menores de edad tienen derecho al desarrollo integral por medio de la educación, el disfrute de bienes y servicios, de la cultura, el juego, el descanso, la recreación y el esparcimiento.
- *Derechos relacionados con la participación:* En la relación entre personas adultas y personas menores de edad prevalece el dominio y autoridad del adulto, quedando invisibilizadas la participación, opinión y decisiones del niño, niña y adolescente. Por lo tanto, se les debe garantizar las oportunidades y el acceso a participar en la toma de decisiones en el ámbito familiar, escolar, comunitario y social.
- *Derechos relacionados con la protección:* El Estado, la familia y la sociedad se deben encargar de salvaguardar el bienestar, la integridad y la seguridad de la niñez y la adolescencia, además de la restitución de los derechos, su dignidad y desarrollo armónico.

Por otro lado, en la PNNA se establecen lineamientos y ejes estratégicos, el primero de ellos es el eje de persona, familia y comunidad, donde se le atribuye a la familia, la comunidad y el Estado el rol de proveer a las personas menores de edad programas y acciones de cuidado y protección integral. Dentro de este eje uno de los puntos que tuvo relevancia para la presente práctica dirigida fue:

- *El respeto y protección de los vínculos afectivos:* El Estado costarricense reconoce que el afecto es vital para el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes, por lo cual, el gobierno y las instituciones públicas deben fortalecer y promover programas donde se mejore la comunicación intergeneracional y se fortalezcan las relaciones de los niños y niñas con sus padres, madres, hermanos, abuelos y demás personas de la sociedad.

Asimismo, otro de los ejes estratégicos de la PNNA es el de salud integral, el cual tiene relación con la salud y sus determinantes en las personas menores de edad, toma en cuenta aspectos como el crecimiento, desarrollo, condiciones étnicas, culturales, migratorias y ambientales, con el fin de lograr el equilibrio entre promoción, prevención y atención. Los puntos que conforman este eje y que tuvieron relación con la presente práctica dirigida fueron:

- *Promoción de la salud integral:* Las instituciones públicas dirigidas a la atención de personas menores de edad deberán promover la salud mental, estilos de vida saludables y ambientes sanos. Los programas, planes, acciones, infraestructura y equipos deberán ser accesibles para todos los menores de edad con el fin de garantizar el desarrollo integral de los mismos.
- *Educación para la salud:* Las instituciones relacionadas con la atención de personas menores de edad deberán ejecutar acciones de educación no formal, con el objetivo de que los niños, niñas y adolescentes se formen, apropien y demanden el derecho que tienen a una salud integral. Se deberán promover procesos de información, formación y asesoramiento con el propósito de que puedan disfrutar plenamente la salud y se potencie el desarrollo de capacidades y destrezas que permita un estilo de vida acorde con el desarrollo humano.

Por último, otro de los ejes estratégicos de la PNNA es el de cultura, juego y recreación, donde se aspira a que los niños, niñas y adolescentes tengan oportunidades para el juego, el esparcimiento, la recreación y los estilos de vida saludable en un entorno de diversidad sociocultural, tolerancia e inclusión. Los lineamientos que conforman este eje y que tuvieron relación con la presente práctica fueron:

- *Fomento de la creatividad y el estímulo de la imaginación:* El Estado y las instituciones públicas deberán promover actividades creativas y la imaginación de los niños, niñas y adolescentes, por medio de programas y acciones.
- *Promoción del juego, el deporte y la recreación:* El juego constituye un elemento esencial y estimulador del proceso evolutivo, fomenta el desarrollo de destrezas, de la imaginación y la creatividad. Además, promueve el mejoramiento del estilo y calidad de vida, por lo tanto, es de vital importancia promover el derecho al juego que tienen los niños, niñas y adolescentes.

2.4.3. La Constitución Política⁴⁹

Es el instrumento con mayor rango en la jerarquía normativa y se encarga de la protección de la persona adulta mayor por medio de tres artículos. En el artículo 50 se establece que el Estado tiene como deber procurar el mayor bienestar de todos los habitantes del país, el artículo 51 indica el derecho fundamental a la protección especial para grupos vulnerables, dentro de los cuales se encuentran las personas adultas mayores y finalmente, el artículo 83 expone que el Estado se encargará de patrocinar y organizar la educación de los adultos, para combatir el analfabetismo y proporcionar oportunidad cultural a aquellos que quieran mejorar su condición intelectual, social y económica.

2.4.4. Ley integral para la Persona Adulta Mayor (Ley 7935)⁵⁰

Fue aprobada en la asamblea legislativa el 19 de octubre del año 1999 y constituye la base para la regulación en la temática de envejecimiento y vejez. En esta ley se define a la persona adulta mayor como toda aquella persona de sesenta y cinco años o más.

El objetivo general de la ley es garantizar el mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores desde un enfoque de derechos, con perspectiva de género y solidaridad intergeneracional. Dentro de sus objetivos específicos se encuentran:

- Garantizar a las personas adultas mayores igualdad de oportunidades y vida digna en todos los ámbitos.
- Promover la permanencia de las personas adultas mayores en su núcleo familiar.
- Propiciar formas de organización y participación de las personas adultas mayores que le permitan al país aprovechar la experiencia y el conocimiento de esta población.

- Impulsar la atención integral e interinstitucional de las personas adultas mayores por parte de las entidades públicas y privadas y velar por el funcionamiento adecuado de los programas y servicios destinados a esta población.
- Garantizar la protección y la seguridad social de las personas adultas mayores.

Por otra parte, a continuación, se presentan diferentes artículos que fueron respetados y promovidos a lo largo de nuestra práctica dirigida, estos son:

Artículo 6. Derecho a la integridad. Las personas adultas mayores tienen el derecho a que se respete su integridad física, psíquica y moral. Además, incluye la protección de su imagen, autonomía, pensamiento, dignidad y valores.

Artículo 7. Derecho a la imagen. Se prohíbe publicar, reproducir, exponer, vender o utilizar, en cualquier forma, imágenes o fotografías de personas adultas mayores para ilustrar informaciones referentes a acciones u omisiones que se les atribuyan, sean de carácter delictivo, contravenciones o riñan con la moral o las buenas costumbres.

Asimismo, esta ley se encuentra conformada por varios artículos, los cuales describen implícitamente la necesidad de crear programas intergeneracionales, estos artículos son:

Artículo 3- Derechos para mejorar la calidad de vida, menciona que toda persona adulta mayor tendrá derecho a una mejor calidad de vida por medio de la creación y ejecución de programas que promuevan:

- a) El acceso a la educación, en cualquiera de sus niveles y a la preparación adecuada para la jubilación.
- b) La participación en actividades recreativas, culturales y deportivas promovidas por las organizaciones, las asociaciones, las municipalidades y el Estado.
- c) La unión con otros miembros de su grupo etario en la búsqueda de soluciones para sus problemas.

Artículo 12- Deberes del estado, menciona que el estado deberá garantizar las condiciones óptimas de salud, nutrición, vivienda, desarrollo integral y seguridad social de las personas adultas mayores.

En el *artículo 15- Deberes de instituciones y organizaciones sociales* se menciona que estas deberán:

- a) Desarrollar programas que favorezcan la permanencia de las personas adultas mayores en la familia y la comunidad.
- b) Suministrar los servicios sociales dirigidos a fomentar la promoción, participación e integración social de las personas adultas mayores.

El *artículo 22- Programas culturales* expone que por medio del Ministerio de Cultura, Juventud y Deportes y el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación, el Estado promoverá programas que generen espacios para estimular el desarrollo de las potencialidades y capacidades intelectuales, físicas, culturales, deportivas y recreativas de las personas adultas mayores. Contarán con el apoyo de organizaciones no gubernamentales, la comunidad organizada y los gobiernos locales.

En el *artículo 34- Fines*, el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor tendrá dentro de sus fines propiciar y apoyar la participación de la comunidad, la familia y la persona adulta mayor en las acciones para su desarrollo.

Finalmente, dentro del *artículo 35- Funciones*, se encuentran como funciones del Consejo fomentar la creación, continuidad y accesibilidad de los programas y servicios relativos a la atención integral de las personas adultas mayores y velar por ellos y además, impulsar la investigación en las áreas relacionadas con el envejecimiento.

2.4.5. Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2011- 2021⁵¹

Esta política busca adoptar las medidas necesarias en todas las áreas y tiene el compromiso de promover y proteger los derechos humanos y las libertades fundamentales de las personas adultas mayores, además, busca eliminar todas las formas de discriminación. Reconoce que las personas conforme envejecen deben disfrutar de una vida plena, con salud, seguridad y participación en la vida económica, social, cultural y política de la sociedad. Dentro de sus retos se encuentran:

- Promover un envejecimiento con calidad y una vida satisfactoria.
- Mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores.
- Superar las condiciones de exclusión social.

- Disminuir el hambre y la pobreza en la población adulta mayor en condiciones de vulnerabilidad.
- Garantizar la protección y la seguridad social de las personas adultas mayores.

Por otra parte, dentro de los principios de la política se encuentra la búsqueda de la solidaridad intergeneracional y dentro de sus objetivos gestionar el desarrollo de campañas masivas con enfoque intergeneracional, con el fin de crear hábitos y valores que contribuyan a la prevención y a la erradicación del abandono, abuso y maltrato hacia las personas adultas mayores.

Asimismo, la línea estratégica de participación social e integración intergeneracional pretende fortalecer los espacios y mecanismos de participación social de las personas adultas mayores y vincular a otros grupos poblacionales en el reconocimiento del papel protagónico que ha tenido la población adulta mayor ante el Estado. Dentro de los objetivos de esta línea estratégica que fundamentaron la presente práctica dirigida, se encuentran:

- a) Articular con instituciones públicas y privadas acciones concretas para la promoción y realización de programas educativos, culturales, deportivos, recreativos y de uso del tiempo libre, con enfoque intergeneracional, que implique la participación de las personas adultas mayores, de la comunidad y la familia.
- b) Promover investigaciones relacionadas con la participación social, integración intergeneracional, ocupación del tiempo libre, entre otros.

2.4.6. Decreto N° 33158-MP⁴⁹

Fue firmado el 9 de mayo del 2006, en este se declara el 15 de junio de cada año como “Día Nacional contra el Abuso, Maltrato, Marginación y Negligencia contra las Personas Adultas Mayores”, con el fin de apoyar todas las actividades que se realicen para eliminar la discriminación contra esta población. Se celebra en todos los lugares públicos y privados, por medio de encuentros entre generaciones que estimulen el respeto y consideración a las personas adultas mayores.

2.4.7. Decreto N° 32062- MP-S⁴⁹

Fue firmado el 27 de Setiembre del 2004, en este se establece el 1 de octubre de cada año como el “Día de la Persona Adulta Mayor”, lo que da paso a la celebración en lugares públicos y privados mediante encuentros entre generaciones que promuevan la cercanía entre la población joven y la población adulta mayor.

2.4.8. Plan de Gobierno del Partido Acción Ciudadana 2018-2022⁵²

Dentro de las acciones en pro de las personas adultas mayores se menciona la creación de un plan piloto que busca el funcionamiento de centros de cuidado mixtos en donde convergen las personas adultas mayores y los niños(as). Este plan piloto busca seguir garantizando el acceso a una alimentación saludable y mejoría en la calidad de vida y que en conjunto ambas poblaciones se cuiden y estimulen sus capacidades cognitivas estableciendo una relación de aprendizaje en dos vías.

Capítulo III: Metodología

3.1. Modalidad

El presente trabajo fue realizado bajo la modalidad de Práctica Dirigida de Graduación, la cual consiste en la aplicación por parte de los y las estudiantes del conocimiento teórico de su especialidad en instituciones o empresas públicas o privadas que la escuela respectiva apruebe.²

3.2. Lugar

Esta Práctica Dirigida fue realizada con personas adultas mayores que asisten al Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) y con niños(as) convocados por medio de las invitaciones personalizadas, en las instalaciones de la Universidad Nacional de Costa Rica.

3.3. Población

El presente Trabajo Final de Graduación consistió en la elaboración de encuentros intergeneracionales, los cuales fueron realizados entre personas adultas mayores y niños(as). Por una parte, la población en estudio estuvo compuesta por PAM que asisten al PAIPAM. Este programa cuenta con una participación de 454 personas, quienes presentan diferentes características, tales como: hay una mayor participación de PAM del género femenino que del masculino, las edades oscilan entre los 50 y los 90 años, la escolaridad es variada al contar con profesionales pensionados y personas analfabetas y con respecto al nivel económico, la religión, la nacionalidad y el lugar de residencia, son variados.^{53,54}

Ahora bien, de manera estratégica se decidió trabajar con PAM quienes se encuentran en la etapa de desarrollo correspondiente a la adultez mayor, la cual comprende a personas a partir de los 65 años de edad. Durante esta etapa, algunas capacidades como la velocidad de los procesos mentales y el razonamiento abstracto pueden disminuir, así como las funciones ejecutivas; debido a esto, los encuentros intergeneracionales estuvieron orientados al fortalecimiento de estas capacidades. Asimismo, como parte de la adultez mayor, se encuentra la etapa reintegrativa donde se generan cambios biológicos y cognoscitivos que llevan a las PAM a ser más selectivas con las tareas donde invierten su esfuerzo; y la etapa de creación del legado donde por medio de instrucciones, arreglos e historias se despiden dejando un legado, por lo que se tomó en cuenta la capacidad cognitiva de la sabiduría construida a través de la experiencia durante todo el ciclo vital para el desarrollo de algunas actividades.⁷

Cabe resaltar que para participar en esta práctica dirigida, las PAM tenían que cumplir los siguientes criterios de inclusión: tener una edad mayor o igual a los 65 años, participar activamente

en el PAIPAM y estar dispuestos a trabajar con niños (as); y entre los criterios de exclusión: tener demencia y/o limitación física importante y no tener buenas relaciones con la población infantil. Con respecto a la otra población, se trabajó con niños(as) pertenecientes a la etapa de la niñez temprana, la cual comprende edades entre los 3 y los 6 años. Esta se conoce como la etapa preoperacional de desarrollo cognoscitivo debido a que los niños (as) no se encuentran listos para realizar operaciones mentales lógicas y se caracteriza por la generalización del pensamiento simbólico o capacidad representacional que se desarrolla. Del mismo modo, en la elaboración del programa intergeneracional se tomaron en cuenta los avances cognitivos de esta etapa, entre los cuales se encuentran el uso de símbolos, la comprensión de identidades, la comprensión de causa y efecto, la capacidad para clasificar, la comprensión del número, la empatía y la teoría de la mente. Además, se consideraron los diferentes aspectos inmaduros del pensamiento preoperacional, principalmente la centración y el egocentrismo, debido a que estos pueden limitar el pensamiento de los niños relativo a las relaciones tanto sociales como físicas.⁷

Los siguientes fueron los criterios de inclusión para esta población: tener entre 3 y 6 años, aceptar la invitación personalizada, estar dispuestos a trabajar con PAM e ir acompañados de sus padres o encargados y de no ser posible, debían presentar un permiso firmado por estos; y como criterios de exclusión, no tener la posibilidad de asistir con la compañía de sus padres o encargados y no tener disposición de trabajar con la población adulta mayor.

En síntesis, en esta práctica dirigida se trabajó con 10 PAM y 10 niños(as), la cantidad propuesta fue porque según la teoría, para que un PIG funcione debe tener un tamaño manejable¹ y al no existir experiencias previas en torno al tema se decidió iniciar con esta cantidad para una mayor facilidad en el manejo del grupo, así como para obtener resultados y en futuras prácticas abordar una mayor población. Asimismo, debido a la implementación de la metodología lúdico-creativa, se trabajó con cuatro pequeños grupos de 5 personas cada uno y en caso de que algún participante se ausentara a alguna de las sesiones, las actividades se adaptarían en torno a la cantidad de participantes disponibles.

3.3.1. Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM)

El PAIPAM del centro de estudios generales de la Universidad Nacional de Costa Rica tuvo su origen en 1996 debido a un curso que fue realizado con el objetivo de sensibilizar a los

universitarios acerca del proceso de envejecimiento y vejez y de esta manera promover la creación de una sociedad para todas las edades.^{54,55}

Visión

El Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) se constituye en un importante proyecto académico de la Universidad Nacional para la construcción de una nueva cultura del envejecimiento y la vejez, con sus aportes al desarrollo integral, bienestar y calidad de vida de las personas adultas mayores tanto a nivel nacional como internacional. El PAIPAM se organiza a partir de proyectos y actividades de carácter inter, multi y transdisciplinar en las distintas áreas del quehacer académico.⁵³

Misión

El Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) es un proyecto integrado que informa y sensibiliza desde las Humanidades, a estudiantes universitarios, personas de todas las edades, familias y público en general para la eliminación de mitos y estereotipos que inciden de manera negativa en las relaciones intergeneracionales y en la consecución del desarrollo integral y bienestar de las personas adultas mayores. Desde su acción, genera espacios de aprendizaje para las personas adultas mayores y para quienes tienen la atención y cuidado de estas y para las familias y el público en general interesado en la temática gerontológica, por medio de cursos, charlas, talleres, entre otros. De igual manera, favorece espacios para el disfrute integral con el fin de lograr la vivencia de un envejecimiento activo; además realiza y propicia investigaciones y estudios que contribuyan a direccionar sus acciones como programa.⁵³

Asimismo, el programa incluye áreas como la docencia, la extensión, la investigación, la producción y la vinculación externa⁵⁴ donde el objetivo general es contribuir a la recreación y desarrollo de una nueva imagen de la persona adulta mayor que se base en el envejecimiento activo como fundamento de su accionar en todas las áreas del quehacer universitario. Sus objetivos específicos son:⁵³

- Informar y sensibilizar en cuanto a una nueva cultura del envejecimiento y la vejez, con el fin de eliminar los mitos y estereotipos que inciden de manera negativa en las relaciones

intergeneracionales y en la consecución del desarrollo integral y el bienestar de las personas adultas mayores.

- Generar espacios de aprendizaje (académico y sociocultural) para las personas adultas mayores, para quienes las atienden y cuidan, sus familias y público en general interesado en la temática gerontológica. Entiéndase como espacios: cursos, charlas, talleres, encuentros y participaciones en grupos artísticos y culturales.
- Propiciar espacios para el disfrute del tiempo libre y ocio, basado en las actividades ambientales y ecológicas, corporales, lúdicas, deportivas, intelectuales, recreativas, sociales y de terapia ocupacional, entre otras, de las personas mayores.
- Coordinar el acompañamiento, asesoría y guía de investigaciones desarrolladas por estudiantes que aporten conocimiento a la temática gerontológica y que redunden en el enriquecimiento de los proyectos y actividades del programa.
- Realizar acciones tendientes a la vinculación interna o externa por medio de alianzas, convenios u otros.
- Sistematizar las experiencias generadas en los proyectos y actividades de docencia, extensión e investigación.
- Coordinar los proyectos adscritos al PAIPAM.

Finalmente, cabe mencionar que el PAIPAM tiene una oferta de más de 40 cursos que abarcan una amplia variedad de actividades y que se encuentra en constante crecimiento.⁵⁵ El programa tiene la sede central en la provincia de Heredia, pero debido a los cursos y actividades también tiene influencia en el norte del país en la Región Chorotega (Campus Liberia y Campus Nicoya), al sur en la Región Brunca (Campus Coto-Brus y Pérez Zeledón) y al noreste, en el Campus Sarapiquí.⁵⁴

3.4. Etapa de coordinación

Inicialmente, para la elaboración de los encuentros intergeneracionales se realizó una etapa de coordinación, en la cual a través de un cronograma semestral se desarrollaron reuniones con la directora del PAIPAM, con el objetivo de obtener los permisos y el apoyo para la elaboración de las diferentes sesiones, el lugar, el horario y los posibles participantes adultos mayores, acorde con los criterios de inclusión y exclusión. Asimismo, se realizó la convocatoria de la población infantil participante por medio de la modalidad de invitación personalizada, tomando en cuenta los

criterios de inclusión y exclusión, para esto se elaboraron y se entregaron las invitaciones a cada niño(a). El empleo de esta modalidad se debió a que este TFG constituye la primera sistematización de experiencias sobre programas intergeneracionales como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo en el país, por lo que resultó ideal comenzar de esta manera y así garantizar la asistencia de los participantes.

3.5. Etapas del proceso de Enfermería

El proceso de Enfermería es un método sistemático que para su aplicación requiere de conocimientos, habilidades y actitudes para prestar cuidados de enfermería de forma lógica, racional y humana, al individuo, a la familia y a colectivos y se mide por el grado de eficiencia, progreso y satisfacción de la persona.³ Con respecto a las etapas del proceso de enfermería, cabe resaltar que en cada una de ellas se utilizó una herramienta para sistematizar lo obtenido en la primera reunión, en las tres sesiones y en la reunión final.

En la sistematización, la noción más común y difundida hace referencia a la acción de clasificar u ordenar datos e información, es decir “ponerlos en el sistema”. Sin embargo, en el área de procesos sociales se utiliza de manera más amplia, al hacer énfasis no sólo en los datos e información recogida, sino también en la obtención de aprendizajes críticos de lo vivido, por esto se denomina “sistematización de experiencias”.⁵⁶

Las experiencias son procesos vitales y únicos ya que expresan una gran riqueza de elementos inéditos e irrepetibles. De igual manera, son procesos complejos al intervenir factores objetivos y subjetivos que están interrelacionados, como por ejemplo: las condiciones de contexto en que se desenvuelven, situaciones específicas que las hacen posible, acciones intencionadas que se realizan con determinados fines o inintencionadas que se dan como respuesta, las reacciones a esas acciones, los resultados esperados o inesperados que surgen, percepciones, interpretaciones, intuiciones y emociones de las personas que intervienen y las relaciones que se establecen entre estas.⁵⁶

Por lo tanto, es un reto comprender las experiencias, extraer sus enseñanzas y comunicarlas, para ello la sistematización permite apropiarse e interpretar de manera crítica y a partir de su ordenamiento y reconstrucción, detallar la lógica del proceso vivido vinculado a los factores que intervinieron, las relaciones entre sí y por qué se hicieron de ese modo.⁵⁶

Asimismo, es conveniente resaltar que este tipo de sistematización comprende diferentes funciones, entre ellas se encuentran: intercambiar y compartir los aprendizajes con otras experiencias similares, contribuir a la reflexión teórica con conocimientos surgidos directamente de las experiencias e incidir en políticas y planes a partir de aprendizajes concretos que provienen de experiencias reales.⁵⁶

Finalmente, es importante tomar en cuenta que la sistematización puede asumir múltiples formas, variantes o modalidades, pero en todas se debe ordenar y reconstruir el proceso vivido, interpretar de manera crítica ese proceso y extraer aprendizajes para compartirlos. La técnica elegida para esta sistematización correspondió al formato de registro de actividades, el cual está diseñado para ser completado una vez concluida cualquier actividad y se puede realizar de forma individual o como parte de un trabajo colectivo. El formato de la presente ficha se encuentra en el anexo #3.⁵⁶

3.5.1. Etapa de valoración-diagnóstica

La valoración es un proceso continuo, en el cual se presenta una secuencia de recolección de datos sobre el estado de la persona, la familia y la comunidad de forma organizada y sistemática. Esta recolección se obtiene de diversas fuentes tanto de forma directa con la persona como de otros individuos o de bibliografía evidenciada. Posterior a la recolección de los datos, se realiza un análisis de estos para finalmente formular un diagnóstico de enfermería, el cual corresponde a un juicio puntual de las respuestas humanas identificadas.³

Una vez seleccionados los participantes, se realizó una reunión con las personas adultas mayores y otra con los niños(as) y sus madres, con la finalidad de conocerlos personalmente, orientarlos sobre el proceso y explicarles los objetivos de la práctica dirigida y la metodología a implementar para así finalmente conocer si se encontraban de acuerdo y comprometidos a participar. Además, se realizó el diagnóstico con las PAM, los niños(as) y sus madres (estas funcionaron como informantes claves dentro del proyecto), el objetivo fue recolectar datos de ambas poblaciones a través de la observación y de un conversatorio desarrollado a través de un grupo focal (Ver anexo #4). Con base a esto, se determinaron las necesidades en torno al desarrollo cognitivo, así como las características individuales de ambos grupos, las cuales incluyeron necesidades, preferencias, capacidades y actividades; esto permitió una adecuada orientación en el planeamiento de las actividades para que fueran acorde a las características y necesidades específicas de cada población.

3.5.2. Etapa de planificación

La tercera etapa del proceso de enfermería corresponde a la planificación, durante esta se crea un plan de cuidados individualizado dirigido al logro de los objetivos.³

Con base en los datos recolectados en los grupos focales con las personas adultas mayores, niños(as) y sus madres, se realizó un análisis y se confrontó con la teoría con el objetivo de desarrollar un programa de actividades tomando en cuenta las características de desarrollo cognitivo de cada población, para cumplir esto, en conjunto con el comité asesor se realizó un planeamiento didáctico que tuviera congruencia con los objetivos de la práctica.

3.5.3. Etapa de ejecución

La cuarta etapa del proceso de enfermería corresponde a la ejecución, la cual se define como las intervenciones específicas dirigidas al logro de los objetivos, por lo tanto, se ponen en práctica dichas acciones.³

Tomando en cuenta la información obtenida en las etapas previas, se decidió desarrollar tres sesiones al ser la cantidad óptima para el cumplimiento de los objetivos y en estas se implementó el planeamiento didáctico realizado. Durante las sesiones, las estudiantes de enfermería tuvieron un rol de facilitadoras y con relación a las madres, a la directora del PAIPAM y al comité asesor, estos tuvieron un rol de observadores.

Por otro lado, se contó con el apoyo de colaboradores quienes se encargaron de la merienda, aspectos de logística y de realizar las grabaciones (audio, vídeo y fotografía) debido a que por la naturaleza de esta práctica fue fundamental contar con un registro del lenguaje verbal y no verbal de los participantes para su posterior análisis.

3.5.4. Etapa de evaluación

La evaluación es la etapa final del proceso de enfermería, se define como un proceso sistemático y continuo mediante el cual se determina si se han alcanzado los objetivos y al mismo tiempo nos indica si las actividades deben modificarse.³ Es una etapa importante ya que en el contexto de los programas intergeneracionales se señala que los que funcionan son los que incorporan la evaluación como parte integral del proceso y los que garantizan que tanto los jóvenes como los mayores se encuentren implicados en esta.¹

Tomando en cuenta lo anterior, la evaluación se realizó como última actividad en cada una de las sesiones, donde por medio de la observación y de una serie de preguntas que se discutieron en los grupos focales respectivos, se determinó si los objetivos fueron alcanzados o no y si se requería realizar alguna modificación para un desarrollo óptimo de las sesiones. Posteriormente, se realizó una reunión final que funcionó como medio de evaluación de todo el programa intergeneracional.

3.6. Consideraciones éticas

La presente práctica dirigida contó con la participación de seres humanos, por lo tanto, según lo establecido en la Ley Reguladora de Investigación Biomédica (Ley No. 9234) específicamente en el artículo 4 sobre los principios de la investigación biomédica, esta debía regirse por los principios de respeto a la dignidad de las personas, beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia distributiva. Además, se debía asegurar el cumplimiento de los requisitos de valor social, validez científica, selección no discriminatoria y equitativa de las poblaciones participantes, razón riesgo-beneficio favorable, evaluación independiente, consentimiento informado y respeto por los participantes.⁵⁷

El principio de autonomía corresponde a la capacidad de las personas para tomar decisiones sin influencia de otros o de presiones externas.⁵⁷ Este principio se respetó en la reunión diagnóstica con los posibles participantes, en la cual se les explicó de forma clara los objetivos, la metodología de la práctica y los riesgos y beneficios de esta, con la finalidad de que tuvieran la libertad de tomar la decisión de participar o no y durante el desarrollo de las diferentes sesiones, se respetó la autonomía de cada una de las personas con respecto a la participación en las actividades. Además, se les brindó el consentimiento informado a las personas adultas mayores y a los representantes legales de los niños (as).

En relación con el consentimiento informado, según el Artículo 7 del reglamento ético-científico de la Universidad de Costa Rica, la persona o su representante legal, antes de aceptar su participación en una investigación debe conocer la naturaleza, duración y propósito del proyecto; métodos utilizados y cualquier riesgo, inconveniente, posible efecto o limitación sobre su salud que pueda sufrir durante la participación en la investigación. Del cumplimiento de este requisito y del consentimiento de la persona o de su representante legal deberá quedar constancia, debidamente documentada y firmada (Ver anexo #6).

Asimismo, se respetó el principio de justicia, a través de la garantía de que ambas poblaciones se beneficiaran con el desarrollo de la práctica y se les brindó las mismas oportunidades en la participación de las actividades.

Con relación al principio de beneficencia, se procuró que durante la práctica dirigida ambas poblaciones obtuvieran múltiples beneficios tanto personales como colectivos. En el caso de las personas adultas mayores el ser partícipes de esta práctica dirigida podía generarles beneficios como nuevas oportunidades de aprendizaje y habilidades sociales, disfrutar de actividades distintas que promueven el desarrollo cognitivo, responder con vitalidad, potenciar el humor, aumentar la autoestima al igual que minimizar situaciones desfavorables, desaparecer el aislamiento, recibir asistencia y apoyo para el desarrollo de determinadas actividades y tener reconocimiento social a través de sus experiencias vividas.

Con respecto a la población infantil, estos podían obtener beneficios como nuevas oportunidades de aprendizaje por medio de actividades que promueven el desarrollo cognitivo, adquisición de habilidades personales y sociales, aumento de la confianza y la oportunidad de comprender y percibir positivamente a las PAM para eliminar cualquier estereotipo negativo hacia el proceso de envejecimiento, dándoles a los niños(as) un mayor sentido de solidaridad y respeto para con los demás.

Por otro lado, la experiencia obtenida en esta investigación también podía generar beneficios para la sociedad en general al demostrar que los encuentros intergeneracionales permiten unir generaciones, rescatar y transmitir la cultura tradicional, fomentar la vida activa entre generaciones, así como el compartir recursos para propiciar el aprendizaje a lo largo de la vida.

Finalmente, se garantizó el principio de no maleficencia al minimizar en la medida de lo posible los diferentes riesgos. Entre los riesgos se podían encontrar la incomodidad al trabajar con personas de distintas edades o conflictos entre poblaciones, debido a esto, se les explicó con anticipación las actividades a realizar y los participantes tenían la libertad de retirarse si así lo deseaban. Además, las actividades realizadas fueron guiadas por las estudiantes de enfermería quienes se aseguraron de propiciar un ambiente seguro, ameno y de respeto entre poblaciones.

Asimismo, al trabajar con la metodología lúdico-creativa existía el riesgo de que a algún participante se le imposibilitara realizar alguna actividad, ante esto, las distintas dinámicas se adaptaron a cada participante y así se redujo el riesgo para la salud física y mental. De igual manera si hubiera llegado a pasar algo que genere alguna lesión física, ambas estudiantes de enfermería se

encontraban capacitadas en primeros auxilios básicos y además en el lugar de los encuentros se tuvo en consideración todas las medidas de seguridad pertinentes. Finalmente, para resguardar la integridad en general de ambas poblaciones, se contó con la presencia de los padres de familia, directora del PAIPAM y parte del comité asesor de la práctica dirigida.

Finalmente, cabe resaltar que para el desarrollo de la práctica se tomó en cuenta lo estipulado en el reglamento ético-científico de la Universidad de Costa Rica para las investigaciones en las que participan seres humanos, específicamente el artículo 6, en el cual se establece que la Universidad de Costa Rica atenderá en toda investigación en que participan seres humanos los siguientes principios éticos fundamentales que son de obligatoria aplicación:⁵⁸

- Respeto a la persona y a la personalidad, el cual se extiende a la dignidad e intimidad del individuo, sus creencias religiosas, su inclinación política, las prácticas derivadas de la pertenencia cultural y su capacidad de autodeterminación.
- La buena fe que expresan las personas.
- La justicia que rige las relaciones entre las instancias involucradas, los investigadores y las personas participantes en la práctica.
- Proporcionalidad y razonabilidad que permitan sopesar la idoneidad de la práctica.
- La no maleficencia dirigida a evitar riesgos o perjuicios que puedan sufrir las personas participantes o incluso los investigadores.
- La honestidad dada en la comunicación transparente entre las partes involucradas dentro de la práctica.

3.7. Cronograma de Trabajo

En este apartado se presenta una tabla que muestra el cronograma de actividades donde se detalla lo que se realizó en el trabajo (Ver anexo #7).

Capítulo IV: Presentación y análisis de resultados

En este capítulo se muestran los resultados obtenidos en la Práctica Dirigida “Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo”. Dichos resultados se encuentran relacionados con los objetivos planteados previamente y se contrastan con la teoría.

Estos resultados se establecen en cuatro apartados correspondientes a la fase de valoración y diagnóstica, fase de planificación, fase de ejecución y fase de evaluación.

4.1. Análisis de resultados de la fase de valoración y diagnóstica

En el presente apartado se desarrolla el análisis de los resultados obtenidos en la fase de valoración y diagnóstica, con base en el objetivo de realizar un diagnóstico dirigido a la identificación de las características propias de cada población para la selección de las actividades más adecuadas del programa intergeneracional.

Lo anterior tiene relevancia ya que de acuerdo con la teoría de enfermería de Imogene King titulada “Una teoría para el logro de los objetivos”, las interacciones y sobre todo el primer contacto entre el profesional de enfermería y la persona son fundamentales para establecer objetivos mutuos ya que cada individuo tiene diferentes conocimientos, necesidades, objetivos, experiencias pasadas, valores, deseos y percepciones. Por lo tanto, es necesario realizar una etapa previa de valoración, donde la comunicación tanto verbal como no verbal es la clave para intercambiar e interpretar información y así alcanzar las metas.⁴⁷

A continuación, se exponen los resultados mencionados:

4.1.1. Caracterización de las poblaciones

Como producto de la fase de valoración-diagnóstica se obtuvieron las siguientes tablas que especifican características de cada persona adulta mayor y de cada niño(a), entre estas se encuentran: la edad, lugar de procedencia y residencia, características físicas y mentales, características personales, gustos y experiencias previas; además, se detallan características generales de cada población. La información fue recolectada por medio de un conversatorio con las personas adultas mayores, las madres y los niños(as) y con el fin de proteger el anonimato de los participantes, se les asignó nombres de acuerdo con el equipo al que pertenecían.

La realización de esta caracterización es de suma importancia y es necesaria ya que para que un programa intergeneracional funcione, debe basarse en un análisis social previo con datos empíricos

sobre la realidad en la que se va a intervenir y debe saber gestionar la diversidad¹, debido a que las diferencias entre grupos e individuos pueden ser un aliado fundamental para el desarrollo de estos programas si se saben comprender e integrar adecuadamente.

Tabla 3. Características de la población adulta mayor

Participante	Edad	Lugar de procedencia y residencia	Características físicas/ mentales	Características personales	Gustos	Experiencias
Azul 1 PAM	73 años	Lugar procedencia: Guatemala. Sin embargo, tiene 36 años de vivir en Costa Rica. Lugar de residencia: Jardines de Santa Lucía de Barva, Heredia.	No presenta ninguna limitación física importante.	-Tiene nietos. -Líder innata. -Amena. -Participativa. -Intelectual. -Buena disposición.	-Socializar. -Le gustan los niños.	-Participa activamente en el PAIPAM. -Ha participado de encuentros intergeneracionales con jóvenes. -Lleva un curso de inglés.
Azul 2 PAM	79 años	Lugar de procedencia: Cuba. Sin embargo, tiene 11 años de vivir en Costa Rica. Lugar de residencia: Heredia.	-Tiene varices y un tobillo inflamado. -Alérgica a la carne roja. -Apetito disminuido. -Adecuada movilidad.	-Muy positiva. -Alegre. -Extrovertida. -Enérgica. -Participativa. -Se despierta muy temprano. -Buena	Le gusta: -La poesía (quiere hacer un cuento). -Bailar. -Cantar. -Leer. -Escribir.	-Participa en el PAIPAM desde el 2010, en cursos de literatura. -Da clases de baile popular. -Fue artista profesional en

				disposición.	-Coleccionar amigos. -Tejer. -Hacer aretes y cosas. -Diseñar ropa. -Que la acepten como es. -La juventud. -Ir a la universidad.	Cuba, del mundo de la farándula.
Azul 3 PAM	69 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Santa Bárbara, Heredia.	-Presenta una hernia en la columna, lo que le limita realizar ciertos movimientos.	-Tiene 4 nietos. -Optimista. -Cariñosa. -Dulce. -Noble. -Buena disposición.	Le gusta: -Aprender cosas nuevas. -Acampar. -Cocinar. -Hacer manualidades. -Leer. -Ver series y películas. -Pasear con las	-Tiene 9 años de asistir a los cursos del PAIPAM, los cuales le han enseñado a envejecer más saludable. -Amplio conocimiento en manualidades.

					amigas y familia. -Jugar.	-Fue dirigente de los guías scouts.
Rojo 1 PAM	70 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Barva, Heredia.	No presenta ninguna limitación física importante, sin embargo, es precavida a la hora de moverse.	-No tiene nietos. -Centrada. -Intelectual. -Facilidad para trabajar con niños. -Comprometida. -Concisa. -Participativa.	Le gusta: -Ser facilitadora. -Narrar. -Escribir. -Compartir. -Socializar.	-Es facilitadora en los cursos de literatura del PAIPAM.
Rojo 2 PAM	70 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: San Isidro, Heredia.	-Presenta enlentecimiento a la hora de moverse. -Presenta hipoacusia bilateral.	-Tiene nietos. -Tímida. -No se considera cariñosa. -Serena. -Paciente. -Participativa.	Le gusta: -Participar. -Compartir. -Aprender.	-Tiene varios años de asistir al PAIPAM. -Ha participado de varios encuentros intergeneracionales con jóvenes. -Tiene varios diplomas y eso la llena de orgullo.

Amarillo 1 PAM	69 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Heredia.	-No presenta ninguna limitación física importante. -La limita no contar con el apoyo de su esposo, sin embargo, sus hijos sí la apoyan.	-Tiene nietos. -Es positiva con respecto a su envejecimiento. -Su prioridad es ella misma. -Empoderada. -Alegre. -Carismática. -Cariñosa. -Extrovertida. -Buena disposición.	Le gusta: -Los niños. -Bailar. -Compartir. -Pasear.	-Tiene 5 años de estar en el PAIPAM. -Es facilitadora.
Amarillo 2 PAM	70 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: San Rafael, Heredia.	-No presenta ninguna limitación física importante. -Piensa que el envejecimiento es como un declive.	-Tiene 2 nietos. -Disciplinado. -Conciso. -Intelectual. -Participativo. -Alegre.	Le gusta: -Aprovechar su tiempo libre. -Los juegos tradicionales. -El fútbol. -Hacer ejercicio. -Bailar.	-Tiene 6 años de estar en el PAIPAM. -Tiene mucha experiencia en encuentros intergeneracionales con universitarios. -Participó en un

						<p>estudio de entrenamiento cognitivo para el adulto mayor de la escuela de psicología.</p> <p>-Trabajó en una empresa 40 años.</p> <p>-Está pensionado desde hace 8 años.</p>
Amarillo 3 PAM	69 años	<p>Lugar de procedencia: Costa Rica.</p> <p>Lugar de residencia: Barrio Santiago, Heredia.</p>	<p>-Presenta limitación en miembros inferiores, por lo que se le dificulta mantenerse de pie por mucho tiempo.</p> <p>-Presenta una deficiencia auditiva, por lo que requiere audífono, sin embargo, no lo utiliza.</p>	<p>-Se considera una persona fuerte y valiente.</p> <p>-Distraída.</p> <p>-Alegre.</p> <p>-Buena disposición.</p>	<p>Le gusta:</p> <p>-Aprender.</p> <p>-Compartir.</p> <p>-Nadar.</p> <p>-Cocinar.</p>	<p>-Asiste a los cursos del PAIPAM.</p>

Verde 1 PAM	85 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Heredia.	-Tiene dificultad en la movilidad de uno de sus miembros inferiores. -Menciona que ha perdido mucho la memoria.	-Asistió 3 años a la escuela y trabajó en el campo. -Cariñoso. -Solidario. -Alegre. -Amigable. -Bromista. -Buena disposición.	Le gusta: -El teatro. -Escribir (tiene un libro y poesías). -Participar. -Presenta interés en temas de envejecimiento y vejez.	-Asiste a los cursos del PAIPAM. -Ha participado en actividades de AGECO. -Estuvo en un grupo de teatro. - Es socio fundador de un hogar de larga estancia.
Verde 2 PAM	69 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Guararí, Heredia.	-No presenta ninguna limitación física importante.	-Tiene 5 nietos. -Se pone a sí misma como prioridad. -Es muy cercana a su familia. -Participativa.	Le gusta: -Trabajar con niños. -Hacer manualidades (tejer, pintar, manualidad con botellas) -El folclore.	-Tiene 11 años en el PAIPAM. -Asiste a cursos de pinceladas y cultura. -Participa desde hace 5 años en cursos de folclore. -Trabajó 29 años con niños dando catequesis.

Generales	<ul style="list-style-type: none">• No les gustaría realizar manualidades, debido a que realizan mucho en sus casas y cursos.• Todos refieren tener una deficiencia visual.• Todos refieren ser intolerantes a la lactosa.
------------------	--

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 4. Características de la población infantil

Participante	Edad	Lugar de procedencia y residencia	Características físicas	Características personales	Gustos	Actividades que practican
Azul 4 N	3 años	Lugar de procedencia: Costa Rica Lugar de residencia: San Luis de Santo Domingo, Heredia.	-No presenta ningún tipo de limitación física.	-No suele compartir con personas adultas mayores. -Tuvo una relación cercana con sus bisabuelos. -Inquieta. -Alegre. -Coqueta. -Atenta. -Líder. -Extrovertida. -Solidaria. -Creativa. -Fácil adaptación. -Independiente.	Le gusta: -Colorear. -Conversar. -La música. -Minnie. -Color favorito: rosado.	-Ballet. -Gimnasia.

Azul 5 N	3 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: San Rafael, Heredia.	-No presenta ningún tipo de limitación física. -Tiene una molestia sensorial con la comida.	-Selectivo con lo que le gusta/importa. -Tímido. -Reservado. -Juguetero. -Cambiante. -Disperso.	-No tiene gustos tan específicos. Le gusta: -Los dinosaurios. -Nadar. No le gusta: -Algunas cosas a nivel sensorial.	-Natación.
Rojo 3 N	4 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: San Luis de Santo Domingo, Heredia.	-No presenta ningún tipo de limitación física.	-Hiperactivo. -Selectivo con lo que le gusta/importa. -Disperso. -Reservado. -Actitud de protección a la persona adulta mayor.	Le gusta: -Jugar. -La plasticina. -La música. -El León de la Liga. -Color favorito: rojo.	

				<ul style="list-style-type: none"> -Se le dificulta esperar turnos. -Hay que tenerle paciencia. -Le da miedo algunas personas adultas mayores, relacionado con su apariencia. 	<p>No le gusta:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pintar. 	
Rojo 4 N	3 años	<p>Lugar de procedencia: Costa Rica.</p> <p>Lugar de residencia: Bajo de los Molinos, Heredia.</p>	<p>-No presenta ningún tipo de limitación física.</p> <p>-Dificultad para articular de manera adecuada las palabras.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Tiene abuelitos. -Tímida. -Perseverante. -Dispuesta. -Tierna. -Atenta. -Cariñosa. 	<p>Le gusta:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pintar. -Los rompecabezas. -Los legos. -Andar en bicicleta. 	
Rojo 5 N	4 años	<p>Lugar de procedencia: Costa Rica.</p> <p>Lugar de residencia: San Isidro, Heredia.</p>	<p>-No presenta ningún tipo de limitación física.</p> <p>-Es ambidiestro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Tuvo una relación cercana con sus bisabuelos. -Muy hiperactivo. 	<p>Le gusta:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Jugar con legos. -Jugar 	<ul style="list-style-type: none"> -Taekwondo.

			<ul style="list-style-type: none"> -Dificultad para articular de manera adecuada las palabras. 	<ul style="list-style-type: none"> -Disperso. -Selectivo con lo que le gusta/importa. -Dificultad para seguir órdenes. -Agresivo. -Ve a la mamá solo los fines de semana por cuestiones de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> videojuegos. -Los Transformers. -Los Vengadores. -El hombre araña. -Color favorito: rojo. No le gusta: -Pintar. 	
Amarillo 4 N	5 años	<p>Lugar de procedencia: Costa Rica.</p> <p>Lugar de residencia: San Roque de Barva, Heredia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -No presenta ningún tipo de limitación física. -Es ambidiestro. -Es zurdo para patear. 	<ul style="list-style-type: none"> -Tiene abuelos, abuelas, bisabuelos y bisabuelas. -Deportista. -Disciplinado. -Solidario. -Cariñoso. -Serenos. -Atento. 	<ul style="list-style-type: none"> Le gusta: -El fútbol. -Las pistas de carros. -Los superhéroes. -Mario Bros. -Pescar peces de juguete. 	<ul style="list-style-type: none"> -Fútbol. -Natación. -Taekwondo.

				<ul style="list-style-type: none"> -Respetuoso. -Habla tén. -Tiene una perspectiva de que todas las personas adultas mayores son activas y juegan. 	<ul style="list-style-type: none"> -Color favorito: verde. No le gusta: <ul style="list-style-type: none"> -Pintar. -Escribir. 	
Amarillo 5 N	5 años	<p>Lugar de procedencia: Costa Rica.</p> <p>Lugar de residencia: Santa Lucía de Barva, Heredia.</p>	<p>-Es asmático, por lo que no puede correr grandes distancias o a alta intensidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Tiene una bisabuela de 92 años. -Solidario. -Tiene afinidad con la persona adulta mayor. -Activo. -Amistoso. -De fácil adaptación. -Inquieto. -Buena disposición. -Extrovertido. -Jugueteón. 	<ul style="list-style-type: none"> Le gusta: <ul style="list-style-type: none"> -Jugar fútbol. 	Fútbol.

Verde 3 N	4 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Llorente de Tibás, San José.	-No presenta ningún tipo de limitación física.	-No tiene experiencia previa en compartir con personas adultas mayores. -Extrovertido. -Independiente. -Líder. -Ocurrente. -Proactivo. -Le gusta ser el centro de atención. -Deportista. -Hablantín. -Cariñoso.	Le gusta: -Jugar fútbol. -Los superhéroes, específicamente Marvel. -Power Rangers. -Señores cara de papa. -Basquetbol. -Pasear. -Color favorito: Azul.	
Verde 4 N	6 años	Lugar de procedencia: Costa Rica. Lugar de residencia: Bajo de los Molinos, Heredia.	-No presenta ningún tipo de limitación física.	-Tiene abuelitos. -Amistosa. -Extrovertida. -Hiperactiva. -Proactiva. -Curiosa. -Hablantina.	Le gusta: -Los instrumentos musicales. -Pintar. -Jugar con la hermana.	-Toca piano. -Está en coro.

				<ul style="list-style-type: none"> -Dispuesta. -Solidaria. -Cariñosa. -Paciente. 	-Los superhéroes.	
Verde 5 N	4 años	<p>Lugar de procedencia: Costa Rica.</p> <p>Lugar de residencia: San Isidro, Heredia.</p>	-No presenta ningún tipo de limitación física.	<ul style="list-style-type: none"> -Acostumbrado a compartir con personas adultas y con niños no tanto. -Se obsesiona con cosas específicas hasta que se aburre. -Extrovertido. -Muy escandaloso. -Temperamental. -Hiperactivo. -Dificultad para seguir órdenes. -Cariñoso. -Buena relación con los adultos. -Egocéntrico. 	<p>Le gusta:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Los dinosaurios. -Carros. <p>No le gusta:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pintar. 	

Generales	<ul style="list-style-type: none">• Todos son hiperactivos, les encanta jugar y se dispersan fácilmente.• Les gusta: jugar bola, Soy Luna, los planetas, los Power Rangers y Star Wars.
------------------	--

Fuente: Elaboración propia.

4.1.2. Conocimiento sobre los encuentros intergeneracionales

Algunos de los participantes y las madres de los niños(as) mostraron conocimiento acerca de los encuentros intergeneracionales y su importancia, en contraparte, otras personas no tenían conocimiento alguno sobre estos.

Con respecto a lo anterior una persona adulta mayor menciona que:

“La intergeneracionalidad es la interrelación entre grupos de diferentes edades”

(Rojo 1 PAM)

Esta definición evidencia el conocimiento sobre el concepto de intergeneracionalidad ya que esta es definida como la relación entre personas concretas y generaciones como grupos de edad.⁴¹ También, se define como el encuentro e intercambio entre personas pertenecientes a distintas generaciones.¹

Asimismo, en la intergeneracionalidad cada grupo tiene enseñanzas, conocimientos y experiencias que puede compartir con otras generaciones, siendo la clave el complementarse para construir un aprendizaje en conjunto.¹³ Este aspecto es resaltado por una de las madres quien menciona que:

“Es importante la relación adulto mayor-niño, porque se aportan a modo bidireccional y es muy interesante porque cualquiera diría que la distancia de edades no, verdad como que no compete, pero sí es muy importante, entonces creo que es bastante valioso para ellos y para los adultos”

(Mamá Azul 5)

Por otro lado, como es bien conocido, la imagen social de las personas adultas mayores se encuentra ligada a muchos mitos y estereotipos que pueden llegar a degradar su autoestima y valor para la sociedad. La falta de relación y solidaridad intergeneracional constituye un problema serio, por lo que se debe promover el diálogo y el enlace entre grupos de diferentes edades, principalmente entre las personas adultas mayores y los jóvenes.¹³ Debido a esto los encuentros intergeneracionales son de gran importancia ya que permiten el intercambio de ideologías, valores, conocimientos y experiencias entre los distintos grupos, permitiendo incluso la disminución de estereotipos y prejuicios.¹⁵ Lo cual genera reflexión en algunas de las madres, quienes comentan que:

“Yo creo que es muy importante porque en las generaciones, más que todo las más jóvenes, han perdido como ese respeto a los adultos mayores entonces es muy importante que otra vez se vuelva a inculcar ese respeto y ese amor y tolerancia a ellos y a cuidarlos”

(Mamá Verde 5)

“Si usted les enseña cómo a convivir con los adultos mayores y agarrarles amor y cariño, entonces ellos como que van a tener como más entendimiento con los adultos mayores siento yo” (Mamá Rojo 3)

Ahora bien, con respecto al conocimiento sobre la implementación de los encuentros intergeneracionales tanto dentro como fuera del país y tomando como base los antecedentes desarrollados previamente, cabe resaltar que, estos se desarrollan principalmente en países europeos, asiáticos y oceánicos, teniendo múltiples beneficios en sus participantes. Lo cual es de conocimiento de una madre, quien expresa:

“Se están implementando como en Europa y así como lo que son Kinder con asilos de ancianos entonces a la hora del almuerzo entonces almuerzan todos juntos, en el breakfast también y cosas así entonces comparten todos unos con otros” (Mamá Amarillo 4)

Finalmente, en contraparte con lo anterior, otra madre menciona que:

“Sí, yo no he escuchado hablar de eso, ni acá ni en otro país” (Mamá Rojo 3)

Lo cual es común debido a que el auge de este tipo de experiencias ha tomado más fuerza recientemente y en Costa Rica las experiencias desarrolladas son muy escasas, sobre todo entre niños(as) de la primera infancia y personas adultas mayores.

4.1.3. Actitudes hacia el programa intergeneracional

Se obtuvo una gran apertura de los participantes para con la práctica dirigida, se mostraron muy emocionados y con altas expectativas.

Esto es natural ya que cada vez que el ser humano inicia algo nuevo le genera emoción, en este caso, tras exponer los beneficios de los programas intergeneracionales, los participantes se mostraron motivados y con ansias por comenzar. Como parte de los beneficios de los PIG para las PAM, se encuentran el responder con vitalidad, potenciar el humor, aumentar la autoestima, así

como propiciar nuevas oportunidades de aprendizaje, habilidades sociales y disfrutar de actividades distintas.¹ Esa motivación se evidencia por frases expresadas por las personas adultas mayores, algunas de estas son:

“Estoy muy contenta de estar aquí porque como ya les digo es la primera vez que voy a tener la oportunidad de interactuar con chiquitos que no sean mis nietos” (Azul 1 PAM)

“Me siento muy ilusionada” (Verde 2 PAM)

“A mí me encantan los encuentros intergeneracionales porque lo llenan a uno de una energía, vigor, sabia, todo eso” (Azul 2 PAM)

Por lo tanto, se debe tomar en cuenta la motivación y la experiencia ya que son elementos fundamentales para la construcción de aprendizajes significativos en la persona adulta mayor.^{39,40} Asimismo, estas se sienten más satisfechas cuando tienen mayor actividad, por lo que programas culturales y educativos cumplen un papel importante al tender a la autorrealización.³⁸ Finalmente, el desarrollo de las relaciones sociales, el aprender con otros y con ayuda de los otros también es fundamental en la persona adulta mayor, quien desarrolla su conocimiento a través de la interacción.⁴⁰ Todo esto se puede llevar a cabo en un programa intergeneracional dirigido al aprendizaje mutuo, lo cual es razón de motivación para una persona adulta mayor, quien menciona lo siguiente:

“Me siento muy motivada y esas ganas de vivir y la vejez para mí no ha sido impedimento para aprender cada día más y ahora que voy a compartir con niños, tengo nietos entonces me fascinan los niños; pero la idea es que compartamos y aprendamos de unos a otros, y yo que creo que todos los días se aprende, esa es la idea que tengo de donde usted vaya aprendió algo nuevo y es para usted y es para superarse” (Amarillo 1 PAM)

4.1.4. Sentimientos hacia su vejez y proceso de envejecimiento

Las PAM se mostraron satisfechas con su vejez y proceso de envejecimiento. Sin embargo, uno de los participantes, tiene un concepto negativo acerca de este proceso.

El envejecimiento es un proceso inevitable y progresivo presente a lo largo del ciclo vital desde la concepción hasta la muerte.³⁶ Es un proceso natural, universal, intrínseco, progresivo e irreversible que involucra todas las dimensiones del ser humano. Asimismo, puede ser definido como un

conjunto de cambios y/o transformaciones que van apareciendo en la persona a lo largo de la vida como consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos. Los cambios se presentan en el ámbito bioquímico, fisiológico, morfológico, social, psicológico y funcional.³⁷

Sin embargo, a pesar de estos cambios las PAM pueden decidir y trabajar en la construcción de un envejecimiento saludable. Desde el marco de un nuevo tejido social las PAM no solo deben ser consideradas como receptores de ayuda social, sino que también sean reconocidas como entes productivos para sí mismos y para la comunidad, en base a sus conocimientos y experiencias de toda una vida, sin olvidar que el envejecimiento es un proceso dinámico único que genera una experiencia individual para cada persona.⁵⁹

Una imagen positiva es fundamental y vinculada con el mantenimiento de las capacidades físicas, mentales y sociales permite el reconocimiento por parte de ellos mismos y del resto de la población, de las habilidades y experiencias enriquecedoras que estos poseen.⁶⁰ Un ejemplo de esta imagen positiva se ve reflejado en los siguientes dos comentarios emitidos por las personas adultas mayores del programa:

“La satisfacción del tiempo, lo que como dicen la mayoría de compañeros, lo que hemos aprendido, y comenzamos a valorar, porque muchas veces cuando se es joven uno no valora un montón de cosas, entonces la forma en que valoramos, aprendemos, conocemos, aprendemos a ser más generosos, aprendemos a poder dar, a poder ayudar, a poder colaborar, sin estar esperando nada a cambio, esa es la gran satisfacción de nuestros años” (Azul 1 PAM)

“Me siento muy feliz de ser adulta mayor, de haber llegado a esta edad y de estar en estos grupos donde siempre nos retroalimentamos unos a otros, de los conocimientos” (Azul 2 PAM)

En contraparte con lo anterior, cabe resaltar que cada cultura intenta encontrar su propio significado de envejecimiento asumiendo como ciertas, concepciones basadas desde el imaginario social, lo que en la sociedad actual ha promovido interpretaciones erróneas y con esto un temor a envejecer. Como resultado de estas interpretaciones surgen los mitos y estereotipos negativos, como, por ejemplo, el estereotipo del “anciano” como un ser inactivo y muy vulnerable, el cual, ha calado hondo en la misma persona adulta mayor, quien lo ha interiorizado mentalmente al extremo que muchos de ellos se han limitado en sus pretensiones de alcanzar una vejez productiva y plena de realizaciones.^{37, 59}

Esto se visualiza en el siguiente comentario emitido por un adulto mayor del programa:

“Yo he oído otro concepto, pero es ya cuando uno llega a la tercera edad, cuarta edad como uno, es cuando ya pierde los sueños uno, uno no sueña, no tiene ya ningún proyecto, digamos y deja uno como de hacer planes, y uno va en declive, yo lo que siento es que uno ya viene como en declive” (Amarillo 2 PAM)

De allí radica la importancia y necesidad de educar sobre el uso creativo y constructivo del tiempo libre a toda la población y especialmente a las PAM. Por tanto, los profesionales en enfermería, como promotores de la salud, deben de propiciar espacios para educar a esta población en la utilización productiva de este tiempo, que les permita obtener beneficios en su salud tanto física como mental y que a su vez favorezca los procesos de socialización de estas personas, dando especial énfasis en la necesidad de fortalecer la imagen social multidimensional de las personas mayores.^{60,61}

Esto se puede lograr a través de los programas intergeneracionales educativos, los cuales tienen como objetivo el intercambio de información, conocimiento, experiencias y acciones entre personas mayores y otras de distinta generación para contribuir a su desarrollo continuo, al aumento de sus saberes, al aprendizaje mutuo y conjunto y, en definitiva, al enriquecimiento de sus vidas.¹

4.1.5. Intervención con el grupo de niños(as)

No se contempló que, al ser diez niños de tan corta edad, iba a ser difícil la intervención debido a su alta cantidad de energía, esto se evidencia por la siguiente frase expresada por una de las madres de los niños (as):

“Ya vieron que son muy hiperactivos...ya saben cómo tiene que ser el programa, que se muevan (risas)” (Mamá Azul 4)

Ante esto, cabe resaltar que, durante la etapa de la niñez temprana, el crecimiento muscular y esquelético avanzan y hacen a los niños más fuertes. Esos cambios, coordinados por el cerebro y el sistema nervioso que todavía están en proceso de maduración, fomentan el desarrollo de una amplia variedad de habilidades, principalmente, habilidades motoras gruesas como correr, saltar y

trepar. Además, se desarrolla una mayor capacidad de los sistemas respiratorio y circulatorio, lo que aumenta la resistencia física.⁷

Asimismo, la energía vital, los primeros pasos, las primeras palabras, las travesuras, la exploración, el descubrimiento, las habilidades físicas, sociales y emocionales que cada día son más significativas, son la confirmación visible de un cerebro en constante desarrollo.⁶²

Debido a lo anterior es fundamental impulsar estrategias entretenidas, agradables, lúdicas y creativas que vuelvan más interesantes las actividades educativas para todas las personas.²⁸ Por lo tanto, el uso de la metodología lúdico-creativa es ideal en estos casos ya que permite el intercambio y construcción de conocimiento; al aprender haciendo.²⁹

4.1.6. Participación masculina en actividades recreativas

Se logró observar que las personas adultas mayores presentaban una inquietud acerca de la poca participación de hombres en este tipo de actividades. Este resultado se evidencia por las siguientes frases expresadas por las PAM:

“Vieras que sí es muy muy extraño o muy difícil para los hombres participar y la verdad es que cuando logran participar, se hacen unos lazos muy bonitos” (Azul 1 PAM)

“Es un porcentaje muy bajo de hombres que participamos, he estado como en 6 grupos y casi solo yo soy el único, entonces es un detalle como que debería hacerse una tesis de eso, de que porqué y muchas veces dicen que es por machismo” (Amarillo 2 PAM)

Las culturas construyen la manera de “ser mujer”, de “ser hombre” y de “envejecer”, por lo tanto, el género y la edad son dos temas paralelos y coincidentes, lo que provoca que el género intervenga en la historia de una persona y determine sus condiciones sociales y de salud durante la vejez, favoreciendo o no la calidad de vida de los mismos.⁶³

Así como en la Universidad Nacional se crea el Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM); en la Universidad de Costa Rica, específicamente en la Sede Rodrigo Facio, se encuentra el Programa Integral para la Persona Adulta Mayor (PIAM), el cual tiene como misión, mejorar la calidad de vida de la persona adulta mayor incluyendo la promoción de un envejecimiento exitoso e incorporando el enfoque de derechos humanos. Para el año 2007, se matricularon en los programas del PIAM, un total de 1685 personas adultas mayores con una

distribución por sexo de 1404 mujeres y 281 hombres, lo que genera una inquietud sobre esta gran diferencia en la participación de acuerdo con el sexo.⁶⁴

Lo expuesto anteriormente es tan solo un ejemplo de la poca participación del género masculino en este tipo de actividades, a pesar de que la participación social de las personas adultas mayores genera beneficios relacionados con la oportunidad de compartir en espacios distintos al ámbito familiar, con la posibilidad de contar con una red de apoyo para sobrellevar las situaciones difíciles que se viven cotidianamente y, con el fortalecimiento de los vínculos de cooperación y solidaridad entre las personas participantes de las agrupaciones.⁶⁴ Sin duda alguna, la participación social es un factor protector y un promotor del envejecimiento saludable.

Sin embargo, ¿por qué los hombres continúan participando menos que las mujeres?, esto puede estar vinculado a que generalmente, su vida se resume a la participación en actividades de índole económica y poca interacción con una red social, ya sea porque nunca las tuvieron o las perdieron al terminar su ciclo laboral. Además, por la construcción social de la masculinidad, ya que la participación de los hombres en actividades recreativas o en cualquiera que signifique el cuidado del cuerpo o mente, no es aceptada socialmente porque son consideradas como “femeninas”.⁶³

4.2. Resultados de la fase de planificación

Tomando como base las características personales, necesidades, preferencias, capacidades y experiencias de ambas poblaciones, se elaboró el “Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva” (PROIEEFE). Lo anterior corresponde al segundo objetivo específico de la investigación, el cual es diseñar un programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

A continuación, se presenta el PROIEEFE, el cual al ser un producto de la investigación se puede reproducir en ambientes parecidos y con poblaciones que presenten características similares.

4.2.1. Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva (PROIEEFE)



**Programa Intergeneracional de Enfermería
para la Estimulación de la Función
Ejecutiva**

PROIEEFE

Universidad de Costa Rica
Facultad de Medicina
Escuela de Enfermería

**Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como
estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo**

Elaborado por:

María José García Aguilar
Paula María Solís Salas

San José, Costa Rica

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio

2020

Tabla de contenido

Capítulo I. Introducción	1
1.1. Introducción.....	1
1.2. Justificación.....	2
1.3. Descripción del programa.....	4
1.4. Objetivos del programa.....	4
1.4.1. Objetivo general.....	4
1.4.2. Objetivos específicos.....	4
1.5. Descripción general de las sesiones.....	5
Capítulo II. Metodología	6
2.1. Metodología.....	6
2.1.1. Técnica: Estrategia lúdico – creativa.....	6
2.1.2. Duración.....	7
2.1.3. Evaluación.....	7
Capítulo III. Diseños estructurales	8
3.1. Descripción de las unidades.....	8
3.1.1. Función ejecutiva.....	8
3.1.2. Relación intergeneracional.....	10
3.2. Descripción de las sesiones.....	13
3.2.1. Primera sesión: “Compartiendo entre generaciones a través de la introducción a la función ejecutiva”	13
3.2.2. Segunda sesión: “Construyendo una experiencia intergeneracional a través de la función ejecutiva”	24
3.2.3. Tercera sesión: “Cierre de los encuentros intergeneracionales a través de la función ejecutiva y lo lúdico – creativo”	41
Referencias bibliográficas	60

Capítulo I. Introducción

1.1. Introducción

Como resultado de la fase de valoración-diagnóstica y su posterior análisis teórico para el establecimiento de las necesidades de la población participante en el Trabajo Final de Graduación titulado como “Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños(as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo” se obtiene el presente programa, denominado “Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva” (PROIEEFE) el cual tiene como objetivo desarrollar actividades entre personas adultas mayores y niños(as) dirigidas a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

Inicialmente, según el Consorcio Internacional para los Programas Intergeneracionales (ICIP) estos se definen como vehículos para el intercambio determinado y continuado de recursos y aprendizaje entre las generaciones mayores y las más jóvenes con el fin de conseguir beneficios individuales y sociales.¹ Asimismo, para la elaboración del presente programa, se tomó como referente los programas intergeneracionales (PIG) educativos, los cuales tienen como finalidad el intercambio de información, conocimiento, experiencias y acciones entre personas mayores y otras de distinta generación para contribuir a su desarrollo continuo (abierto a los cambios), al aumento de sus saberes, al aprendizaje mutuo y conjunto y, en definitiva, al enriquecimiento de sus vidas.¹ En este caso, el PIG está dirigido a personas adultas mayores y niños(as) en la etapa de la primera infancia. A la vez, relacionado con la definición anterior, dicho programa, se utiliza como un vehículo para la promoción del desarrollo cognitivo, específicamente de la función ejecutiva, la cual es parte de las habilidades cognitivas y se encarga de controlar de manera consciente los pensamientos, emociones y acciones para alcanzar determinadas metas y resolver problemas.¹

Por lo tanto, el presente programa se encuentra estructurado de la siguiente manera: un primer capítulo con los apartados correspondientes a la introducción y justificación del PIG, además de los objetivos y la descripción del mismo, seguido de un segundo capítulo en el cual se desarrolla la metodología, la cual incluye la técnica que se va a utilizar, en este caso, la estrategia lúdico-creativa, la duración total y de cada una de las sesiones y la evaluación que se utiliza de manera general y en cada encuentro.

Finalmente, se desarrolla el tercer capítulo, que corresponde al diseño estructural de las sesiones, el cual incluye las matrices educativas de cada una de las sesiones, con las diferentes actividades,

duración y materiales a utilizar. Cabe destacar que el presente programa se encuentra estructurado en dos unidades temáticas: la función ejecutiva y la relación intergeneracional, las cuales se detallarán a lo largo del manual.

1.2. Justificación

El envejecimiento poblacional constituye uno de los mayores triunfos de la humanidad y a la vez uno de los mayores desafíos ya que trae consigo implicaciones políticas, culturales, económicas y sociales. A nivel mundial, entre los años 2015 y 2050 la proporción de la población mayor de 60 años se multiplicará casi por dos, pasando del 12% al 22%.²

Asimismo, Costa Rica no queda exento de este fenómeno debido a que la población adulta mayor se triplicará pasando de 315 mil en el año 2012 a aproximadamente más de un millón en el año 2050, en el año 1978 la población adulta mayor del país era de un 4,3% del total de habitantes y para el 2018 la población total fue de 410 278, lo que corresponde a un 8,2% del total. Por su parte, la población infantil ha ido disminuyendo, en el año 1978 era de un 33,9% del total de habitantes y para el 2018 la población total fue de 963 267, lo que corresponde a un 19,3% del total. Sin embargo, a pesar de estos cambios demográficos, para el período entre 2011-2050 la cantidad de personas adultas mayores no sobrepasará la cantidad de niños en el país.³

Por lo tanto, cada vez más la población adulta mayor y la población infantil tendrán la oportunidad de convivir y compartir experiencias, de allí radica la importancia de crear e implementar programas intergeneracionales caracterizados por la solidaridad y cooperación entre generaciones y donde se genere el intercambio y construcción conjunta de aprendizajes, promoviendo así la salud de cada individuo, un ejemplo de esto sería por medio de la estimulación cognitiva.

Además, cabe resaltar que un programa intergeneracional de este tipo puede aportar múltiples beneficios individuales y sociales. En el caso de los niños y niñas podrían obtener beneficios como: oportunidades de aprendizaje por medio de actividades que promuevan el desarrollo cognitivo, adquisición de habilidades personales y sociales, aumento de la autoestima y confianza, mejoría en los estilos de vida, cambios positivos en relación al comportamiento y aprendizaje, y la oportunidad de comprender y percibir positivamente a las PAM para así eliminar cualquier estereotipo hacia el proceso de envejecimiento, dándoles a los niños(as) un mayor sentido de solidaridad y respeto para con los demás.^{1,4}

Por su parte, la persona adulta mayor podría obtener beneficios como: nuevas oportunidades de aprendizaje, así como el disfrutar de distintas actividades que promuevan el desarrollo cognitivo, sentimiento de mejoría en el bienestar físico, psicológico y social, aumento de la autoestima, oportunidad de responder con vitalidad, sentimiento de pertenencia y utilidad en la sociedad, mayor ánimo y energía, mejores relaciones con otros, disminución del sentimiento de soledad y aislamiento, recibir asistencia y apoyo para el desarrollo de determinadas actividades y tener reconocimiento social a través de sus experiencias vividas.^{1,4}

Por otra parte, de acuerdo con las teorías de Jean Piaget y Vygotsky, el desarrollo cognitivo es un punto de unión entre las personas adultas mayores y los niños (as), ya que se da a lo largo de toda la vida y es fundamental reforzarlo en cada una de las etapas del ciclo vital.⁵ Por lo tanto, este programa intergeneracional al estar dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo tiene un mayor sentido y pertinencia.

Ahora bien, como parte de las habilidades cognitivas se encuentra la función ejecutiva, la cual controla de manera consciente los pensamientos, emociones y acciones con el objetivo de alcanzar determinadas metas y resolver problemas.⁶ En el caso de los niños (as), les permite realizar planes y dirigir su actividad mental al cumplimiento de objetivos, surge aproximadamente cerca del final del primer año de vida y se va desarrollando conforme aumenta la edad, por lo que es de vital importancia promover el desarrollo de habilidades de planificación incluso en sus actividades diarias.⁶

Durante la etapa de la adultez mayor, las funciones ejecutivas son más sensibles⁷, debido a que en esta se observan disminuciones graduales del volumen y peso del cerebro, sobre todo de la corteza prefrontal⁶, lo que puede generar rigidez mental, alteración de la atención, enlentecimiento del procesamiento de la información y dificultades para la toma de decisiones. Debido a esto, es fundamental la estimulación cognitiva, específicamente de la función ejecutiva, desde las etapas tempranas de la vida y durante todo el ciclo vital, con el fin de evitar o retrasar el deterioro.⁷

Por otro lado, cabe resaltar que el profesional en enfermería cumple un papel fundamental en este tipo de programas ya que debido a la formación académica recibida está capacitado para brindar cuidado en las diferentes etapas del desarrollo humano, en este caso específico, se tiene el conocimiento necesario para trabajar con la población adulta mayor y la población infantil.

Asimismo, en enfermería se visualiza a la persona de manera holística y a la salud como un fenómeno vinculado con las múltiples esferas que componen al ser humano, por lo que promover

el desarrollo cognitivo también forma parte de nuestras competencias, en la que para dar respuesta a las necesidades de las personas se utiliza como guía el proceso de enfermería y sus etapas (valoración, diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación).

Finalmente, por medio de la guía de teorizantes de enfermería como Imogene King, el enfermero (a) desempeña un rol de liderazgo, de enseñanza y de asesoramiento, los cuales son fundamentales durante el proceso de aprendizaje ya que permiten establecer objetivos mutuos con la persona y explorar medios para alcanzar lo propuesto, el cual en este caso es el programa intergeneracional.

1.3. Descripción del programa

El programa denominado “Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva” (PROIEEFE) se dirige a un grupo de 20 participantes: 8 adultas mayores, 2 adultos mayores, 7 niños y 3 niñas de la primera infancia, con edades entre los 3 y 5 años. Este se encuentra constituido por tres sesiones, desarrolladas a través de la metodología lúdico-creativa, en las cuales, se realizan distintas actividades orientadas a la estimulación de la función ejecutiva y al fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales, acorde con las necesidades, preferencias, gustos y capacidades de los y las participantes.

1.4. Objetivos del programa

1.4.1. Objetivo general

Desarrollar actividades entre personas adultas mayores y niños (as) dirigidas a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

1.4.2. Objetivos específicos

1.4.2.1. Promover las relaciones intergeneracionales entre las personas adultas mayores y niños(as) que forman parte del programa.

1.4.2.2. Estimular la función ejecutiva en las personas adultas mayores y en los niños(as) que forman parte del programa.

1.5. Descripción general de las sesiones

Las tres sesiones que conforman el PROIEEFE siguen la siguiente estructura:

- 1) Bienvenida.
- 2) Firma de la lista de asistencia.
- 3) Entrega de gafetes y cinta del equipo.
- 4) Actividad rompehielo.
- 5) Explicación de las actividades del día.
- 6) Actividades de estimulación de la función ejecutiva y fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales.
- 7) Merienda.
- 8) Continuación de actividades de estimulación de la función ejecutiva y fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales.
- 9) Evaluación.
- 10) Despedida: canción de cierre.

Capítulo II. Metodología

2.1. Metodología

Este programa se encuentra basado en una metodología participativa, donde las personas adultas mayores y los niños(as) son los principales actores. Por medio del proceso de enfermería, específicamente de las etapas de valoración y diagnóstico, se logra conocer las distintas características de los y las participantes, cómo aprenden, sus gustos, necesidades y capacidades, para de este modo crear un programa intergeneracional acorde con las particularidades de cada uno(a).

La técnica se denomina estrategia lúdico-creativa y durante el desarrollo de las distintas sesiones se emplean juegos donde se involucra el componente físico, mental y de interacción intergeneracional, cuyo fin es estimular la función ejecutiva.

2.1.1. Técnica: Estrategia lúdico- creativa

La educación es considerada el pilar básico para el desarrollo humano, por lo tanto, es fundamental impulsar estrategias entretenidas, agradables, lúdicas y creativas que vuelvan más interesantes las actividades educativas para todas las personas.⁸ Comúnmente se cree que lo lúdico creativo es una actividad superficial dedicada al ocio, donde únicamente se le da espacio al juego, sin embargo, esta estrategia constituye una forma ideal para los procesos de intercambio y construcción de conocimiento; es aprender haciendo.⁹

La pedagogía lúdica-creativa se define como una pedagogía de la vida, abierta a nuevas oportunidades de conocimiento, en la cual las actividades lúdicas, la creatividad y el juego se convierten en las mejores herramientas para sentir, conocer y expresar, encontrando así un vínculo entre el disfrute propio y el compartido.¹⁰ Este tipo de estrategias está relacionada con “actividades simbólicas e imaginarias” como el juego, el arte, la literatura, el movimiento, el sentido del humor, el afecto, entre otros.⁹

El objetivo de esta metodología es el desarrollo integral de la persona en los aspectos físicos, emocionales, sociales e intelectuales, favoreciendo la observación, la reflexión y el espíritu crítico, enriqueciendo el vocabulario, fortaleciendo la autoestima y desarrollando la creatividad, lo que promueve la formación de seres humanos autónomos, creadores y felices.⁸

Asimismo, el juego es una actividad imprescindible para la evolución cognitiva, comunicativa, afectiva y social del ser humano, y permite el desarrollo de las funciones básicas de la maduración

psíquica.¹¹ No obstante, el juego no solo compete y beneficia al niño, el adulto también enriquece su visión del mundo y encuentra nuevas formas de expresar sus opiniones y sentimientos.⁸

Esta relación entre generaciones promovida por el juego genera un puente que conecta ambos mundos, produciendo beneficios, tanto en uno como en el otro. Por lo tanto, la creación de estos espacios y el uso de esta metodología es de vital importancia para fortalecer la expresión y donde por medio de múltiples actividades los niños y los adultos se divierten con espontaneidad, al mismo tiempo que se descubren y estructuran como personas. En síntesis, la metodología lúdico-creativa es un espacio de socialización creativo, un proceso educativo no formal, una forma de aprendizaje, desarrollo, socialización y convivencia.⁸

2.1.2. Duración

La implementación de los talleres tiene una duración total de 7 horas prácticas, divididas en tres sesiones. La primera y la segunda sesión tienen una duración de 2 horas y la tercera sesión de 3 horas, las cuales incluyen el tiempo de actividades dirigidas a la estimulación de la función ejecutiva, el período de receso y la evaluación final de cada sesión.

2.1.3. Evaluación

Se realiza la evaluación de cada sesión y del programa en general. Con respecto a la evaluación de cada taller; al finalizar, se desarrolla un conversatorio, en el cual se divide el grupo en personas adultas mayores y en los niños(as) con sus madres; cada facilitadora se dirige a un grupo y realiza la evaluación utilizando una guía de preguntas (Anexo #1).

Por otro lado, para la evaluación del programa en general, se llevan a cabo dos actividades. La primera se desarrolla durante la última sesión, a través de una manualidad, en la cual, las personas adultas mayores y los niños(as) en sus respectivos grupos, decoran un globo y escriben su experiencia con relación al programa intergeneracional y lo exponen. Finalmente, se convoca a una reunión extra para la presentación de resultados, en la cual, al finalizar, se desarrolla un conversatorio con las personas adultas mayores y las madres de los(as) niños(as) de forma conjunta y se lleva a cabo la evaluación utilizando una guía de preguntas (Anexo #2).

Cabe destacar que, para efectos de la práctica dirigida, se realiza la grabación de audio y vídeo durante los conversatorios con la finalidad de analizar la respuesta verbal y no verbal de los participantes a los encuentros y al programa.

Capítulo III. Diseños estructurales

3.1. Descripción de las unidades

A continuación, se presenta la descripción de las unidades temáticas a abordar, las cuales incluyen la función ejecutiva y las relaciones intergeneracionales.

Seguidamente, se describen las actividades realizadas en cada sesión, así como la integración de los componentes de función ejecutiva y relación intergeneracional, finalmente, se presenta la matriz educativa de cada sesión.

3.1.1. Función ejecutiva

Con la finalidad de ser exitoso en las diferentes etapas del ciclo vital, se requiere de creatividad, flexibilidad, autocontrol y disciplina; todas estas habilidades son funciones ejecutivas. Las FFEE se describen como una serie de procesos cognitivos de orden superior que, con el tiempo, apoyan la capacidad de las personas para regular cada vez más su propio comportamiento y, a su vez, desarrollar una mayor competencia social, emocional y cognitiva. Estas destrezas dependen de un circuito neural en el cual la corteza prefrontal juega un rol esencial. Estos procesos cognitivos incluyen:¹²

3.1.1.1. La memoria de trabajo: Se define como la habilidad para prestar atención y recordar hechos conforme se utilizan para completar diferentes tareas. La memoria de trabajo es fundamental para dar sentido a cualquier evento que se desarrolle a lo largo del tiempo, ya que esto implica relacionar lo que se generó antes con lo que se generó después. Comprender el lenguaje escrito o hablado, requiere de esta debido a que, al enfocarse en la siguiente frase, la anterior ya no está presente o ya no la está mirando. Hacer cualquier cálculo matemático también, al igual que el razonamiento, porque implica tener en cuenta fragmentos de información y ver cómo estos se relacionan.¹²

La habilidad para retener información se desarrolla muy temprano, sin embargo, la capacidad de retener mucha de esta en la mente o realizar cualquier tipo de manipulación mental, se desarrolla de forma más lenta y se presenta como un progreso prolongado de desarrollo. La memoria y la atención aparecen de forma arbitraria, debido a que son procesos similares incluso en su base neural, esto se explica porque el mismo sistema prefrontal que permite a la persona permanecer

selectivamente enfocado en la información que le interesa, a la vez lo ayuda a atender de forma selectiva los estímulos en su entorno al eliminar los que se consideran irrelevantes.¹²

3.1.1.2. Control inhibitorio: Se define como la habilidad para seguir reglas, modular emociones y retrasar la gratificación. Incluye la inhibición de la atención o atención selectiva, la cual se refiere a un control de interferencia y comprende la supresión de la atención en distractores, por lo tanto, la persona puede mantenerse enfocada en lo que se desea. Este control, también incluye la inhibición de la acción tales como respuestas motoras, verbales y otros subtipos; estos son aspectos del autocontrol y disciplina, tales como:¹²

- a) La inhibición de un impulso para responder o reaccionar de forma inmediata. Esto permite a la persona darse el tiempo para brindar una respuesta más considerada y para prestar atención o buscar información, antes de llegar a una conclusión.
- b) Retraso de la gratificación. Le permite a la persona esperar con la finalidad de obtener un mejor resultado o premio.
- c) La inhibición de la primera inclinación y la sustitución por una respuesta más adecuada.
- d) Resistencia a tentaciones.
- e) Finalización de un trabajo a pesar de su dificultad al inhibir tentaciones de realizar otra actividad más divertida.
- f) Mantenimiento de la atención en algo por un tiempo prolongado, a pesar de que la tarea parezca aburrida.

3.1.1.3. Flexibilidad cognitiva: Es la habilidad que surge de forma más tardía en comparación con las anteriores.¹² Incluye la capacidad del cerebro para adaptarse a situaciones inesperadas, realizar nuevas actividades, hacer cambios en la rutina, planear estrategias, ser multitasking y aprender de los errores.¹³

Las FFEE comienzan a surgir de forma temprana, es decir, durante la infancia, pero no maduran de forma completa hasta la adultez temprana. A pesar de que se desarrollan durante la niñez, estas habilidades son sumamente predictivas para la adultez. Por otro lado, las funciones ejecutivas son sumamente sensitivas a factores ambientales tanto positivos como negativos y a la vez, se ha demostrado que el utilizar diferentes enfoques puede mejorarlas con éxito, lo cual en una etapa

temprana de la vida puede ser absolutamente crítico para la felicidad y el éxito de una persona y para reducir las disparidades sociales tanto en el rendimiento como en la salud.¹²

Asimismo, el desarrollo de las habilidades de función ejecutiva es esencial para aprender, debido a que estas sientan las bases de los comportamientos adaptativos y dirigidos hacia un objetivo, los cuales permiten al niño anular pensamientos y respuestas más automáticas o impulsivas. Es crucial que los niños pequeños adquieran estas habilidades para que estén listos para aprender cuando comienzan la escuela y así logren tener un éxito académico continuo. A la vez, estas funciones deben estimularse desde la infancia hasta la adultez mayor, y es crítico realizarlo durante la niñez temprana debido a que estas van a tener un efecto durante toda su trayectoria en la vida.¹²

Debido a lo anterior, es esencial la promoción del desarrollo de las funciones ejecutivas a través de diferentes programas, los cuales pueden incluir el entrenamiento y la práctica directa de habilidades de función ejecutiva, la promoción de las relaciones interpersonales, la utilización del juego como un aspecto central en las intervenciones y la promoción del aprendizaje social y emocional.¹⁴

3.1.2. Relación intergeneracional

La relación intergeneracional se define como la interacción intencionada entre grupos de personas de diferentes edades, en variedad de situaciones proporcionando una comunicación cercana; sentimientos y pensamientos compartidos, en una actividad cooperativa y significativa para ambas generaciones. Además, las relaciones entre varias generaciones pueden proporcionar hechos y circunstancias que no se encuentran en otra oportunidad. A partir de estas relaciones, se produce un conjunto de enlaces relacionados con el pasado, el futuro próximo y el desarrollo de la vida presente.¹

El contacto directo entre ambas generaciones produce grandes beneficios tanto físicos como cognitivos y sociales.¹⁵ Entre estos beneficios se encuentran:¹⁶

- Unen generaciones separadas, al reestablecer los lazos rotos por la dinámica social imperante.
- Rescatan y transmiten la cultura tradicional, para propiciar a los más jóvenes un sentido de identidad.
- Fomentan la vida activa entre generaciones.
- Comparten recursos entre las generaciones.

- Crean redes de apoyo entre generaciones para solucionar problemas sociales como el acoso escolar, la violencia de género o las drogas.
- Proporcionan un marco ideal para hacer realidad el aprendizaje a lo largo de la vida.

Asimismo, de forma concreta, brindan beneficios a las personas adultas mayores, tales como:¹

- Aumento de la capacidad para hacer frente a cualquier alteración de salud y decaimiento, responder con vitalidad, potenciar el humor, aumentar la autoestima al igual que minimizar situaciones desfavorables.
- Hacer desaparecer el aislamiento para emplear tiempo a las personas jóvenes como progreso, renovación e incorporación familiar y social.
- Recibir asistencia y apoyo para el desarrollo de determinadas acciones acontecidas en la vida diaria.
- Reconocimiento social a través de sus experiencias vividas, como participación y aporte a otras generaciones de un legado cultural y tradicional valioso.
- Propiciar nuevas oportunidades de aprendizaje, habilidades sociales, así como disfrutar con actividades distintas.

Y en los niños y jóvenes también se dan diferentes beneficios, tales como:¹

- Disminución de la conducta de aislamiento y soledad, dando paso al aumento de la valoración personal, la confianza en uno mismo, el sentido cívico y el sentimiento de responsabilidad comunitario.
- Comprender y percibir positivamente a las PAM como grupo heterogéneo, para retirar cualquier estereotipo negativo hacia el proceso de envejecimiento.
- Reconocer a las PAM como grandes consejeros o guías en momentos de decaimiento y dificultad frente a cualquier adversidad.
- Reunir un conjunto de habilidades concretas acorde con los numerosos aprendizajes emprendidos.
- Adquirir conocimiento de la propia historia acontecida, así como de los demás, capacitando la construcción de una vida saludable y optimista hacia la vida.

Finalmente, existen múltiples beneficios para la comunidad en general, entre ellos:¹

- Proyectar y reproducir redes sociales, creando modelos de comportamiento social y colectivo.
- Desarrollar y preservar de forma consistente diferentes oportunidades comunitarias e infraestructuras públicas para la producción de actividades de orden cultural, artístico, ambiental, incluso para la conciliación familiar.
- Construir una cohesión cultural y social consistente con el fin de desarrollar el sentimiento de comunidad.
- Eliminar cualquier estereotipo o barrera que pueda surgir respecto a una u otra generación recíprocamente.
- Emprender y desarrollar el voluntariado de modo socio-comunitario.

3.2. Descripción de las sesiones

3.2.1. Primera sesión: “Compartiendo entre generaciones a través de la introducción a la función ejecutiva”

3.2.1.1. Actividades desarrolladas

Inicialmente, se le da la bienvenida a los participantes, madres y padres y se les entrega la hoja de asistencia junto con los gafetes. Ahora bien, para comenzar el taller se realiza un canto jocoso titulado como “Hey, hey Superman” con el objetivo de generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as), en el cual cada participante menciona su nombre unido a un movimiento.

La segunda actividad del taller se denomina “Simón dice con colores”, en la cual a cada participante se le asigna un color para de esta manera conformar los equipos que se mantendrán a lo largo de todas las sesiones, esta dinámica consiste en seguir diversas instrucciones según el color del equipo. Seguidamente, se realiza la actividad del paracaídas, en la cual los participantes deben trabajar en equipo para movilizar la pelota en diferentes direcciones dentro de este.

Posteriormente, con el objetivo de realizar una pausa de las actividades se le brinda una merienda a cada participante, en la cual se procura que se integren las PAM con los niños(as). Una vez finalizado el receso, los participantes forman pequeños grupos según el color de su equipo, se les brinda tarjetas de animales y una banda para la cabeza; la actividad consiste en que por turnos cada participante debe adivinar el animal de la tarjeta que tiene, con base en las dramatizaciones realizadas por sus compañeros de equipo.

Finalmente, se dividen los participantes para realizar la evaluación, una de las facilitadoras realiza un conversatorio con las PAM y la otra, con las madres y niños(as), siguiendo una guía de preguntas. Por último, se realiza una canción de despedida denominada “la ronda de los conejos” con la finalidad de instaurar una rutina como parte del cierre de cada sesión.

3.2.1.2. Matriz Educativa

Título: Compartiendo entre generaciones a través de la introducción a la función ejecutiva.

Duración: 120 minutos.

Población meta: 7 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 8 adultas mayores y 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años.

Coordinadoras: María José García Aguilar y Paula Solís Salas.

Lugar: Sala de ex-decanos de la Escuela de Estudios Generales de la Universidad Nacional.

Objetivo General: Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

Cuadro 1. Matriz de actividades I sesión

Contenido	Objetivo	Metodología	Tiempo	Materiales	Evaluación	Responsables
Actividad rompehielo: Canto jocoso “Hey, hey superman”	Generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as).	-Los niños, las niñas, las personas adultas mayores y la facilitadora se colocarán en un círculo grande y la responsable de la actividad se situará en el centro. -La responsable deberá dar las instrucciones de que todos deben de repetir la canción después de ella y realizará un ejemplo con la	15 min	Recurso humano	Se evaluará la participación de los niños(as) y las personas adultas mayores a través de la iniciativa de realizar un movimiento, al seguir la	-Desarrollo de la actividad y evaluación de la participación: Paula Solís. -Toma del tiempo y colaboración con la

		<p>otra facilitadora.</p> <p>-La facilitadora dirá: “Hey hey, (el nombre de la persona)”, “¿y cómo hace ella/él?” “Ella/Él hace así”: (la persona debe realizar un movimiento)</p> <p>-Todas y todos los participantes del círculo deben de llamar a la persona junto con la responsable y realizar el movimiento que cada persona hace.</p> <p>-Al siguiente turno, el participante debe recordar el movimiento que la persona anterior realizó.</p>			<p>canción y repetir los movimientos.</p>	<p>actividad: María José García.</p>
<p>Actividad #1: Simón dice con colores.</p>	<p>Dividir al grupo en subgrupos a través de una actividad que fomente la función ejecutiva.</p>	<p>-A cada persona se le asignará un color: rojo, azul, amarillo o verde y se le brindará una cinta del color respectivo, que se pueden colocar donde gusten, de manera que sea visible.</p>	<p>20 minutos</p>	<p>Cintas de color rojo, azul, amarillo y verde Hula-hulas</p>	<p>Se evaluará por medio de la participación activa y del seguimiento de instrucciones</p>	<p>-Desarrollo de la actividad y evaluación de la participación:</p>

		<p>-La responsable de la actividad dirá las instrucciones de la siguiente forma: Simón dice que todos los de (color) realicen (la acción)</p> <p>- Las acciones que deben realizar consistirán en diferentes movimientos, jugar con los hula hula, traer objetos de colores y formas diferentes, construir formas con plasticina y realizar imitaciones.</p> <p>-La responsable se guiará con una lista de acciones que tendrá a mano en orden de dificultad.</p>		Objetos diferentes Plasticina	por parte de las PAM y de los niños (as).	<p>María José García.</p> <p>-División del grupo, entrega de las cintas de colores, colaboración con la actividad y toma del tiempo:</p> <p>Paula Solís.</p>
Actividad #2: El paracaídas	Generar un ambiente ameno donde se promueva el trabajo en equipo y se estimule la	Se le pedirá a los y las participantes que se coloquen formando un círculo e intercalados PAM y niño (a). Inicialmente, se les pedirá que tomen una orilla del paracaídas	15 min	Paracaídas Bola grande Bola pequeña	Se evaluará por medio de la participación activa y del seguimiento de las	-Desarrollo de la actividad y evaluación de la participación:

	función ejecutiva.	<p>(las PAM deberán tomarlo al nivel de su cintura y los niños(as) a nivel del pecho, la idea es que el paracaídas quede nivelado). El juego consiste en comenzar a girar y mover el paracaídas hacia arriba o hacia abajo.</p> <p>Posteriormente, se colocará una bola sobre el paracaídas y las facilitadoras deben indicar hacia cual dirección (izquierda o derecha) se debe dirigir la bola. El juego termina cuando se cumpla la última indicación que es meter la bola pequeña por el hueco del paracaídas.</p>			instrucciones por parte tanto de los niños y niñas como de las PAM.	<p>María José García.</p> <p>-Toma del tiempo y colaboración con la actividad:</p> <p>Paula Solís.</p>
Merienda	-Realizar una pausa de las actividades con la finalidad de que	<p>Se repartirá la merienda a las PAM, niños (as) y madres.</p> <p>Durante la merienda, las facilitadoras conversarán con las</p>	25 min	Burbujitas de plástico Frutas picadas:		-Brindar instrucciones y organización durante la

	<p>los y las participantes puedan descansar.</p> <p>-Escuchar la opinión sobre las actividades realizadas hasta ese momento como parte de la retroalimentación .</p>	<p>PAM, niños (as) y madres para conocer su opinión sobre las actividades realizadas hasta el momento.</p>		<p>Sandía, piña, papaya y banano</p> <p>Yogurt</p> <p>Granola</p> <p>Gelatina</p> <p>Percolador</p> <p>Café</p> <p>Leche delactomy</p> <p>Azúcar</p> <p>Jugos</p> <p>Vasos</p> <p>Botellas de agua</p> <p>Servilletas</p>		<p>merienda:</p> <p>María José García.</p> <p>Paula Solís.</p> <p>-Colaboración a la hora de repartir el refrigerio:</p> <p>Catalina Aguilar.</p> <p>Selena Salas.</p>
<p>Formación de pequeños grupos</p>	<p>-Tener un mejor manejo del grupo.</p> <p>-Asegurar que cada PAM y cada niño(a) tenga una</p>	<p>Con base en las tiras de colores dadas al inicio de la actividad “Simón dice con colores”, los 20 participantes se dividirán en 4 equipos con un total de 5</p>	5 min	Recurso Humano	Se evaluará por medio del seguimiento de las instrucciones	<p>-Da la indicación y colabora con la formación de los equipos:</p>

	experiencia individualizada y una participación activa dentro de cada actividad.	participantes cada uno.			por parte de las PAM y los niños(as).	María José García. -Toma el tiempo y colabora con la formación de los equipos: Paula Solís.
Actividad #3: Charadas de animales	-Estimular la función ejecutiva en las PAM y los niños (as). -Fomentar el trabajo en equipo. -Promover la cohesión del pequeño grupo.	Esta actividad será realizada en cada pequeño grupo y de manera simultánea. Por lo tanto, en cada una de las estaciones de cada grupo se encontrarán las instrucciones escritas de la actividad. 1. Cada uno de los 5 participantes del pequeño grupo se colocará una banda en la cabeza cuya función es sostener la imagen de la caricatura de un animal (cada participante tiene	20 min	Imágenes de caricaturas de animales. Bandas para la cabeza.	Se evaluará por medio de la participación activa y del seguimiento de instrucciones por parte de las PAM y de los niños (as).	-Entrega de materiales, observación no participante y aclaración de dudas: María José García. Paula Solís.

		<p>un animal diferente).</p> <p>2. Una persona adulta mayor debe encargarse de colocarle al resto de sus compañeros la imagen del animal en la banda de la cabeza y debe pedir ayuda a alguien para que le coloque el suyo, ya que como regla fundamental el participante no debe ver el animal que le correspondió.</p> <p>3. Cada participante tendrá su turno, en el cual el objetivo es adivinar la imagen del animal que tiene en la cabeza.</p> <p>4. Los demás participantes deben darle pistas al participante que se encuentra adivinando cuál imagen tiene.</p> <p>5. Los participantes no deben decir a sus compañeros el</p>				
--	--	--	--	--	--	--

		<p>nombre del animal que tienen en la cabeza.</p> <p>6.No se puede hacer el sonido del animal.</p> <p>7. Las pistas pueden ser el color del animal, el tamaño, si es de tierra, aire o agua, lugares donde se encuentra generalmente, entre otras características.</p> <p>8. La actividad finaliza cuando todos los y las participantes del pequeño grupo logran adivinar el animal asignado.</p>				
Actividad de evaluación	-Evaluar el primer encuentro intergeneracional a través de lo expresado por los niños(as), sus mamás y las PAM.	<p>-El grupo se dividirá en niños(as) junto con los mamás y PAM por aparte para realizar la evaluación.</p> <p>Niños(as), padres y madres:</p> <p>-Se colocarán en un círculo junto con la facilitadora, quien les brindará a los niños(as) unas</p>	15 minutos	<p>10 paletas con carita feliz</p> <p>10 paletas con carita triste</p> <p>10 paletas con carita</p>		<p>-Responsable de la evaluación con los niños(as): Paula Solís.</p> <p>-Responsable de la evaluación con</p>

		<p>paletas con caritas de: feliz, triste y enojado.</p> <p>-Se realizarán diferentes preguntas sobre cómo se sintieron, de acuerdo con una guía, para las cuales deberán responder haciendo uso de las paletas.</p> <p>-Finalmente, se les preguntará a los padres lo que observaron y se les abrirá un espacio para que compartan la experiencia de manera breve.</p> <p>Personas adultas mayores:</p> <p>-Se realizará un grupo focal, donde se colocarán en círculo las PAM junto con la facilitadora.</p> <p>-Se realizarán unas preguntas de acuerdo con una guía.</p> <p>-Se abrirá un espacio donde las</p>		<p>enojada</p> <p>Guía con preguntas</p>		<p>las PAM:</p> <p>María José</p> <p>García.</p>
--	--	---	--	--	--	--

		PAM pueden compartir su experiencia personal en el encuentro y recomendaciones para las otras sesiones.				
Actividad de cierre: Canción de despedida	-Realizar un cierre ameno y divertido de la sesión. -Instaurar una rutina como parte del cierre de cada sesión que estimule la función ejecutiva en los y las participantes.	Las PAM y los niños (as) se colocarán formando un círculo y se reproducirá la canción de despedida, ante lo cual deben seguir las acciones que dice la canción.	5 min	Pista de la canción Parlantes Accesorios relacionados con la temática de la canción	Se evaluará por medio de la participación activa, de la realización de las acciones y del lenguaje corporal tanto de las PAM como de los niños (as).	-Explicación de la dinámica: María José García. -Colaboración con la actividad: Paula Solís.

Fuente: Elaboración propia.

3.2.2. Segunda sesión: “Construyendo una experiencia intergeneracional a través de la función ejecutiva”

3.2.2.1. Actividades desarrolladas

Inicialmente, se le da la bienvenida a los participantes y a las madres y se les entrega la hoja de asistencia junto con los gafetes y cintas del color de su equipo. Como primera actividad del taller, con el objetivo de generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as), se realizan dos cantos jocosos, titulados como “La cuchilla y la palanca” y “Un animal muy particular” en los cuales deben seguir la canción y las acciones que hace la facilitadora.

Posterior a esto, tomando como base las cintas de color, los participantes se dividen en su respectivo equipo y con la finalidad de que se comprendan adecuadamente las instrucciones, las facilitadoras explican en pequeño grupo las actividades de cada estación del rally. La dinámica principal de esta sesión consiste en un rally conformado por cuatro estaciones, dentro de cada una de estas, se realizan distintas actividades. Cabe resaltar que cada equipo inicia en una estación distinta, pero cada 15 minutos rotan a otra estación, hasta que cada grupo complete las cuatro estaciones del rally. Debido a su extensión, una vez que cada equipo complete dos de las estaciones, se realiza el receso para la merienda y posterior a esta cada equipo continúa con las dos estaciones que le hacen falta.

Con respecto a las estaciones, en la estación #1 se realiza la actividad del Jenga con retos; en la estación #2 se realizan dinámicas de secuencias, agrupación de imágenes y la reconstrucción de una historia a partir de las imágenes; en la estación #3 se realiza una pista de obstáculos utilizando conos y hula-hulas, además, se juega memoria de animales y se completa la secuencia establecida de un cubo; por último, en la estación #4 se ejecuta una pista de secuencia de figuras geométricas, con el posterior lanzamiento de pelotas a través del agujero respectivo y se finaliza con la actividad “descubriendo los objetos” a partir de una lámina educativa.

Finalmente, se dividen los participantes para realizar la evaluación, una de las facilitadoras realiza un conversatorio con las PAM y la otra, con las madres y niños(as), siguiendo la guía de preguntas. Por último, se realiza la canción de despedida denominada “La ronda de los conejos”.

3.2.2.2. Matriz Educativa

Título: Construyendo una experiencia intergeneracional a través de la función ejecutiva.

Fecha: sábado 03 de agosto del 2019.

Duración: 125 minutos.

Población meta: 7 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 8 adultas mayores y 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años.

Coordinadoras: María José García Aguilar y Paula Solís Salas.

Lugar: Sala de ex-decanos de la Escuela de Estudios Generales de la Universidad Nacional.

Objetivo General: Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

Cuadro 2. Matriz de actividades II sesión

Contenido	Objetivo	Metodología	Tiempo	Materiales	Evaluación	Responsables
Actividad rompehielo Cantos jocosos	Generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as).	Inicialmente se dará la bienvenida a la II sesión de encuentros intergeneracionales. Posterior a esto, los niños, las niñas y las personas adultas mayores realizarán un círculo grande y la responsable de la actividad junto con la facilitadora se situarán en el centro de este.	10 min	Recurso humano	Se evaluará por medio de la participación de los niños(as) y las personas adultas mayores al seguir la canción y repetir los movimientos.	-Responsable del canto #1: María José García. -Responsable del canto #2: Paula Solís.

		<p>-La responsable de la actividad dará la instrucción de que todos deben de seguir la canción y las acciones después de ella.</p> <p>Canto #1. La cuchilla y la palanca.</p> <p>Canto #2. Un animal muy particular.</p>				
<p>Formación de pequeños grupos</p>	<p>-Tener un mejor manejo del grupo.</p> <p>-Asegurar que cada PAM y cada niño(a) tenga una experiencia individualizada y una participación activa dentro de cada actividad.</p>	<p>-Con base en las tiras de colores dadas en el primer encuentro intergeneracional, los 20 participantes se dividirán en 4 equipos con un total de 5 participantes cada uno.</p> <p>-De manera breve las facilitadoras explicarán las actividades de cada estación.</p>	10 min	<p>Recurso humano</p> <p>Cintas de color rojo, azul, amarillo y verde</p> <p>Paletas de color rojo, azul, amarillo y verde</p>	<p>Se evaluará por medio de la atención a la hora de explicar las actividades y por medio del seguimiento de las instrucciones por parte de las PAM y los niños(as).</p>	<p>-Da la indicación y colabora con la formación de los equipos: Paula Solís (paleta verde).</p> <p>-Toma el tiempo y colabora con la formación de los equipos:</p>

						<p>María José García (paleta azul).</p> <p>Kevin Jiménez (paleta roja).</p> <p>Luis Diego Alpizar (paleta amarilla).</p>
<p>Actividad #1: Rally</p>	<p>-Promover las relaciones intergeneracionales entre PAM y niños (as).</p> <p>-Estimular la función ejecutiva por medio de actividades lúdico-creativas.</p>	<p>El rally consiste en 4 estaciones, cada equipo inicia en una estación diferente y transcurridos los 15 min rotan a la siguiente estación. Debido a la extensión del rally, una vez que cada equipo haya completado dos de las estaciones se hará el receso para la merienda y posterior a esta cada equipo continúa con las dos estaciones que le hagan falta.</p>	<p>1 hora (15 min por estación)</p>	<p>Para todas las estaciones:</p> <p>4 mesas</p> <p>4 manteles blancos</p> <p>4 manteles de color</p> <p>Sillas</p> <p>Triángulo con el nombre y número de la</p>	<p>Se evaluará por medio de la participación activa, el trabajo en equipo y del seguimiento de instrucciones por parte de las PAM y de los niños (as).</p>	<p>-Entrega de materiales, observación no participante, aclaración de dudas y toma del tiempo:</p> <p>María José García (Equipo azul y</p>

		<p>Además, al final de cada estación cada integrante del equipo recibirá una postal como recompensa a su esfuerzo, por lo tanto, una vez que cada participante tenga 4 postales se da por finalizado el rally.</p> <p>Estación #1:</p> <p>Actividad 1. Jenga con retos.</p> <p>Se colocará un juego de Jenga, en el cual cada uno de los tucos tendrá una postal; cada postal significa un reto distinto (Ver la lista de retos adjunta) por lo tanto, se jugará por turnos, en el cual el participante deberá tomar un tucos intentando no botar la torre y deberá realizar el reto propuesto.</p>	<p>estación</p> <p>Postales</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p> <p>Estación 1.</p> <p>1 Jenga</p> <p>Postales de colores</p> <p>Cajitas de los mismos colores de las postales</p> <p>Papelitos con retos</p> <p>Cubitos</p> <p>Avalorios</p> <p>Cuerda</p> <p>Plasticina</p> <p>Hula-hulas</p> <p>Imágenes de</p>	<p>equipo rojo).</p> <p>Paula Solís</p> <p>(Equipo amarillo y equipo verde).</p>
--	--	---	---	---

		<p>Estación #2:</p> <p>Actividad 1. Secuencias.</p> <p>En el piso, se pegarán huellas de pies de distintos colores y en diferentes posiciones, por lo que cada participante debe seguir la secuencia de los pies hasta el final, el siguiente participante debe esperar a que el anterior termine la secuencia para tomar su turno.</p> <p>Actividad 2. Agrupar las imágenes.</p> <p>En la pizarra, se colocará una casa, la cual se dividirá en cinco diferentes casillas: Perro café, rosa roja, manzana verde, superhéroe (Superman) y un libro de cuentos. Se les va a brindar una caja con diferentes imágenes parecidas o iguales a las</p>		<p>animales del mar</p> <p>Imágenes de animales terrestres</p> <p>Imágenes de animales que vuelan</p> <p>Legos grandes</p> <p>Imágenes de jirafa, árbol, puente y torre de legos</p> <p>Paletas de colores y caja con abertura de colores</p> <p>Figuras geométricas y su respectiva imagen</p>	
--	--	--	--	---	--

		<p>localizadas en las casillas, por lo que cada participante tendrá su turno para encontrar la imagen exacta a la que se encuentra en la casilla y deberá clasificarla en la correcta. El juego termina hasta que en cada casilla haya 1 imagen.</p> <p>Actividad 3. Historia con imágenes.</p> <p>Un integrante adulto mayor del equipo deberá leer a los otros participantes un cuento ya propuesto, al finalizar la narración, se les brindará unas imágenes relacionadas con el cuento y el grupo de forma conjunta deberá ordenar dichas imágenes de forma secuencial según lo narrado.</p>	<p>Cartón de huevos y su respectiva imagen</p> <p>Vasos plásticos y su respectiva imagen</p> <p>Rompecabezas</p> <p>Estación 2.</p> <p>Huellas de pies de colores</p> <p>Cinta</p> <p>Pizarra</p> <p>Casa de cartulina</p> <p>Imágenes impresas grandes: perro</p>	
--	--	---	---	--

		<p>Estación #3:</p> <p>Actividad 1. Los conos y el hula hula.</p> <p>Se realizará una pista de obstáculos utilizando los conos y el hula-hula, los participantes deben pasar los conos en forma de zig zag y en el hula hula deben saltar dentro de este. Cada uno de los integrantes del equipo tendrá su turno para pasar la pista de obstáculos, por lo tanto, el siguiente participante debe esperar a que el anterior termine la pista para tomar su turno. La actividad finaliza hasta que todos los participantes hayan acabado el trayecto.</p> <p>Actividad 2. El cubo mágico.</p> <p>Se colocará en la pizarra la silueta de un cubo grande, el cual debe</p>	<p>café, rosa roja, manzana verde, superman y libro de cuentos Imágenes impresas pequeñas: perros, flores, frutas, superhéroes y libros Cuento impreso Imágenes sobre el cuento emplasticados Velcro</p>		
--	--	--	--	--	--

		<p>completarse con cuadritos de colores, siguiendo el patrón de colores del cubo de la imagen. Cada participante deberá colocar un cuadrito y así sucesivamente hasta que el cubo grande quede completo e igual al cuadro que sirve de patrón.</p> <p>Actividad 3. Memoria de animales.</p> <p>Se colocará en una mesa 20 imágenes de animales (10 parejas) vueltas hacia abajo, cada integrante del equipo tendrá su turno, en el cual debe voltear dos de las imágenes, enseñárselas a sus compañeros e identificar si son pareja o no, si las imágenes que volteó son diferentes entonces las debe colocar en su lugar y ceder el turno al siguiente</p>	<p>Estación 3.</p> <p>Conos</p> <p>Hula hula</p> <p>1 par de huellas de los pies</p> <p>Pizarra</p> <p>Cinta</p> <p>Silueta de un cubo grande</p> <p>Imagen de un cubo de colores</p> <p>Cuadritos de foam de colores</p> <p>Velcro</p> <p>20 imágenes de animales</p>		
--	--	--	---	--	--

		<p>participante. Si, por el contrario, las dos imágenes que volteó son iguales entonces el participante ha encontrado una pareja, la cual debe guardar y ceder el turno al siguiente participante. El juego acaba cuando ya no haya parejas de animales por encontrar.</p> <p>Estación #4: Actividad 1. Pista de figuras geométricas. Se pegará en el piso, de manera aleatoria, una serie de figuras geométricas: Rojo: triángulo Azul: cuadrado Amarillo: círculo Verde: rectángulo Morado: rombo</p>		<p>Estación 4. Cinta Figuras geométricas de tamaño mediano (triángulo, círculo, cuadrado, rectángulo y rombo) Pelotas (rojas, amarillas, verdes, azules y moradas) Cartón de presentación grande Cartulina (roja, verde, azul, amarilla)</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>Cada uno de los integrantes del equipo tendrá una pelota de uno de esos cinco colores (rojo, amarillo, verde, azul o morado) y cada uno en su turno deberá caminar/saltar únicamente sobre la figura geométrica del color de la pelota asignada (Ej. Si la pelota asignada es roja, el participante solo puede caminar/saltar encima de los triángulos). Una vez que el/la participante llega al final del trayecto debe tirar la pelota con el objetivo de que entre en el hueco del mismo color. Como cada participante tiene su turno, el siguiente debe esperar a que el participante anterior termine todo el trayecto y una vez que tire la pelota en el hueco el siguiente puede iniciar. El juego termina</p>		<p>y morada) 5 cajas con el dibujo de la figura geométrica 1 caja grande Libro con láminas de objetos Ficha con los 3 objetos a encontrar</p>		
--	--	--	--	---	--	--

		<p>cuando todos los participantes hayan tirado su pelota en el hueco correspondiente.</p> <p>Actividad 2. Lanzamiento de pelotas.</p> <p>Los y las participantes deben trabajar en conjunto para agrupar todas las pelotas según el color en la caja correspondiente. Una vez que se hayan agrupado todas las pelotas, por turnos cada participante debe tirar las pelotas del color asignado por el hueco del mismo color. El juego termina cuando ya no queden pelotas en ninguna caja.</p> <p>Actividad 3. Descubriendo los objetos.</p> <p>Los y las integrantes del equipo se sientan formando un círculo, una persona adulta mayor será la</p>				
--	--	--	--	--	--	--

		<p>encargada de manejar el libro, el cual tendrá una lámina marcada. La actividad consiste en que la PAM enseña la lámina en donde hay muchos objetos a los demás integrantes del equipo y menciona tres objetos que deben encontrar en la imagen, todos los participantes deben trabajar en conjunto para encontrar los objetos.</p>				
Merienda	<p>-Realizar una pausa de las actividades con la finalidad de que los y las participantes puedan descansar.</p> <p>-Escuchar la opinión sobre las</p>	<p>-Se repartirá la merienda a las PAM, niños (as), padres, madres y facilitadores.</p> <p>-Se procurará que en la merienda se sienten de forma que se integren las personas adultas mayores con los niños (as).</p> <p>-Durante la merienda, las facilitadoras conversarán con las PAM, niños (as), padres y madres</p>	20 minutos	<p>Repostería salada</p> <p>Repostería dulce</p> <p>Percolador</p> <p>Café</p> <p>Leche</p> <p>delactomy</p> <p>Azúcar</p> <p>Sustituto de</p>		<p>-Brindar instrucciones y organización durante la merienda:</p> <p>María José García.</p> <p>Paula Solís.</p>

	actividades realizadas hasta ese momento como parte de la retroalimentación.	para conocer su opinión sobre las actividades realizadas hasta el momento.		azúcar 12 jugos 1 refresco 45 vasos plásticos 45 platos plásticos 30 vasos de café 45 cucharas Dispensadores con agua Servilletas Toallitas húmedas 1 mayordomo		-Colaboración a la hora de repartir el refrigerio: Catalina Aguilar. Selena Salas. Marissa Guillén.
Formación de pequeños grupos	-Tener un mejor manejo del grupo. -Asegurar que cada PAM y	Una vez que los y las participantes han terminado de consumir la merienda, los equipos deben continuar con las dos estaciones por las que no han rotado, para de	5 minutos	Recurso humano Cintas de color rojo, azul, amarillo	Se evaluará por medio del seguimiento de las instrucciones por parte de las PAM y	-Da la indicación y colabora con la formación de los equipos:

	<p>cada niño(a) tenga una experiencia individualizada y una participación activa dentro de cada actividad.</p>	<p>esta manera dar por finalizado el rally.</p>		<p>y verde Paletas de color rojo, azul, amarillo y verde</p>	<p>los niños(as).</p>	<p>María José García (paleta azul). -Toma el tiempo y colabora con la formación de los equipos: Paula Solís (paleta verde). Kevin Jiménez (paleta roja). Luis Diego Alpízar (paleta amarilla).</p>
<p>Actividad de evaluación</p>	<p>-Evaluar el encuentro intergeneracional a través de lo</p>	<p>-El grupo se dividirá en niños(as) junto con sus padres y madres y en PAM por aparte para realizar la evaluación.</p>	<p>15 minutos</p>	<p>10 paletas con carita feliz 10 paletas con carita triste</p>		<p>-Responsable de la evaluación con los</p>

	<p>expresado por los niños(as), sus padres y las PAM.</p>	<p>Niños(as), padres y madres:</p> <p>-Se colocarán en un círculo junto con la facilitadora, quien les brindará a los niños(as) unas paletas con caritas de: feliz y triste.</p> <p>-Se realizarán diferentes preguntas sobre cómo se sintieron, de acuerdo con una guía, para las cuales deberán responder haciendo uso de las paletas.</p> <p>-Finalmente, se les preguntará a los padres y madres lo que observaron y se les abrirá un espacio para que compartan la experiencia.</p> <p>Personas adultas mayores:</p> <p>-Se realizará un grupo focal, donde se colocarán en círculo las</p>		<p>Sabana</p> <p>Guía con preguntas</p> <p>Celulares para grabación de audio</p>		<p>niños(as):</p> <p>María José García.</p> <p>-Responsable de la evaluación con las PAM:</p> <p>Paula Solís.</p>
--	---	--	--	--	--	---

		<p>PAM junto con la facilitadora.</p> <p>-Se realizarán unas preguntas de acuerdo con una guía.</p> <p>-Se abrirá un espacio donde las PAM pueden compartir su experiencia personal en el encuentro y recomendaciones para las otras sesiones.</p>				
<p>Actividad de cierre:</p> <p>Ronda de los conejos</p>	<p>-Realizar un cierre ameno y divertido de la sesión.</p> <p>-Instaurar una rutina como parte del cierre de cada sesión que estimule la función ejecutiva en los y las participantes.</p>	<p>Las PAM y los niños (as) se colocarán formando un círculo y se reproducirá la canción de despedida titulada como “La ronda de los conejos”, ante lo cual deben seguir las acciones que dice la canción.</p>	5 min	<p>Pista de la canción</p> <p>Parlantes</p> <p>Zanahorias de fieltro</p>	<p>Se evaluará por medio de la participación, de la realización de las acciones y del lenguaje corporal tanto de las PAM como de los niños (as).</p>	<p>-Desarrollo de la actividad:</p> <p>María José García.</p> <p>Paula Solís.</p>

Fuente: Elaboración propia.

3.2.3. Tercera sesión: “Cierre de los encuentros intergeneracionales a través de la función ejecutiva y lo lúdico-creativo”

3.2.3.1. Actividades desarrolladas

Inicialmente, se le da la bienvenida a los participantes y a las madres y se les entrega la hoja de asistencia junto con los gafetes y cintas del color de su equipo. Como primera actividad del taller, con el objetivo de generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as), se realizan dos actividades rompe hielo, entre ellas un canto jocoso titulado como “Kataplum” y una historia denominada “El hipódromo” que consiste en coordinar las palabras con los movimientos.

Posteriormente, se brinda el espacio para que las PAM lideren actividades propuestas por ellos mismos, las cuales corresponden a: la telaraña con versos cortos escritos por un adulto mayor, una canción y una coreografía liderada por una adulta mayor. Al finalizar esa actividad, tomando como base las cintas de color, los participantes se dividen en su respectivo equipo y con la finalidad de que se comprendan adecuadamente las instrucciones, las facilitadoras explican en pequeño grupo las actividades de cada estación del rally.

La temática del rally es sobre juegos tradicionales donde el componente de estimulación de la función ejecutiva se encuentra presente. Este está conformado por dos estaciones, cada una con sus respectivas actividades. En la estación #1 los juegos son: la rayuela y el tiro al blanco con retos y en la estación #2 los juegos son: la carrera del limón y la cuchara, la torre de vasos en equipo y los cromos. Una vez transcurridos 10 minutos, los equipos cambian de estación y el rally concluye cuando cada equipo realiza las actividades de las dos estaciones. Al terminar el rally, los participantes se dirigen a la otra aula para compartir una merienda.

Otra de las actividades consiste en reproducir una parte de la película Up: una aventura de altura y con base en esta, realizar una manualidad con la finalidad de promover la creatividad y las habilidades manuales de los participantes. Con esta actividad se inicia la evaluación y posteriormente se continúa al dividirse los participantes. Una de las facilitadoras realiza un conversatorio con las PAM y la otra, con las madres y niños(as), siguiendo la guía de preguntas. Finalmente, se realiza una actividad de cierre con motivo de graduación, en la cual se expresan palabras de agradecimiento y a modo de reconocimiento, se les brinda un certificado de participación a las personas adultas mayores y a los niños (as); además, a las mamás y a las adultas

mayores se les regala una rosa por la celebración del día de las madres. Por último, se realiza la canción de despedida denominada “La ronda de los conejos” y se comparte un almuerzo entre todos los que forman parte del programa.

3.2.3.2. Matriz Educativa

Título: Cierre de los encuentros intergeneracionales a través de la función ejecutiva y lo lúdico creativo.

Fecha: sábado 17 de agosto del 2019.

Duración: 165 minutos.

Población meta: 7 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 8 adultas mayores y 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años.

Coordinadoras: María José García Aguilar y Paula Solís Salas.

Lugar: Sala de ex-decanos de la Escuela de Estudios Generales de la Universidad Nacional.

Objetivo General: Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

Cuadro 3. Matriz de actividades III sesión

Contenido	Objetivo	Metodología	Tiempo	Materiales	Evaluación	Responsables
Actividad rompehielo: Canto jocoso Hipódromo	Generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as).	Inicialmente se dará la bienvenida a la III sesión de encuentros intergeneracionales. Posterior a esto, los niños, las niñas y las personas adultas mayores realizarán un círculo grande y la responsable de la actividad junto con la facilitadora se situarán en el centro	15 min	Recurso humano	Se evaluará por medio de la participación activa de los niños(as) y las personas adultas mayores y por medio del	-Desarrollo de la actividad: María José García. Paula Solís.

		<p>de este y se realizará un canto jocoso en el cual, la responsable de la actividad dará la instrucción de que todos deben de seguir la canción y las acciones después de ella. Posteriormente, se realizará la actividad del hipódromo, la cual consiste en realizar coordinaciones entre las palabras que se expresan y los movimientos que se realicen. La historia inicia contando que estamos en una carrera de caballos y que vamos a realizar movimientos según lo que vaya ocurriendo en la historia, en donde se diga carrera se deberá realizar un sonido al golpear las palmas de las manos en los muslos, cuando se diga vuelta a la izquierda se deberá realizar una leve inclinación del torso hacia la izquierda y elevar los brazos hacia</p>			<p>seguimiento de los movimientos y su coordinación con las palabras mencionadas.</p>	
--	--	--	--	--	---	--

		<p>la izquierda además de gritar “ehh”, de igual forma al lado derecho, además se utilizará la palabra “salto” y moverán los brazos en forma curva hacia el frente, posteriormente se mencionara la palabra foto y se hará la mímica de tomar una fotografía, y además se utilizará la palabra “saluda” y se hará la mímica de un saludo.</p> <p>Se realizará la actividad dando la seguidilla de palabras.</p>				
<p>Actividad #1: Dinámicas propuestas y lideradas por las PAM</p>	<p>-Emplear los talentos que poseen las PAM para estimular la función ejecutiva en los y las participantes.</p>	<p>Actividad liderada por Verde 1 PAM: Inicialmente, las PAM, los niños (as) y sus madres se sentarán formando un círculo. Posterior a esto, se reproducirá una canción y mientras la música suena los y las participantes deben ir pasándose el ovillo de lana, pero de manera que se forme una figura, por lo tanto,</p>	25 min	<p>Recurso Humano Ovillo de lana Parlante Música</p>	<p>Se evaluará por medio de la participación activa y del seguimiento de instrucciones por parte de los y las participantes.</p>	<p>-Da la indicación y desarrolla la actividad: Verde 1 PAM. Azul 2 PAM. -Observación no participante, toma del tiempo</p>

	<p>-Promover la creatividad y el liderazgo en la PAM.</p>	<p>antes de que un participante le pase el ovillo de lana a otro debe dejarse un pedazo de lana y lanzarlo a una persona que no tenga a la par, cuando la música se detenga se deja de pasar el ovillo y Verde 1 PAM compartirá un verso corto escrito por el mismo y así sucesivamente hasta que se haya formado la figura y Verde 1 PAM haya compartido al menos 3 de sus versos cuyas temáticas son niños, jóvenes, personas adultas mayores y día de las madres.</p> <p>Actividad liderada por Azul 2 PAM: Todos los participantes se mantendrán en el mismo círculo y Azul 2 PAM se va a situar en el centro de este y cantará una canción para todos los participantes. Posteriormente, se reproducirá una</p>				<p>y apoyo en la actividad si la PAM lo requiere:</p> <p>María José García.</p> <p>Paula Solís.</p>
--	---	---	--	--	--	---

		<p>canción y los niños(as) y las personas adultas mayores bailarán según el ritmo, una vez que la canción se detenga, deben seguir el paso propuesto por Azul 2 PAM, se volverá a reproducir la música y una vez que se detenga deben seguir de nuevo a Azul 2 PAM y así sucesivamente.</p>				
<p>Formación de pequeños grupos</p>	<p>-Tener un mejor manejo del grupo. -Asegurar que cada PAM y cada niño(a) tenga una experiencia individualizada y una participación activa dentro</p>	<p>-Con base en las tiras de colores dadas en el primer encuentro intergeneracional, los 20 participantes se dividirán en 4 equipos con un total de 5 participantes cada uno. - De manera breve las facilitadoras explicarán las actividades de cada estación.</p>	<p>5 minutos</p>	<p>Recurso humano Cintas de color rojo, azul, amarillo y verde Paletas de color rojo, azul, amarillo y verde</p>	<p>Se evaluará por medio de la atención a la hora de explicar las actividades y por medio del seguimiento de las instrucciones por parte de las PAM y los niños(as).</p>	<p>-Explica las estaciones y colabora con la formación de los equipos: María José García (equipo azul y equipo verde). Paula Solís (equipo rojo y equipo amarillo)</p>

	de cada actividad.					
Actividad #2: El rally de los juegos tradicionales	<p>-Fortalecer las relaciones intergeneracionales entre PAM y niños (as).</p> <p>-Estimular la función ejecutiva en los y las participantes por medio de juegos tradicionales.</p> <p>-Emplear la reminiscencia como parte de la estimulación.</p>	<p>El rally se encuentra compuesto por 2 estaciones distintas, por lo tanto, al ser 4 equipos se formarán 4 estaciones, pero dos equipos (cada uno por separado) estarán haciendo las actividades de la estación #1 y los otros dos equipos las actividades de la estación #2. Transcurridos 10 minutos los equipos cambian de estación y el rally concluye cuando cada equipo haya realizado las actividades de las dos estaciones.</p> <p>Estación #1:</p> <p>Actividad 1. Rayuela.</p> <p>En el piso se formará la estructura de la rayuela con cinta, los y las participantes del equipo deben formar una fila y por turnos cada</p>	20 min	<p>Para todas las estaciones:</p> <p>Cronómetro</p> <p>Silbato</p> <p>4 mesas</p> <p>4 manteles blancos</p> <p>4 manteles rosados</p> <p>Sillas</p> <p>Triángulo con el nombre y número de la estación</p>	Se evaluará por medio de la participación activa, del trabajo en equipo y del seguimiento de instrucciones por parte de las PAM y de los niños (as).	<p>-Entrega de materiales, observación no participante, toma del tiempo, aclaración de dudas y apoyo en la actividad si los y las participantes lo requieren:</p> <p>María José García (Equipo azul y equipo verde).</p> <p>Paula Solís (Equipo rojo y equipo amarillo)</p>

		<p>uno debe pasar la rayuela, esta sección finaliza hasta que todos hayan logrado cruzar al otro lado.</p> <p>Actividad 2. Tiro al blanco.</p> <p>En el piso se colocarán 4 hojas de diferentes colores (celeste, amarillo, verde y rosado), las cuales formarán un tablero. Desde cierta distancia y por turnos cada uno de los participantes debe tirar el saquito con el objetivo de que este caiga en alguno de los 4 colores y dependiendo del color en el que caiga, el participante debe cumplir un reto.</p> <p>-Celeste: Dentro de los retos de este color se encuentran: clasificar las paletas según su color e introducirlas en el recipiente por la abertura correspondiente, armar el rompecabezas, hacer bolitas de</p>		<p>Estación 1.</p> <p>4 hojas de color</p> <p>Cinta</p> <p>Un saquito</p> <p>Títulos:</p> <p>retos amarillos,</p> <p>retos verdes,</p> <p>retos celestes,</p> <p>retos rosados</p> <p>Recipiente con las paletas de colores</p> <p>Rompecabezas</p> <p>Cartón de huevos</p> <p>Plastilina</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>plastilina y colocarlas en el cartón de huevos con base en la secuencia propuesta y armar el tablero de figuras geométricas con base en la secuencia propuesta.</p> <p>-Amarillo: El o la participante debe cumplir el reto llamado “la caja sorpresa”, el cual consiste en cerrar los ojos y meter la mano en una caja, dentro de esta hay un objeto sorpresa y el o la participante debe adivinar cuál es el objeto.</p> <p>-Verde: El o la participante puede elegir entre bailar, cantar, contar un chiste, un refrán, usar los yoyos o jugar cromos.</p> <p>-Rosado: Dentro de los retos de este color se encuentran: ordenar y completar las secuencias, agrupar las imágenes según corresponda, armar las imágenes de animales,</p>		<p>Secuencia para el cartón de huevos</p> <p>Casilla para las figuras geométricas</p> <p>Figuras geométricas en cartulina</p> <p>Secuencia de figuras geométricas</p> <p>Caja grande con abertura</p> <p>Venda para los ojos</p> <p>Diferentes objetos:</p> <p>Peluche, zapatilla de</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>test de stroop, armar la palabra y completar el tablero de doble entrada.</p> <p>Estación #2:</p> <p>Actividad 1. La carrera del limón y la cuchara.</p> <p>Los y las participantes de cada equipo se colocarán formando una hilera, es decir, hombro con hombro, cada uno tendrá una cuchara plástica y al participante que encabeza la hilera se le dará un limón. La actividad consiste en pasar el limón al compañero de la par utilizando únicamente la cuchara, cada vez que él o la participante haya pasado el limón a su compañero debe trasladarse al final de la hilera, con el objetivo de ir moviéndose hasta llegar a la línea</p>		<p>ballet,</p> <p>concha de mar, flor, orejas de reno, ovillo de lana</p> <p>Parlante</p> <p>Yoyos</p> <p>Imágenes de ordenar y completar secuencias</p> <p>Test de stroop</p> <p>Imágenes de animales</p> <p>Tablero de doble entrada</p> <p>Figuras para completar el</p>		
--	--	---	--	---	--	--

		<p>de meta. La actividad finaliza cuando el último participante toca la línea de meta e introduce el limón en el vaso.</p> <p>Actividad 2. Torre de vasos en equipo.</p> <p>Los y las participantes del equipo deben trabajar en conjunto para armar una torre de 3 vasos, para lograr la actividad cada participante debe agarrar una de las tiras que se encuentran sujetas a la liga y deben comunicarse e idear la forma de armar la torre de vasos utilizando únicamente la liga.</p> <p>Actividad 3. Cromos.</p> <p>Por turnos cada uno de los y las participantes del equipo jugarán con los cromos, en esta actividad las PAM les enseñarán a los niños (as) como jugar.</p>		<p>tablero</p> <p>Dado con las figuras</p> <p>Dado con los colores</p> <p>Letras</p> <p>Estación 2.</p> <p>6 cucharas plásticas</p> <p>1 limón</p> <p>Línea de meta</p> <p>7 vasos plásticos</p> <p>1 hoja de color</p> <p>2 ligas con 5 tiras amarradas</p> <p>Cromos</p>	
--	--	--	--	---	--

<p>Break: Merienda</p>	<p>-Realizar una pausa de las actividades con la finalidad de que los y las participantes puedan descansar. -Escuchar la opinión sobre las actividades realizadas hasta ese momento como parte de la retroalimentación.</p>	<p>-Se repartirá la merienda a las PAM, niños (as), padres y madres. -Se procurará que en la merienda se sienten de forma que se integren las personas adultas mayores con los niños (as). -Durante la merienda, las facilitadoras conversarán con las PAM, niños (as), padres y madres para conocer su opinión sobre las actividades realizadas hasta el momento.</p>	<p>10 min</p>	<p>45 bananos Queque Cuchillo Percolador Café Leche delactomy Azúcar Sustituto de azúcar 12 jugos 1 refresco 45 vasos plásticos (se les pondrá el nombre para el almuerzo) Pilot permanente 30 vasos de café</p>		<p>-Brindar instrucciones y organización durante la merienda: María José García. Paula Solís. -Colaboración a la hora de repartir el refrigerio: Catalina Aguilar. Marissa Guillén. Selena Salas.</p>
-----------------------------------	---	--	---------------	--	--	--

				Dispensador con agua Servilletas Toallitas húmedas Mayordomo		
Actividad #3: Up: una aventura de altura	-Fomentar el trabajo en equipo entre las personas adultas mayores y los niños(as). -Promover la creatividad y las habilidades manuales de los participantes. -Evaluar el encuentro	-Inicialmente, se reproducirá una parte de la película. -Posterior a esto, se va a pegar una casa similar a la de la película Up: Una aventura de altura en la pared. -A cada uno de los equipos se les va a brindar un globo grande de cartulina y diferentes materiales como: papeles de colores, papel seda para realizar bodoquitos, pompoms, limpia pipas, pilots, lápices de color, entre otros; haciendo uso de estos materiales, deberán representar en el globo una parte de la película que les llamó la	25 min	Casa de UP Mecate Globos grandes de cartulina Pilots negros Pilots de colores Lápices de color Papel seda Hojas de colores Pedacitos de foam	Se evaluará por medio de la participación activa y del seguimiento de instrucciones por parte de los y las participantes.	-Entrega de materiales, observación no participante, toma del tiempo, aclaración de dudas y apoyo en la actividad si los y las participantes lo requieren: María José García (Equipo azul y equipo verde).

	intergeneracional a través de lo expresado en la manualidad.	atención, así como su experiencia a lo largo de los encuentros intergeneracionales. -Finalmente, cada uno de los globos se pegará superior a la casa, con la finalidad de observar cada una de las representaciones.		Pom-poms Limpia pipas 4 revistas Tijeras 4 gomas		Paula Solís (Equipo rojo y equipo amarillo)
Actividad de evaluación	-Evaluar el encuentro intergeneracional a través de lo expresado por los niños(as), sus padres y las PAM.	-El grupo se dividirá en niños(as) junto con sus padres y madres y en PAM por aparte para realizar la evaluación. Niños(as), padres y madres: -Se colocarán en un círculo junto con la facilitadora, quien les brindará a los niños(as) unas paletas con caritas de: feliz y triste. -Se realizarán diferentes preguntas sobre cómo se sintieron, de acuerdo con una guía, para las cuales deberán responder haciendo uso de las paletas.	15 min	10 paletas con carita feliz 10 paletas con carita triste Sabana Guía con preguntas Celulares para grabación de audio y vídeo		-Responsable de la evaluación con los niños(as): Paula Solís. -Responsable de la evaluación con las PAM: María José García.

		<p>-Finalmente, se les preguntará a los padres y madres lo que observaron y se les abrirá un espacio para que compartan su experiencia de manera breve.</p> <p>Personas adultas mayores:</p> <p>-Se realizará un grupo focal, donde se colocarán en círculo las PAM junto con la facilitadora.</p> <p>-Se realizarán unas preguntas de acuerdo con una guía.</p> <p>-Se abrirá un espacio donde las PAM pueden compartir su experiencia personal en el encuentro.</p>				
Graduación	Realizar un cierre en el cual se brinde un agradecimiento	<p>-Inicialmente, se expresarán unas palabras de agradecimiento por las facilitadoras.</p> <p>-Posteriormente, se llamará por su nombre a cada uno de los</p>	20 min	Certificados de participación Cámara		-Encargada de llamar a cada uno de los participantes y entregar los

	o y el reconocimiento por la participación a las personas adultas mayores, los niños(as) y sus madres.	participantes y se les brindará un certificado de participación, seguido de un aplauso. -Finalmente, en los equipos, se tomarán 5 fotos instantáneas con la finalidad de que cada participante se lleve su foto. -Además, se le dará una rosa a las madres y adultas mayores debido a la celebración del día de la madre.		instantánea 20 papелitos para fotografías 24 rosas		certificados: María José García. -Colaboración con la entrega de certificados y aplausos: Paula Solís. -Encargada de la toma y entrega de fotografías, además de brindarles la opción de colocar la fecha en estas: Paula Solís.
Actividad de cierre: Ronda de los conejos	-Realizar un cierre ameno y divertido de la sesión.	Las PAM y los niños (as) se colocarán formando un círculo y se reproducirá la canción de despedida titulada como “La ronda de los	5 min	Pista de la canción Parlantes Zanahorias	Se evaluará por medio de la participación activa, de la	-Desarrollo de la actividad: María José García.

	-Instaurar una rutina como parte del cierre de cada sesión que estimule la función ejecutiva en los y las participantes.	conejos”, ante lo cual deben seguir las acciones que dice la canción.		de fieltro	realización de las acciones y del lenguaje corporal tanto de las PAM como de los niños (as).	Paula Solís.
Almuerzo	-Realizar un cierre ameno de los encuentros intergeneracionales.	-Se repartirá el almuerzo a las PAM, niños (as), padres y madres. -Se procurará que en este se sienten de forma que se integren las personas adultas mayores con los niños (as).	25 min	Arroz con pollo Frijoles molidos Papas tostadas Ensalada Aderezo Postre Paquetes de té frío Pichel		-Brindar instrucciones y organización durante el almuerzo: María José García. Paula Solís. -Colaboración a la hora de repartir el almuerzo:

				45 vasos plásticos utilizados previamente 45 platos plásticos 45 tenedores 45 cubiertos 45 cucharitas Servilletas		Catalina Aguilar. Marissa Guillén. Selena Salas.
--	--	--	--	---	--	---

Fuente: Elaboración propia.

Referencias Bibliográficas

1. Sánchez M, Díaz P. Los programas intergeneracionales. En: Pinazo S, Sánchez M. Gerontología, Actualización, Innovación y Práctica. Madrid: Pearson Prentice-Hall; 2005. p.393-430.
2. Organización Mundial de la Salud (OMS). who [Internet]. La salud mental y los adultos mayores; 2017 [citado 22 Sep 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>
3. Instituto Nacional de Estadística y Censos. Estimaciones y proyecciones de población por sexo y edad 1950-2050 [Internet]. 1 ed. San José: INEC; 2013 [citado 22 Sep 2018]. Disponible en: https://www.inec.cr/sites/default/files/documentos/poblacion/estimaciones_y_proyecciones_de_poblacion/publicaciones/replancev1950-2050-01.pdf
4. Gutiérrez M, Hernández D. Los beneficios de los programas intergeneracionales desde la perspectiva de los profesionales. Revista interuniversitaria [Internet]. 2013 [citado 22 Sep 2018]; 21: 213-235. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1350/135029517010.pdf>
5. Papalia E, Feldman R, Martorell G. Desarrollo Humano. 12ma. ed. México: McGrawHill Education; 2012.
6. Gómez M. El aprendizaje en la tercera edad: Una aproximación en la clase de ELE [Internet]. 2008 [citado 22 Sep 2018]. Madrid: Universidad Nebrija. Disponible en: <http://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:e97390a9-c2f9-4c0d-bff1-e57f7cb5194a/2009-bv-10-13gomez-bedoya-pdf.pdf>
7. Binotti P, Spina D, Barrera M, Donolo D. Funciones ejecutivas y aprendizaje en el envejecimiento normal: Estimulación cognitiva desde una mirada psicopedagógica. Revista chilena de neuropsicología [Internet]. 2009 [citado 22 Sep 2018]; 4 (2): 119-126. Disponible en: http://www.med.ufro.cl/neurociencia/images/02-2009/binotti_vol4_n2_119-126.pdf
8. Murillo M. La metodología lúdico creativa: una alternativa de educación no formal [Internet]. 1996 [citado 10 Oct 2018]. Disponible en: <http://www.waece.org/biblioteca/pdfs/d098.pdf>

9. Pérez Yglesias M. Estrategia lúdico creativa: Al conocimiento y la educación por el placer. *Rev Educ* [Internet]. 2010 [citado 10 Oct 2018]; 34(1):55–72. Disponible en: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/497/499>
10. Unfried J. La pedagogía lúdico creativa. En: *Talleres lúdico creativos*. San José: Editorial Universidad de Costa Rica; 2009.
11. Domínguez Chavira C. La lúdica: una estrategia pedagógica depreciada. Colección Reportes Técnicos Investig [Internet]. 2015 [citado 10 Oct 2018]; 27: 7-24. Disponible en: <http://www3.uacj.mx/DGDCDC/SP/Documents/RTI/2015/ICSA/La%20ludica.pdf>
12. Diamond A. Why improving and assessing executive functions early in life is critical. En: Griffin JA, McCardle P, Freund LS, editors. *Executive Function in Preschool-Age Children*. 1st ed. Washington, Estados Unidos: American Psychological Association; 2016. p. 11–26.
13. Bausela Herreras E. Funciones ejecutivas: nociones del desarrollo desde una perspectiva neuropsicológica. *Acción psicol* [Internet]. 2014 [citado 11 Dic 2019]; 11(1):21-34. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2014000100003&lng=es
14. Bierman KL, Torres M. Promoting the development of executive functions through early education and prevention programs. En: Griffin JA, McCardle P, Freund LS, editors. *Executive Function in Preschool-Age Children*. 1st ed. Washington, Estados Unidos: American Psychological Association; 2016. p. 299–320.
15. Escarbajal de Haro A, Belchí Romero G, Martínez de Miguel López S. Educación intergeneracional y educación social. En: Martínez de Miguel López S, Moreno Abellán P, Escarbajal A, editors. *Envejecimiento activo, programas intergeneracionales y educación social* [Internet]. Madrid, España: DYKINSON. 2017 [citado 15 Oct 2018]; p. 51–80. Disponible en: <https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=ZehGDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=Envejecimiento+activo,+programas+intergeneracionales+y+educaci%C3%B3n+soci al+2017&ots=MRsUBMuCIW&sig=plpypJqxMhpZtxEYcK1ZCAw8YEI#v=onepage&q=Envejecimiento%20activo%2C%20programas%20intergeneracionales%20y%20educaci%C3%B3n%20social%202017&f=false>

16. Moreno Abellán P, Martínez de Miguel López S, Salmerón Aroca JA. Los programas intergeneracionales. En: Martínez de Miguel López S, Moreno Abellán P, Escarbajal A, editors. Envejecimiento activo, programas intergeneracionales y educación social [Internet]. Madrid, España: DYKINSON. 2017 [citado 15 Oct 2018]; p. 81–9. Disponible en:

<https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=ZehGDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=Envejecimiento+activo,+programas+intergeneracionales+y+educaci%C3%B3n+social+2017&ots=MRsUBMuCIW&sig=plpypJqxMhpZtxEYcK1ZCAw8YEI#v=onepage&q=Envejecimiento%20activo%2C%20programas%20intergeneracionales%20y%20educaci%C3%B3n%20social%202017&f=false>

García Aguilar MJ, Solís Salas PM.

Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica, 2020.



4.3. Resultados de la fase de ejecución

En esta sección se desarrolla el tercer objetivo específico de la presente práctica dirigida, el cual corresponde a implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.

Cabe resaltar que durante la implementación del PROIEEFE la teoría de Imogene King constituyó un pilar esencial, ya que los encuentros intergeneracionales están fundamentados en “Una teoría para el logro de los objetivos” en la cual, dos personas, quienes no se conocían, se organizan para ayudar y ser ayudados a conservar un estado de salud que permita el desempeño de los diferentes roles. En esta teoría se describen las interacciones entre el profesional en enfermería y la persona con el fin de establecer objetivos mutuos, los cuales se basan en las preocupaciones, problemas, condiciones de salud y percepciones de las personas y al fin, ponerse de acuerdo en cuanto a los medios necesarios para alcanzar las metas propuestas.⁴⁷ En este caso, el medio corresponde a los encuentros intergeneracionales y la meta es la estimulación de la función ejecutiva.

Además, debido a la extensión del programa este se dividió en 3 sesiones. A continuación, se desarrolla el contenido de cada sesión y el análisis de los resultados obtenidos.

4.3.1. Primera sesión: “Compartiendo entre generaciones a través de la introducción a la función ejecutiva”

4.3.1.1. Contenido de la sesión

La primera sesión fue llevada a cabo el sábado 20 de julio del 2019, la cual tuvo una duración de 120 minutos y se contó con la participación de 7 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 8 adultas mayores y 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años, por lo que asistieron el total de los participantes. Este encuentro fue realizado en las aulas 104, 105 y 106 del cuarto piso de estudios generales de la Universidad Nacional, lo que facilitó un adecuado desarrollo de las actividades y el disfrute pleno de los y las participantes, ya que al contar con un espacio amplio se logró un clima lúdico y una mayor variedad de dinámicas.

Inicialmente, se le dio la bienvenida a los participantes, madres y padres y se les entregó la hoja de asistencia junto con los gafetes. Luego se les explicó el consentimiento informado y se les brindó un espacio para leer y firmar. Ahora bien, para comenzar el taller se realizó un canto jocoso

con el objetivo de generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as), en el cual cada participante mencionaba su nombre unido a un movimiento.

A partir de lo anterior, es importante recalcar que las actividades rompe-hielo se desarrollan con el objetivo de crear un vínculo entre las personas, para que se sientan parte de un grupo y no como individuos aislados a la hora de enfrentarse a su proceso de aprendizaje. Este tipo de dinámicas tienen en cuenta la influencia de los factores afectivos y se suelen llevar a cabo durante el primer contacto. Asimismo, tienen gran importancia ya que crean un ambiente ameno, hacen que los participantes y facilitadores se sientan cómodos y con disposición para compartir experiencias en común, ayudan a que las personas se conozcan entre ellas, facilitan el intercambio de aspectos de la personalidad de todos los individuos, contribuyen a que se libere la tensión, la aprensión, el estrés o los miedos con los que pueden llegar, permiten la obtención de información sobre el resto de participantes de forma consciente e inconsciente y permiten una interacción fundamental entre los facilitadores y participantes.⁶⁵

Por otro lado, con relación a los cantos jocosos realizados, se tomó en cuenta que las canciones y las rimas, son una forma socialmente atractiva, lúdica y apropiada para el desarrollo, ya que permite que las personas escuchen, identifiquen, manipulen y experimenten con los diferentes sonidos⁶⁶, incluso generan un sentimiento de felicidad, por lo que fomentan la comunicación y contribuyen al desarrollo cognitivo y lingüístico desde edades tempranas.⁶⁷

Además, la combinación de actividades táctiles-kinestésicas en las que el lenguaje se explora, manipula y experimenta intencionalmente dentro del contexto de los cantos, mejora la conciencia fonológica, la sensibilidad a la rima y los fonemas, y puede estimular el desarrollo de habilidades fonológicas. Este desarrollo de habilidades contribuye a la capacidad de leer y tiene efectos positivos en la lectura y la ortografía.⁶⁷

La segunda actividad de este encuentro se denominó “Simón dice con colores”, en la cual a cada participante se le asignó un color para de esta manera conformar los equipos que se mantendrían a lo largo de todas las sesiones, esta dinámica consistió en seguir diversas instrucciones según el color del equipo. Seguidamente, se realizó la actividad del paracaídas, en la cual los participantes debían trabajar en equipo y, según la indicación, movilizar la pelota en la dirección correcta dentro del paracaídas.

En ambas actividades se tenían que seguir instrucciones, por lo que se engloban dentro de una de las tareas de la función ejecutiva la cual se denomina tarea de resistencia a la interferencia²⁶, ya

que a pesar de que en ambas actividades los y las participantes contaban con varios estímulos, sobre todo ambientales, debían cumplir con la indicación específica, fortaleciendo así uno de los puntos claves de la función ejecutiva.

Además, en actividades de este tipo se debe tomar en cuenta que para obtener un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje en el caso del niño(a) se deben utilizar instrucciones relativamente cortas que no incluyan pasos de una sola vez³⁵ y con las personas adultas mayores, hay que considerar variables que influyen en ese proceso, tales como: las alteraciones en la percepción sensorial, motivación, tiempo de respuesta, nivel de energía física y mental y la memoria, por lo que la información se debe ofrecer en pequeñas cantidades y hacer uso de la repetición para favorecer la fijación del conocimiento.⁴⁰ En ambas poblaciones los encuentros intergeneracionales orientados a estimular la función ejecutiva, permiten forjar/ fortalecer esas capacidades y construir un adecuado aprendizaje.

Continuando con el programa del día se realizó una pausa de las actividades y se le brindó una merienda a cada participante, en la cual se procuró que se integraran las PAM con los niños(as). Con respecto a esto, es importante lograr un equilibrio y tomar en cuenta que, en el caso de los niños(as) de edad temprana, sus niveles de atención, la rapidez y la eficiencia en el procesamiento de la información aumenta⁷ y en contraparte, una menor capacidad de atención y el deterioro en la función cognitiva pueden afectar los procesos de aprendizaje en la persona adulta mayor.³⁶

Por lo tanto, el nivel de energía es un aspecto clave para el proceso, por lo que se recomienda que las sesiones educativas permitan períodos de descanso si es necesario, con el fin de que la persona mantenga los niveles adecuados de energía, favoreciendo así el logro de los objetivos educativos y de salud.⁴⁰ Cada actividad duró un máximo de 20 minutos y se realizó un receso de 25 minutos, por lo que el tiempo efectivo de la sesión fue de 90 minutos. La duración de una sesión de este tipo debe oscilar entre los 30 y los 90 minutos, pero puede variar según las tareas/actividades que componen la sesión y de las habilidades físicas y cognitivas de la población.²⁶

Una vez finalizado el receso los participantes formaron pequeños grupos según el color de su equipo, se les brindó tarjetas de animales y una banda para la cabeza; la actividad consistía en que por turnos cada participante debía adivinar el animal de la tarjeta que tenía con base en las dramatizaciones realizadas por sus compañeros de equipo.

A partir de esto, es de gran importancia tomar en cuenta el juego, ya que este contribuye a consolidar cada uno de los dominios relacionados con el desarrollo, debido a que, por medio de

este, las personas estimulan sus sentidos, ejercitan sus músculos, coordinan la visión con el movimiento, obtienen un mayor dominio sobre su cuerpo, les permite la toma de decisiones y adquieren nuevas habilidades.⁷

En este caso, al emplear las “charadas” como una actividad de la sesión, se hace referencia al juego dramático o juego de roles, el cual implica objetos, acciones o papeles imaginarios, los cuales son funciones simbólicas que comienzan a surgir durante el segundo año de vida. Este tipo de juego implica una combinación de cognición, emoción, lenguaje y conducta sensoriomotora, lo que permite el desarrollo de las conexiones densas en el cerebro, así como la capacidad posterior para el pensamiento abstracto.⁷

Los juegos de rol tienen como objetivo final aparte de la diversión, la victoria de un jugador con relación a los demás participantes, por lo que se sustituye la concepción de competición por la de colaboración debido a que los jugadores además de interpretar a los personajes tienen la responsabilidad de cumplir con una misión. Por lo tanto, los juegos de rol, tienen como característica crucial, que no hay triunfadores o perdedores sino grupos o equipos, que permiten el desarrollo de relaciones sociales, en este caso, relaciones intergeneracionales, a través de los diferentes equipos de colores.⁶⁸ Asimismo, el juego dramático permite entrenar las habilidades de la función ejecutiva, debido a que se requiere que los participantes permanezcan en el papel que le corresponde y de este modo, inhiben su propio comportamiento.⁶⁹

Finalmente, se dividieron los participantes para realizar la evaluación, una de las facilitadoras realizó un conversatorio con las PAM y la otra, con las madres y niños(as), siguiendo una guía de preguntas, para de esta manera adaptarse a las características de cada población. Dichas evaluaciones fueron grabadas en audio y vídeo con la finalidad de analizar los resultados obtenidos tomando en cuenta tanto las expresiones verbales como no verbales. Esto es fundamental ya que el lenguaje de los y las participantes, permite la comunicación con los demás al enviar y recibir mensajes.

Además, cabe resaltar que existen dos tipos de comunicación, la verbal también conocida como comunicación oral, hace referencia a la capacidad de utilizar la voz con el objetivo de expresar lo que se siente o se piensa a través de las palabras; y la comunicación no verbal, se encuentra vinculada con los gestos y todos los recursos de expresión de movimientos, los cuales forman parte de lo que inconscientemente acompaña a las palabras.⁷⁰ Ambos tipos de comunicación son de vital

importancia para el análisis de las sesiones, ya que con cada uno se expresan distintas cosas y aún más al estar trabajando con población infantil.

Por último, se realizó una canción de despedida denominada “La ronda de los conejos” con la finalidad de instaurar una rutina como parte del cierre de cada sesión. Esto constituye un elemento muy valioso, ya que al ser parte del cierre de cada sesión permite que los y las participantes reciban estimulación al aprender la letra y en posteriores sesiones poner a prueba y seguir potenciando la memoria a largo plazo y el uso del lenguaje.⁷¹

Además, constituye un aspecto clave dentro del programa ya que la música es una forma de estimulación sensorial y cognitiva, el canto permite desarrollar la capacidad lingüística, tanto en la comprensión como en la expresión y el baile genera una importante estimulación psicomotriz.⁷¹

4.3.1.2. Análisis de resultados previstos según los objetivos planteados

Inicialmente, cabe resaltar que los objetivos para esta sesión fueron los siguientes:

- Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
- Generar un ambiente ameno donde se promueva el trabajo en equipo y se estimule la función ejecutiva en las PAM y los niños (as).
- Evaluar el primer encuentro intergeneracional a través de lo expresado por los niños (as), sus mamás y las PAM.

Ahora bien, los resultados obtenidos en esta sesión se presentan a continuación:

4.3.1.2.1. Actitudes sobre el programa de actividades de la primera sesión

Se implementó el programa de actividades planificado, sobre este se obtuvo una respuesta muy positiva, lo cual se evidencia en las siguientes frases expresadas por las personas adultas mayores y las madres de los niños(as):

“Muchas gracias por tomarme en cuenta, disfruté enormemente” (Azul 1 PAM)

“Rojo 3 al principio estaba demasiado tímido, pero ya con el juego de la tela ahí ya se desenvolvió completamente” (Mamá Rojo 3) (Todas las madres agregaron que a sus hijos (as) les sucedió igual)

“Más bien se emocionaron demasiado” (Mamás)

Esa respuesta tan positiva se logró por medio del uso de la metodología lúdico- creativa, en la cual las actividades lúdicas, la creatividad y el juego se convierten en las mejores herramientas para sentir, conocer y expresar, encontrando así un vínculo entre el disfrute propio y el compartido³⁰, esto se visualiza en la figura 3, en la cual se muestra a una participante adulta mayor riendo durante la actividad de las charadas y a un niño aplaudiendo al adivinar el animal de la tarjeta.



Figura 3. Juego de “charadas” durante la primera sesión

Asimismo, la creación de estos espacios y el uso de esta metodología es de vital importancia para fortalecer la expresión y donde por medio de múltiples actividades los niños y los adultos se divierten con espontaneidad, al mismo tiempo que se descubren y estructuran como personas. En síntesis, la metodología lúdico-creativa es un espacio de socialización creativo, un proceso educativo no formal, una forma de aprendizaje, desarrollo, socialización y convivencia²⁸, lo que

se visualiza en la figura 4 al mostrar al equipo amarillo socializando y desarrollando la actividad en conjunto.



Figura 4. Equipo amarillo jugando “charadas” durante la primera sesión

Finalmente, cabe resaltar que con el uso de esta metodología los y las participantes disfrutaban, pero a la vez aprenden, lo cual se evidencia en la frase expresada por un adulto mayor del programa:

“Bueno a mí me pareció muy interesante, se aprende mucho, se aprende demasiado”

(Amarillo 2 PAM)

4.3.1.2.2. Cohesión de grupo durante la primera sesión

A pesar de ser la primera sesión los equipos tuvieron una adecuada cohesión y trabajaron en equipo durante las actividades orientadas a la estimulación de la función ejecutiva.

Inicialmente, cabe resaltar que una característica fundamental de los programas intergeneracionales es que involucran a múltiples generaciones incluyendo por lo menos dos generaciones no adyacentes y sin lazos familiares¹, por lo que, al iniciar esta práctica, la población adulta mayor y la población infantil no se conocían, lo que se evidencia en la figura 5 donde se muestra a dos adultas mayores y a una niña conociéndose por primera vez.



Figura 5. Merienda durante la primera sesión

De lo anterior radica la importancia de este tipo de programas ya que con el envejecimiento poblacional se dará la presencia simultánea de personas de diversas generaciones, cuyas relaciones se encuentran condicionadas por el contexto, la historia y la cultura.⁴¹

Por esto, los encuentros intergeneracionales son una oportunidad para que por medio del trabajo en equipo se compartan habilidades, conocimientos y experiencias entre ambas generaciones.¹ Como en el caso de una adulta mayor, quien compartió con los niños(as) su creatividad y habilidad para narrar cuentos, lo que se muestra en la figura 6.



Figura 6. Cuento improvisado durante la primera sesión

No obstante, se debe hacer énfasis en que la construcción de estas relaciones es un proceso paulatino pero que por medio de actividades cooperativas y significativas para ambas generaciones se va construyendo, como en la figura 7 en la que se muestra al grupo rojo trabajando en equipo durante la actividad de charadas.



Figura 7. Equipo rojo jugando “charadas” durante la primera sesión

Finalmente, el disfrute y la satisfacción de conocerse también se evidencia en las siguientes frases expresadas por una persona adulta mayor y dos niños (as):

“Ahora la experiencia aquí con los niños fue muy beneficiosa porque me sentí muy bien con ellos verdad” (Rojo 2 PAM)

“Sí, yo quiero venir a compartir con los señores” (Rojo 5 N)

“Mi parte favorita fue estar con las personas mayores” (Verde 4 N)

4.3.1.2.3. Evaluación de la primera sesión

De la evaluación realizada se cumplió el objetivo debido a que surgieron aspectos importantes para analizar en la discusión y permitió desarrollar recomendaciones para las próximas sesiones.

La evaluación es la etapa final del proceso de enfermería, la cual se define como un proceso sistemático y continuo mediante el cual se determina si se han alcanzado los resultados establecidos en los objetivos y al mismo tiempo nos indica si las actividades deben modificarse.³ En ambas evaluaciones se obtuvo una respuesta muy positiva, especialmente en la evaluación con los niños (as) ya que el total de estos manifestaron a través de la elección de la paleta de carita feliz que se sintieron felices durante el encuentro intergeneracional, lo que se evidencia en la figura 8.

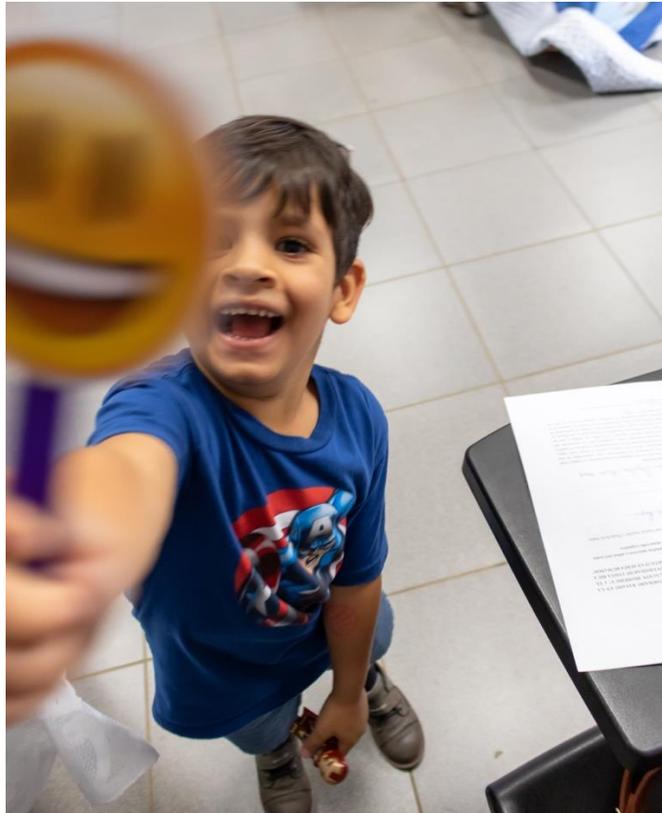


Figura 8. Evaluación de la primera sesión

4.3.1.2.4. Recuerdos que surgen a partir del primer encuentro intergeneracional

Este encuentro generó que la mayoría de los participantes adultos mayores recordaran su infancia y la de sus hijos(as) y que además lo relacionaran con el hecho de ser abuelos y abuelas. El resultado anterior se evidencia por las siguientes frases expresadas por las personas adultas mayores:

“Estar con ellos casi que fue un flashback verdad, a esa infancia, a esa infancia en que todavía son de uno, que uno puede jugar” (Azul 1 PAM)

“Me siento bien verdad, muy contenta de ver que puede uno ayudar y feliz porque pasa uno a vivir aquella época verdad, o sea me refiero a que uno tiene que adaptarse a los chiquillos, volver a ser chiquillo” (Amarillo 3 PAM)

“Es lindo porque uno convive con ellos y pasa tiempo que se le fue a uno así (chasquea los dedos) y aprende mucho uno y recuerda más que todo el tiempo de uno cuando uno jugaba” (Amarillo 1 PAM)

Como se mencionó anteriormente, las actividades realizadas llevaron a las PAM a recordar su infancia, lo que se vincula con diferentes aspectos de la terapia de Reminiscencia, la cual se define como la utilización de eventos pasados, sentimientos y pensamientos para facilitar el placer, la calidad de vida o la adaptación a las circunstancias actuales.⁷² Asimismo, esto permite el mantenimiento de la memoria a largo plazo y refuerza la identidad personal de cada uno, al recordar hechos personales vividos en su pasado.⁷³

Otro punto importante a discutir es que el juego no solo compete y beneficia al niño ya que el adulto también enriquece su visión del mundo y encuentra nuevas formas de expresar sus opiniones y sentimientos.²⁸ Además, el juego es una actividad imprescindible para la evolución cognitiva, comunicativa, afectiva y social de todo ser humano.³¹ Por lo tanto, esa relación entre generaciones promovida por el juego genera un puente que conecta ambos mundos, produciendo beneficios tanto en uno como en el otro.²⁸ En las figuras 9 y 10 se muestra cómo las personas adultas mayores también pueden disfrutar del juego.



Figura 9. Integrante del equipo azul en la actividad de “charadas” durante la primera sesión



Figura 10. Integrante del equipo rojo en la actividad de “charadas” durante la primera sesión

Por otro lado, este encuentro intergeneracional generó que las PAM relacionaran el hecho de compartir con niños con su papel como abuelas y abuelos, lo cual se evidencia en las siguientes frases expresadas por dos adultas mayores del programa:

“Venía preocupada porque yo no tengo nietos” (Rojo 1 PAM)

“Yo venía muy preocupada porque yo no soy una abuelita muy cariñosa” (Rojo 2 PAM)

Con respecto a esto, como fue mencionado anteriormente el envejecimiento poblacional constituye uno de los mayores triunfos de la humanidad y a la vez uno de los mayores desafíos ya que trae consigo implicaciones políticas, culturales, económicas y sociales, por ejemplo, la introducción de cambios en las relaciones familiares, ya que al tener una mayor esperanza de vida las relaciones intergeneracionales tienen una mayor duración, permitiendo así que los abuelos y abuelas vean a sus nietos atravesar varias etapas del ciclo vital, incluso hasta la edad adulta.⁷⁴

La construcción de esas relaciones de larga duración entre abuelos y nietos genera un impacto positivo en ambas partes, sobre todo si se tiene una participación en el cuidado de los nietos.⁷⁴ Durante este encuentro la mayoría de las personas adultas mayores vincularon de alguna manera la experiencia con tener o no nietos y su relación con ellos(as), lo que puede estar relacionado con lo expresado por los autores anteriores debido al papel que cumplen los nietos en la vida de los abuelos y viceversa, influyendo a su vez en la manera en que las personas adultas mayores visualizan a los niños.

4.3.1.2.5. Sentimientos positivos generados en las PAM a partir de las actitudes de los niños (as)

Las personas adultas mayores se sintieron valoradas, integradas, respetadas, escuchadas y queridas por parte de los niños(as). En la fotografía 11 se muestra a un niño y a una niña conversando cada uno con una persona adulta mayor.



Figura 11. Tiempo libre durante la primera sesión

Relacionado con esto, es importante tomar en cuenta que las PAM se sienten más satisfechas cuando tienen mayor actividad y participación ya que esto desplaza los sentimientos de exclusión y aislamiento³⁸ y está vinculado con el principio de utilidad ya que al continuar aportando algo a los demás, se refuerza positivamente el autoconcepto.³⁹

Por lo tanto, tras participar activamente en el encuentro las PAM vivenciaron algunos de los beneficios de compartir con niños(as) en este programa, entre ellos: aumento de la autoestima¹, el intercambio de ideologías, valores, conocimientos y experiencias entre los distintos grupos, lo que permite la disminución de estereotipos y prejuicios¹⁵ y el reconocimiento social a través de sus experiencias vividas, como participación y aporte a otras generaciones de un legado cultural y tradicional valioso.¹

Finalmente, el resultado anterior también se evidencia por las siguientes frases expresadas por las personas adultas mayores:

“Pueden compartir con uno, que nosotros los mayores les podemos decir cosillas”

(Azul 1 PAM)

“Sí, entonces nos pusieron atención verdad, nos pusieron atención (risas)” (Rojo 2 PAM)

“Todo esto es para mí como una inyección de aliento” (Verde 1 PAM)

4.3.1.2.6. Aprendizaje mutuo

Los y las participantes identificaron que por medio del programa intergeneracional ambas poblaciones aprenden una de la otra al tener aspectos en común. Este resultado se evidencia por las siguientes frases expresadas por las personas adultas mayores:

“Hay mucha diferencia de edad entre estos bebés, estos chicos y nosotros, pero tenemos como dice María José muchas cosas en común, ellos pueden subir a nuestro nivel y nosotros bajar al nivel de ellos y compartir y disfrutar esos ratos” (Azul 1 PAM)

“Ve uno que es accesible, porque a veces uno cree que no se puede relacionar verdad por la diferencia tan grande de edades” (Amarillo 2 PAM)

*“Sí, sí tienen muchas cosas en común y uno aprende y ellos aprenden de uno”
(Amarillo 2 PAM)*

Efectivamente, ambas poblaciones tienen aspectos en común, lo que se enmarca en el concepto “comunidad de generaciones”, el cual está basado en la idea de que cada generación, aunque esté separada por marcos socio temporales y experienciales distintos, tienen elementos en común dentro del conjunto del ciclo vital del que forman parte.⁷⁵

Por ejemplo, con relación al aprendizaje los niños (as) aprenden a través de la internalización de las interacciones con las personas adultas, este aprendizaje en conjunto, el cual se da de forma interactiva, es una manera eficaz para que los niños atraviesen la zona de desarrollo próximo (ZDP), la cual es una brecha entre lo que ya son capaces de hacer y saber y lo que pueden hacer o saber con ayuda. Asimismo, con la finalidad de promover el progreso cognoscitivo de los niños se

utiliza el andamiaje, el cual se define como la asistencia de apoyo que brinda un compañero de interacción con mayor experiencia⁷, en este caso, puede ser la persona adulta mayor.

Ahora bien, con relación al aprendizaje en la población adulta mayor, cabe resaltar que estas pueden aprender y enseñar durante toda su vida³⁸, y al igual que los niños, el desarrollo de las relaciones sociales, el aprender con otros y con ayuda de los otros es fundamental.⁸ En síntesis, las PAM y los niños(as) tienen en común que se complementan y se les es fácil convivir para el aumento de los saberes.¹

Otro aspecto que las PAM y los niños(as) de la primera infancia tienen en común es la importancia de estimular la función ejecutiva, por eso esto forma parte de los ejes centrales de la práctica dirigida. La importancia radica en que las funciones ejecutivas comienzan a surgir durante la infancia cerca del final del primer año de vida y se van desarrollando conforme aumenta la edad⁷ y en el caso de la PAM, debido a los cambios que van apareciendo a lo largo de su vida³⁷, las funciones ejecutivas se pueden ver afectadas. Por lo tanto, es fundamental estimular la función ejecutiva en esos momentos ya que son claves para construir/ fortalecer su efecto a lo largo de toda la vida.

Por otro lado, este encuentro permitió que ambas poblaciones se conocieran y crearan sus percepciones. Esto se evidencia por medio de las siguientes frases expresadas por dos personas adultas mayores, quienes se refieren positivamente acerca de los niños(as) y de lo que pueden aprender de ellos(as):

“La experiencia está muy bonita en el sentido de que la fiabilidad de ellos, la sociabilidad, son muy sonrientes, hacen amistad fácilmente, en cambio al adulto nos cuesta a veces más este crear ese estado de comunicación más flexible, eso es lo que aprendí, me gustó la actividad”

(Rojo 1 PAM)

“Yo creo que de ellos aprendemos la inocencia que tienen, la sinceridad porque ellos son muy sinceros, ellos se expresan y dicen lo que sienten, entonces hay que cuidarlos”

(Amarillo 1 PAM)

Por lo tanto, este resultado permite visualizar un beneficio de los programas intergeneracionales, el cual corresponde a la promoción de un mayor conocimiento y comprensión entre las generaciones más jóvenes y las mayores.¹

4.3.2. Segunda sesión: “Construyendo una experiencia intergeneracional a través de la función ejecutiva”

4.3.2.1. Contenido de la sesión

La segunda sesión fue llevada a cabo el sábado 3 de agosto del 2019, tuvo una duración de 125 minutos; pero el tiempo efectivo de las actividades fue de 90 minutos. Se contó con la participación de 6 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 8 adultas mayores y 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años, por lo que asistieron el 95% del total de los participantes. Este encuentro fue realizado en las aulas 104, 105 y 106 del cuarto piso de estudios generales de la Universidad Nacional.

Inicialmente, se le dio la bienvenida a los participantes y a las madres y se les entregó la hoja de asistencia junto con los gafetes y cintas del color de su equipo. Como primera actividad de la sesión, con el objetivo de generar un ambiente ameno y de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as), se realizaron dos cantos jocosos, en los cuales debían seguir la canción y las acciones que hacía la facilitadora, como se mencionó anteriormente este tipo de actividades fomentan los vínculos y además son atractivas, lúdicas y apropiadas para el desarrollo.

Posterior a esto, tomando como base las cintas de color, los participantes se dividieron en su respectivo equipo y con la finalidad de que se comprendieran adecuadamente las instrucciones, las facilitadoras explicaron en pequeño grupo las actividades de cada estación del rally. Esta acción es apoyada teóricamente por un estudio, donde se detalla que la mayor parte de los educadores consideran que el pequeño grupo es un factor clave para el aprovechamiento, sobre todo en los primeros años de infancia.⁷⁶

Las actividades en pequeño grupo usualmente se realizan con 4 y 5 personas, lo que trae consigo diferentes beneficios tanto a los participantes como a los facilitadores. Entre estos se encuentran: escucharse activamente el uno al otro, lo que permite prestar más atención a las instrucciones brindadas y al tema a discutir; compartir ideas, recursos y evacuar dudas; comentar activamente sobre las ideas de otros, tomar decisiones de forma democrática y fomentar el desarrollo de las interacciones sociales.⁷⁶

Ahora bien, la dinámica principal de esta sesión consistió en un rally cuya finalidad es exponer a los participantes a diversas dinámicas que están distribuidas en estaciones, las cuales se deben desarrollar y vencer en equipo. Comúnmente, los rallies se caracterizan por ser realizados en zonas amplias y al aire libre, sin embargo, en ocasiones no existe suficiente espacio o las condiciones

climáticas impiden su realización, por esto se crea una variación. El rally-salón cuenta con varias características de un rally pero con ciertas particularidades como el espacio, al no ocupar tanto para las estaciones, además se diferencia porque usa actividades tanto físicas como pasivas que si bien son físicamente más tranquilas, son mentalmente muy activas.⁷⁷

Asimismo, esta variación del rally es ideal como parte del programa de actividades debido a que permite que los participantes disfruten, compartan y aprendan ya que, al hacer uso de habilidades y destrezas para completar las estaciones, fortalecen el área físico-motor, el área socio emocional y el área cognitiva y a su vez, promueve valores, imaginación, comunicación, confianza, trabajo en equipo, cohesión grupal, relaciones interpersonales, entre otros. El rally-salón realizado durante esta segunda sesión estuvo conformado por cuatro estaciones y dentro de cada una de ellas, se realizaron pequeñas dinámicas, lo que concuerda con la teoría ya que un rally debe estar conformado por varias estaciones, en las cuales se deben cumplir con cada actividad para avanzar a la siguiente y deben ser cortas.⁷⁷

Cabe resaltar que cada equipo inició en una estación distinta pero cada 15 minutos rotaron a otra estación hasta que cada grupo completara las cuatro estaciones del rally. Debido a su extensión, una vez que cada equipo completó dos de las estaciones, se hizo el receso para la merienda y luego se continuó con las otras dos; ya que como se mencionó anteriormente es vital los períodos de descanso para preservar los niveles de atención, concentración y energía en cada uno de los participantes.

Con respecto a las estaciones, en la #1 se realizó la actividad del Jenga con retos. El Jenga es un juego de habilidad física y cognitiva en el que los jugadores se turnan para eliminar un bloque de una torre construida con 54, con la condición de que cada bloque eliminado se coloque encima de la torre, creando una estructura progresivamente más alta e inestable y este termina una vez que la torre cae.⁷⁸

Debido a su complejidad, los jugadores deben utilizar diferentes funciones cognitivas para cumplir el objetivo individual y/o colectivo de ganar al no dejar caer la torre. Incluso en un estudio electroencefalográfico (EEG) del entrenamiento cerebral del Jenga realizado en Tailandia, se obtuvo que los participantes mostraron una mejora significativa en la actividad EEG, al aumentar las ondas alfa y beta, las cuales reportan algunas áreas de las funciones cognitivas, incluida la memoria, la atención, la flexibilidad y la resolución de problemas⁷⁸; lo que incluye habilidades propias de la función ejecutiva.

Entre las funciones ejecutivas que se requieren para el desarrollo exitoso de este juego se encuentran el pensamiento flexible y el control inhibitorio, ya que antes de cada partida el jugador debe realizarse diferentes preguntas de forma consciente como: ¿Qué ocurrirá si retiro este bloque de esta torre? ¿Se tambaleará toda la estructura si retiro esta pieza? ¿Cómo afectará a la estructura si quito un bloque rápidamente?, por lo que este juego exige concentración, que los jugadores consideren diferentes opciones antes de mover un bloque y que cuiden sus movimientos durante la acción.

Por otra parte, es importante destacar que el juego de Jenga realizado en esta sesión tiene una variación, la cual son los retos en cada bloque, esto genera una mayor complejidad al requerir de la utilización de otras funciones cognitivas además de la función ejecutiva, lo que permite la estimulación global y simultánea de estas.

Los retos implican que los y las participantes sigan instrucciones, por lo que se requiere de una de las tareas de la función ejecutiva, la cual se denomina tarea de resistencia a la interferencia²⁶, ya que a pesar de que en ambas actividades los y las participantes contaban con varios estímulos, debían cumplir con la indicación específica. Entre estos retos se encuentran: actividades de moldear con plastilina, actividades de construir figuras con legos, actividades de identificación de patrones, clasificación de imágenes, rompecabezas y actividades motoras gruesas. De forma general, se estimulan las tareas del lenguaje, principalmente de lectura, al leer los diferentes retos en los papeles y procurar que los demás participantes comprendan el mensaje emitido y se requiere de la atención y concentración de todos los miembros.²⁶

Para la realización de las actividades de identificación de patrones, clasificación de imágenes y rompecabezas se requiere principalmente de la función cognitiva correspondiente a percepción y gnosias, ya que engloba tareas de identificación y reconocimiento de imágenes, tareas de reconocimiento de colores, tareas de clasificación por atributos perceptivos y tareas de encajes, en las que los participantes deben encajar las piezas en la forma correspondiente. También, se estimula la función ejecutiva a través de las tareas de ordenación y seguimiento de series.²⁶

En las actividades de moldear con plastilina, construir figuras con legos y actividades motoras gruesas, se requiere de las praxias ya que se utilizan tareas de construcción de modelos haciendo uso de diferentes materiales, tareas de ejecución de órdenes y gestos y mímicas.²⁶

Por otro lado, la estación #2 estuvo conformada por 3 dinámicas, las cuales tenían como objetivo la estimulación global de los y las participantes, ya que para su realización se requiere del uso de

varias funciones cognitivas siendo la de mayor predominio la función ejecutiva. La principal tarea que se busca cumplir es la de ordenar y seguir series, la cual implica ordenar diferentes elementos según un orden temporal o establecido, seguir series propuestas (de colores, números, letras o figuras), así como hallar y ordenar la secuencia lógica de una serie de imágenes.²⁶

En la primera dinámica de esta estación los y las participantes debían seguir la secuencia ya propuesta de figuras, en este caso unas siluetas de pies situadas en posiciones distintas, lo cual permite cumplir con uno de los objetivos de la función ejecutiva que es ejercitar la capacidad de secuenciación.²⁶ Además, esta actividad promueve el control inhibitorio ya que cada participante debía inhibir respuestas al esperar su turno.⁷

La segunda dinámica consistió en clasificar correctamente las imágenes tomando como guía una imagen modelo, lo que permite entrenar la atención ya que se debe distinguir entre muchas imágenes semejantes para elegir la que es exactamente igual al modelo. Este tipo de actividades buscan promover la atención focal, la cual es la capacidad para enfocar la atención en un estímulo/objeto específico y sus distintas características, también se conoce como capacidad de concentración y al ser en concreto una actividad de atención visual se puede denominar capacidad de observación, lo cual requiere de discriminación perceptiva para centrarse en los detalles y elegir acertadamente a pesar de la gran similitud.⁷¹

Esta dinámica también se encuentra vinculada con la habilidad de categorización, la cual es vital al ser considerada la base del lenguaje, razonamiento, solución de problemas y memoria, es necesaria para pensar en los objetos o conceptos y sus relaciones y al mismo tiempo permite a las personas usar funciones cognitivas para pensar en las semejanzas y diferencias. Cabe resaltar que en los niños (as) es a partir de los 4 años que pueden clasificar por medio de criterios como color y forma y esa capacidad les sirve para ordenar posteriormente muchos aspectos de su vida.⁷

Además, se estimula la función cognitiva de percepción y gnosias al ser una actividad orientada a cumplir dos de sus tareas: la tarea de identificación y reconocimiento de imágenes, en la cual se deben buscar e identificar una imagen específica dentro de un grupo de imágenes y la tarea de clasificación por atributos perceptivos, donde se deben agrupar elementos con base en características físicas iguales.²⁶

Por último, con respecto a la tercera dinámica de esta estación, las PAM y los niños(as) debían reconstruir la historia usando las imágenes, es decir, debían ordenar la secuencia lógica de estas acorde con la historia contada, ante esto es importante mencionar que existen grandes conexiones

entre la memoria de trabajo y el funcionamiento ejecutivo, donde la retención del material en la memoria de trabajo va a depender de la atención que se le prestó⁷. Por lo tanto, es una actividad que estimula la atención, la capacidad de concentración, la orientación temporal y las funciones ejecutivas.⁷¹

Asimismo, las historias constituyen un pasatiempo placentero para cualquier persona, es una actividad estimulante por sí misma y no sólo una herramienta de estimulación visual y auditiva, sino que también fomenta capacidades como observar e interpretar imágenes, concentrarse en el argumento de la historia y enriquece el vocabulario. Cabe resaltar que, en el caso de los niños, el uso de estas historias con imágenes cobra un sentido especial, sobre todo si aún no saben leer ya que por su nivel de desarrollo simbólico no pueden integrar información por medio de códigos lingüísticos, sino que necesitan del apoyo icónico que es menos abstracto.⁷¹

Por otro lado, en la estación #3 se realizaron 3 actividades diferentes, comenzando por una pista de obstáculos, utilizando conos y hula-hulas, a través de los cuales los participantes debían caminar en forma de zig-zag y saltar de forma correspondiente. Es importante resaltar que las pistas de obstáculos traen consigo múltiples beneficios, entre ellos: el desarrollo motor grueso, el desarrollo motor perceptivo, la coordinación, el desarrollo social, el equilibrio, el trabajo en equipo, la diversión, habilidades para escuchar, mayor autoestima y capacidad para seguir secuencias.⁷⁹

Además, para el desarrollo de la actividad se requieren de diferentes funciones cognitivas tales como: las tareas de percepción y gnosias, al realizar recorridos visomotores; las praxias, al ejecutar órdenes y realizar mímicas; el lenguaje, al expresarse de manera verbal para ayudarse mutuamente y brindar instrucciones a sus compañeros de equipo y la función ejecutiva, al poner en práctica la capacidad de secuenciación, el control de impulsos y la flexibilidad cognitiva.²⁶ Esta última se puso en práctica principalmente por las personas adultas mayores a quienes se les dificultaba saltar sobre los hula-hulas, por lo que requerían de la flexibilidad cognitiva para adaptarse a la actividad realizando cambios en la rutina según sus necesidades.

Posterior a la pista de obstáculos, en esta misma estación se realizó un juego de memoria haciendo uso de imágenes de animales, donde los participantes debían encontrar las parejas de estas. Es de relevancia mencionar que algunos niños (as) no sabían jugar memoria, por lo que las personas adultas mayores se encontraron anuentes a explicar el juego, lo que concuerda con el concepto de programas intergeneracionales, el cual implica que a través de estos se compartan habilidades, conocimientos y experiencias entre ambos.¹ Por otra parte, la presente actividad permite la

estimulación de la memoria, al ejecutar tareas de reconocimiento, al reconocer los diferentes animales y al encontrar sus respectivas parejas²⁶; asimismo, se estimula la función ejecutiva al utilizar la memoria de trabajo, la cual se define como la habilidad para prestar atención y recordar hechos conforme se utilizan para completar diferentes tareas²⁴, en este caso, voltear las diferentes imágenes y recordar el lugar de las ya volteadas con el fin de emparejarlas.

Como última actividad de esta estación, se completó un cubo con base en la secuencia establecida, para lo cual se requiere de diferentes funciones cognitivas tales como las tareas de percepción y gnosis, al reconocer colores; las praxias, al ejecutar órdenes y realizar mímicas; el lenguaje, al expresarse de forma verbal para ayudarse mutuamente y la función ejecutiva, al poner en práctica la capacidad de secuenciación.²⁶

Con respecto a la estación #4, esta estuvo conformada por 3 dinámicas. La primera de ellas fue la pista de figuras geométricas, en la cual los participantes de acuerdo con el color de la bola asignada solo podían atravesar pisando encima de la figura geométrica del mismo color de la bola y una vez completado el trayecto debían lanzar la pelota a través del agujero del mismo color.

Esta primera actividad requiere de mucha coordinación motriz, la cual es definida como el conjunto de capacidades que se encargan de organizar y regular todos los procesos parciales de un acto motor para el logro de un objetivo preestablecido⁸⁰, en este caso finalizar el trayecto y lanzar la pelota por el agujero; para esto último se requiere de coordinación óculo- manual, la cual es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión una acción que involucra la visión y la motricidad fina, basada en acciones de manipulación, desarrollo de coordinación e independización del movimiento de los dedos.⁸¹

Además, la coordinación está conformada por aspectos como: capacidad de equilibrio, capacidad de ritmo, capacidad de orientación espaciotemporal, capacidad de reacción motora, capacidad de diferenciación kinestésica, capacidad de adaptación y capacidad de combinación- acoplamiento de los movimientos⁸⁰, por lo que todos estos se ven estimulados durante la realización de esta actividad.

Por su parte, cabe resaltar que en el caso de los niños(as) entre los 3 y 6 años el crecimiento más rápido se genera en las áreas frontales del cerebro, por lo que aumenta la capacidad de planeación y organización de las acciones; capacidades necesarias para realizar esta actividad. Además, el desarrollo del cerebro provoca el incremento de las habilidades motoras, lo que permite una mejor coordinación entre lo que los niños quieren y lo que pueden hacer, siendo el principal progreso en

las habilidades motoras gruesas.⁷ En contra parte con esto, en la etapa de la vejez se da la disminución de algunas capacidades, entre ellas la coordinación motriz, lo cual se encuentra relacionado con la incidencia de caídas en este grupo poblacional.⁸¹

Por lo tanto, realizar cotidianamente actividades de este tipo permiten mantener/recuperar un estilo de vida activo y promover la potencia muscular, la coordinación, el equilibrio y la flexibilidad³⁶ y a la vez, estimular la función ejecutiva al ser una actividad que busca cumplir con una de sus tareas al seguir series propuestas, en este caso una de colores.²⁶

La segunda dinámica de esta estación consistió en clasificar y agrupar todas las pelotas según su color en la caja correspondiente y posterior a esto lanzar las pelotas por el agujero del mismo color. Esta actividad busca estimular la función cognitiva de percepción y gnosias ya que cumple con la tarea de reconocimiento de colores, en la cual se deben agrupar elementos de acuerdo con esa característica.²⁶ Además, forma parte del grupo de actividades que requieren de coordinación dinámica manual para lograr lanzar objetos como las pelotas, las cuales a su vez son consideradas materiales para la psicomotricidad y se afirma que con el solo hecho de manipularlas estimulan funciones cognitivas en la persona.⁷¹

Por último, la tercera dinámica de esta estación consistió en descubrir e identificar en una lámina educativa el objeto seleccionado. Para realizar esta actividad se requiere de un tipo de recuperación denominado reconocimiento, el cual es la capacidad para identificar algo que se conoció con anterioridad; capacidad que en los niños de la primera infancia y en los demás grupos de edad se desarrolla mejor en comparación con el recuerdo.⁷

Asimismo, esta actividad se encuentra dentro de las tareas de búsqueda visual y localización de estímulos, donde la persona debe buscar y localizar algún objeto dentro de un grupo mayor de estos, plasmados en una lámina, fotografía o habitación; lo cual fomenta la atención selectiva y la flexibilidad atencional (si se le pide que localice los objetos lo más rápido posible) y entrena a los y las participantes en la resistencia a la interferencia, la cual es la capacidad para ignorar distractores que aparecen en un momento dado y que pueden dificultar la realización de esas tareas.⁷¹

Finalmente, una vez concluido el rally, se dividieron los participantes para la evaluación, una de las facilitadoras llevó a cabo un conversatorio con las PAM y la otra, con las madres y niños(as) siguiendo la guía de preguntas. Dichas evaluaciones, fueron grabadas en audio y vídeo con la finalidad de analizar los resultados obtenidos tomando en cuenta tanto las expresiones verbales

como no verbales. Por último, se realizó la canción de despedida denominada “La ronda de los conejos”.

4.3.2.2. Análisis de resultados previstos según los objetivos planteados

Inicialmente, cabe resaltar que los objetivos para esta sesión fueron los siguientes:

- Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
- Promover las relaciones intergeneracionales entre PAM y niños (as).
- Estimular la función ejecutiva por medio de actividades lúdico-creativas.
- Evaluar el encuentro intergeneracional a través de lo expresado por los niños (as), sus padres y las PAM.

Ahora bien, los resultados obtenidos en esta sesión se presentan a continuación:

4.3.2.2.1. Actitudes sobre el programa de actividades de la segunda sesión

Se implementó el programa de actividades planificado, sobre este se obtuvo una respuesta muy positiva y los participantes lo disfrutaron mucho; incluso mencionan que esperan con ansias la siguiente sesión y es un tema de conversación en sus casas.

Inicialmente, cabe resaltar que las personas adultas mayores realizaron comentarios como:

“Yo creo que esto que ustedes están haciendo (hace expresión como queriendo decir formidable) algo muy grandioso” (Azul 3 PAM)

“Me siento muy feliz cuando vengo aquí” (Verde 1 PAM)

*“A mí me gustó mucho estas horas que hemos pasado con los chiquitos, muy agradable”
(Amarillo 1 PAM)*

Estos comentarios hacen referencia a algunos de los beneficios que una PAM puede obtener tras participar en los encuentros intergeneracionales, ya que al compartir habilidades, conocimientos y experiencias con los niños(as) tienen la posibilidad de responder con vitalidad, potenciar el humor,

aumentar la autoestima, contrarrestar el sentimiento de soledad, así como acrecentar y enriquecer los estadios de la vida.^{1,42} Esto se evidencia en la figura 12, en la cual se muestra a un adulto mayor y a un niño disfrutando en conjunto.



Figura 12. Equipo amarillo en la actividad “Descubriendo los objetos” durante la segunda sesión

Por otro lado, el disfrute de los y las participantes, especialmente de los niños(as) está relacionado con el uso de la metodología lúdico-creativa ya que el juego es una actividad que genera placer y diversión y al no estar sometido a exigencias implica cierta libertad; el niño (a) juega el aquí y el ahora, se interesa más por la conducta que por los resultados y genera en él/ella un espacio para imaginar y tomar la iniciativa.⁸² Por esto, esperan con ansias las sesiones.

Esto se evidencia en las siguientes frases expresadas por una niña, una adulta mayor y dos madres:

*A la pregunta sobre ¿qué les gustó más? responde: “De jugar a los piecitos” “Todo me gustó”
(Verde 4 N)*

“Azul 5 hoy cuando llegó venía con sueño porque la mamá me dijo, pero ya por haber empezado a jugar Azul 5 ya no tuvo más sueño y participó en todo verdad, entonces eso es interesante porque sí les despierta las ganas de participar siendo tan pequeñillos” (Azul 3 PAM)

*“Pero sí los juegos estuvieron demasiado divertidos porque Rojo 3 se divirtió demasiado”
(Mamá Rojo 3)*

*“Y no súper bien, a ella le gusta mucho, toda la semana pasa hablando, cuando le digo que el sábado tenemos que ir, entonces ella me dice “ay sí mamá a mí me encanta ir a jugar”
(Mamá Azul 4)*

Además, las figuras 13 y 14 evidencian el goce a través del juego, tanto en la PAM como en el niño(a).



Figura 13. Actividad del Jenga con retos durante la segunda sesión



Figura 14. Niña atravesando la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión

4.3.2.2.2. Cohesión de grupo durante la segunda sesión

En esta sesión se observaron relaciones más estrechas y un mayor trabajo en equipo.

Inicialmente, una adulta mayor menciona que:

“Los chiquitos se portaron muy lindos verdad y como ya los conocemos entonces fue una experiencia totalmente diferente” (Rojo 2 PAM)

Esto se encuentra relacionado con el hecho de que este era el segundo encuentro intergeneracional, por lo que ambas poblaciones al compartir más tiempo juntos se desarrollaron mejor, lo que asombró a las personas adultas mayores ya que pensaron que a los niños se les iba a dificultar más.

Sin embargo, los niños(as) aprenden a llevarse bien con otros por medio de las amistades e interacciones con compañeros de juego⁷, por lo tanto, al jugar con las personas adultas mayores se generó una mayor cercanía, como en el caso del equipo azul y el equipo verde, quienes en las fotografías 15 y 16 se muestran muy unidos en los respectivos juegos.



Figura 15. Equipo azul en la actividad “Descubriendo los objetos” durante la segunda sesión



Figura 16. Equipo verde en la actividad de “Historia con imágenes” durante la segunda sesión

Por otro lado, una adulta mayor menciona que:

“Me ha encantado tanto las actividades de ustedes porque nos integra, que sea un reto para los dos” (Azul I PAM)

En este comentario se ve reflejada la satisfacción de la participante, lo que concuerda con el principio de motivación en la PAM ya que el mantenerse activos puede influir en la autorrealización³⁸, lo que a su vez fomenta el interés por los nuevos retos. Esa satisfacción también se encuentra relacionada con el trabajo en equipo con los niños(as) ya que los encuentros intergeneracionales proporcionan hechos y circunstancias que no se encuentran en otra oportunidad¹ y al compartir experiencias fácilmente se integran ambas poblaciones, lo que incluso

permite que se perciban entre sí como amigos y amigas, como en el caso de una adulta mayor y un niño quienes construyeron una linda amistad, la cual se evidencia en la figura 17.



Figura 17. Historia con imágenes durante la segunda sesión

Lo anterior también se muestra en la siguiente frase expresada por una madre:

“El venir acá más bien para ella es una fiesta porque viene a jugar, viene a compartir con amigos y amigas nuevas como ella les dice” (Mamá Azul 4)

Asimismo, el tener cosas en común fortalece aún más las relaciones intergeneracionales, como en el caso de Azul 4 y Azul 2, una niña y una adulta mayor que comparten su pasión por el baile, lo

cual es una actividad cooperativa y significativa para ambas y que refuerza la idea de que en los programas intergeneracionales se comparten no solo conocimientos, sino también habilidades y experiencias.¹ Esto se encuentra evidenciado en la siguiente frase expresada por la mamá de la niña:

“Como Azul 4 con Azul 2 que hizo un clic increíble porque ella es profesora de baile y Azul 4 es muy acelerada y a ella le gusta mucho bailar, entonces ahí andan bailando”

(Mamá Azul 4)

A la vez, se construyeron y fortalecieron otras relaciones intergeneracionales, entre ellas la de un adulto mayor y una niña, lo cual se evidencia en la siguiente frase expresada por el adulto mayor, quien se mostró muy feliz y agradecido por un detalle que tuvo la niña:

“De los niños aprendimos mucho, me sentí muy bien, una de las chiquitas me regaló una estrella” (Verde 1 PAM)

Finalmente, las figuras 18 y 19 son muy significativas porque demuestran lo discutido anteriormente al reflejar la construcción de una relación estrecha entre una adulta mayor y una niña, debido a que durante el diagnóstico en la primera reunión, la adulta mayor refirió no tener una relación cercana con los niños (as) e incluso se describió a sí misma como una persona seria, sin embargo al encontrarse con la niña en el equipo rojo estas construyeron una relación juntas que se fue fortaleciendo a lo largo de las sesiones.



Figura 19. Lanzamiento de pelotas durante la segunda sesión



Figura 18. Recogiendo las pelotas durante la segunda sesión

4.3.2.2.3. Estimulación de la función ejecutiva

Las actividades realizadas estuvieron orientadas hacia la estimulación de las funciones cognitivas, específicamente la función ejecutiva. Los participantes y las madres de los niños (as) identificaron este componente y su importancia dentro de las actividades.

La estimulación cognitiva consiste en realizar actividades para mejorar el funcionamiento cognitivo, su objetivo es mantener y/o aumentar el rendimiento del cerebro, así como emplear estrategias para enlentecer y compensar fallas normales que se dan, por ejemplo, en la etapa de la vejez.⁸³

Además, cabe resaltar que el funcionamiento cognitivo en el ser humano no es independiente del resto de niveles, por lo que en los programas de estimulación cognitiva se deben tomar en cuenta las diferentes dimensiones del individuo (funcional, cognitivo, psicoafectivo y social) y la interacción continua que se produce entre ellas²⁶, para así intervenir de manera integral.

Por otro lado, existen distintas funciones cognitivas, las cuales son: orientación temporo-espacial, razonamiento lógico, percepción-gnosias, atención y concentración, praxias, memoria, lenguaje, cálculo y función ejecutiva.^{26,83}

De las funciones anteriores es importante definir las funciones ejecutivas ya que este programa intergeneracional se enfoca en la estimulación de las mismas. Estas son una serie de procesos cognitivos de orden superior que con el tiempo apoyan la capacidad de las personas para regular cada vez más su propio comportamiento y a su vez desarrollar una mayor competencia social, emocional y cognitiva, de allí radica su importancia. Estos procesos cognitivos incluyen la memoria de trabajo, el control inhibitorio y la flexibilidad cognitiva.²⁴

Además, es preciso señalar que las diferentes funciones cognitivas actúan como un sistema interrelacionado ya que se utilizan distintas combinaciones y organizaciones de los procesos dependiendo de las tareas cognitivas a las que deba responder la persona en un momento determinado. Por lo tanto, a pesar de que este programa intergeneracional está orientado a la estimulación de la función ejecutiva, debido a esa interrelación, al realizar una actividad se ponen en marcha distintos sistemas que trascienden a componentes específicos de otras funciones cognitivas, provocando así una estimulación más global.²⁶

Con respecto a lo anterior, una madre y una adulta mayor reconocen el componente de estimulación cognitiva inmerso en las actividades realizadas en el encuentro, lo cual se evidencia por medio de las siguientes frases:

“Con lo del Jenga, me gustó muchísimo porque es un reto a nivel neural para ellos y para los adultos” (Mamá Azul 5)

“Es muy buen ejercicio para la estimulación cognitiva para nosotros, y ellos pues se sienten en su ambiente de niño y juegan y se ayudan” (Azul 2 PAM)

En esta última frase la adulta mayor menciona el juego, el cual es una herramienta para que ambas poblaciones reciban estimulación ya que estrategias entretenidas, agradables, lúdicas y creativas vuelven más interesantes las actividades educativas para todas las personas, al aprender haciendo.^{28,29}

Asimismo, las figuras 20 y 21 muestran a los y las participantes durante la realización de las actividades orientadas a la estimulación cognitiva.



Figura 20. Actividad de agrupación de imágenes durante la segunda sesión



Figura 21. Equipo azul jugando al Jenga con retos durante la segunda sesión

Por su parte, otra madre menciona que:

“Sí creo que es muy importante como lo mencionamos la primera vez que tanto para el adulto mayor como para el niño la estimulación que se dan en forma conjunta”

(Mamá Verde 5)

Esto resalta la idea de que por medio de un programa intergeneracional se puede dar el intercambio de recursos y aprendizaje entre generaciones, con el fin de conseguir beneficios individuales y sociales¹, en este caso la estimulación de la PAM y el niño de forma conjunta.

Por otro lado, un aspecto importante y que destacó a lo largo de las sesiones fue la dificultad de los niños(as) para esperar su turno debido a su corta edad. Sin embargo, a medida que avanza su desarrollo mejora considerablemente su capacidad para prestar atención selectiva a los estímulos, ignorar la información irrelevante, cambiar su atención según se requiera e inhibir respuestas, por ejemplo, esperar el turno para realizar una actividad emocionante.⁷ Esto es de vital importancia ya que la capacidad para lograr una meta requiere de paciencia y control de impulsos.

Como se mencionó anteriormente, la FE está compuesta por tres procesos cognitivos: la memoria de trabajo, la flexibilidad cognitiva y el control inhibitorio. Por lo tanto, al referirnos al control de impulsos y por consiguiente a la espera del turno, se hace énfasis en el control inhibitorio, el cual se define como la habilidad para seguir reglas, modular emociones, evitar tentaciones y retrasar la gratificación. Además, incluye la inhibición de la atención o atención selectiva, la cual se refiere a un control de interferencia y comprende la supresión de la atención en distractores, por lo tanto, la persona puede mantenerse enfocada en lo que se desea. Este control también incluye la inhibición de la acción tales como respuestas motoras y verbales.²⁴

En relación con lo anterior, las madres mostraron interés y prestaron atención al desenvolvimiento de sus hijos(as) en las distintas actividades, lo que nos permite identificar la evolución de los niños(as) en este ámbito a partir de lo expresado por las mamás, las frases son:

“Lo que pasa es que sí Rojo 3 es un poco impaciente entonces si fue como: yo quiero todos los turnos, entonces había como que decirle espere Rojo 3 porque no es su turno”

(Mamá Rojo 3)

“Eso le pasa y se frustra un poco, pero va poco a poco adaptándose a esperar su turno”

(Mamá Verde 5)

Esta evolución se evidencia en las figuras 22, 23 y 24, donde se puede observar a los niños(as) utilizando el control inhibitorio al esperar turnos y la atención selectiva, al prestar atención y concentrarse en las diferentes actividades.



Figura 22. Niños del equipo verde en la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión



Figura 23. Actividad “Descubriendo los objetos” durante la segunda sesión



Figura 24. Memoria de animales durante la segunda sesión

Finalmente, se debe tomar en cuenta que existen diferencias individuales en la capacidad de autorregulación de los niños(as), pero el ambiente puede facilitar o impedir la actividad regulatoria⁷, por lo tanto, un aspecto importante a considerar para una adecuada estimulación es el ambiente. En el caso del proceso de enseñanza-aprendizaje en los niños (as), se recomienda la utilización de materiales y auxiliares visuales³⁵, asimismo en ambas poblaciones es importante que estos materiales exijan a los sentidos de la visión y la audición, la percepción del estímulo, su interpretación, almacenamiento y codificación.⁴⁰

Estos espacios deben tener como características que sean éticos, estéticos, seguros, cómodos, luminosos, sonoros, adaptados a las capacidades, con colores y formas, armónicos, mediadores de pensamientos y relaciones sociales, lúdicos, expresivos, libres, diversos y respetuosos.⁸⁴

Lo anterior fue tomado en consideración para el desarrollo de las distintas sesiones y fue reconocido por una adulta mayor quien menciona lo siguiente:

“Son juegos que no son tan complicados pero la estimulación de colores y formas está genial”

(Azul 3 PAM)

Las figuras 25 y 26 evidencian este componente.



Figura 26. Pista de figuras geométricas durante la segunda sesión



Figura 25. Niño atravesando la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión

4.3.2.2.4. Evaluación de la segunda sesión

De la evaluación realizada, se cumplió el objetivo debido a que surgieron aspectos importantes para analizar en la discusión y permitió desarrollar recomendaciones para la próxima sesión. Este momento del encuentro fue muy positivo y disfrutado por los y las participantes, al igual que por las madres de los niños(as); se mostraron participativos y satisfechos con que se les tome en cuenta su opinión.

4.3.2.2.5. Habilidades que sorprenden

Las personas adultas mayores al realizar las actividades en conjunto con los niños(as) se sienten sorprendidos por las habilidades que estos poseen a pesar de su corta edad. Este resultado se evidencia por las siguientes frases expresadas por las personas adultas mayores:

“Azul 4 es una chiquita increíble, muy chispa para hacer las cosas como muy rápido”

(Azul 1 PAM)

“Ellos interactúan muy bien con los adultos mayores y enseguida están en juego... tienen la chispa” (Azul 2 PAM)

“Me pareció interesante el desarrollo de los niños a corta edad y tan chispa que son, o sea queda uno sorprendido verdad, que diay uno no se imagina digamos muchas cosas las captan ya” (Amarillo 2 PAM)

Asimismo, la figura 27 evidencia ese sentimiento de sorpresa en una adulta mayor.



Figura 27. Equipo rojo jugando a la memoria de animales durante la segunda sesión

Con respecto a lo anterior, es importante mencionar que los niños y niñas que forman parte del programa se encuentran en la etapa de la niñez temprana, la cual comprende el desarrollo humano desde los 3 a los 6 años, también es conocida como primera infancia y concuerda con la época preescolar.

Según Jean Piaget, la niñez temprana coincide con la etapa preoperacional, en la cual se da la generalización del pensamiento simbólico, la comprensión de identidades, la comprensión de la causa y el efecto, la capacidad para clasificar, la comprensión de los números, el desarrollo de la empatía y la toma de conciencia del funcionamiento de la mente. Además, en esta se incrementan los niveles de atención, así como la rapidez y la eficiencia para procesar la información, se fortalece el desarrollo de las capacidades motoras finas, la capacidad conceptual y el lenguaje y se comienzan a formar recuerdos de larga duración.^{7,23} Por lo tanto, esta es una etapa donde se generan y fortalecen muchas capacidades, lo que puede causar sorpresa a las demás personas y en este caso, a las personas adultas mayores.

4.3.2.2.6. Los encuentros intergeneracionales como herramienta para la transición

En esta sesión las madres no asumieron una participación directa en las actividades, mencionan que los encuentros intergeneracionales les han servido a sus hijos (as) como una estrategia de transición hacia el kínder e incluso a ellas mismas como forma de independizarlos. El resultado anterior se evidencia por las siguientes frases expresadas por una adulta mayor y una madre:

“Yo tuve dos casos, una mamá que no soltaba al chiquito y otra mamá que estaba totalmente retirada, no olvidada, retirada, pero dejó que los adultos lo manejáramos. Eso fue muy bonito”

(Azul 1 PAM)

“Amarillo 4 siento que esta vez se desarrolló mejor porque tal vez yo no estaba”

(Mamá Amarillo 4)

Con respecto a esto, las experiencias sociales y afectivas que viven los niños durante sus primeros años de vida son de suma importancia, incluso entre todas las especies animales son los bebés humanos los que más dependen de la asistencia de otros para garantizar su propia supervivencia y desarrollo. En casi todas las culturas son las madres las principales encargadas de cumplir esas funciones, por lo que la relación que estas construyen con sus hijos(as) repercute en su socialización e independencia.⁸⁵

Además, cabe mencionar que en la etapa de la niñez temprana los niños (as) aumentan su independencia en las habilidades cognitivas y sociales y comienzan a tener la iniciativa y autocontrol.⁷ Por lo que para ayudar al niño(a) en ese proceso de independencia, donde desarrolle seguridad, iniciativa personal y capacidad de autorregulación, la madre debe mantener distancia con el fin de que su hijo(a) actúe con libertad, permitiendo que tome sus propias decisiones pero proporcionando guía si se requiere o lo solicita.⁸⁵ Esto se evidencia en la figura 28, en la cual durante uno de los juegos los niños(as) están tomando decisiones por su cuenta.



Figura 28. Actividad del “Cubo mágico” durante la segunda sesión

Por otro lado, las siguientes frases reflejan un aspecto muy valioso e inesperado, el cual corresponde a un beneficio indirecto de estos encuentros intergeneracionales. Una de las madres menciona que:

“Los juegos me gustan porque son educativos, en el caso de Azul 4 ella aún no está en el kínder entonces ella me dice que esta es su escuela, “es nuestra escuela mamá”, porque no va al kínder, pero la dejo sola porque como ya el otro año va para el kínder para que ya se sienta libre de actuar como ella es, sin que uno le esté diciendo que tiene que hacer o no”

(Mamá Azul 4)

“Lo que uno llama educativo es eso de que se van familiarizando como cuando van a un kínder, entonces hay cosas que para ellos son diferentes, que no las tiene en la casa”

(Mamá Azul 4)

Con relación a esto, existen estudios que destacan la importancia de que el niño reciba preparación por medio de un primer contacto con experiencias sociales y educativas antes de asistir al jardín de niños ya que esto les puede permitir ajustarse con mayor facilidad.⁷ Lo cual se puede lograr por medio de los programas intergeneracionales al compartir con otros niños(as) y con personas adultas mayores por medio de actividades educativas y lúdicas. Incluso a través de los PIG se pueden desarrollar habilidades como permanecer sentado, seguir instrucciones, esperar el turno y regular el propio aprendizaje; habilidades que los educadores del jardín de niños sostienen que son más beneficiosas que conocer el alfabeto o poder contar hasta 20.⁷

4.3.2.2.7. Encuentros intergeneracionales en otros contextos

Los participantes identificaron la importancia de implementar los programas intergeneracionales en diferentes contextos. Este resultado se evidencia por las siguientes frases expresadas por las personas adultas mayores:

“A mí me duele cuando voy a un, de estos, donde cuidan a los adultos mayores en los centros diurnos, están sentados ahí sin hacer nada, siempre sentados, tal vez haciendo algunas cosas, pero no hay motivación, no hay música, no hay muchas cosas y yo creo que eso va enfermando mucho a la población adulta mayor y creo que estos proyectos son esenciales, más llevarlos a ciertos lugares que no sea como aquí, porque aquí en el centro, en las universidades se van dando, pero ya más alejado no y cuidar a un adulto mayor no es irlo a sentar o darle una pastillilla para que esté tranquilo todo el día, eso no es”

(Azul 3 PAM)

“Tal vez hay muchos adultos mayores que tenemos o tienen esa habilidad de ir a pasar una mañana con niñitos” (Rojo 1 PAM)

“Sería bueno como a ellos enseñarles esta experiencia que se tuvo aquí que fue exitosa”

(Amarillo 2 PAM)

Ante lo expuesto anteriormente, cabe destacar que en el país rigen diferentes leyes y políticas dirigidas a la persona adulta mayor. Entre ellas se encuentra la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor (Ley 7935) la cual tiene como objetivo general garantizar el mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores desde un enfoque de derechos con perspectiva de género y solidaridad intergeneracional.⁵⁰ Asimismo, en la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2011-2021 se reconoce que las personas conforme envejecen deben disfrutar de una vida plena, con salud, seguridad y participación activa en la vida económica, social, cultural y política de la sociedad.⁵¹ Sin embargo, se debe considerar el verdadero impacto que están generando estas políticas en los diferentes contextos en los que se desarrolla la PAM y reflexionar acerca de si el país se encuentra listo para satisfacer las necesidades de estos.

Una manera de identificarlas y brindar respuesta son los programas intergeneracionales. Ante esto, resulta muy valiosa la apreciación de las personas adultas mayores del presente programa ya que visualizan la necesidad de incorporar estos en otros contextos, lo cual se podría lograr ya que de acuerdo con su definición, los PIG son vehículos para el intercambio determinado y continuado de recursos y aprendizaje entre las generaciones mayores y las más jóvenes¹, por lo tanto la finalidad puede variar de acuerdo a la población y adaptarse según el contexto, ya sea en hospitales, universidades, centros diurnos, hogares de larga estancia, kínder, escuelas, comunidades, entre otros.

4.3.2.2.8. Los PIG como herramienta para construir concepciones más positivas sobre el envejecimiento y la vejez

Algunas personas muestran una concepción negativa hacia el envejecimiento y la vejez, ante lo cual los encuentros intergeneracionales pueden funcionar como un medio para eliminar los mitos y estereotipos hacia este proceso y esta etapa de la vida y de esta manera crear concepciones más positivas.

El envejecimiento y la vejez son temas que han sido abordados a lo largo de los años y comúnmente están rodeados de muchos mitos y estereotipos. Estos son definidos como falsas concepciones que actúan a manera de clichés en el acercamiento a un fenómeno, grupo social u objeto, tienden a ser

resultado de opiniones sesgadas de las que se desconoce su veracidad o falsedad, lo que indica que son inexactos y por lo general despectivos. Por lo tanto, al estar fuertemente arraigados en nuestra sociedad generan una desvalorización del envejecimiento y la vejez, lo que a su vez provoca la discriminación de este grupo poblacional.⁸⁶

Además, cabe destacar que los mitos y estereotipos en torno al proceso de envejecimiento, a la etapa de la vejez y a las personas adultas mayores se aprenden desde la infancia, incluso existe un estudio donde se encontró que los niños(as) alrededor de los 6 años de edad adquieren los estereotipos negativos sobre la vejez existentes en su cultura⁸⁷, lo que genera que se sigan transmitiendo de generación en generación y se perpetúen a través de la socialización.⁸⁸ Esto es identificado por una adulta mayor quien menciona que:

“Hay niños que los padres por el entorno, por lo que sea, les enseñan a tener miedo, a huir de las personas adultas mayores, con esto ellos se dan cuenta de que es un encuentro muy lindo”

(Azul 2 PAM)

Ahora bien, haciendo mención a los principales mitos y estereotipos, los que están presentes en nuestra sociedad costarricense son: viejismo (gerontofobia), vejez igual a enfermedad, infantilización, deterioro intelectual, pérdida de autonomía, mal carácter, pérdida de sexualidad, todas las personas adultas mayores deben residir en hogares de larga estancia, sufren de aislamiento social, depresión y son improductivos.⁸⁸

Relacionado con estos, una niña menciona que:

“Yo no quiero que mis abuelitos cambien de forma, yo los quiero así” (Azul 4 N)

“Acuérdate también que mamá y papá se van a hacer viejitos y para qué dije eso porque me dice

“no mamá yo tampoco quiero”” (Mamá Azul 4)

Estos comentarios hacen referencia al estereotipo de viejismo, en el cual se le atribuye a la edad avanzada una connotación negativa, provocando rechazo y discriminación hacia las personas adultas mayores. Por lo que en este caso es vital trabajar en una concepción libre de mitos y

estereotipos sobre la vejez, para así evitar la gerontofobia que es el miedo irracional a hacerse viejo(a) y el rechazo a todo lo relacionado con la persona adulta mayor.⁸⁸

Además, la madre de un niño menciona que:

“Él dice “cuando todos somos viejitos nos morimos”, así súper seco” (Mamá Amarillo 4)

Lo cual concuerda ya que, según diferentes estudios realizados, los niños (as) suelen utilizar la vejez como la explicación causal de la muerte, debido a la asociación de alguna persona fallecida que era simultáneamente avanzada de edad y por el desconocimiento evidente de las funciones fisiológicas del ser humano.⁸⁹

Sin embargo, no se debe potenciar el estereotipo de que la vejez es igual a enfermedad o muerte, debido a que las personas adultas mayores al igual que otros grupos poblacionales se encuentran expuestas a padecer dolencias y enfermedades y a pesar de que la vejez es la última etapa del ciclo vital, la salud va a estar relacionada con el estilo de vida, condiciones ambientales, historias de vida y capacidad de adaptación a los cambios biológicos, emocionales y sociales, pero la enfermedad no es producto de la vejez; inclusive llegar a una edad avanzada implica no haber sufrido grandes enfermedades o haber tenido la fortaleza necesaria para superarlas.⁸⁸

Por otro lado, las frases anteriores generan reflexión y reflejan la importancia de trabajar la temática de envejecimiento y vejez con la población en general, incluidas las personas adultas mayores, ya que al creer que esos mitos y estereotipos son reales podrían estar transmitiendo ideas erróneas en cuanto a la vejez, lo que produce desvalorización, dificulta un adecuado envejecimiento y limita la integración de la PAM en la sociedad.⁸⁸

Ante esto es imprescindible contar con una herramienta como los programas intergeneracionales ya que dentro de sus beneficios se encuentra eliminar cualquier estereotipo negativo o barrera hacia una u otra generación de forma recíproca y socialmente, lo que a su vez implica comprender y percibir positivamente a las PAM como grupo heterogéneo.¹ Este beneficio se evidencia en la figura 29, en la cual se muestra a un niño prestando atención y respetando a la adulta mayor mientras habla.



Figura 29. Niño en la actividad de “Historia con imágenes” durante la segunda sesión

Además, se ve reflejado en algunas expresiones realizadas por los niños, en las cuales describen a las PAM:

“Son felices” (Azul 5 N)

“A mí también me gusta porque son más hermosos” (Verde 3 N)

Estas expresiones son muy valiosas ya que estos niños perciben de manera positiva a las PAM y van en contra del estereotipo que hace referencia a que todos sufren depresión, la cual es una

enfermedad que está relacionada con causas orgánicas, pero no tiene relación con la vejez; incluso la mayoría de personas adultas mayores mantienen un buen estado de ánimo.⁸⁸

Otro ejemplo donde se evidencia el beneficio expuesto anteriormente es con el caso de una madre quien menciona que a pesar del mito y estereotipo relacionado con que los adultos mayores son potencialmente abusadores, ella logró identificar que se pueden establecer relaciones positivas y de respeto entre los niños(as) y las PAM. Esto se evidencia por la siguiente frase:

*“Ningún susto porque todavía verdad para una niña mujer con un señor da como más cosilla,
pero ella no, agarraba al señor, lo soltaba y lo volvía a agarrar, lo normal”*
(Mamá Azul 4)

Con respecto a esto, cabe mencionar que el interés sexual no se deteriora con la edad puesto que constituye una necesidad básica de todo ser humano, por lo que es incorrecto pensar que las personas adultas mayores son asexuadas⁸⁸, sin embargo, esto no implica que sean potencialmente abusadoras.

Relacionado con esto, se debe reflexionar sobre el hecho de que en varias ocasiones la medicina suele descuidar uno de los aspectos más importantes de la salud integral de la persona, el cual es la salud sexual, ya sea por falta de interés o por ignorancia. Esto genera que la persona adulta mayor se desenvuelva en una sociedad que le es hostil en todo sentido, al estar llena de mitos y estereotipos con respecto a su sexualidad.⁹⁰ Por lo tanto, es necesario educar a la población sobre el derecho a la sexualidad y la intimidad que tienen los adultos mayores para así desacreditar los estereotipos.⁹¹

Las figuras 30 y 31 evidencian que un adulto mayor y una niña pueden construir una relación basada en el respeto, la colaboración y el apoyo mutuo.



Figura 31. Integrantes del equipo verde jugando al Jenga con retos durante la segunda sesión



Figura 30. Clasificación de pelotas durante la segunda sesión

Finalmente, es importante mencionar que los esfuerzos para combatir el vejeísmo rinden frutos por medio de la creciente notoriedad de personas adultas mayores sanas y activas⁷, lo que se refleja en este programa intergeneracional ya que la participación tan activa de las personas adultas mayores durante cada una de las sesiones permite modificar con mayor facilidad la percepción negativa hacia el envejecimiento y la vejez. Esto se evidencia en la figura 32, en la cual se muestra a un adulto mayor cruzando de manera efectiva la pista de figuras geométricas.



Figura 32. PAM atravesando la pista de figuras geométricas durante la segunda sesión

4.3.2.2.9. Sentimientos de vulnerabilidad e inferioridad tras realizar actividades con los niños(as)

Una de las personas adultas mayores identifica que el realizar las actividades con los niños (as) puede desencadenar sentimientos de vulnerabilidad e inferioridad e incluso sentir que es una competencia. Esto se evidencia por el lenguaje corporal de la adulta mayor y la siguiente frase:

“Las actividades de hoy son más de cierta competitividad de ellos y nosotros porque incluso a veces ellos eran más diestros que nosotros verdad, las habilidades que ellos han ido desarrollando, uno las va perdiendo y eso pude observar que hay un momento de actividades que ya no está como el papel del que está arriba y los que están abajo, sino que es más de nivel verdad, de competitividad entre el adulto mayor y el niño” (Rojo 1 PAM)

Ante esto, cabe resaltar que debido al proceso de envejecimiento se generan cambios en el ámbito bioquímico, fisiológico, morfológico, social, psicológico y funcional³⁷, los cuales se reflejan conforme avanza la edad. Entre los cambios esperados se encuentra el enlentecimiento general del funcionamiento del sistema nervioso, lo que contribuye a la pérdida de eficiencia del procesamiento de información y de las capacidades cognitivas.⁷ Sin embargo, esto no impide ni limita el adecuado desempeño en las actividades, lo que se debe reforzar ya que si se cree lo contrario esto podría provocar en las PAM sentimientos de profunda inutilidad, lo que desemboca en una pérdida de la autoestima⁹² y dificulta aún más el procesamiento de estos cambios normales.⁷ En contraste con lo anterior, el proceso de envejecimiento puede ser visto como una oportunidad ya que implica una transformación continua, una autoevaluación y una redefinición de uno mismo y de sus habilidades³⁷, lo cual se puede construir de manera positiva. Por lo tanto, es importante tomar en cuenta que, según la teoría de la actividad, somos lo que hacemos y entre mayor cantidad de actividades significativas realicemos, más satisfechos estaremos con nuestra vida.⁷ estas actividades significativas pueden ser los encuentros intergeneracionales, en los cuales se realizan procesos cooperativos y de participación³⁹, mas no competitivos.

4.3.3. Tercera sesión: “Cierre de los encuentros intergeneracionales a través de la función ejecutiva y lo lúdico-creativo”

4.3.3.1. Contenido de la sesión

La tercera sesión fue llevada a cabo el sábado 17 de agosto del 2019, tuvo una duración de 165 minutos; pero el tiempo efectivo de las actividades fue de 125 minutos, esta sesión fue la de mayor duración debido a que fue la última y requería realizar procesos adecuados de cierre, sin embargo, ninguna actividad superó los 25 minutos y se brindaron los recesos oportunos. Asimismo, se contó con la participación de 7 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 7 adultas mayores y 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años, por lo que asistieron el 95% del total de los participantes. Este encuentro fue realizado en las aulas 104, 105 y 106 del cuarto piso de estudios generales de la Universidad Nacional.

Inicialmente, se le dio la bienvenida a los participantes y a las madres y se les entregó la hoja de asistencia junto con los gafetes y cintas del color de su equipo. Como primera actividad del taller, con el objetivo de generar un ambiente de confianza entre las personas adultas mayores y los niños(as), se realizaron dos actividades rompe hielo, entre ellas un canto jocoso; que como fue

mencionado anteriormente trae consigo múltiples beneficios y una historia, la cual consiste en mencionar una serie de palabras y relacionarlas a una determinada acción, por lo que cuando el o la participante escucha la palabra, ejecuta la acción asociada a la palabra mencionada; todas en conjunto son diferentes mímicas y sonidos (carrera, charco, curva, salto y saludo) para simular una carrera de caballos en un hipódromo y esta finaliza cuando todos y todas “llegan a la meta”.

En esta actividad que funciona como rompe-hielo, al ejecutar órdenes verbales sencillas y complejas y realizar gestos simbólicos y acciones gestuales, tales como, movimientos para simular una carrera de caballos en el hipódromo, se estimulan las praxias, dado que se ejercita la producción motora de movimientos voluntarios. Además, se estimula la memoria al desarrollar tareas de repetición y recuerdo diferido de los movimientos asociados a cada expresión y se ejercitan los diferentes tipos y procesos de memoria. En concordancia con la función cognitiva anterior, también se estimula el lenguaje, debido a que se ejercita la capacidad de repetición oral a través de la reproducción constante de palabras o expresiones, como las dadas por las facilitadoras en la actividad.²⁶

Posterior a esto, se brinda el espacio para que las PAM lideren dinámicas propuestas por ellos mismos, las cuales fueron: la telaraña con versos cortos escritos por Verde 1 y una canción y una coreografía liderada por Azul 2. Este tipo de actividades son beneficiosas y se justifica su uso como parte del programa intergeneracional ya que según la teoría para que un PIG funcione, estos deben contar con un adecuado liderazgo general y promover el empoderamiento al apoyar y reforzar las habilidades que las personas ya poseen.¹

En la primera actividad, todos los participantes se colocaron en un círculo sentados en sus respectivas sillas, una de las facilitadoras lanzó un ovillo de lana a un participante al azar y este se siguió lanzando entre las PAM y los niños(as), mientras se reproducía la pista de una canción; cuando se detenía la música, Verde 1 se ponía de pie para exponer uno de los versos cortos o “rapiditas” escritas por él.

Esta dinámica genera beneficios en Verde 1 ya que le permite estimular el lenguaje expresivo, la fluidez verbal y la lectura; de igual manera, en los y las participantes ya que requieren de diferentes funciones cognitivas como lo son: la atención y la concentración, las praxias al ejecutar la orden de lanzar el ovillo haciendo uso de movimientos voluntarios y la función ejecutiva²⁶, al detenerse y preguntarse: ¿A quién lanzo el ovillo? ¿Quién no ha participado? ¿A qué distancia debería lanzar

el ovillo para que llegue al otro participante?, lo cual estimula el control inhibitorio y la flexibilidad cognitiva.

Por otro lado, la segunda actividad fue liderada por Azul 2 y estuvo dividida en dos partes: una canción, durante la cual los y las participantes debían escuchar con atención y una coreografía, en la cual la participación era mucho más activa ya que Azul 2 servía de modelo ejecutando el paso de baile para que los demás la pudieran imitar. En esta última, para seguir adecuadamente los pasos y adaptarse al cambio de ritmo, se requiere de la memoria de trabajo, la flexibilidad cognitiva y el control inhibitorio.

Cabe resaltar que, el canto y el baile traen consigo múltiples beneficios y ambos comparten en común la música que si bien el objetivo más conocido, desde el ámbito psicológico, es mejorar el estado anímico y socioafectivo de las personas, su aplicación en la estimulación cognitiva cobra cada día mayor importancia. En concreto, la música es un estímulo que afianza el sentido de la audición, incrementa la capacidad perceptiva de identificar y discriminar estímulos auditivos, promueve la capacidad de escucha atenta, potencia el uso del lenguaje y a través del ritmo estimula habilidades motrices como la coordinación, el equilibrio y la movilidad.⁷¹

Inclusive, en la niñez temprana un método de aprendizaje es el Reggio Emilia, el cual apoya a los niños(as) en su exploración de ideas y sentimientos por medio de palabras, juegos teatrales, movimiento y música. Además, investigaciones realizadas en Alemania sugieren que cuando los niños(as) hacen música juntos se vuelven más cooperativos y se ayudan entre sí.⁷

Siguiendo con el programa de actividades, los participantes se dividieron en su respectivo equipo y con la finalidad de que se comprendiera adecuadamente las instrucciones, las facilitadoras explicaron en pequeño grupo las actividades de cada estación del rally. Esto concuerda con la teoría ya que en un rally las personas facilitadoras pueden realizar el recorrido con los equipos y explicar cada estación o incluso en cada una puede haber una persona específica que cumpla con dicha labor y los grupos no deben ser grandes.⁷⁷

Ahora bien, el rally tuvo como temática los juegos tradicionales y el componente de estimulación de la función ejecutiva estaba presente. Los juegos tradicionales son aquellas actividades con un carácter local y recreativo que requieren destreza motora y estrategia; son parte del patrimonio cultural del país de origen y se transmiten de generación en generación. Cumplen una función de enculturación, conservación y transmisión de valores, proporcionan una actividad motriz acorde

con las características de los participantes, facilitan las relaciones sociales e intergeneracionales y ayudan a conservar tradiciones.⁹³

Asimismo, es importante resaltar que estos juegos constituyen un aspecto importante en la terapia de reminiscencia ya que le permite a la PAM recordar hechos personales vividos en su pasado, a través del juego.⁷³ En este rally se utiliza la reminiscencia grupal ya que las actividades se llevan a cabo en equipo, lo que permite la identificación y el sentido de pertenencia⁷², además fomenta las relaciones sociales, potencian la sensación de bienestar y estimulan las capacidades cognitivas tanto de las PAM como de los niños (as).⁷³ De igual manera, el desarrollo de estos en los encuentros intergeneracionales constituye una oportunidad para que la persona adulta mayor trascienda al compartir su conocimiento, habilidades y valores culturales con los niños (as).⁹⁴

Por otro lado, el rally estaba conformado por dos estaciones, cada una con sus respectivas actividades. En la estación #1, la primera dinámica fue el reconocido juego tradicional llamado “Rayuela”, el cual a través del tiempo ha sufrido variaciones; ya sea en nombres, figuras y formas de jugar, debido a la transmisión de generación en generación de manera oral, sin embargo, sin importar la variación permite el desarrollo de capacidades motrices como la coordinación y fomenta el desarrollo social.⁹⁵

Asimismo, en un estudio realizado para determinar la incidencia de la práctica del juego de la rayuela en el desarrollo de la psicomotricidad (disciplina que estudia el movimiento y su relación con el desarrollo cognitivo) en niños de 4 a 5 años, se concluye que, sí incide positivamente. Promueve y entrena la coordinación dinámica global, la coordinación óculo- manual y óculo- podal, el desplazamiento con seguridad, la noción temporo-espacial, la mecánica de caminar, correr y saltar (hacia arriba, hacia un lado o en un solo pie), el equilibrio estático y dinámico, el dominio corporal y motor, la capacidad de controlar la fuerza, la percepción del propio cuerpo y el de los demás, la comunicación, la lateralidad y el desarrollo de las relaciones lógico- matemáticas. En síntesis, este juego permite el desarrollo de características motrices, cognitivas y sociales.⁹⁶

La otra dinámica de esta estación fue el juego tradicional de tiro al blanco, pero con retos, en la cual los participantes debían tirar un saquito a alguno de los cuatro cuadrantes representados por hojas de color y dependiendo de donde caía se cumplían distintos retos. Puesto que se requiere de lanzamientos, esta actividad promueve el desarrollo de la precisión y de la coordinación óculo- manual.⁷⁷

Además, debido a la inclusión de retos se estimulan muchas funciones cognitivas a la vez, lo que genera una estimulación global. En desafíos como clasificar las paletas según su color e introducirlas en el recipiente por la abertura correspondiente, hacer bolitas de plastilina y colocarlas en el cartón de huevos con base en la secuencia propuesta, armar el tablero de figuras geométricas con base en la secuencia, agrupar las imágenes según corresponda y completar el tablero de doble entrada, se hace uso de funciones cognitivas como la función ejecutiva, al cumplir con la tarea de ordenar y seguir series; la función de percepción y gnosias, al clasificar por atributos perceptivos y agrupar elementos por colores y de la función de praxias, al hacer uso de habilidades visoconstructivas.²⁶

En el desafío de la “caja sorpresa” se hace uso de la función cognitiva de percepción y gnosias, al estimular la tarea de reconocimiento táctil, ya que con los ojos cerrados el participante debía meter la mano en la caja y por medio del tacto reconocer el objeto. A su vez, en las actividades de armar las imágenes de animales, armar la palabra y armar el rompecabezas, se emplea esta misma función, pero por medio de la tarea de encajes, donde se colocan las piezas de manera correspondiente.²⁶

Por su parte, para la prueba de stroop se requiere de la función ejecutiva ya que se utilizan tareas de resistencia a la interferencia y en los desafíos como bailar, cantar, contar un chiste o un refrán, se estimula la función cognitiva de lenguaje ya que se cumplen tareas de lenguaje automático²⁶ y a la vez, se promueven otras capacidades como la toma de decisiones al elegir el reto.

Ahora, con respecto a la estación #2 los juegos eran: la carrera del limón y la cuchara, la torre de vasos en equipo y los cromos. En el primero, el grupo de 5-6 personas se colocaban en una fila horizontal, cada participante con una cuchara en la mano; el último de la fila debía pasar un limón con la cuchara hacia el compañero del lado y así sucesivamente hasta que el limón llegara al primero de la fila, posteriormente, el primero debía pasar al último puesto y repetir la acción. En el desarrollo de esta actividad se estimula la atención y la concentración; las praxias, donde se realizan tareas de ejecución de órdenes, gestos y mímicas haciendo uso de movimientos voluntarios; el lenguaje, el cual es necesario para brindar órdenes y guiar a los demás compañeros, por lo que se requieren las tareas de fluidez verbal; y finalmente, se estimula la función ejecutiva, principalmente el control inhibitorio al seguir un orden de participantes y esperar turnos.²⁶

Seguidamente, en la segunda actividad se debía construir una torre con vasos utilizando una liga que tenía varios hilos amarrados, los cuales los participantes estiraban con sus manos para alcanzar

el vaso, sujetarlo con la liga y colocarlo en el lugar estratégico para construir la torre. Para la realización de esta compleja actividad se requieren de diferentes habilidades motoras finas y gruesas, además de funciones cognitivas como la atención y la concentración; la percepción y las gnosias, al requerir tareas para encajar y ubicar los vasos en el lugar correspondiente y estratégico; las praxias, al realizar tareas de ejecución de órdenes, mímicas y construcción de modelos, en este caso de una torre con vasos; también, se ejercita el lenguaje al brindar órdenes, al ponerse de acuerdo en relación al plan para construir la torre y al guiar a los compañeros de equipo, por lo que se requieren las tareas de fluidez verbal; por último, se estimula la función ejecutiva, principalmente el control inhibitorio para el mantenimiento de la atención, el seguimiento de órdenes y la modulación de las emociones que surgen al complicarse la construcción de la torre y la flexibilidad cognitiva, la cual es vital para adaptarse a situaciones, hacer cambios en la actividad, planear estrategias nuevas y aprender de los errores.²⁶

Por último, la actividad final de esta estación fueron los cromos, los cuales se colocaron boca abajo en una superficie lisa, en este caso, en una mesa y los participantes debían golpear el cromo con la mano hueca, haciendo un tipo de vacío, con la finalidad de que este se volcara. El desarrollo de esta actividad permite que cada participante estimule la motora fina y diversas funciones cognitivas como las praxias, el lenguaje y la función ejecutiva. Es importante resaltar que los niños desconocían este juego, por lo que las personas adultas mayores se dieron a la tarea de explicarlo, para esto se utilizan el lenguaje y las praxias al brindar instrucciones claras y se requiere de la memoria de trabajo para recordar las reglas del juego; además, se hace uso del control inhibitorio al esperar turnos.²⁶ Una vez concluido el rally, los participantes se dirigieron a la otra aula para compartir una merienda, ya que como se mencionó anteriormente es necesaria una pausa.

Posterior a la merienda, se inició con la reproducción de una escena de la película *Up: una aventura de altura*, en la cual se muestra una estrecha relación entre una PAM y un niño, quienes no se conocían, pero emprenden una gran aventura. Las películas pueden ser utilizadas como herramientas educativas y de estimulación ya que incluso una pauta para la estimulación cognitiva señala que se debe facilitar información por medio de distintos registros, dentro de los cuales se encuentra el material audiovisual.⁷¹

Además, cabe resaltar que los niños(as) dedican mucho tiempo a los medios de entretenimiento, dentro de los cuales se encuentran las películas, por lo tanto, las imágenes que ven se convierten en sus modelos y fuentes de información. No obstante, esto puede ser utilizado positivamente ya

que se ha demostrado que cuando los niños(as) ven películas donde se muestra cooperación, empatía, compasión, generosidad y amabilidad, puede generarse un efecto prosocial y fomentar en ellos el altruismo, la cooperación e incluso la tolerancia hacia los demás.⁷

Seguidamente, tomando como base la película, se realizó una manualidad con la finalidad de promover la creatividad y las habilidades manuales de los participantes. Desde el punto de vista estrictamente cognitivo, el realizar actividades artísticas como pintar o hacer manualidades estimula habilidades cognitivas como las visoespaciales, las visoperceptivas y las visoconstructivas, ya que para la praxis de la pintura y/o manualidades se requiere desarrollar la percepción de formas, la diferenciación figura-fondo, la percepción del color, la organización espacial de los elementos y la coordinación óculo-manual. Además, se estimulan las funciones ejecutivas, debido a que se emplean capacidades de elección, organización, selección y secuenciación, también, se fomenta la capacidad atencional, la memoria procedimental y la motricidad fina.⁷¹

Cabe resaltar que con esta actividad se inició la evaluación y posteriormente se continuó al dividirse los participantes; una de las facilitadoras realizó un conversatorio con las PAM y la otra, con las madres y niños(as), siguiendo la guía de preguntas. Dichas evaluaciones, fueron grabadas en audio y vídeo, con el objetivo de analizar los resultados obtenidos tomando en cuenta tanto las expresiones verbales como no verbales.

Finalmente, se realizó una actividad de cierre con motivo de graduación, en la cual se expresaron palabras de agradecimiento y a modo de reconocimiento se les brindó un certificado de participación a las personas adultas mayores y a los niños (as), lo que permitió el reforzamiento positivo y la reflexión de lo vivido en las sesiones^{7,97}; además, a las mamás y a las adultas mayores se les regaló una rosa por la celebración del día de las madres. Por último, se realizó la canción de despedida denominada “la ronda de los conejos” y se compartió un almuerzo entre todos los que formaron parte del proyecto.

4.3.3.2. Análisis de resultados previstos según los objetivos planteados

Inicialmente, cabe resaltar que los objetivos para esta sesión fueron los siguientes:

- Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
- Fortalecer las relaciones intergeneracionales entre PAM y niños (as).

- Estimular la función ejecutiva en los y las participantes, por medio de actividades lúdico-creativas y actividades lideradas por las PAM.
- Evaluar el encuentro intergeneracional a través de lo expresado por las PAM, los niños(as) y sus padres.
- Realizar un cierre en el cual se brinde un agradecimiento y el reconocimiento por la participación a las personas adultas mayores, los niños(as) y sus madres.

Ahora bien, los resultados obtenidos en esta sesión se presentan a continuación:

4.3.3.2.1. Actitudes sobre el programa de actividades de la tercera sesión

Se implementó el programa de actividades planificado, sobre este se obtuvo una respuesta muy positiva y los participantes lo disfrutaron mucho, incluso esperaban con ansias el día de las sesiones.

Como se mencionó anteriormente, el uso de la metodología lúdico-creativa, el énfasis educativo y las relaciones estrechas entre las PAM y los niños(as) facilitó el disfrute de las actividades. Esto se evidencia en las figuras 33 y 34, donde se muestra a una adulta mayor y a una niña disfrutando de la actividad de los cromos.



Figura 33. Cromos durante la tercera sesión



Figura 34. Equipo verde jugando a los cromos durante la tercera sesión

Lo mencionado anteriormente también se evidencia en las siguientes frases:

“Hoy fue el día más especial” (Rojo 2 PAM)

“Venimos con el corazón limpio así para llenarlo de alegría, de los niños, de nosotros, hacernos chiles, nos ponemos a reír, un momento, este momento es como una etapa en que uno se siente tranquilo, no está mirando que me tengo que ir a otro lugar ni nada”

(Azul 2 PAM)

Con respecto a su actividad favorita fue: “Jugar con los adultos mayores” (Amarillo 4 N)

“Han sido muy lindas las actividades, ha sido un gran aporte tanto a uno como mamá, como a ellos y a los adultos mayores” (Mamá Verde 5)

Además, esto influyó en que los y las participantes esperaran con ansias el día de los encuentros. En sesiones anteriores fueron únicamente los niños quienes hicieron mención a esto, pero en esta última sesión, las PAM lo expresaron a través de las siguientes frases:

“Estábamos esperando que llegara el sábado, ir para disfrutar” (Azul 1 PAM)

“Es increíble, pero yo creo bueno en mi parecer yo en lo personal, espero este momento, espero los días y yo ay qué dicha ya esta semana tenemos que ir” (Verde 2 PAM)

Esto concuerda con la teoría ya que al planificar las actividades tomando en consideración los gustos y preferencias de los participantes, en este caso de las PAM, se maximizan los niveles de motivación⁹⁸ y por ende, las ganas de seguir participando.

Vinculado a esto, cabe resaltar que las actividades recreativas son indispensables en la adultez mayor ya que permiten el mantenimiento de un equilibrio biopsicoemocional, debido a que estas les ayuda a sentirse activos, útiles e integrados socialmente. Asimismo, les genera una adecuada salud mental, espiritual y emocional; por lo que también funcionan como herramientas para la motivación. Es por ello que el juego recreativo y el deporte social son una política de derecho.⁹⁸

Lo que se visualiza en la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor (Ley 7935), específicamente en el artículo 3 ya que como parte de los derechos para mejorar la calidad de vida se encuentra la participación en actividades recreativas, culturales y deportivas promovidas por las organizaciones, las asociaciones, las municipalidades y el Estado.⁵⁰

Finalmente, con relación a la recreación, la figura 35 muestra a una adulta mayor disfrutando de manera plena durante la realización de la manualidad.



Figura 35. Manualidad de la película Up durante la tercera sesión

4.3.3.2.2. Fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales durante la tercera sesión

En esta sesión se ha generado un fortalecimiento de la relación entre las personas adultas mayores y los niños (as), esto ha permitido potenciar el aprendizaje mutuo y conjunto.

Inicialmente, cabe resaltar que al ser la tercera sesión las PAM y los niños han compartido más experiencias, por lo que disfrutaban de la compañía del otro y se fortalecen relaciones que trascienden a amistades. Inclusive en un estudio realizado con niños de 4 a 7 años, estos consideraron que las características más importantes de las amistades son hacer cosas juntos, agradarse, sentir cariño

mutuo y ayudarse uno al otro.⁷ Esto se evidencia en las figuras 36 y 37, donde se muestra la amistad construida entre una adulta mayor y una niña del mismo equipo.



Figura 36. Integrantes del equipo rojo haciendo la manualidad de la película Up durante la tercera sesión



Figura 37. Integrantes del equipo rojo trabajando en equipo en la manualidad de la película Up durante la tercera sesión

Asimismo, lo mencionado anteriormente se refleja en las siguientes frases:

“A él le encanta venir, le encanta compartir con los adultos mayores” (Mamá Amarillo 4)

“Es lindo venir y esperar el compartir con los niños” (Verde 2 PAM)

Ahora bien, al compartir tiempo juntos se generaron en algunas PAM y niños(as) del mismo equipo, relaciones más estrechas. Un ejemplo de esto es la relación que se fue construyendo entre

Verde 1 y Verde 4, la cual se mantuvo durante todos los encuentros intergeneracionales e impactó positivamente en ambos. Esto fue identificado por la madre de Verde 4 quien menciona que:

“Verde 4 es un poco más empática con ellos, especialmente con Verde 1 ella hizo un click desde el principio, le ayuda, le hace todo, diay anda con él, a ella le gusta, más bien hoy venía: “Mami vamos tarde, mami no voy a poder jugar con Verde 1”

(Mamá Verde 4)

Esta manera de actuar puede estar relacionada con una conducta prosocial y altruista por parte de la niña, quien brinda ayuda a otro de manera voluntaria, sin esperar nada a cambio⁷. Estos sentimientos de amistad y cariño son mutuos ya que, durante esta tercera sesión, Verde 1 le dedicó unos versos a Verde 4 y le pidió que los leyeran juntos; este momento fue muy emotivo, lo que conmovió a otros participantes, como a una adulta mayor quien menciona:

“Me subió algo así como una emoción cuando Verde 1 dijo los versos que fueron improvisados no o una retahíla, los versos que usted dijo y cuando usted estaba diciendo los versos y la niña cuando terminó le dio un abrazo” (Azul 2 PAM)

Esa acción por parte del adulto mayor se encuentra vinculada con la educación intergeneracional, en la cual a través de la interacción y cooperación entre dos o más generaciones se busca compartir experiencias, conocimientos, valores y habilidades, para así aumentar la autoestima y alcanzar la autorrealización⁷⁵; como en el caso de este adulto mayor quien comparte su habilidad para escribir versos.

Asimismo, este tipo de actividades puede estar relacionado con la gerotranscendencia, la cual implica un sentimiento creciente de comunión cósmica con el espíritu del universo, lo que se logra mediante un proceso que incluya todas las experiencias de la vida anterior; alcanzar la gerotranscendencia podría ser alcanzar la sabiduría y el nivel más alto de desarrollo humano. Debido a esto, la PAM disminuye el interés en cosas materiales y su egocentrismo, por lo que puede aumentarse el sentimiento de afinidad con generaciones pasadas y futuras⁹⁴, compartir su sabiduría y habilidades y de esta manera auto-trascender.

En síntesis, relaciones de este tipo tan estrechas y positivas generan beneficios, como en el caso de este adulto mayor, quien menciona que:

“Esto para mí ha sido como una inyección de aliento, yo estuve muy fregado de la mente esto me ha hecho magnífico” (Verde 1 PAM)

Esto evidencia que los vínculos positivos construidos en este caso a través de los encuentros intergeneracionales ayudan a las PAM a mantener la satisfacción con la vida, al mejorar su salud y bienestar.⁷ La figura 38 refleja cómo los vínculos positivos influyen en el adulto mayor motivándolo a que concluya de manera eficaz las actividades.



Figura 38. PAM jugando rayuela durante la tercera sesión

Finalmente, cabe resaltar que estas relaciones que se han construido entre las PAM y los niños (as) potencian el aprendizaje¹ y, además está demostrado que el trabajar en grupos pequeños (3-5 miembros) se relaciona con un mayor desempeño que aquellos que trabajan individualmente.⁷⁶ Esto fue identificado por una PAM, quien menciona que:

“La experiencia ha sido maravillosa, todos aprendemos, o sea aprendieron los niños, las mamás o los papás que vinieron y lógicamente nosotros verdad” (Amarillo 2 PAM)

Además, las figuras 39, 40 y 41 reflejan el aprendizaje mutuo y conjunto en pequeño grupo.



Figura 39. Construcción de la torre de vasos durante la tercera sesión



Figura 40. Equipo amarillo jugando cromos durante la tercera sesión



Figura 41. Tiro al blanco con retos durante la tercera sesión

4.3.3.2.3. Estimulación de las funciones ejecutivas

Las actividades realizadas estuvieron orientadas a la estimulación de las funciones cognitivas, específicamente la función ejecutiva. La presencia de este componente tuvo un gran impacto en los participantes y en las madres de los niños(as).

Como se mencionó anteriormente, la estimulación de la función ejecutiva tanto en la PAM como en el niño es de gran importancia, ya que trae consigo múltiples beneficios y cobra aún más valor en esas etapas del ciclo vital. Esto se ve plasmado en la figura 42.

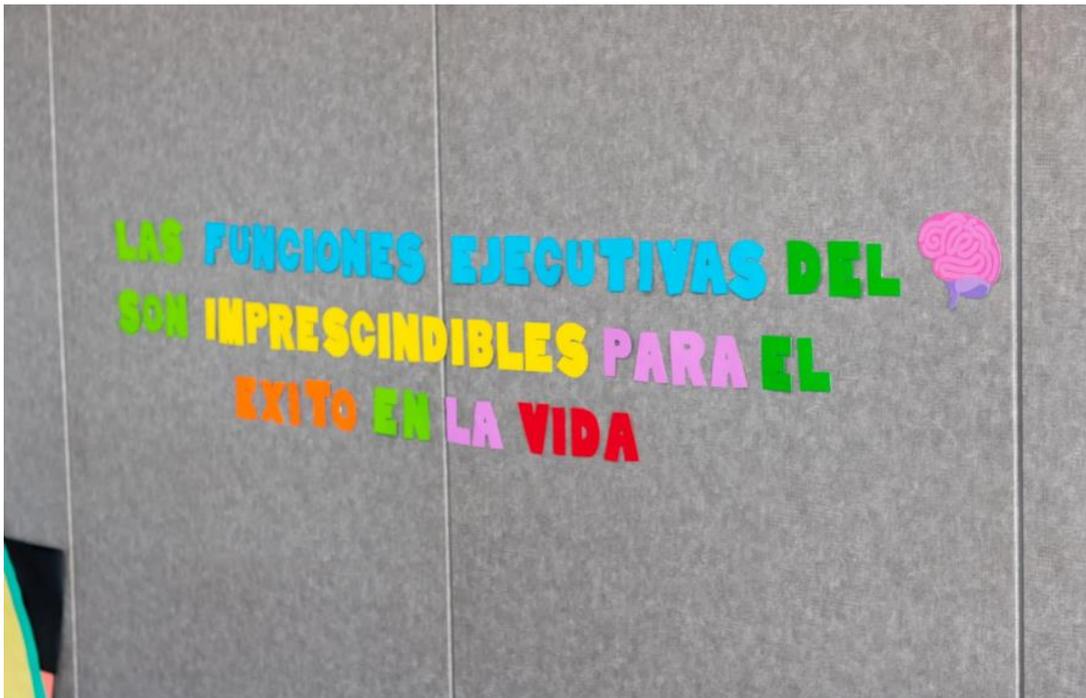


Figura 42. Lema del TFG

Además, en esta sesión al igual que en las otras, una participante identifica este componente y menciona que:

“Yo creo que es muy importante y a veces no le damos la importancia que tiene estar haciendo estas cosas” (Azul 3 PAM)

Ahora bien, para lograr ese objetivo se requirió de una planificación detallada de las actividades y a pesar de que el enfoque es en funciones ejecutivas, debido a la interrelación existente, todas las

actividades trascienden a componentes de otras funciones cognitivas, lo que resulta beneficioso al brindar una estimulación más global.²⁶

Por lo tanto, el canto jocoso, la actividad del hipódromo, las actividades lideradas por las PAM (los versos, la canción y la coreografía), el rally de los juegos tradicionales, la película Up con su respectiva manualidad y la ronda de los conejos, permitieron la estimulación de funciones cognitivas como orientación temporo-espacial, razonamiento lógico, percepción-gnosias, atención y concentración, praxias, memoria, lenguaje y función ejecutiva. Las figuras 43 y 44 reflejan la participación de las PAM y los niños(as) en algunas de las actividades mencionadas.



Figura 43. Actividad liderada por un adulto mayor durante la tercera sesión



Figura 44. Equipo rojo haciendo la manualidad durante la tercera sesión

Asimismo, el hacer uso de la metodología lúdico-creativa incrementa esa estimulación, debido a que el juego es considerado como una oportunidad para promover y entrenar factores cognoscitivos como la atención, la concentración, la recepción, la percepción, la selectividad, la discriminación, la comprensión, la interpretación, el análisis, la síntesis, el reconocimiento de patrones, las relaciones y contrastes, la toma de decisiones, la formulación de alternativas, la resolución de conflictos, las praxias, el seguir secuencias, la memoria, entre otros.⁹⁶

Lo anterior se ve reflejado en los siguientes comentarios:

“Le ha ayudado como en sí a él, como a esperar más, a ser más creativo y todo”

(Mamá Rojo 3)

“Les ha enseñado más que todo a, verdad esa es ejecutiva, a esperar su turno, la cognitiva a cosas como de tener la agilidad a la hora de hacer algo, eso les ha ayudado bastante para que sean más capaces en ejecutarla bien” (Mamá Verde 5)

Vinculado con esto, las figuras 45 y 46 muestran un juego como la rayuela, el cual puede promover y entrenar los factores cognoscitivos mencionados anteriormente.



Figura 45. Rayuela durante la tercera sesión **Figura 46.** Niño jugando rayuela durante la tercera sesión

Finalmente, es necesario destacar el impacto tan positivo que tuvo la actividad “La ronda de los conejos”, siendo visualizada incluso como una de las favoritas, ya que durante la evaluación los niños (as) preguntaban con ansias sobre la canción, la cantaban de memoria antes de la actividad y llevaban artículos de conejos a la sesión. La figura 47 refleja el disfrute de los y las participantes durante esta actividad.



Figura 47. “La ronda de los conejos” durante la tercera sesión

Las rondas son juegos en los que no existe un ganador debido a que tienen fines meramente recreativos, se aprenden por imitación de manera rápida y grupal. Este tipo de actividad estimula el canto, el ritmo y la actividad física y fomenta valores como el amor, el respeto, el trabajo en equipo y la solidaridad.⁹⁵

Además, está vinculada con la estimulación cognitiva ya que por medio del aprendizaje de la letra se estimula el recuerdo y la memoria a largo plazo y se potencia el uso del lenguaje; este último es muy importante ya que incluso existen programas educativos enfocados en promover el vocabulario en niños de 4 años por medio de la música. De igual manera, con el objetivo de aprender la canción se estimula la capacidad de escuchar atentamente al focalizar la atención en la letra y ritmo de la canción, lo que a su vez estimula las habilidades motrices como la coordinación, el equilibrio y la movilidad.⁷¹

4.3.3.2.4. Evaluación de la tercera sesión

De la evaluación realizada se cumplió el objetivo ya que a través del conversatorio surgieron expresiones importantes para analizar en la discusión, este momento se muestra en la figura 48.



Figura 48. Conversatorio con los niños (as) durante la tercera sesión

Además, a diferencia de las otras sesiones, en esta se realizó una manualidad donde los participantes expresaron sus percepciones y sentimientos acerca de lo vivido, debido a que fue la última sesión del programa intergeneracional. La figura 49 muestra el resultado final de la manualidad.



Figura 49. Manualidad sobre la película Up: una aventura de altura durante la tercera sesión

Ante esto, es importante resaltar que el arte es utilizado como forma de comunicación no verbal y como un medio de expresión consciente e inconsciente, ya que generalmente los pensamientos y sentimientos se expresan con mayor facilidad a través de imágenes que de palabras. Esta herramienta puede utilizarse a cualquier edad y además permite que la persona pueda autoconocerse y conocer sus emociones.⁹⁹

Finalmente, en el caso específico de los niños(as), estos en ocasiones suelen sentirse más cómodos si hacen dibujos en lugar de hablar sobre sus sentimientos⁷, por lo que el realizar esta manualidad constituyó una gran herramienta para conocer lo que pensaban y sentían. Un ejemplo de esto se visualiza en la figura 50.



Figura 50. Equipo verde haciendo la manualidad durante la tercera sesión

4.3.3.2.5. Cierre del programa intergeneracional

Como parte del cierre de la última sesión y por ende del programa intergeneracional, se realizó un agradecimiento y el reconocimiento por medio de la entrega de certificados de participación a las PAM y a los niños(as) y, además, por motivo de celebración del día de las madres se les regala a las adultas mayores y a las mamás de los niños (as) una rosa.

Con respecto a esto, cabe resaltar que el reforzamiento positivo es de vital importancia en los niños(as) ya que incluso aprenden más cuando su buena conducta es reforzada. Los refuerzos externos pueden ser tangibles o intangibles⁷, en este caso se utilizan los certificados y las palabras de felicitación y agradecimiento. Sin embargo, sin importar qué sea, el niño debe verlo como una recompensa y recibirlo de manera sistemática después de mostrar la conducta deseada; con el

tiempo esta conducta debe proporcionar un refuerzo interno como la sensación de placer o de logro⁷. Esto se visualiza en la figura 51.



Figura 51. Entrega de certificados de participación durante la tercera sesión

Por otro lado, cabe resaltar que el inicio y el final, la acogida y la despedida, son partes esenciales de cualquier proceso, por lo que al ser esta la última sesión, se debe tomar conciencia sobre la importancia de gestionar apropiadamente esos momentos de inflexión y de este modo alcanzar un adecuado cierre terapéutico; sin olvidar que a pesar de que algunas despedidas tienen un carácter colectivo, siempre va a existir una situación individual, la cual se debe atender concretamente haciendo visible a cada persona.⁹⁷

Además, los momentos de despedida suelen ser una buena ocasión para reflexionar, reconocer lo vivido, evaluarse y aprender del camino recorrido conjuntamente, por lo tanto, como parte de estos

se debe fomentar el humor, el reconocimiento, el agradecimiento, la estética, la coherencia, los buenos deseos, el respeto, la personalización, la creatividad, la flexibilidad, la sinceridad, la sorpresa, la participación, la escucha y la serenidad.⁹⁷ Lo anterior se visualiza en las figuras 52 y 53.



Figura 52. Equipo azul en la entrega de certificados de participación durante la tercera sesión



Figura 53. Entrega de rosas durante la tercera sesión

Finalmente, se debe hacer énfasis en que en este tipo de situaciones hay dos protagonistas simultáneos, la persona a quien se despide y la que despide; ambos deben ser activos en el proceso, lo que permite reconocer los vínculos y aportes de todos.⁹⁷ Los protagonistas mencionados se muestran en la figura 54.



Figura 54. Personas adultas mayores, niños(as) y facilitadoras del programa intergeneracional durante la tercera sesión

4.3.3.2.6. Sentimientos hacia el cierre del programa intergeneracional

Esta última sesión estuvo llena de muchas emociones y sentimientos, pero los principales fueron la nostalgia y el agradecimiento. Los encuentros intergeneracionales fueron muy significativos, por lo que los participantes refieren la falta que les hará asistir a los mismos y se mostraron agradecidos por haber sido seleccionados como parte del proyecto y por la experiencia vivida.

Para iniciar, se debe tomar en cuenta que en nuestra cultura la palabra despedir ha estado vinculada con la pérdida, ya que existe la percepción de que comenzar siempre es más fácil que acabar y que al recibir se obtienen emociones más positivas que al despedir. Sin embargo, ambos momentos son las dos caras de la misma moneda, al estar ligadas a un proceso emocional intenso.⁹⁷

No existe una receta magistral para este momento sensible, por lo que es necesario tomar en cuenta la manera en que lo vivencia cada una de las personas involucradas, lo cual va a variar dependiendo de su personalidad, tipo de vínculo, tiempo de implicación, momento personal, entre otros, lo que lo vuelve aún más complejo; por esto se debe respetar el deseo de cómo quiere ser vivido.⁹⁷

Este momento de nostalgia se evidencia por las siguientes frases:

“Con sentimientos encontrados, tristemente todo llega a su fin” (Azul 1 PAM)

*“Estoy emocionada porque de verdad me he encariñado mucho” (ojos llorosos)
(Amarillo 1 PAM)*

“Hoy sí me siento sad” (Amarillo 4 N)

“Ya hoy es el último día y ya estaba triste porque ella quería seguir viniendo” (Mamá Azul 4)

Ante esto, se debe hacer énfasis en lo que han aprendido, lo que se llevan y lo que dejan, promoviendo la idea de que una despedida siempre conlleva un nuevo inicio, siendo impulso para nuevas oportunidades.⁹⁷

Por otro lado, las PAM se mostraron agradecidas por la oportunidad de formar parte del programa intergeneracional, lo cual se evidencia en las siguientes frases:

*“Gracias por habernos escogido, por dejarnos participar” (Ojos llorosos)
(Azul 1 PAM)*

“Les agradezco mucho, oigan me llevo el calorcito de todos ustedes por eso les agradezco mucho” (Verde 1 PAM)

“Muchas gracias, a ustedes y a la Universidad de Costa Rica que nos tomaron en cuenta y que hemos aportado un granito de arena para su profesión” (Amarillo 1 PAM)

Ese agradecimiento y esa satisfacción por su participación en el programa está relacionado con lo que menciona la teoría, ya que a medida que las personas envejecen, buscan actividades y compañía que les generen gratificación emocional. Esto puede trascender a un sentimiento de satisfacción con la vida ya que las emociones positivas vinculadas con recuerdos amenos tienden a mantenerse.⁷

4.3.3.2.7. Cambio en las actitudes de los niños (as) hacia la persona adulta mayor

Los encuentros intergeneracionales fueron una actividad significativa para los niños (as), tanto así que ha generado un cambio en la visión que tienen de las personas adultas mayores, esto trascendió los espacios de las sesiones con actitudes y comportamientos orientados a otras PAM que no forman parte del programa.

Como se mencionó anteriormente, los mitos y los estereotipos sobre la persona adulta mayor, la vejez y el envejecimiento, se encuentran fuertemente arraigados en nuestra sociedad, por lo que resulta necesario generar experiencias que garanticen la formación de un conocimiento real sobre las PAM, tomando en cuenta que son un grupo heterogéneo, con características diferentes; esto con la finalidad de eliminar las concepciones negativas sobre esta población.⁸⁶ Este conocimiento sobre la imagen real de cada PAM, se puede lograr a través de los encuentros intergeneracionales ya que estos permiten una relación más cercana entre los participantes, lo que garantiza un mayor entendimiento del otro.¹ Un ejemplo de esto se muestra en la figura 55, en la cual una niña y un adulto mayor evidencian la relación tan cercana que tienen por medio de un abrazo.



Figura 55. PAM y niña durante una actividad de la tercera sesión

Asimismo, cabe resaltar que otro aspecto relacionado con la imagen que los demás perciben de la persona adulta mayor es cómo esta se ve a sí misma.¹⁰⁰ El autoconcepto es la imagen de los rasgos y capacidades que cada uno tiene, es “una construcción cognoscitiva acerca del yo”, lo cual determina cómo nos sentimos con nosotros mismos e influye en nuestra conducta.⁷

Por su parte, se ha estudiado la relación existente entre los estereotipos y el autoconcepto que la persona tiene de sí misma, vinculando como estos dañan no solo a la PAM si no a las expectativas de las personas en general con respecto a la vejez⁸⁶, sin embargo, se podría visualizar en sentido contrario, desde cómo el autoconcepto positivo a pesar de las normas sociales podría romper con esos estereotipos. Una adulta mayor hace mención a esto, por medio del siguiente comentario:

“Nada de amargarme porque son chiquitos que están aprendiendo de mí, yo no voy a ser amargada porque si no que van a decir, ay esa viejilla que es amargada, mejor no me le acerco verdad” (Amarillo 3 PAM)

En síntesis, la experiencia obtenida por parte de los niños(as) en los encuentros intergeneracionales, ha influido en la visibilización de la persona adulta mayor, en la admiración hacia los mismos y en la construcción de una imagen positiva sobre estos, lo que se evidencia en las siguientes frases:

“Siento que ahora ella, digamos estamos en la calle y ve a una persona y ella dice: “Mamá mira hay un adulto mayor” antes no lo hacía” (Mamá Azul 4)

“El repite todo lo que los adultos mayores le dicen en la casa, TODO, o sea no pierde ni un punto ni una coma” (Mamá Amarillo 4)

*“Sí se relacionaba, pero no digamos como de llegar y abrazarlos, por ejemplo, ahora los ve en la calle y los quiere abrazar y yo: “No, o sea no a todo el mundo podés abrazar””
(Mamá Amarillo 4)*

“Antes llegaba a la casa y no saludaba a la tita, y ahora la saluda: “Hola tita, ¿cómo estás? Vieras que hice esto, esto y lo otro” entonces yo he visto el cambio, el cambio que tiene ahora hacia los adultos mayores porque antes no lo hacía, antes llegaba y ni siquiera la saludaba, ahora es una persona importante para él, entonces él llega y la saluda y conversa con ella”

(Mamá Azul 5)

4.3.3.2.8. Fortalecimiento de las relaciones entre los mismos grupos generacionales

Los encuentros intergeneracionales también han permitido el fortalecimiento de las relaciones entre el grupo de personas adultas mayores y entre el grupo de los niños(as).

Con respecto a las personas adultas mayores, estas mencionan que:

“Ha sido un aporte lindísimo ver a los compañeros, reencontrarnos, otras veces nos vemos y ya somos parte de una familia” (Azul 1 PAM)

“El intercambio así hasta con las mismas compañeras, nos volvemos a como le dijera, a compartir eso que hemos tenido durante años, porque hemos sido seguidoras del proyecto del PAIPAM, entonces el volvernos a encontrar aquí también uno se siente como familia ya”

(Verde 2 PAM)

En la adultez mayor, la amistad es muy importante ya que incluso en la teoría de la selectividad socioemocional se menciona que a medida que las personas envejecen, deciden invertir el tiempo y energía en mantener relaciones más íntimas. Esto tiene sentido, debido a que quienes cuentan con un círculo cercano de amigos, en los que se puede confiar y compartir preocupaciones, suelen ser más sanos, felices y capaces de manejar mejor los cambios del envejecimiento. Además, cabe resaltar que las personas adultas mayores disfrutan más el tiempo que invierten con sus amigos que el que pasan con sus familias, debido a que las amistades están mayormente relacionadas con el placer y la recreación.⁷

Por otro lado, en el caso de la niñez temprana, los niños (as) comienzan a construir amistades a través del juego. A partir de estas relaciones, aprenden a resolver problemas, a ponerse en el lugar de la otra persona, ven modelos de varios tipos de conducta y aprenden valores morales y normas de roles de género. Asimismo, es conveniente resaltar que los niños en esta etapa de la infancia

prefieren jugar con niños del mismo sexo o con quienes han compartido experiencias positivas frecuentes.⁷ Lo que se evidencia en la figura 56, en la cual todos los niños del sexo masculino pertenecientes al programa interactúan entre sí a través del juego.



Figura 56. Tiempo libre durante la tercera sesión

Finalmente, con relación a las interacciones con los demás, uno de los niños requiere de un proceso de adaptación cada vez que asiste a una de las sesiones, sin embargo, igual disfruta de cada una de ellas y se integra al juego con los demás niños. Esto es identificado por la madre quien menciona que:

“Le gusta mucho venir y cuando nos vamos, es que le da pena entonces hay que darle un proceso de adaptación” (Mamá Azul 5)

Con respecto a esto, Piaget menciona que la adaptación es la forma en que los niños manejan la nueva información con base en lo que ya conocen, ya sea por asimilación o acomodación. Una manera de lograr una adaptación sana es por medio de la bondad de ajuste, la cual es la relación

entre el temperamento del niño y las exigencias del ambiente, de las que el niño debe ocuparse, por lo que requiere de apoyo emocional y respeto en su proceso de adaptación, por medio de una introducción gradual a situaciones nuevas.⁷

4.3.3.2.9. Reacciones de las personas adultas mayores hacia las conductas de los niños(as)

Algunas personas adultas mayores identificaron conductas en los niños(as), específicamente durante la realización de una actividad, estas les generaron preocupación y las relacionaron con algunas causas. A su vez, otras PAM tras compartir tiempo con los niños construyeron concepciones positivas y lograron comprender su comportamiento.

La identificación de las conductas mencionadas se refleja en las siguientes frases:

“Hay niños aquí muy agradables pero muy agresivos” (Azul 2 PAM)

“Yo lo veo, la hiperactividad, el no socializar, el egoísmo” (Verde 2 PAM)

La primera conducta identificada por una PAM es la agresividad, la cual se incentiva durante el juego social ya que frecuentemente los niños pelean por juguetes y por mantener el control del espacio; incluso, los niños que más pelean suelen ser los más sociales y competentes y se considera que la capacidad de demostrar cierto grado de agresión puede ser un paso necesario para el desarrollo social.⁷

Asimismo, a medida que los niños (as) desarrollan más autocontrol y capacidad para expresarse verbalmente, pasan de mostrar agresión con golpes a hacerlo con palabras; sin embargo, se debe considerar que cada niño (a) es diferente y esta conducta agresiva puede estar relacionada con distintos agentes internos y externos que la intensifican.⁷

Otra conducta identificada por una PAM fue la hiperactividad en los niños(as), ante esto es importante aclarar que hay una diferencia entre la gran energía que tiene un niño y la hiperactividad que se encuentra vinculada a un déficit de atención, debido a que ningún niño tenía ese diagnóstico es probable que la PAM haga referencia a la energía. Los niños(as) comúnmente tienen mucha energía, lo cual es normal y hasta beneficioso ya que como se mencionó anteriormente aspectos como las travesuras y la energía vital confirman que un cerebro está en constante desarrollo⁶²,

además, los niños(as) son inquietos por naturaleza, por lo que se les debe enseñar a moverse con seguridad.¹⁰¹

Por otro lado, en relación con el comentario de que los niños(as) no socializan, primero se debe señalar que generalmente se homogenizan las capacidades, deseos y necesidades de estos, dejando de lado las particularidades de cada uno o el contexto¹⁰¹, por lo tanto, en este caso se debe respetar si algún niño no socializa tanto como otro ya que son las particularidades de cada uno.

No obstante, esa conducta puede ser normal en los niños de la primera infancia debido a que no pueden enfocarse en varios aspectos a la vez, lo que puede limitar el pensamiento de estos con respecto a las relaciones sociales y físicas. Incluso es solo conforme los niños crecen que el juego se vuelve más social e interactivo ya que al principio es normal que los niños jueguen solos. En un estudio realizado en 567 estudiantes del jardín de niños, se clasificaron a casi dos de cada tres que jugaban solos como competentes en el aspecto social y cognoscitivo, simplemente preferían jugar así, sin embargo, en ocasiones el juego solitario puede indicar timidez, ansiedad, temor o rechazo.⁷ Ante esto, una manera de apoyar a los niños(as) en el desarrollo de la capacidad para socializar, es por medio de los encuentros intergeneracionales ya que las relaciones con otros constituyen el eje central para el desarrollo de estos, debido a que aprenden de los adultos habilidades emocionales, sociales, cognitivas y de adaptación al entorno.⁶²

Por último, la otra conducta a la que hicieron referencia fue al egoísmo, el cual forma parte de los aspectos inmaduros del pensamiento preoperacional, por lo que un aspecto como el egocentrismo es normal dentro de la primera infancia. El pensamiento preoperacional se caracteriza por la centración, que es la tendencia a concentrarse en un aspecto e ignorar los demás, según Piaget, en la primera infancia los niños (as) llegan a conclusiones ilógicas porque no pueden descentrarse, es decir, no pueden pensar en varios aspectos al mismo tiempo.⁷

Relacionado con lo anterior, se encuentra el egocentrismo como una forma de centración, en el cual los niños pequeños se concentran tanto en su propio punto de vista que no son capaces de considerar el de otra persona, aún creen que el mundo gira a su alrededor, siendo egocéntricos principalmente en situaciones que no tienen relación con su experiencia inmediata.⁷

Ahora bien, tras explicar estas conductas que pueden estar presentes en los niños(as), una PAM las vincula con algunas causas, esto se refleja en la siguiente frase:

“Va a depender primero si son primogénitos, si están creciendo con adultos mayores, muchas cosas verdad” (Azul 1 PAM)

Con respecto a esto, el crecer en compañía de personas adultas mayores es positivo ya que estas tienen la capacidad de transmitir enseñanzas a otras generaciones por medio de vivencias, valores, costumbres y experiencias, contribuyendo al desarrollo de nuevos roles sociales y valores generacionales. Debido a esto, los abuelos pasan a ser una figura que complementa a los padres en la educación de los hijos, al transmitir tradiciones, valores, historia familiar y modelos de comportamiento.¹⁰² Por lo tanto, los encuentros intergeneracionales pueden funcionar como un medio para que las PAM inculquen sus valores a los niños(as) con la finalidad de que experimenten una niñez más positiva y saludable.

Por otro lado, tras compartir tiempo con los niños(as) algunas PAM lograron comprender y respetar su comportamiento, haciendo énfasis en que, a pesar de tener cosas en común, tanto la infancia como la vejez son etapas distintas y por ende deben cumplir otras tareas y tienen distintos comportamientos. Esto se ve reflejado en los siguientes comentarios:

“A un niño hay que dejarlo así porque si fuera lo contrario sería triste, si a un niño usted lo ve en un rincón ahí pasivo no, entonces yo veo que eso uno tiene que comprender toda esa energía que tienen ellos, ellos necesitan liberarla” (Amarillo 2 PAM)

“Dejar a ellos ser niños y yo como mayor” (Amarillo 3 PAM)

Ante esto, cabe resaltar que el rol del adulto como “facilitador y mediador de experiencias significativas” se vuelve complejo si no se conoce y comprende el proceso de desarrollo durante la primera infancia, lo cual es una gran responsabilidad debido a que se tiene que conocer para actuar favorablemente.⁶²

De igual manera, un aspecto vital es la comprensión y conocimiento mutuo entre las distintas generaciones, en este caso hacia los niños(as), lo cual se puede lograr por medio de los encuentros intergeneracionales ya que a través de estos se fomenta el respeto a la diferencia, la pluralidad de valores, costumbres e identidades, competencias y ritmos distintos.⁷⁵

4.3.3.2.10. Beneficios para las madres obtenidos a través de los encuentros intergeneracionales

Las actividades realizadas en los encuentros intergeneracionales han generado una reflexión en las madres, lo que las ha motivado a ser más partícipes en la estimulación de sus hijos(as) en la casa, lo que a su vez puede beneficiar la relación madre-hijo(a).

Esto se evidencia por las siguientes frases:

“Yo hacía estas cosas cuando estaba más bebé, pero por el ajetreo, la universidad, no he vuelto hacer actividades con él, entonces como que a veces se nos olvida, ya uno deja de tener paciencia, de asociar una cosa con la otra, eso me ha ayudado mucho, bastante”

(Mamá Verde 5)

“A mí me pasó igual con Rojo 3, yo hacía esas cosas cuando era más bebé”

(Mamá Rojo 3)

Con relación a esto, actualmente existen diferencias en los procesos de maternidad y paternidad con respecto a años anteriores, en los cuales se consideraba común que las madres se quedaran en el hogar realizando las labores domésticas con colaboración de sus hijos(as) mientras que los padres salían a trabajar. Sin embargo, ahora la mujer tiene un papel vital en el mundo laboral, razón por la cual muchas personas retrasan la paternidad hasta que consideren que pueden dedicar tiempo a sus hijos(as), por lo que al tenerlos se sienten presionados a invertir tiempo y energía en la crianza, que muchas veces no poseen.⁷

Este tiempo y energía es vital sobre todo durante la etapa de la niñez temprana cuando los niños (as) no asisten al kínder, ya que aprenden a través de la participación guiada de sus padres, la cual ocurre en juegos compartidos y en actividades cotidianas en las que los niños aprenden de manera informal las habilidades, conocimientos y valores, cruciales para el desarrollo cognoscitivo, lingüístico y psicosocial.⁷

Esta participación también se puede ver influenciada por el contexto cultural ya que la contribución directa de los adultos en el juego y aprendizaje de los niños puede estar mejor adaptada a una comunidad urbana de clase media, en la que los padres o los cuidadores tienen más tiempo, más habilidades verbales y posiblemente más interés en el juego y el aprendizaje de los niños, que en

una comunidad rural de un país en desarrollo, en la cual los niños observan y participan en las actividades laborales de los adultos.⁷

Asimismo, muchas veces los padres y madres no toman este rol de participación en el desarrollo de los niños (as) debido a que estos comienzan a crear nuevas interacciones sociales con sus compañeros de juego, amigos y hermanos, además, los incorporan en “guarderías” por lo que ya no lo consideran necesario. Sin embargo, esta interacción puede favorecer el sentimiento de satisfacción en los padres y el apego seguro entre ambos.⁷ Por lo tanto, a través de este resultado se evidencia que los encuentros intergeneracionales por medio de sus actividades despiertan una motivación en las madres de seguir participando en la estimulación de sus hijos (as) y les brinda herramientas que pueden replicar y utilizar en sus hogares.

4.4. Resultados de la fase de evaluación

La evaluación es la quinta y última etapa del proceso de enfermería, la cual se define como una actividad planificada, continua y con un fin en el que tanto los usuarios como el profesional en enfermería determinan el progreso en el logro de objetivos y la eficacia del plan, ya que por medio de lo obtenido se logra precisar si la intervención debe terminar, continuar o cambiar.¹⁰³

Además, es una etapa de gran importancia, incluso es la sexta norma de práctica de la Asociación Americana de Enfermeras (ANA por sus siglas en inglés), la cual hace referencia a que el profesional de enfermería evalúa los avances de cara a la consecución de los resultados. De igual manera, por medio de esta los y las enfermeras demuestran la responsabilidad de sus acciones, el interés en los resultados de las actividades planificadas y el deseo de desarrollar acciones más eficaces.¹⁰³

Ahora bien, cabe resaltar que existe una relación entre la evaluación y las otras fases del proceso, ya que esta al ser la última etapa requiere de los pasos que la preceden para desarrollarse de manera adecuada.¹⁰³ Esto se logró en esta práctica dirigida debido a que los objetivos planteados para cada una de las etapas del proceso de enfermería fueron alcanzados satisfactoriamente.

Por otro lado, se realizó una reunión final con las PAM, los niños(as) y sus madres con la finalidad de cumplir con el último objetivo de esta práctica dirigida, el cual corresponde a evaluar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones. A continuación, se desarrolla el contenido de esta reunión y el análisis de los resultados obtenidos.

4.4.1. Reunión final de evaluación

4.4.1.1. Contenido de la reunión

La última reunión fue llevada a cabo el sábado 16 de noviembre del 2019, tuvo una duración de 120 minutos y se contó con la participación de 4 niños, 3 niñas entre la edad de 3 y 6 años, 8 adultas mayores, 2 adultos mayores entre la edad de 69 y 85 años, 6 madres y 1 padre. Esta reunión fue realizada en las aulas 104, 105 y 106 del cuarto piso de estudios generales de la Universidad Nacional.

Inicialmente, conforme iban llegando las personas adultas mayores y las madres se dió la instrucción de ingresar al aula con las facilitadoras, donde se iba a realizar la exposición y en el caso de los niños(as) que asistieron, fueron movilizados a otra aula con otros dos colaboradores quienes proyectaron la película de Toy Story 4 y realizaron otras dinámicas.

Cabe resaltar que esta división fue realizada ya que al ser una exposición y conversatorio de extensa duración se requería de un mayor tiempo de atención, además la vivencia de los niños(as) en estos encuentros intergeneracionales ya había sido tomada en cuenta en cada sesión por medio de la selección de la paleta, algunas frases que expresaban y su lenguaje corporal, por lo que para esta última reunión se decidió que la experiencia vivida por ellos fuera expresada por lo que sus madres y padres, como principales actores en la vida de sus hijos, han visto en cuanto a cambios y aprendizajes obtenidos.

Al ingresar al aula se les dio la bienvenida a todas las personas participantes y se les entregó la hoja de asistencia, posterior a esto se inició la exposición haciendo uso de una presentación de Power Point, en la cual se proyectaron los objetivos de la práctica dirigida, las actividades realizadas en cada sesión, así como los resultados obtenidos en las mismas. Para presentar estos se seleccionaron diferentes frases expresadas por las PAM, los niños(as) y sus madres, así como fotografías que las evidenciaban.

Al finalizar la exposición se llevó a cabo un conversatorio con las personas adultas mayores y las madres haciendo uso de una guía de preguntas (Ver anexo #8) con el objetivo de conocer la experiencia posterior a los encuentros intergeneracionales y su impacto en los niños(as) y en las personas adultas mayores. Este fue grabado en audio con la finalidad de analizar las expresiones verbales.

Con respecto a esta actividad es necesario mencionar que el “feedback” o retroalimentación es una parte integral del proceso de enseñanza-aprendizaje y de la evaluación, ya que en el caso del

feedback descriptivo se detallan los aprendizajes logrados, lo que permite identificar cuán exitosos fueron y los medios utilizados para alcanzarlos, además se especifica lo que hay que mejorar, se construyen nuevos aprendizajes por medio de la reflexión del trabajo realizado y se diseñan caminos para aprender a través de la discusión conjunta de las fortalezas y de las oportunidades de mejora. Esta debe centrarse en el desempeño mostrado durante todo el proceso, llevarse a cabo en un tiempo adecuado y permitir el diálogo entre los participantes de forma que se garantice un ambiente ameno.¹⁰⁴

Finalmente, como parte del cronograma de actividades se realizó una merienda en la cual participaron los niños(as), sus madres y las personas adultas mayores. Por último, a modo de cierre se expresó un agradecimiento y se les brindó una galleta y una fotografía impresa del grupo a cada uno.

4.4.1.2. Análisis de resultados previstos según los objetivos planteados

Inicialmente, cabe resaltar que los objetivos planteados para esta reunión fueron los siguientes:

- Presentar los resultados obtenidos en las distintas sesiones del programa intergeneracional a las personas adultas mayores y a las madres de los niños(as).
- Conocer la experiencia vivida posterior a la finalización de los encuentros intergeneracionales y su impacto en los niños(as) y en las personas adultas mayores.

Ahora bien, los resultados obtenidos en esta reunión se presentan a continuación:

4.4.1.2.1. Presentación de resultados

Se presentaron exitosamente los resultados obtenidos en las sesiones anteriores, ante la exposición, las personas adultas mayores y las madres de los niños(as) se mostraron sorprendidas, emocionadas y cautivadas.

La motivación de logro está relacionada con aspectos como el impulso de sobresalir, de alcanzar las metas y de esforzarse por tener éxito¹⁰⁵, por lo que el alcanzar esos aspectos tras haber concluido con éxito el programa intergeneracional puede culminar en “emociones de logro”, las cuales son definidas como todas aquellas emociones que se encuentran vinculadas con diferentes actividades que implican lograr algo o con los resultados de esos logros que pueden ser el éxito o el fracaso.¹⁰⁶

En el caso de que el resultado sea el éxito, donde se alcanzan los objetivos propuestos, normalmente se desencadenan “emociones activadoras positivas” como el disfrute de la tarea y el orgullo, las cuales pueden tener efectos positivos en las personas ya que contribuyen a la preservación de los recursos cognitivos, a la concentración en una tarea, al desarrollo del interés, a la motivación intrínseca y a la autorregulación.¹⁰⁶ Finalmente, el momento de la exposición y las reacciones ante esta, se muestran en las figuras 57 y 58.



Figura 57. Facilitadoras exponiendo los resultados durante la reunión final de evaluación



Figura 58. Exposición de resultados durante la reunión final de evaluación

4.4.1.2.2. Experiencias y aprendizajes

En el conversatorio se pudo conocer la experiencia de los y las participantes posterior a la finalización de los encuentros intergeneracionales, es necesario aclarar que en el caso de los niños(as), las madres compartieron lo vivido por ellos(as). Asimismo, a través de lo expresado se pudo identificar que los encuentros intergeneracionales tuvieron un impacto positivo y generaron beneficios y aprendizajes en las personas adultas mayores y en los niños(as), lo cual se describe a continuación.

En primer lugar, cabe mencionar que en la valoración realizada el día de la primera reunión, uno de los resultados obtenidos fue con respecto al conocimiento sobre los encuentros intergeneracionales y su importancia, se obtuvo que algunos de los participantes y madres de los niños(as) sí los conocían y otros no. Sin embargo, a lo largo de las distintas sesiones y en esta evaluación final se muestra una mejor integración del concepto y su importancia, específicamente en el componente de la definición que hace referencia a que los programas intergeneracionales son vehículos para el intercambio determinado y continuado de aprendizajes entre las generaciones mayores y las más jóvenes.¹ Este conocimiento se evidencia en la siguiente frase:

“Regresar a estas alturas con chiquitos fue maravilloso, fue maravilloso saber cómo dicen ustedes que les podemos enseñar y aprender también de ellos” (Azul 1 PAM)

Asimismo, con respecto a la importancia, los y las participantes identificaron beneficios individuales y sociales de participar en los programas intergeneracionales e incluso lo recomiendan. Esto se visualiza en los siguientes comentarios:

“Yo pienso que el ir integrando a los niños desde pequeños va a crecer más el respeto hacia el adulto mayor que ahora es muy poco” (Azul 3 PAM)

“Recomiendo digamos a las madres y padres nuevos que tienen los chiquitos así de esas edades de que valoren eso, de que esta es una experiencia única” (Amarillo 2 PAM)

Sumado a esto, tal fue la interiorización por parte de los participantes, específicamente de las personas adultas mayores, que en esta evaluación final mencionan que ahora tienen un interés

especial en los encuentros intergeneracionales, tanto que han leído sobre experiencias en otros países y les gustaría seguir expandiendo su conocimiento sobre el tema. Esto se muestra en las siguientes frases:

“En otros países, los están llevando a que interactúen con los niños y eso ha generado en ellos, en los adultos mayores, mucha estimulación cognitiva y más salud y más energía y más felicidad, más en los que están solos” (Azul 3 PAM)

“Ha sido una experiencia única y diay ahora echar para delante uno y seguir interesado en estos temas” (Amarillo 2 PAM)

Otros puntos donde hubo mejoría fue en el fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales y en la construcción de una visión más positiva hacia el otro grupo poblacional, lo que evidencia tres de los beneficios de participar en un programa de este tipo, estos son: unen generaciones separadas por la dinámica social, permiten el intercambio de ideologías, valores, conocimientos y experiencias entre los distintos grupos y disminuyen o eliminan cualquier estereotipo o barrera que puedan surgir respecto a una u otra generación recíprocamente.^{1,15} Estos beneficios fueron obtenidos por las PAM y los niños(as), lo cual se refleja en las siguientes frases:

“Ahora ella entonces es la que siempre donde ve a un adulto mayor, ella me dice: mamá mira allá hay un viejito dice o una viejita mamá, como las que yo voy entonces a ella ya se le quedó eso y yo creo que a ella nunca se le va a olvidar donde ella vino a compartir” (Mamá Azul 4)

“A cualquier persona que diga “un viejito”, ella: “No se dice viejito, se dice adulto mayor” o sea ella lo trata con respeto” (Mamá Verde 4)

“Tal vez tenían una idea de que es un adulto mayor y lo tienen verdad como nada más lo ven como el viejito o un abuelito y no que podían pues pasarla tan bien con un adulto mayor verdad y que igual se aportan de un lado como hacia el otro” (Mamá Azul 4)

*“A veces uno tiene cosas guardadas y entonces los niños te hacen sacar lo mejor que tú tienes”
(Azul 2 PAM)*

Relacionado con lo anterior, un aspecto significativo para los participantes y que es un logro para el programa, es la construcción de amistades entre las personas adultas mayores y los niños(as) ya que incluso a pesar de haber pasado semanas tras la finalización de las sesiones, estas se mantuvieron intactas. No obstante, cabe resaltar que esas amistades no surgieron de manera inmediata, sino que se fueron construyendo a lo largo de los encuentros. Esto se visualiza en la siguiente frase:

“Ellos llegan como extraños, huraños y el primer día no hubo mucha relación y di uno entiende, di son niños y nunca nos han visto verdad, pero ellos fueron ya en la segunda clase, en la tercera, ya participaban más” (Amarillo 1 PAM)

Esto concuerda con la teoría ya que los niños(as) aprenden a llevarse bien con otros por medio de las amistades e interacciones con compañeros de juego⁷, por ende, tras compartir con las PAM por medio de este, se construyeron amistades estrechas, lo cual se evidencia en las siguientes frases:

*“Ella a veces se acuerda mucho de Azul 2, fue como lo que más tiene porque fue como con quien hizo más clic, ella a veces me habla de Azul 2 y me dice mamá te acuerdas de mi amiga Azul 2”
(Mamá Azul 4)*

“Y hoy apenas llegó, lo primero que vio cuando abrió el ascensor, se topó a Verde 1 de frente y llegó y lo abrazó, no no se le olvida Verde 1” (Mamá Verde 4)

Por su parte, en el caso de la persona adulta mayor, la amistad es de gran relevancia al ser un aspecto que los hace sentir más sanos, felices y capaces de manejar mejor los cambios del envejecimiento.⁷ Ante esto, dos adultas mayores mencionan que:

“Nos han dado una convivencia muy linda con los niños” (Amarillo 1 PAM)

“Ahora es muy lindo, digamos que nos encontremos en la calle, nosotros ampliamos nuestro círculo de amistades también” (Azul 1 PAM)

Ahora bien, con respecto al componente de estimulación cognitiva, debido a su constante presencia a lo largo de las sesiones, los participantes lograron reflexionar y tomar conciencia sobre la importancia de este y de cómo los encuentros intergeneracionales pueden funcionar como una oportunidad para la promoción del desarrollo cognitivo. Esto se visualiza en las siguientes frases:

“Rescato digamos que uno ya después de 60- 70 años uno necesita todas estas actividades porque si uno se pensiona o se retira del trabajo y se encierra en la casa, se dice que el cerebro es elástico entonces el cerebro se arratona más, o sea se encierra uno más e incluso se le complica la vida” (Amarillo 2 PAM)

“Uno ve como sí avanzan las personas, si se ocupan más de la estimulación cognitiva que a veces no se le da tanta importancia” (Azul 3 PAM)

Además, cabe resaltar que al inicio del programa, el conocimiento acerca de las funciones ejecutivas era escaso, no obstante, tras la explicación teórica y la aplicación práctica, ese conocimiento aumentó, se logró la identificación de estas en las actividades y se alcanzó la mejoría en los participantes, especialmente en el proceso cognitivo correspondiente al control inhibitorio, reflejado en la acción de inhibir respuestas al tener que esperar el turno.⁷ Esto se muestra en el siguiente comentario:

“Hay niños que a veces quieren hacerle todo entonces uno le explicaba: “No, sigue él” entonces esperaba, ya aprendieron a esperar al turno que le toque” (Amarillo 1 PAM)

Por otro lado, las actividades realizadas en los encuentros intergeneracionales al tener un enfoque lúdico pueden generar un impacto positivo y así trascender a otros espacios, como en el caso de un niño, quien ahora las replica en su hogar, por lo que se continúa fomentando la estimulación cognitiva, esto es identificado por su madre quien menciona lo siguiente:

“Verde 3 es uno que digamos, a él no le gusta digamos hacer manualidades, pintar, todas esas, yo lo sentaba ahí y me decía: “No es que mi no me gusta, eso es feo” y ahora, después de la última clase, él va y saca una hoja, saca los lápices de color y usted lo ve sentado en la mesa dibujando” (Mamá Verde 3)

Por lo tanto, un componente que favorece aún más la estimulación es el uso de la metodología lúdico-creativa como eje transversal, este fue adquiriendo mayor importancia a lo largo de las sesiones y en esta última evaluación, los y las participantes lograron integrar mejor la idea de que esta metodología es beneficiosa ya que permite sentir, conocer, expresar y encontrar un vínculo entre el disfrute propio y el compartido³⁰, al aprender haciendo.²⁹ En síntesis, por medio de esta juegan, disfrutan y aprenden; esto es descrito por una madre quien menciona que:

“A ella le da esa nostalgia porque aparte de que la pasaba muy bien verdad, por todas las actividades que había, para ella no fue nada aburrido y como Azul 4 no va al kínder entonces esta era su escuela” (Mamá Azul 4)

Finalmente, cabe mencionar que hubo un cambio en el pensamiento de dos adultas mayores como beneficio tras emplear la metodología lúdica creativa en el programa, en esta última evaluación expresaron haber comprendido que el juego no solo compete y beneficia al niño, el adulto también enriquece su visión del mundo y encuentra nuevas formas de expresar sus opiniones y sentimientos.²⁸ Esto se evidencia en las siguientes frases:

“Para mí fue primero romper el paradigma de que las cosas no deben ser tan serias en los cursos de adultos mayores, sino también, canalizarlo de una manera más amena y divertida” (Rojo 1 PAM)

“Lo he aprovechado montones y yo llego a contarles la convivencia con los niños, los juegos, como jugamos rayuela” (Amarillo 1 PAM)

A modo de conclusión de esta última etapa del proceso de enfermería, es necesario resaltar que debido a los logros, beneficios y aprendizajes obtenidos por las personas adultas mayores y los

niños(as), se evidencia que efectivamente los encuentros intergeneracionales funcionan como un vehículo para conseguir el fin seleccionado, en este caso la promoción del desarrollo cognitivo. A su vez, el rol del profesional en enfermería constituyó un pilar esencial para alcanzar ese fin y aún más al utilizar teorías propias de la disciplina como base para su accionar.

La teoría para el logro de los objetivos de Imogene King define la enfermería como un proceso de interacciones humanas entre enfermera y usuario, en el cual cada uno percibe al otro y a la situación; y a través de la comunicación, fijan objetivos, exploran los medios y se ponen de acuerdo en cuanto a los mismos para alcanzar la meta.⁴⁷ Esto refuerza la idea de que esta teoría es idónea y congruente con los encuentros intergeneracionales ya que tienen en común que para que un PIG funcione, se deben establecer los objetivos a alcanzar y las herramientas a utilizar.¹

Asimismo, la teoría de King propone que si los profesionales en enfermería al tener conocimientos y habilidades especiales hacen transacciones y brindan información adecuada a las personas, se establecerán metas mutuas y se alcanzarán los objetivos, de esta manera, se satisfacerán necesidades, se promoverá el crecimiento y desarrollo y por consiguiente, se garantizará un cuidado de enfermería efectivo⁴⁷ ya que esta teoría también menciona que la enfermería es un proceso que envuelve el cuidado del ser humano, siendo la salud su meta final.¹⁰⁷

Por lo tanto, si se define la salud como un fenómeno con implicaciones sociales, económicas y políticas y sobre todo, un derecho fundamental¹⁰⁸ y si además, las acciones de enfermería se enfocan a la promoción de la salud, como una acción educativa que permite a la persona visualizar su vida como un proceso continuo de aprendizaje y autorrealización y el cual implica integrar hábitos, habilidades y destrezas para el autodesarrollo y el autocuidado¹⁵, será posible obtener resultados como los expuestos en esta evaluación.

En síntesis, el enfermero o enfermera al interactuar con la persona establecen objetivos mutuos, visualizan la manera de alcanzarlos, realizan transacciones y alcanzan las metas, centrándose en todas las acciones que se deben llevar a cabo en cada una de las etapas del proceso de enfermería: valoración, diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación.¹⁰⁷

Capítulo V: Consideraciones finales

5.1. Conclusiones

A continuación, se desarrollan las conclusiones del proceso investigativo y de la puesta en práctica del programa intergeneracional.

- La aplicación del proceso de enfermería y sus etapas (valoración, diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación) constituyó un pilar fundamental para la adecuada gestión del cuidado y para el desarrollo de la práctica, ya que facilitó el uso del juicio crítico, de los conocimientos y las habilidades; y la identificación e intervención de la respuesta humana del grupo.
- Se concluye que el uso de “Una teoría para el logro de los objetivos” de Imogene King como eje transversal plasma la verdadera identidad de la profesión, brinda sustento para el desarrollo autónomo de las actividades y permite desempeñar roles de liderazgo, enseñanza y asesoramiento en los encuentros intergeneracionales.
- Tras desarrollar este programa con dos poblaciones distintas, se concluye que es indispensable realizar una adecuada y precisa valoración con el fin de conocer las características personales de cada niño(a) y de cada persona adulta mayor, para de esta manera trabajar con base en los aspectos en común.
- El contar con la participación de las personas adultas mayores que asisten al PAIPAM favoreció el desarrollo de las actividades, debido a que en sus cursos se les ha motivado a construir un envejecimiento saludable.
- La utilización de evidencia científica, juicio profesional, creatividad, capacidad de adaptación y diversos recursos en el planeamiento de las actividades permitió que estas fueran las más óptimas para la promoción del desarrollo cognitivo y generó un ambiente flexible, motivador y estimulante.
- Como parte del rol de enfermería, es fundamental promover un espacio ameno que garantice la motivación y colaboración de los y las participantes, esto facilitó el proceso y la cohesión grupal.
- El desarrollar actividades en pequeño grupo constituyó una herramienta beneficiosa al permitir una intervención individualizada y una mayor confianza entre los integrantes de cada equipo, lo que a su vez facilitó la construcción de relaciones más estrechas y el mantenimiento de la atención durante las actividades.

- Tras la ejecución de un programa de este tipo, se concluye que para el manejo adecuado de grandes grupos, aspectos de logística, orden y control del tiempo, una buena estrategia fue contar con el apoyo de colaboradores.
- Tras el desarrollo de esta práctica con un grupo en el que participaban niños y niñas, se concluye que el apoyo de los padres y madres es fundamental para asegurar un mayor compromiso y además, al ser los principales actores en la vida de sus hijos(as) pueden comunicarnos cambios y aprendizajes obtenidos por ellos(as). Sin embargo, se debe procurar que el protagonismo dentro del programa sea únicamente por parte de las personas adultas mayores y los niños(as).
- Se concluye que este programa intergeneracional puede funcionar como una herramienta para hacer frente al fenómeno del envejecimiento poblacional, ya que a través de este se puede incentivar a la construcción de un envejecimiento saludable desde edades tempranas, potenciar la interacción social, unir generaciones, construir relaciones caracterizadas por el cariño, respeto y apoyo mutuo y principalmente eliminar mitos y estereotipos debido al proceso de visibilización y acercamiento con las personas adultas mayores desde las etapas tempranas del desarrollo.
- Al realizar actividades orientadas a la estimulación de la función ejecutiva, se logró trabajar con base en un punto de unión entre las personas adultas mayores y los niños(as), lo que permitió determinar que el fin seleccionado a alcanzar por medio de los encuentros intergeneracionales fue el adecuado.
- El uso de la metodología lúdico-creativa constituyó un pilar esencial en el desarrollo de esta práctica dirigida debido a que facilitó el cumplimiento terapéutico de las actividades e incentivó la participación al vincular el juego con el aprendizaje y con el disfrute propio y compartido.
- Debido a que las despedidas pueden ser emotivas, se concluye que es indispensable un adecuado cierre terapéutico y un reforzamiento positivo por lo logrado en el programa; y en el caso de ser necesario, es el profesional en enfermería el más idóneo para abordar por medio de una intervención terapéutica los sentimientos que se pueden generar.
- La última reunión evaluativa permitió retribuir a las personas adultas mayores, a los niños(as) y a sus madres por su participación directa e indirecta en el programa y a la vez

presentarles los logros obtenidos, por lo que se concluye que este es un aspecto indispensable al concluir con el componente práctico del Trabajo Final de Graduación.

- Se han realizado publicaciones sobre los beneficios que los programas intergeneracionales brindan a la población que participa directamente de estos, no obstante, en esta práctica dirigida se identificó la obtención de beneficios por parte de las madres de los niños(as), cuya participación fue indirecta. Por lo tanto, se concluye que debido a su amplio campo de acción, los PIG pueden generar beneficios en todas las personas implicadas.
- Finalmente, se concluye que los programas intergeneracionales sí funcionan como un vehículo para alcanzar un fin determinado y por medio de este, ambas poblaciones obtuvieron beneficios a través del aprendizaje mutuo y conjunto.

5.2. Recomendaciones

A continuación, se desarrollan las recomendaciones dirigidas a los distintos actores involucrados en esta práctica.

5.2.1. A la escuela de enfermería de la Universidad de Costa Rica

- Se considera importante promover la elaboración de más Trabajos Finales de Graduación bajo la modalidad de práctica dirigida, debido a que esta permite al estudiante hacer uso de habilidades y conocimientos adquiridos en la formación académica.
- Se considera pertinente motivar a los y las estudiantes desde la práctica en los distintos módulos de intervención de enfermería a realizar más Trabajos Finales de Graduación en espacios comunitarios y con poblaciones vulnerables, para de este modo ampliar la perspectiva como profesionales y emplear nuevas herramientas.
- Se considera valioso fortalecer los vínculos con programas universitarios para personas adultas mayores y con instituciones que desarrollen programas con la población infantil, para que de esta manera los y las estudiantes puedan tener la experiencia de realizar intervenciones con dos poblaciones de distinta generación y de ser así, se sugiere utilizar como guía el manual del PROIEEFE.
- Debido al envejecimiento poblacional, se considera pertinente incentivar a los y las estudiantes a que realicen Trabajos Finales de Graduación relacionados con temáticas de envejecimiento, vejez, persona adulta mayor e intergeneracionalidad, para de esta manera

aportar al estudio e intervención de este complejo fenómeno y a su vez, eliminar mitos y estereotipos en toda la población.

- Se considera importante continuar con el proceso formativo enfocado en el proceso de enfermería, mantener su aplicación en cada módulo de intervención e incentivar más su uso a nivel comunitario, para que de esta manera se pueda incorporar con mayor facilidad en el desarrollo de las prácticas dirigidas.
- El uso de teorías propias de la disciplina le brinda a los Trabajos Finales de Graduación una mayor guía e identidad enfermera, por lo que se considera importante fomentar la incorporación de otras teorías al plan de estudios para la aplicación de estas y las ya conocidas en las distintas investigaciones.

5.2.2. A los programas e instituciones vinculadas con la población adulta mayor y con la población infantil

- Se considera valioso que estas instituciones y especialmente el PAIPAM mantengan el interés en la temática de encuentros intergeneracionales y en la apertura para con los estudiantes, debido a que con sus nuevos aportes se genera un enriquecimiento mutuo del conocimiento.
- Debido a los beneficios que pueden generar los encuentros intergeneracionales dirigidos a la promoción del desarrollo cognitivo, se considera importante darle la oportunidad a estos como parte de los distintos programas enfocados en la persona adulta mayor y en los niños(as), tomando en cuenta las características personales de cada individuo y el uso de metodologías que permitan alcanzar los objetivos.

5.2.3. A la comunidad científica de enfermería

- Se considera pertinente ampliar la investigación sobre los encuentros intergeneracionales para de este modo contar con mayor evidencia científica que guíe y sustente este tipo de programas que se pueden adaptar a diferentes contextos y poblaciones. Asimismo, se sugiere incorporar el proceso de enfermería y las teorías propias de la disciplina en estas investigaciones para así lograr el crecimiento de la enfermería como disciplina y profesión.

- Se considera valioso que los profesionales en enfermería se den la oportunidad de utilizar metodologías y estrategias innovadoras como lo son los encuentros intergeneracionales para así alcanzar los objetivos de salud propuestos.

5.2.4. A nivel nacional

- Debido a los beneficios evidenciados por las personas adultas mayores y los niños(as) que participaron en este programa intergeneracional, se considera importante brindar apoyo y fomentar recursos para desarrollar experiencias similares desde el enfoque de enfermería y de este modo posicionar este proyecto a nivel nacional como una herramienta en pro de la salud de la sociedad.

Referencias bibliográficas

1. Sánchez M, Díaz P. Los programas intergeneracionales. En: Pinazo S, Sánchez M. Gerontología, Actualización, Innovación y Práctica. Madrid: Pearson Prentice-Hall; 2005. p.393-430.
2. Comisión de Trabajos Finales de Graduación. Guía de presentación de la propuesta bajo la modalidad práctica dirigida de graduación [Internet]. Costa Rica: Universidad de Costa Rica; 2017 [citado 22 Sep 2018]. Disponible en: <http://enfermeria.ucr.ac.cr/wp-content/uploads/2019/05/guia1.pdf>
3. Caro S, Guerra C. El proceso de atención en enfermería: Notas de clase. Digitalia [Internet]. 2002 [citado 22 Sep 2018]. Colombia: Editorial Universidad del Norte. Disponible en: <http://www.digitaliapublishing.com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr:2048/visor/18399>
4. Organización Mundial de la Salud (OMS). who [Internet]. La salud mental y los adultos mayores; 2017 [citado 22 Sep 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>
5. Instituto Nacional de Estadística y Censos. Estimaciones y proyecciones de población por sexo y edad 1950-2050 [Internet]. 1 ed. San José: INEC; 2013 [citado 22 Sep 2018]. Disponible en: https://www.inec.cr/sites/default/files/documentos/poblacion/estimaciones_y_proyecciones_de_poblacion/publicaciones/repoblacion1950-2050-01.pdf
6. Gutiérrez M, Hernández D. Los beneficios de los programas intergeneracionales desde la perspectiva de los profesionales. Revista interuniversitaria [Internet]. 2013 [citado 22 Sep 2018]; 21: 213-235. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1350/135029517010.pdf>
7. Papalia E, Feldman R, Martorell G. Desarrollo Humano. 12ma. ed. México: McGrawHill Education; 2012.
8. Gómez M. El aprendizaje en la tercera edad: Una aproximación en la clase de ELE [Internet]. 2008 [citado 22 Sep 2018]. Madrid: Universidad Nebrija. Disponible en: <http://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:e97390a9-c2f9-4c0d-bff1-e57f7cb5194a/2009-bv-10-13gomez-bedoya-pdf.pdf>
9. Binotti P, Spina D, Barrera M, Donolo D. Funciones ejecutivas y aprendizaje en el envejecimiento normal: Estimulación cognitiva desde una mirada psicopedagógica. Revista chilena de neuropsicología [Internet]. 2009 [citado 22 Sep 2018]; 4 (2): 119-126.

Disponible en: http://www.med.ufro.cl/neurociencia/images/02-2009/binotti_vol4_n2_119-126.pdf

10. Morita K, Kobayashi M. Interactive programs with preschool children bring smiles and conversation to older adults: time-sampling study. *BMC Geriatrics* [Internet]. 2013 [citado 22 Sep 2018]; 13 (1): 1-8. Disponible en: <https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2318-13-111>
11. Skropeta CM, Colvin A, Sladen S. An evaluative study of the benefits of participating in intergenerational playgroups in aged care for older people. *BMC Geriatrics* [Internet]. 2014 [citado 22 Sep 2018]; 14 (1): 1-11. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25292218>
12. Murayama Y, Ohba H, Yasunaga M, Nonaka K, Takeuchi R, Nishi M, Sakuma N, Uchida H, Shinkai S, Fujiwara Y. The effect of intergenerational programs on the mental health of elderly adults. *Aging Ment Heal* [Internet]. 2015 [citado 24 Sep 2018]; 19(4): 306–14. Disponible en: <https://sci-hub.tw/10.1080/13607863.2014.933309>
13. Cortellesi G, Kernan M. Together Old and Young: How Informal Contact between Young Children and Older People Can Lead to Intergenerational Solidarity. *Stud Paedagog* [Internet]. 2016 [citado 24 Sep 2018]; 21(2):101–16. Disponible en: <http://www.phil.muni.cz/journals/index.php/studia-paedagogica/article/view/1379>
14. Gualano MR, Voglino G, Bert F, Thomas R, Camussi E, Siliquini R. The impact of intergenerational programs on children and older adults: A review. *Int Psychogeriatrics* [Internet]. 2018 [citado 24 Sep 2018]; 30(4):451–68. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28988548>
15. Quesada AC, Granados M. Experiencias intergeneracionales en torno a la promoción de la salud en Costa Rica. *An en Gerontol* [Internet]. 2005 [citado 26 Sep 2018]; 5:55–70. Disponible en: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gerontologia/article/view/8864/8344>
16. Alfaro Vargas N. Encuentros intergeneracionales: Alternativa para Promover y Facilitar Relaciones Interpersonales Solidarias de Ayuda Mutua entre Personas Adultas Mayores y Adolescentes. Universidad de Costa Rica; 2009.
17. Láscarez V, Vargas H. Programas intergeneracionales desde las bibliotecas públicas que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores

mediante actividades lúdico- recreativas: propuesta de un programa intergeneracional para el sistema nacional. Universidad de Costa Rica; 2016.

18. Alpízar I. Las relaciones intergeneracionales en la construcción de una sociedad para todas las edades. *Rev Nuevo Humanismo* [Internet]. 2016 [citado 26 Sep 2018]; 4(1):41–71. Disponible en: <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/nuevohumanismo/article/view/7770/10801>
19. Mata Ramírez S, Sequeira Arguedas S. Las relaciones intergeneracionales afectivas: experiencia socio pedagógica con niños, niñas y personas adultas mayores de la comunidad de Vásquez de Coronado en la Provincia de San José [Internet]. Universidad Nacional de Costa Rica; 2019 [citado 25 Feb 2020]. Disponible en: <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/15069>
20. León Fernández M, Vega García H, Corrales Camacho I. Aprendizajes Intergeneracionales para la Sustentabilidad Ambiental en un Programa para Mayores en Costa Rica. En: V Congreso Iberoamericano sobre ambiente y sustentabilidad [Internet]. Jipijapa, Manabí, Ecuador: Universidad Nacional, Costa Rica. Centro de Estudios Generales; 2019 [citado 25 Feb 2020]. Disponible en: <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/15032>
21. Cañizares Márquez JM, Carbonero Celis C. Crecimiento y desarrollo del niño. Sevilla: Wanceulen Editorial; 2017.
22. Faccini B, Combes B. El Desarrollo del niño en la primera infancia: echar los cimientos del aprendizaje [Internet]; 1999 [citado 26 Sep 2018]. Disponible en: <http://unesdoc.unesco.org/images/0011/001163/116350so.pdf>
23. Patronato Nacional de la Infancia (PANI), Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Política Nacional para la niñez y la adolescencia Costa Rica (2009-2021) [Internet]. 2009 [citado 27 Sep 2018]. Disponible en: https://www.unicef.org/costarica/docs/cr_pub_Politica_NNA_CR.pdf
24. Diamond A. Why improving and assessing executive functions early in life is critical. En: Griffin JA, McCardle P, Freund LS, editors. *Executive Function in Preschool-Age Children*. 1st ed. Washington, Estados Unidos: American Psychological Association; 2016. p. 11–26.
25. Bausela Herreras E. Funciones ejecutivas: nociones del desarrollo desde una perspectiva neuropsicológica. *Acción psicol* [Internet]. 2014 [citado 11 Dic 2019]; 11(1):21-34.

Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2014000100003&lng=es

26. Martínez Rodríguez T. Estimulación cognitiva: guía y material para la intervención. *ACPGerontología* [Internet]. 2002 [citado 10 Ene 2020]; 7–180. Disponible en: <http://www.acpgerontologia.com/documentacion/estimulacioncognitiva.pdf>
27. Bierman KL, Torres M. Promoting the development of executive functions through early education and prevention programs. En: Griffin JA, McCardle P, Freund LS, editors. *Executive Function in Preschool-Age Children*. 1st ed. Washington, Estados Unidos: American Psychological Association; 2016. p. 299–320.
28. Murillo M. La metodología lúdico creativa: una alternativa de educación no formal [Internet]. 1996 [citado 10 Oct 2018]. Disponible en: <http://www.waece.org/biblioteca/pdfs/d098.pdf>
29. Pérez Yglesias M. Estrategia lúdico creativa: Al conocimiento y la educación por el placer. *Rev Educ* [Internet]. 2010 [citado 10 Oct 2018]; 34(1):55–72. Disponible en: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/497/499>
30. Unfried J. La pedagogía lúdico creativa. En: *Talleres lúdico creativos*. San José: Editorial Universidad de Costa Rica; 2009.
31. Domínguez Chavira C. La lúdica: una estrategia pedagógica depreciada. Colección Reportes Técnicos Investig [Internet]. 2015 [citado 10 Oct 2018]; 27: 7-24. Disponible en: <http://www3.uacj.mx/DGDCDC/SP/Documents/RTI/2015/ICSA/La%20ludica.pdf>
32. OMS, OPS. Documento Conceptual: Educación Para La Salud Con Enfoque Integral [Internet]. 2017 [citado 10 Oct 2018]; 1-3. Disponible en: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2017/promocion-salud-intersectorialidad-concurso-2017-educacion.pdf>
33. Juvinyà Canal D, Bertran Noguera C, Suñer Soler R. Alfabetización para la salud, más que información. *Gac Sanit* [Internet]. 2018 [citado 10 Oct 2018]; 32(1):8–10. Disponible en: <https://www-sciencedirect-com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr/science/article/pii/S021391111730184X>
34. Soto P, Masalan P, Barrios S. La Educación En Salud, Un Elemento Central Del Cuidado De Enfermería. *Rev Médica Clínica Las Condes* [Internet]. 2018 [citado 10 Oct 2018];

- 29(3): 288–300. Disponible en:
<http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0716864018300543>
35. Woolfolk A. *Psicología educativa*. 1st ed. Gaona L, editor. México: Pearson Education S.A. 2010; p. 1–648.
36. Tabloski P. *Enfermería gerontológica*. España: Pearson Educación; 2010.
37. Alvarado García A, Salazar Maya A. Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos* [Internet]. 2014 [citado 10 Ene 2020]; 25(2): 57-62. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2014000200002
38. Sáez Carreras J. Investigación e intervención educativa con personas mayores. En: Benjamin A, Chirre A, Escarbajal de Haro A, Fernández Lópiz E, Conrad Glass J, Marazza E, et al., editors. *Educación y aprendizaje en las personas mayores* [Internet]. Madrid, España: DYKINSON. 2003 [citado 10 Oct 2018]; p. 33–50. Disponible en:
<https://epdf.pub/educacion-y-aprendizaje-en-las-personas-mayores.html>
39. Martínez de Miguel López S. Propuestas educativas para las personas mayores. En: Benjamin A, Chirre A, Escarbajal de Haro A, Fernández Lópiz E, Conrad Glass J, Marazza E, et al., editors. *Educación y aprendizaje en las personas mayores* [Internet]. Madrid, España: DYKINSON. 2003 [citado 10 Oct 2018]; p. 101–18. Disponible en:
<https://epdf.pub/educacion-y-aprendizaje-en-las-personas-mayores.html>
40. OPS. *Enfermería gerontológica: Conceptos para la práctica* [Internet]; 1993 [citado 15 Oct 2018]. Disponible en:
http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/3106/Enfermeria_gerontologica_conceptos_para_la_practica.pdf?sequence=1
41. Judith A, Rivas A. Intergeneracionalidad y multigeneracionalidad en el envejecimiento y la vejez [Internet]; 2013 [citado 15 Oct 2018]. Disponible en:
<http://www.revistatabularasa.org/numero-18/14beltran.pdf>.
42. Escarbajal de Haro A, Belchí Romero G, Martínez de Miguel López S. Educación intergeneracional y educación social. En: Martínez de Miguel López S, Moreno Abellán P, Escarbajal A, editors. *Envejecimiento activo, programas intergeneracionales y educación social* [Internet]. Madrid, España: DYKINSON. 2017 [citado 15 Oct 2018]; p. 51–80. Disponible en:
<https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=ZehGDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&>

dq=Envejecimiento+activo,+programas+intergeneracionales+y+educaci%C3%B3n+soci al+2017&ots=MRsUBMuCIW&sig=plpypJqxMhpZtxEYcK1ZCAw8YEI#v=onepage&q =Envejecimiento%20activo%2C%20programas%20intergeneracionales%20y%20educaci %C3%B3n%20social%202017&f=false

43. Moreno Abellán P, Martínez de Miguel López S, Salmerón Aroca JA. Los programas intergeneracionales. En: Martínez de Miguel López S, Moreno Abellán P, Escarbajal A, editors. Envejecimiento activo, programas intergeneracionales y educación social [Internet]. Madrid, España: DYKINSON. 2017 [citado 15 Oct 2018]; p. 81–9. Disponible en:
<https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=ZehGDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=Envejecimiento+activo,+programas+intergeneracionales+y+educaci%C3%B3n+soci al+2017&ots=MRsUBMuCIW&sig=plpypJqxMhpZtxEYcK1ZCAw8YEI#v=onepage&q =Envejecimiento%20activo%2C%20programas%20intergeneracionales%20y%20educaci %C3%B3n%20social%202017&f=false>
44. Bostrum A, Hernández Castellón R, Gush C, Hatton Yeo A, Klerq J, Kort N, et al. Programas intergeneracionales: política pública e implicaciones de la investigación. En: Hatton Yeo A, Ohsako T, editors [Internet]. Hamburg, Alemania: Instituto de la UNESCO para la Educación. 2001 [citado 26 Oct 2018]; p. 2–70. Disponible en:
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000128018_spa
45. OMS, OPS. Promoción de la salud [Internet]. [citado 26 Oct 2018]. Disponible en:
https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=144&Itemid=40829&lang=es
46. Firmino Bezerra ST, Mesquita Lemos A, Costa de Sousa SM, De Lima Carvalho CM, Carvalho Fernández AF, Santos Alves MD. Promoción de la salud: La calidad de vida en las prácticas de enfermería. *Enferm Glob* [Internet]. 2013 [citado 26 Oct 2018]; 12(4):260–9. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000400016
47. King I. Una teoría para el logro de objetivos. En: *Enfermería como profesión*. 1st ed. México; 1984, p. 149–65.
48. Tribunal Supremo de Elecciones. CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA Ley n. o 7739 Publicada en La Gaceta N ° 26 el 6 de febrero de 1998 [Internet]. 1998 [citado 1

- Nov 2018]; p. 1–72. Disponible en:
<http://www.tse.go.cr/pdf/normativa/codigodelaninez.pdf>
49. Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM). Normativa en Beneficio de la Población Adulta Mayor [Internet]. 2013 [citado 1 Nov 2018]. Disponible en:
<https://www.conapam.go.cr/mantenimiento/FOLLETO%20NORMATIVA.pdf>
50. Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. Ley Integral para la Persona Adulta Mayor [Internet]. 1999 [citado 1 Nov 2018]. Disponible en:
http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=43655&nValor3=95259&strTipM=TC
51. MPS, UNFPA, CONAPAM. Política Nacional de Envejecimiento y Vejez. Minist la Protección Soc [Internet]. 2007 [citado 1 Nov 2018]; p. 1–50. Disponible en:
<https://www.minsalud.gov.co/Documentos y Publicaciones/POLÍTICA NACIONAL DE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ.pdf>
52. PAC. Creer y crear la Costa Rica del siglo XXI: compromiso país [Internet]. 2018 [citado 1 Nov 2018]; p. 69. Disponible en: <https://vinv.ucr.ac.cr/sites/default/files/files/Partido Acción Ciudadana.pdf>
53. León Fernández M. Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM). 2016. p. 1–2.
54. León M. Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor: Mejor calidad de vida para las personas adultas mayores un compromiso de todas las generaciones. Univ En Diálogo [Internet]. 2011 [citado 5 Nov 2018]; 1(1): 105–25. Disponible en:
<http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/dialogo/article/view/1223/1145>
55. Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) [Internet]. Heredia, Costa Rica. 2016 [citado 5 Nov 2018]; p. 1–2. Disponible en:
http://www.ceg.una.ac.cr/index.php?option=com_content&view=article&id=53
56. Jara Holliday Ó. Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias. Rev DECISIO Saberes para la acción en Educ adultos [Internet]. 2011 [citado 15 Feb 2020]; p. 1–17. Disponible en:
<http://centroderecursos.alboan.org/sistematizacion/es/registros/6793-orientaciones-teorico-practicas-para-la>

57. Procuraduría General de la República (PGR). Ley Reguladora de Investigación Biomédica No 9234 [Internet]. 2014 [citado 5 Nov 2018]. Disponible en: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=77070&nValor3=96424&strTipM=TC
58. Universidad de Costa Rica. Reglamento ético científico de la Universidad de Costa Rica para las investigaciones en las que participan seres humanos [Internet]. 2000 [citado 5 Nov 2018]. Disponible en: <http://ij.ucr.ac.cr/wp-content/uploads/bsk-pdf-manager/2017/09/Reglamento-%C3%A9tico-cient%C3%ADfico-de-la-Universidad-de-Costa-Rica-para-las-investigaciones-en-las-que-participan-seres-humanos.pdf>
59. Valarezo García C. Adulto mayor: Desde una vejez biológica-social hacia un nuevo envejecimiento productivo. *Maskana* [Internet]. 2016 [citado 12 Ene 2020]; 7(2):29–41. Disponible en: <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/1048/938>
60. García Puello F. Autopercepción de Salud y Envejecimiento. *Cienc e Innovación en Salud* [Internet]. 2013 [citado 12 Ene 2020]; 1(1): 69–77. Disponible en: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/view/87>
61. Ballesteros C. Recreación en el adulto mayor. *An Gerontol.* 2001;3(3):111–6.
62. Campos AL. Primera infancia: Una mirada desde la neuroeducación [Internet]. 2010 [citado 12 Ene 2020]; p. 11- 71. Disponible en: <http://www.iin.oea.org/pdf-iin/RH/primera-infancia-esp.pdf>
63. Sánchez Guzmán MA. Género y vejez: una mirada distinta a un problema común. *Ciencia* [Internet]. 2011 [citado 12 Ene 2020]; p. 48–53. Disponible en: https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/62_1/PDF/08_Genero.pdf
64. Universidad de Costa Rica (UCR), Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM). I Informe estado de situación de la persona adulta mayor en Costa Rica [Internet]. 2008 [citado 14 Ene 2020]; p.151-169. Disponible en: https://www.conapam.go.cr/mantenimiento/ESPAM/descargas/ESPAM_cap8web.pdf
65. Torío EA, Palacios J, Rojas A. Los rompehielos en la clase de ELE [Internet]. 2014 [citado 14 Ene 2020]; p. 59–64. Disponible en: https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/publicaciones_centros/PDF/manchester_2013-2014/06_alonso-palacios-rojas.pdf

66. Sinaga FSS, Maestro E, Winangsit E, Yensharti Y. Learning and Singing: Thematic Children Songs in Kindergarten [Internet]. 2019 [citado 14 Ene 2020]; 301(Icla 2018):143–51. Disponible en: <https://www.atlantis-press.com/proceedings/icla-18/55914484>
67. Harper LJ. Nursery Rhyme Knowledge and Phonological Awareness in Preschool Children. *J Lang Lit Educ* [Internet]. 2011 [citado 14 Ene 2020]; 7(1):65–78. Disponible en: http://jolle.coe.uga.edu/wp-content/uploads/2013/03/7_1_5_harper.pdf
68. Santiago Rodríguez R. Relación entre el juego del rol con el desarrollo de la empatía en niños de escuela a nivel elemental. *Forum Fam Plan West Hemisph* [Internet]. 2017 [citado 19 Ene 2020]; 24: 94–115. Disponible en: <https://revistas.upr.edu/index.php/forum/article/view/14929>
69. Takacs ZK, Kassai R. The efficacy of different interventions to foster children’s executive function skills: A series of meta-analyses. *Psychol Bull* [Internet]. 2019 [citado 19 Ene 2020]; 145(7): 653–97. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/fulltext/2019-23051-001.html>
70. Hernández Ríos A. Unidad temática I: comunicación verbal y no verbal [Internet]. 2014 [citado 19 Ene 2020]; p. 1–25. Disponible en: <https://licangelahdez.files.wordpress.com/2014/01/unidad-i-com-verbal-y-no-verbal-oeii.pdf>
71. Elber Tafur J. Estimulación cognitiva [Internet]. Lima, Perú. 2011 [citado 22 Ene 2020]; p. 1–1048. Disponible en: <https://edoc.pub/libro-estimulacion-cognitiva-completo-5-pdf-free.html>
72. Song D, Shen Q, Xu T-Z, Sun Q-H. Effects of group reminiscence on elderly depression: A meta-analysis. *Int J Nurs Sci* [Internet]. 2014 [citado 22 Ene 2020]; 1(4):416–22. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352013214000945>
73. Cervantes Guerrero M del M. Propuesta de un programa de estimulación cognitiva centrado en reminiscencia [Internet]. Universidad de Almería; 2018 [citado 22 Ene 2020]. Disponible en: http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/6828/19816_Cervantes%20Guerrero,%20Mar%20C3%ADa%20del%20Mar.pdf?sequence=1
74. Pinazo Hernandis S, Montoro Rodríguez J. La relación entre los abuelos/as y los nietos/as. Factores que predicen la calidad de la relación intergeneracional. *Rev Internacional de*

- Sociología [Internet]. 2004 [citado 22 Ene 2020]; 1(38): 7-28. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/277264022_La_relacion_entre_abuelos_y_nietos_factores_que_predicen_la_calidad_de_la_relacion_intergeneracional
75. Pérez Serrano G. Diseño de proyectos sociales: aplicaciones prácticas para su planificación, gestión y evaluación [Internet]. Madrid, España: Narcea S.A; 2016 [citado 22 Ene 2020]; p. 1–272. Disponible en: https://books.google.co.cr/books?id=JH29DAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
 76. Gillies RM. Cooperative learning: Review of research and practice. Aust J Teach Educ [Internet]. 2016 [citado 25 Ene 2020]; 41(3):39–54. Disponible en: <https://ro.ecu.edu.au/ajte/vol41/iss3/3/>
 77. Romero Barquero C. Rally-salón: una propuesta metodológica para realizar en clases de educación física y en proyectos recreativos. EmásF Rev Digit Educ física [Internet]. 2013 [citado 25 Ene 2020]; 4(22):22–42. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4483057>
 78. Sarikavanich K, Boonyahotra V, Sittiprapaporn P. Electroencephalographic study of Jenga game brain training. En: 2017 14th International Conference on Electrical Engineering/Electronics, Computer, Telecommunications and Information Technology (ECTI-CON) [Internet]. 2017 [citado 25 Ene 2020]; p. 5–8. Disponible en: <https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/8096159>
 79. Obstacle course activity guide [Internet]. 2010 [citado 25 Ene 2020]; p. 9–10. Disponible en: http://www.excelligence.com/Obstacle_Course_Guide.pdf
 80. Robles Mori H. La coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en niños de 4 a 8 años. AV. PSICOL [Internet]. 2008 [citado 29 Ene 2020]; 16(1):139-154. Disponible en: <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/coordinacionmotrocidad.pdf>
 81. Samaniego A, Revelo J, Sandoval V, Villa González E, Barranco Ruiz Y. Efecto de una intervención basada en un programa de danzaterapia y ejercicios del programa brain gym sobre la coordinación motriz en personas mayores. TRANCES [Internet]. 2017 [citado 29 Ene 2020]; 9(5): 726-746. Disponible en: http://www.trances.es/papers/TCS%2009_5_1.pdf

82. Vergara Silva MK. El juego: inicios e importancia en la educación. Educación [Internet]. 2018 [citado 29 Ene 2020]; 23:53–5. Disponible en: <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/educacion/article/view/1169>
83. Puig X. Calidad de vida en la vejez: Estimulación cognitiva [Internet]. 1st ed. Salesianos Impresores S.A. Santiago, Chile; 2012 [citado 29 Ene 2020], p. 6–19. Disponible en: http://adultomayor.uc.cl/docs/Estimulacion_Cognitiva.pdf
84. Castro Pérez M, Morales Ramírez ME. Los ambientes de aula que promueven el aprendizaje, desde la perspectiva de los niños y niñas escolares. Rev Electrónica Educ [Internet]. 2015 [citado 2 Feb 2020]; 19(3):1–32. Disponible en: <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/6874>
85. Jaramillo JM. La independencia y la interdependencia como valores orientadores de la socialización en la temprana infancia. Av en Psicol Latinoam [Internet]. 2012 [citado 2 Feb 2020]; 30(2): 287–303. Disponible en: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1499/1961>
86. Carbajo Vélez M del C. Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante. Rev la Fac Educ Albacete [Internet]. 2009 [citado 2 Feb 2020]; 24:87–96. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3282988>
87. Cerquera Córdoba AM, Álvarez Agudelo JL, Saavedra Ruiz AC. Identificación de estereotipos y prejuicios hacia la vejez presentes en una comunidad educativa de Floridablanca. Psychol Av la Discip [Internet]. 2010 [citado 2 Feb 2020]; 4(1):73–87. Disponible en: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1160/952>
88. CONAPAM. Mitos y Estereotipos acerca del envejecimiento y la vejez. En: Colección: Folletos Institucionales del CONAPAM [Internet]. 2nd ed. San José, Costa Rica. 2013 [citado 2 Feb 2020]; p. 4–14. Disponible en: <https://www.conapam.go.cr/mantenimiento/FOLLETO MITOS.pdf>
89. Tau R. Dos características de la comprensión infantil de la muerte: la transducción y la espacialización [Internet]. Universidad de Buenos Aires; 2015 [citado 4 Feb 2020]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/000-015/361.pdf>
90. Herrera A. Mitos y estereotipos en la sexualidad del adulto mayor. Medwave [Internet]. 2004 [citado 4 Feb 2020]; 4(4). Disponible en: <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/PuestaDia/Congresos/650>

91. Rheume C, Mitty E. Sexuality and Intimacy in Older Adults. *Geriatr Nurs (Minneap)* [Internet]. 2008 [citado 4 Feb 2020]; 29(5):342–9. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0197457208002668>
92. Cardona Jiménez J, Villamil Gallego MM. El sentimiento de soledad en el adulto mayor. *Rev Asoc Colomb Gerontol Geriatr* [Internet]. 2006 [citado 4 Feb 2020]; 20(2):930–8. Disponible en: http://acgg.org.co/pdf/pdf_revista_06/20-2-articulo4.pdf
93. Herrador Sánchez JA. Juegos tradicionales. En: *Juegos populares y tradicionales a través de la Filatelia* [Internet]. 1st ed. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA S.A. 2013 [citado 7 Feb 2020]; p. 13-235. Disponible en: https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=U-niCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=juegos+populares&ots=jzEt8tCquE&sig=IEDZb42pNJVfStCjcUTR46iV6r8&redir_esc=y#v=onepage&q=juegos%20populares&f=false
94. Tornstam L. *Gerotranscendence* [Internet]. 1st ed. 2005 [citado 7 Feb 2020]; p.1-209. Disponible en: <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=E2C91EBB8B72435012B8AFB44404E960>
95. Matamoros Sánchez M. *Matarilerilerón “aprendo y juego con mis abuelitos”: Juegos Tradicionales*. Costa Rica; 2019. p. 1–165.
96. Mendieta Toledo L, Gayrey Atiencia O, Valverde Ochoa M, Vargas Mosquera J. Incidencia del juego de la rayuela en el desarrollo de la psicomotricidad. *Espirales* [Internet]. 2019 [citado 10 Feb 2020]; 3(30):1-17. Disponible en: <http://www.revistaespirales.com/index.php/es/article/view/612/514>
97. Miquel MP, Areste XG. Despedidas: momentos con valor. Dando sentido a la despedida en la cultura de centro. *Aula innovación Educ* [Internet]. 2016 [citado 10 Feb 2020]; p. 29–34. Disponible en: <https://docplayer.es/164724063-Despedidas-momentos-con-valordando-sentido-a-la-despedida-en-la-cultura-de-centro.html>
98. Morales CSC, Díaz TK, Cumbajin MRC, Torres ÁFR, Analuiza EFA. Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Rev Cuba Investig Biomed* [Internet]. 2016 [citado 10 Feb 2020]; 35(4):366–74. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002016000400007&script=sci_arttext&tlng=pt

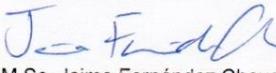
99. Mateu Lillo B. Arteterapia: La expresión de las emociones a través del arte en la infancia [Internet]. Universidad Jaume; 2018 [citado 10 Feb 2020]. Disponible en: http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/178242/TFG_2018_MateuLillo_Bel en.pdf?sequence=1&isAllowed=y
100. Callís Fernández S. Autoimagen de la vejez en el adulto mayor. Cienc en su PC [Internet]. 2011 [citado 13 Feb 2020]; 2 :30–44. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1813/181322257004.pdf>.
101. Zapata Ospina B, Restrepo Mesa J. Aprendizajes relevantes para los niños y las niñas en la primera infancia. Rev Latinoam Ciencias Soc Niñez y Juv [Internet]. 2013 [citado 13 Feb 2020]; 11(1):217–27. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v11n1/v11n1a15.pdf>
102. Quintero S, Trompiz J. El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad. Multiciencias [Internet]. 2013 [citado 13 Feb 2020]; 13(1):39–45. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/904/90428348005.pdf>
103. Berman A, Snyder S. Aplicación y evaluación. En: Fundamentos de enfermería: Conceptos, proceso y práctica. 9th ed. Madrid, España: Pearson Education S.A; 2013. p. 239–43.
104. Contreras G, Zúñiga C. Concepciones sobre retroalimentación del aprendizaje: Evidencias desde la Evaluación Docente en Chile. Actual Investig en Educ [Internet]. 2018 [citado 15 Feb 2020]; 18(3):1–25. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v18n3/1409-4703-aie-18-03-415.pdf>
105. Morán Astorga C, Menezes dos Anjos E. La Motivación De Logro Como Impulso Creador De Bienestar: Su Relación Con Los Cinco Grandes Factores De La Personalidad. Int J Dev Educ Psychol Rev INFAD Psicol [Internet]. 2016 [citado 15 Feb 2020]; 2(1):31–40. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851777004.pdf>
106. Pekrun R. Achievement emotions. En: Elliot AJ, Dweck CS, Yeager DS, editors. Handbook of competence and motivation: Theory and Application [Internet]. 2nd ed. New York, NY: The Guilford Press. 2017 [citado 15 Feb 2020]; p. 251–72. Disponible en: https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=iFLgDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA251&dq=%22achievement%22&ots=_pCfba_IRW&sig=PCSIlko3iwjwx8o54WP6HaMj_bcM&redir_esc=y#v=onepage&q=%22achievement%22&f=false

107. Rojas Valenciano L, Leiva Díaz V. Imogene king: teoría de la consecución de metas. En: Modelo conceptual de Imogene King y Dorothea Orem: Módulo autoinstruccional. 1st ed. San José, Costa Rica: Editorial UCR; 2009. p. 1–86.
108. Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud. La renovación de la atención primaria de salud en las Américas [Internet]. Washington, D.C. 2007 [citado 15 Feb 2020]; p.1–48. Disponible en: http://www.paho.org/hq/dmdocuments/2010/Renovacion_Atencion_Primaria_Salud_Americas-OPS.pdf

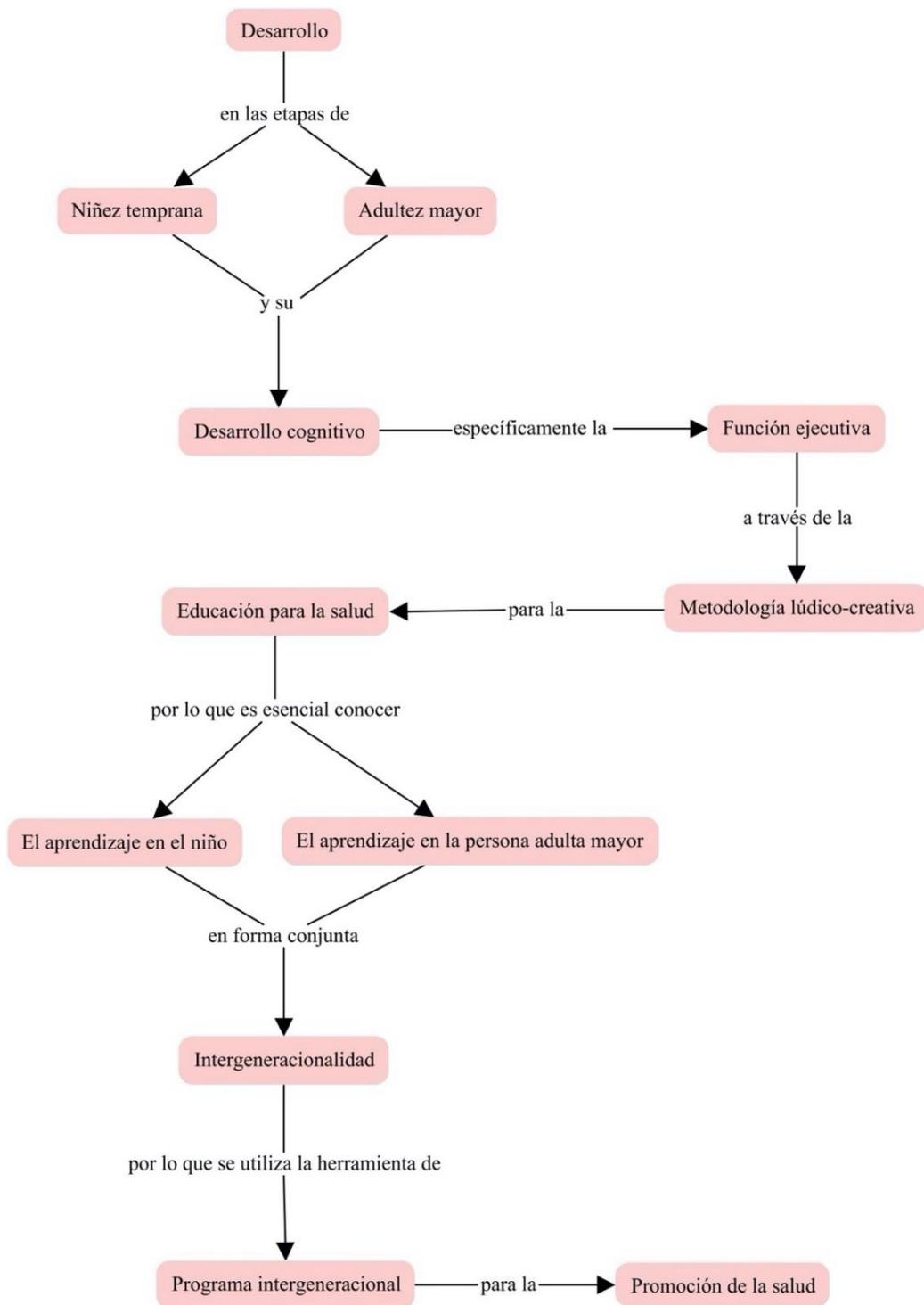
ANEXOS

- Del Trabajo Final de Graduación

Anexo #1. Carta de autorización del Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM)

	UNIVERSIDAD DE COSTA RICA	EE Escuela de Enfermería									
26 de noviembre del 2018 EE-2390-18											
M.Sc. Maribel León Fernández Directora Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) Universidad Nacional.											
Estimada señora:											
Le saludo muy cordialmente, y a su vez le solicito autorización para que dos estudiantes realicen su Trabajo Final de Graduación para obtener el grado de Licenciatura en Enfermería en la Universidad de Costa Rica.											
Las postulantes del son:											
<table border="1"><thead><tr><th>Nombre</th><th>Carnet</th><th>celular</th></tr></thead><tbody><tr><td>María José García Aguilar</td><td>B52874</td><td>8943-3609</td></tr><tr><td>Paula Solís Salas</td><td>B57049</td><td>8436-9955</td></tr></tbody></table>			Nombre	Carnet	celular	María José García Aguilar	B52874	8943-3609	Paula Solís Salas	B57049	8436-9955
Nombre	Carnet	celular									
María José García Aguilar	B52874	8943-3609									
Paula Solís Salas	B57049	8436-9955									
En la Practica dirigida que lleva por nombre: "Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo".											
Objetivo General Desarrollar encuentros intergeneracionales como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo de las personas adultas mayores y los niños (as).											
Objetivos Específicos											
<ol style="list-style-type: none">1. Realizar un diagnóstico para conocer acerca de las características específicas del desarrollo cognitivo de cada población con el fin de identificar las actividades más adecuadas a realizar en el programa intergeneracional.2. Diseñar un programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.3. Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.4. Evaluar el programa intergeneracional.											
Cabe mencionar que los estudiantes portan la póliza estudiantil y cuentan con el apoyo de un comité asesor y serán guiadas en todo momento por el mismo, si tiene alguna duda o inquietud puede comunicarse al 2511-2094.											
Les agradezco de antemano su fina colaboración para poder desarrollar esta investigación.											
 Dra. Maribel León Fernández Coordinadora PAIPAM UNA		Atentamente,  M.Sc. Jaime Fernández Chaves Director de Tesis									
											
<small>Recepción: 2511-2111. Servicios Administrativos: 2511-2093 Asuntos Estudiantiles: 2511-2107 Secretarías Departamentos: 2511-5210, 2511-2094 Secretaria Dirección: 2511-2105 Sitio Web: www.enfermeria.ucr.ac.cr E-mail: enfermeria@ucr.ac.cr</small>											

Anexo #2. Mapa conceptual¹



¹ Elaboración propia

Anexo #3. Ficha utilizada para la sistematización de experiencias²

FORMATO DE REGISTRO DE ACTIVIDADES

Este formato está diseñado para ser llenado una vez completada cualquier actividad. Puede hacerlo de forma individual una persona, o se puede realizar como parte de un trabajo colectivo.

Nombre(s):

Proyecto/Area/ Programa/Sección:

Fecha:

1. Qué se hizo (título, tipo de actividad):

1.1 Dónde se realizó:

1.2 Quiénes y cuántas personas participaron:

1.3 Duración:

1.4 Descripción de la actividad (una página máx.):

2. Si la actividad había sido programada con anticipación:

2.1 Objetivos que se tenían planificados para ella:

2.2 Resultados alcanzados

a) Con relación a los objetivos previstos:

b) Resultados no previstos anteriormente:

3. Si la actividad no había sido programada previamente:

3.1 ¿Cómo y por qué se decidió realizar / participar en esta actividad?

3.2 Resultados alcanzados:

4. Impresiones y observaciones sobre la actividad

5. Documentos de referencia sobre esta actividad (diseños metodológicos, grabaciones, transcripciones, convocatoria, material utilizado en ella, etc.)

² http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0788/6_JAR_ORI.pdf

Anexo #4. Guía de preguntas generadoras³

Guía de preguntas para los padres o representantes legales de los niños(as).

1. ¿Cómo describe la niñez de sus hijos(as)?
2. ¿Nos podrían mencionar características acerca de sus hijos(as)? (necesidades, preferencias, capacidades y actividades)
3. ¿Conocen ustedes acerca de los encuentros intergeneracionales?
4. ¿Cuál es su opinión con respecto a estos?
5. ¿Ustedes se encuentran de acuerdo con que sus hijos(as) desarrollen actividades junto con las PAM?
6. ¿Cuáles consideran ustedes que son actividades provechosas para que sus hijos(as) realicen con PAM?
7. ¿Cuentan ustedes con la disponibilidad para asistir con sus hijos(as) a los encuentros?
8. ¿Tienen alguna recomendación y/o pregunta?

Guía de preguntas para los niños(as).

1. ¿Qué significa para ustedes ser un niño(a)?
2. ¿Qué les gusta hacer? ¿Qué les gusta jugar?
3. ¿Cuáles son sus gustos entorno a personajes, colores, animales, etc.?
4. ¿En qué cree usted que es muy bueno?
5. ¿Qué piensan ustedes acerca de las PAM?
6. ¿Les gustaría compartir tiempo con ellos?
7. ¿Qué actividades les gustaría hacer en conjunto con las PAM?
8. ¿Qué características les gustaría que tuviera el lugar donde van a jugar?

Guía de preguntas para las personas adultas mayores.

1. ¿Qué significa para ustedes ser PAM?
2. ¿Qué cambios cognitivos han identificado en ustedes?
3. ¿Qué les gusta hacer?

³ Elaboración propia

4. ¿Cuáles son sus cosas preferidas?
5. ¿Cuáles consideran ustedes que son sus principales puntos fuertes?
6. ¿Conocen ustedes acerca de los encuentros intergeneracionales?
7. ¿Cuál es su opinión con respecto a estos?
8. ¿Cuáles actividades consideran provechosas para que ustedes realicen en conjunto con los niños?
9. ¿Qué creen ustedes que pueden aportar a los encuentros intergeneracionales?
10. ¿Tienen recomendaciones con respecto al entorno en el cual se van a realizar los encuentros?
11. ¿Tienen alguna recomendación o pregunta?

Nota: Como parte de la práctica dirigida, cabe resaltar que estas guías de preguntas no serán administradas a los participantes de manera escrita, solo funcionarán como una guía para las estudiantes de enfermería en la recolección de datos y actividades diagnósticas.

Estrategia lúdico-creativa

Es una pedagogía de la vida, abierta a nuevas oportunidades de conocimiento, en la cual las actividades lúdicas, la creatividad y el juego se convierten en las mejores herramientas para sentir, conocer y expresar lo que somos, encontrando así un vínculo entre el disfrute propio y el compartido.

Entre sus estrategias se encuentran:

- El juego.
- El arte.
- La literatura.
- El movimiento.
- El sentido del humor.
- El afecto.
- Otros...



¿Qué beneficios aporta a las personas adultas mayores?

- Nuevas oportunidades de aprendizaje.
- Fomento de habilidades sociales.
- Disfrute de distintas actividades que promuevan el desarrollo cognitivo.
- Oportunidad de responder con vitalidad.
- Oportunidad de potenciar el humor.
- Aumento del autoestima.
- Disminución del aislamiento.
- Reconocimiento social.

¿Qué beneficios aporta a los niños y niñas?

- Oportunidades de aprendizaje a través de actividades que promuevan el desarrollo cognitivo.
- Adquisición de habilidades personales y sociales.
- Aumento de la confianza.
- Oportunidad para comprender y percibir positivamente a la persona adulta mayor.
- Potenciación del sentido de solidaridad y respeto por los demás.

Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo.



¿Qué beneficios aporta a ambos?

- Unen generaciones separadas, al reestablecer los lazos rotos por la dinámica social imperante.
- Rescatan y transmiten la cultura tradicional, para propiciar a los más jóvenes un sentido de identidad.
- Fomentan la vida activa entre generaciones.
- Comparten recursos entre las generaciones.
- Crean redes de apoyo entre generaciones para solucionar problemas sociales como el acoso escolar, la violencia de género o las drogas.
- Proporcionar un marco ideal para hacer realidad el aprendizaje a lo largo de la vida.

Elaborado por:

María José García Aguilar
Paula Solís Salas

Estudiantes de la Licenciatura en
Enfermería de la Universidad de
Costa Rica

⁴ Elaboración propia

¿Cuáles son nuestros objetivos?

Objetivo general: Desarrollar encuentros intergeneracionales como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo de las personas adultas mayores y los niños (as).

Objetivos específicos:

1. Realizar un diagnóstico para conocer las características propias de cada población con el fin de identificar las actividades más adecuadas a realizar en el programa intergeneracional.
2. Diseñar un programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
3. Implementar el programa intergeneracional entre personas adultas mayores y niños (as) dirigido a la promoción del desarrollo cognitivo de ambas poblaciones.
4. Evaluar el programa intergeneracional.

¿Por qué lo vamos a realizar?

El envejecimiento poblacional constituye uno de los mayores desafíos del siglo XXI y entre sus múltiples implicaciones se encuentra la presencia simultánea de personas de diversas generaciones. Por lo tanto, los encuentros intergeneracionales constituyen una excelente estrategia educativa y de promoción para la salud.

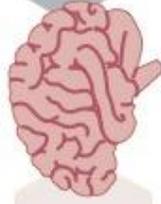
Algunos conceptos importantes...

Intergeneracionalidad

Es la relación entre personas concretas y generaciones como grupos de edad. El encuentro e intercambio entre personas pertenecientes a distintas generaciones.

Desarrollo cognitivo

Es el conjunto de cambios, relacionados con la edad, que se producen en la actividad mental. Aspectos que lo conforman: el aprendizaje, la atención, la memoria, el pensamiento, el razonamiento y la creatividad.



Función ejecutiva

Constituye una serie de procesos cognitivos que, con el tiempo, apoyan la capacidad de las personas para regular cada vez más su propio comportamiento y, a su vez, desarrollan una mayor competencia social, emocional y cognitiva.

¿Cómo lo vamos a desarrollar?



Los días sábado
En horas de la mañana
En la URNA o alrededores

Los procesos cognitivos incluyen:

- La memoria de trabajo.
- Control inhibitorio.
- Flexibilidad cognitiva.

Anexo #6. Consentimiento informado

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

COMITÉ ÉTICO CIENTÍFICO

Teléfono/Fax: (506) 2511-4201

FORMULARIO PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO BASADO EN LA LEY N° 9234 "LEY REGULADORA DE INVESTIGACIÓN BIOMÉDICA" y EL "REGLAMENTO ÉTICO CIENTÍFICO DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA PARA LAS INVESTIGACIONES EN LAS QUE PARTICIPAN SERES HUMANOS"

Encuentros intergeneracionales entre personas adultas mayores y niños (as) como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo

Nombre de las estudiantes: María José García Aguilar y Paula Solís Salas.

Nombre del/la participante:

Medios para contactar a la/el participante:

Números de teléfono _____

Correo electrónico _____

Contacto a través de otra persona

A. PROPÓSITO DEL PROYECTO

La presente práctica dirigida involucrará una investigación correspondiente al Trabajo Final de Graduación para optar por la Licenciatura en Enfermería, como responsables de esta práctica se encuentran las estudiantes María José García Aguilar y Paula Solís Salas, estudiantes de grado de la escuela de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. El objetivo es desarrollar encuentros intergeneracionales como estrategia para la promoción del desarrollo cognitivo de las personas adultas mayores y los niños (as) debido a que los encuentros intergeneracionales constituyen una herramienta óptima para el aprendizaje en conjunto y la obtención de beneficios para ambas poblaciones; donde el profesional en enfermería, es un mediador fundamental. Para el desarrollo de la práctica, se requiere de la participación de 20 personas, específicamente, 10 personas adultas mayores (65 años en adelante) y 10 niños (as) entre los 3 y 6 años.



Firma de sujeto participante: _____

Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica - Número de sesión en que fue aprobado el proyecto: _____
Universidad de Costa Rica

Comité Ético Científico -

B. ¿QUÉ SE HARÁ?

Para participar en la presente práctica dirigida, se deben de tomar en cuenta los criterios de inclusión y exclusión. En el caso de las personas adultas mayores los criterios de inclusión son: tener una edad mayor o igual a 65 años y formar parte de los programas del PAIPAM, y como parte de los criterios de exclusión se encuentran: tener demencia y/o limitación física significativa y no tener disposición para trabajar con niños (as). Con respecto a los criterios de inclusión para la población infantil, se encuentran: tener entre 3 y 6 años de edad y haber aceptado la invitación personalizada por parte de los niños/as y sus padres, y como parte de los criterios de exclusión: asistir sin la compañía de sus padres o encargados y no tener disposición de trabajar con la población adulta mayor. Cabe resaltar, que si los niños/as no pueden asistir acompañados de sus padres o encargados, deberán presentar un permiso firmado por estos. Por otro lado, los participantes al formar parte de la población del estudio se comprometen a tener una participación activa en los encuentros, donde brinden aportes para la construcción del aprendizaje conjunto. Por medio de observación, conversatorios y actividades didácticas, se realizará la recolección de los datos, además, cabe resaltar que se utilizará la grabación de audio, vídeo y fotografía cuyo único fin será una recolección más eficaz de los datos.

C. RIESGOS

Como parte de la presente práctica dirigida se pueden presentar riesgos como incomodidad al trabajar con personas de distintas edades o conflictos entre poblaciones, debido a esto, se les explicará con anticipación las actividades a realizar y los participantes tendrán la libertad de retirarse si así lo desean. Además, las actividades realizadas serán guiadas por las estudiantes de enfermería quienes se asegurarán de propiciar un ambiente seguro, ameno y de respeto entre poblaciones.

Asimismo, al trabajar con la metodología lúdico-creativa existe el riesgo de que a algún participante se le imposibilite realizar alguna actividad, para lo cual, las actividades se adaptarán a cada participante y así se reducirá el riesgo para la salud física y mental. De igual manera si llegase a pasar algo que genere alguna lesión física ambas estudiantes de enfermería se encuentran capacitadas en primeros auxilios básicos y además el lugar de los encuentros será cercano al PAIPAM y se tendrán en consideración todas las medidas de seguridad pertinentes.

Finalmente, para resguardar la seguridad en general de ambas poblaciones, se contará con la presencia de los padres de familia, directora de la institución y parte del comité asesor de la práctica dirigida.

D. BENEFICIOS

En el caso de las personas adultas mayores (PAM) el ser partícipes de esta práctica dirigida genera beneficios directos como nuevas oportunidades de aprendizaje y habilidades sociales, así como el disfrutar de distintas actividades que promuevan el desarrollo



Firma de sujeto participante: _____

Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica - Número de sesión en que fue aprobado el proyecto: _____ Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica

cognitivo, y como beneficios potenciales, la oportunidad de responder con vitalidad, potenciar el humor, aumentar la autoestima, disminuir el aislamiento, recibir asistencia y apoyo para el desarrollo de determinadas actividades y tener reconocimiento social a través de sus experiencias vividas.

Con respecto a la población infantil, estos tendrán beneficios directos como la obtención de oportunidades de aprendizaje por medio de actividades que promuevan el desarrollo cognitivo, y como beneficios potenciales, la adquisición de habilidades personales y sociales, aumento de la confianza y la oportunidad de comprender y percibir positivamente a las PAM para eliminar cualquier estereotipo negativo hacia el proceso de envejecimiento, dándoles a los niños(as) un mayor sentido de solidaridad y respeto para con los demás.

Finalmente, en la última sesión se socializarán los resultados obtenidos con las PAM y los padres de los niños/as participantes.

E. VOLUNTARIEDAD

La participación en esta práctica dirigida es voluntaria, por lo tanto, se puede negar a participar o retirarse en cualquier momento sin ser castigado de ninguna forma por su retiro o falta de participación.

F. CONFIDENCIALIDAD

En esta práctica dirigida se cumple a cabalidad los artículos 25, 26 y 27 de la Ley Reguladora de Investigación Biomédica de Costa Rica (Nº 9234), donde se asegura el derecho a la confidencialidad de la persona participante, la cesión de los datos y el derecho a la información.

Queda prohibida la utilización de datos de la persona con fines distintos de aquellos a los que se prestó el consentimiento y se guardará la confidencialidad sobre su identidad e información personal. Las estudiantes garantizan el estricto manejo y confidencialidad de la información, los datos sólo serán manipulados por las estudiantes María José García Aguilar y Paula Solís Salas y los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión para discusión y análisis de resultados con el comité asesor del trabajo, pero de manera anónima.

G. INFORMACIÓN

Antes de dar su autorización para participar en esta práctica dirigida, usted debe haber hablado con María José García Aguilar, Paula Solís Salas o Jaime Fernández Chaves, ellos deben haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas acerca del estudio y de sus derechos. Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando a María José García Aguilar al teléfono 89433609 o a Paula Solís Salas al teléfono 84369955, en el horario de lunes a viernes de 4pm a 8pm. Además, puede consultar sobre los derechos de los sujetos participantes en proyectos de investigación al Consejo Nacional de Salud del Ministerio de Salud (CONIS), teléfonos 2257-7821 extensión 119, de lunes a viernes de 9 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional puede comunicarse con la



Firma de sujeto participante: _____

Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica - Número de sesión en que fue aprobado el proyecto: _____

Comité Ético Científico -

Investigación de la Universidad de Costa Rica a los teléfonos 2511-4201, 2511-1398, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido contestadas en forma satisfactoria. Por lo tanto, declaro que entiendo de qué trata el proyecto, las condiciones de mi participación y accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Nombre, firma y cédula del sujeto participante

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula del padre/madre/representante legal (menores de edad)

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula del/la investigador/a que solicita el consentimiento

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula del/la testigo

Lugar, fecha y hora

Versión junio 2017

Formulario aprobado en sesión ordinaria N° 63 del Comité Ético Científico, realizada el 07 de junio del 2017.



Firma de sujeto participante: _____

Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica - Número de sesión en que fue aprobado el proyecto: _____
Universidad de Costa Rica

Comité Ético Científico -

Anexo #7. Cronograma de trabajo⁵

Periodo	Descripción de las actividades
Agosto- Diciembre 2018	Desarrollo del anteproyecto: Capítulo I, II y III.
Marzo- Mayo 2019	Continuación de la fase de coordinación mencionada en la metodología y programación de las reuniones con el PAIPAM y con la población infantil con el fin de seleccionar a los participantes de nuestra práctica dirigida.
Junio 2019	Por medio de una primera reunión, iniciar las etapas de valoración y diagnóstico con las PAM y los niños(as).
Julio 2019	Elaboración del planeamiento didáctico de los encuentros intergeneracionales tomando como base la información recolectada en las etapas previas, lo que corresponde a la etapa de planificación del proceso de enfermería.
Julio-Agosto 2019	Ejecución con los participantes del planeamiento didáctico propuesto, en distintas sesiones. Por medio de esta etapa de ejecución del proceso de enfermería, se concluye la recolección de los datos. Además, en cada una de las sesiones se realizará la evaluación de los encuentros.
Agosto-Noviembre 2019	Análisis de resultados y presentación de los mismos a la población participante.
Noviembre- Diciembre 2019	Elaboración del Manual correspondiente al “Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva (PROIEEFE)” resultado de la fase de planificación.

⁵ Elaboración propia

Enero 2020	Análisis y discusión de los resultados, así como la elaboración de las conclusiones y recomendaciones.
Febrero 2020	Revisión del Trabajo Final de Graduación y afinamiento de detalles.
Marzo 2020	Entrega del borrador del Trabajo Final de Graduación.
Abril 2020	Defensa pública del Trabajo Final de Graduación.

Anexo #8. Guía de preguntas para la evaluación final del programa intergeneracional⁶

1. ¿Cómo se han sentido tras la finalización del programa intergeneracional?
2. ¿Creen ustedes que obtuvieron beneficios del programa intergeneracional? ¿Cuáles?
3. ¿Cuál es la percepción que tienen ahora sobre el otro grupo poblacional?
4. Tras haber participado en el programa, ¿Visualizan los encuentros intergeneracionales como una oportunidad para la promoción del desarrollo cognitivo?
5. ¿Cuál fue su parte favorita de todo el programa?
6. ¿Hubo algo que no les gustó?
7. ¿Tienen algún comentario o recomendación para nosotras?

Nota: En el caso de las preguntas realizadas a las madres y padres fueron respondidas en función de su experiencia y la de sus hijos(as).

⁶ Elaboración propia

- **Del Programa Intergeneracional de Enfermería para la Estimulación de la Función Ejecutiva (PROIEEFE)**

Anexo #1. Guía de preguntas para la evaluación de cada taller.⁷

Guía para los niños y niñas

1. ¿Cómo se sintieron hoy?
2. ¿Les gustó hacer las actividades con las personas adultas mayores?
3. ¿Cuál fue su parte favorita del día?
4. ¿Quieren seguir viniendo?
5. ¿Qué les gustaría hacer la próxima vez que nos veamos?

Guía para los padres y madres

1. ¿Como vieron el desenvolvimiento de sus hijos(as) al realizar las actividades en conjunto con las personas adultas mayores?
2. ¿Qué opinan de las actividades realizadas?
3. ¿Tienen alguna recomendación para la próxima sesión?

Guía para las personas adultas mayores

1. ¿Cómo se sintieron hoy?
2. ¿Que aprendieron de las actividades?
3. ¿Les gustó realizar las actividades en conjunto con los niños(as)?
4. ¿Qué aprendieron ustedes de realizar actividades con niños(as)?
5. ¿Que consideran que aportan ustedes a los niños(as)?
6. ¿Tienen alguna recomendación para la próxima sesión?

⁷ Elaboración propia

Anexo #2. Guía de preguntas para la evaluación del programa ⁸

1. ¿Cómo se han sentido tras la finalización del programa intergeneracional?
2. ¿Creen ustedes que obtuvieron beneficios del programa intergeneracional? ¿Cuáles?
3. ¿Cuál es la percepción que tienen ahora sobre el otro grupo poblacional?
4. Tras haber participado en el programa, ¿Visualizan los encuentros intergeneracionales como una oportunidad para la promoción del desarrollo cognitivo?
5. ¿Cuál fue su parte favorita de todo el programa?
6. ¿Hubo algo que no les gustó?
7. ¿Tienen algún comentario o recomendación para nosotras?

Nota: En el caso de las preguntas realizadas a las madres y padres fueron respondidas en función de su experiencia y la de sus hijos(as).

⁸ Elaboración propia

Anexo #3. Materiales de las sesiones

Anexo 3.1. Materiales utilizados en las 3 sesiones

Anexo 3.1.1. Gafetes⁹



⁹ Elaborado por Arq. Luis Diego Alpízar Valverde

Anexo 3.1.2. Triángulos con los números de las estaciones¹⁰



¹⁰ Elaborado por Arq. Luis Diego Alpizar Valverde



Anexo 3.1.3. Caritas utilizadas por los niños(as) para la evaluación de cada sesión



11



12

Anexo 3.1.4. Zanahorias de fieltro utilizadas durante la canción “La ronda de los conejos”¹³



¹¹ <https://images.app.goo.gl/9Ra7P1Gf25QxX4yh9>

¹² <https://images.app.goo.gl/nhCSPk1jqwDb1rxH8>

¹³ Elaboración propia.

Anexo 3.2. Materiales I sesión

Anexo 3.2.1. Retos de la actividad titulada: “Simón dice con colores” y plan B¹⁴

1. Simón dice que todos los de color **azul** digan “HOLA” y se saluden.
2. Simón dice que todos los de color **rojo** peguen un salto.
3. Simón dice que todos los de color **amarillo** se abracen.
4. Simón dice que todos los de color **verde** se rían así “JAJAJAJA” muy fuerte.

Ahora vamos más difícil...

5. Simón dice que todos los de color **amarillo** se pasen una bola por arriba.
6. Simón dice que todos los de color **amarillo** se pasen la misma bola por abajo.
7. Simón dice que todos los de color **rojo** caminen en zig zag por los conos.
8. Simón dice que todos los de color **verde** se agarren de las manos y hagan un círculo.
9. Simón dice que todos los de color **verde** se pasen el hula hula sin soltarse las manos.
10. Simón dice que todos los de color **azul** hagan un perrito con plasticina.
11. Simón dice que **todos** vayan al paracaídas y tomen con sus manos una parte de este.

PLAN B

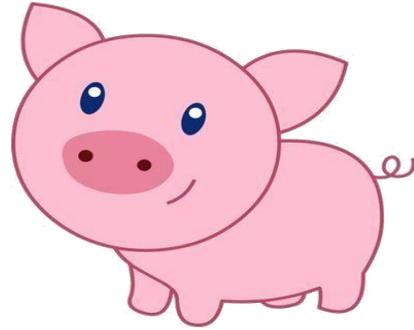
1. Simón dice que los del equipo **azul** bailen una canción.
2. Simón dice que los del equipo **rojo** muevan la cintura.
3. Simón dice que los del equipo **amarillo** hagan como gelatina.
4. Simón dice que los del equipo **verde** hagan como estatuas.
5. Simón dice que los del equipo **amarillo** hagan una mueca.
6. Simón dice que los del equipo **azul** vayan por un cono y se lo pongan en la cabeza.
7. Simón dice que los del equipo **rojo** hagan bolitas y palitos con la plastilina.
8. Simón dice que los del equipo **verde** elijan un representante para que cuente un chiste.
9. Simón dice que los del equipo **rojo** den una vuelta y peguen un salto.
10. Simón dice que los del equipo **amarillo** hagan como su animal favorito.

¹⁴ Elaboración propia

Anexo 3.2.2. Animales utilizados en las charadas



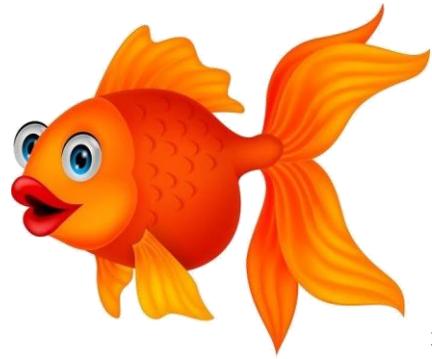
15



16



17



18



19



20

¹⁵https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn%3AANd9GcTHRSW4m7IWB0kOpJnBf49Xc9Q10d6L5fXWbnpCVVFjIQZcO_rg

¹⁶ https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn%3AANd9GcSPTAqOqA1DhFzYrCBR_CPo_9ct6XbLvT5Lz-4BwUJcAyE8Tn3

¹⁷https://s3.pixers.pics/pixers/700/FO/67/64/86/00/700_FO67648600_4aebdd137b797a7b9ce5e66276f543d2.jpg

¹⁸ https://st.depositphotos.com/1967477/2852/v/450/depositphotos_28529091-stock-illustration-cute-golden-fish-cartoon.jpg

¹⁹ <https://cdn1.vectorstock.com/i/1000x1000/94/30/british-blue-cat-cartoon-vector-2299430.jpg>

²⁰ <https://www.colourbox.com/preview/18010290-dog.jpg>



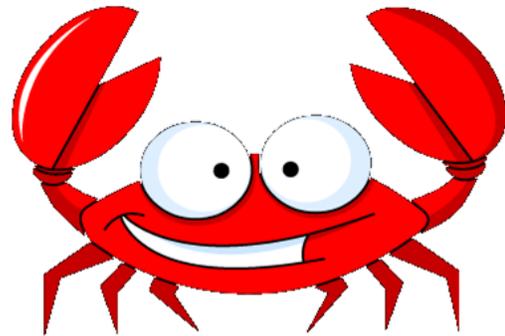
21



22



23



24



25



26

²¹ https://images-na.ssl-images-amazon.com/images/I/51c4qzHe82L._SX425_.jpg

²² <https://cdn1.vectorstock.com/i/1000x1000/78/60/cute-penguin-cartoon-waving-vector-2057860.jpg>

²³ <https://i.pining.com/736x/53/41/c7/5341c74526211bb6100a1c17cf231415.jpg>

²⁴ <https://www.freepnglogos.com/uploads/crab/crab-jdpnyy-question-the-day-revisited-tue-11.png>

²⁵ <https://i.pining.com/736x/30/bb/e5/30bbe52224a08657016bf68fb1e61ecb.jpg>

²⁶ <https://cdn5.vectorstock.com/i/1000x1000/48/94/horse-cartoon-vector-1034894.jpg>



27



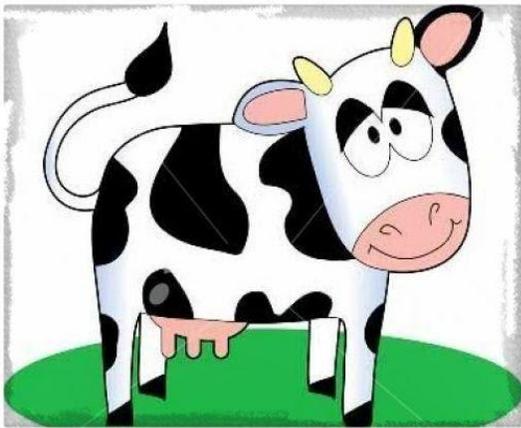
28



29



30



31



32

²⁷ <https://image.shutterstock.com/image-vector/cute-baby-snake-cartoon-260nw-371790580.jpg>

²⁸ <https://i.pinimg.com/originals/2f/98/d1/2f98d15f7d36c8a14f175f46fd275822.png>

²⁹ https://s3.pixers.pics/pixers/700/FO/46/80/64/96/700_FO46806496_79209abf44cdee776730d547fdec692f.jpg

³⁰ https://cdn.pixabay.com/photo/2017/09/23/11/09/butterfly-2778486_960_720.png

³¹ <https://musica-infantil.net/wp-content/uploads/2012/12/se%C3%B1ora-vaca.jpg>

³² <https://i0.pngocean.com/files/116/130/484/bear-party-baby-shower-blue-child-baby-bear.jpg>



33



34

³³<https://img2.freepng.es/20180524/rqp/kisspng-giraffe-drawing-cartoon-clip-art-vector-giraffe-5b06c8405912f9.3010319315271711363649.jpg>

³⁴[https://img.pixers.pics/pho_wat\(s3:700/FO/51/60/51/55/700_FO51605155_684a8ffca50974028c9f243206e669e2.jpg,647,700,cms:2018/10/5bd1b6b8d04b8_220x50-watermark.png,over,427,650,jpg\)/vinilos-linda-cebra-de-dibujos-animados.jpg.jpg](https://img.pixers.pics/pho_wat(s3:700/FO/51/60/51/55/700_FO51605155_684a8ffca50974028c9f243206e669e2.jpg,647,700,cms:2018/10/5bd1b6b8d04b8_220x50-watermark.png,over,427,650,jpg)/vinilos-linda-cebra-de-dibujos-animados.jpg.jpg)

Anexo 3.3. Materiales II sesión

Anexo 3.3.1 Materiales utilizados en la estación #1

3.3.1.1. JENGA³⁵



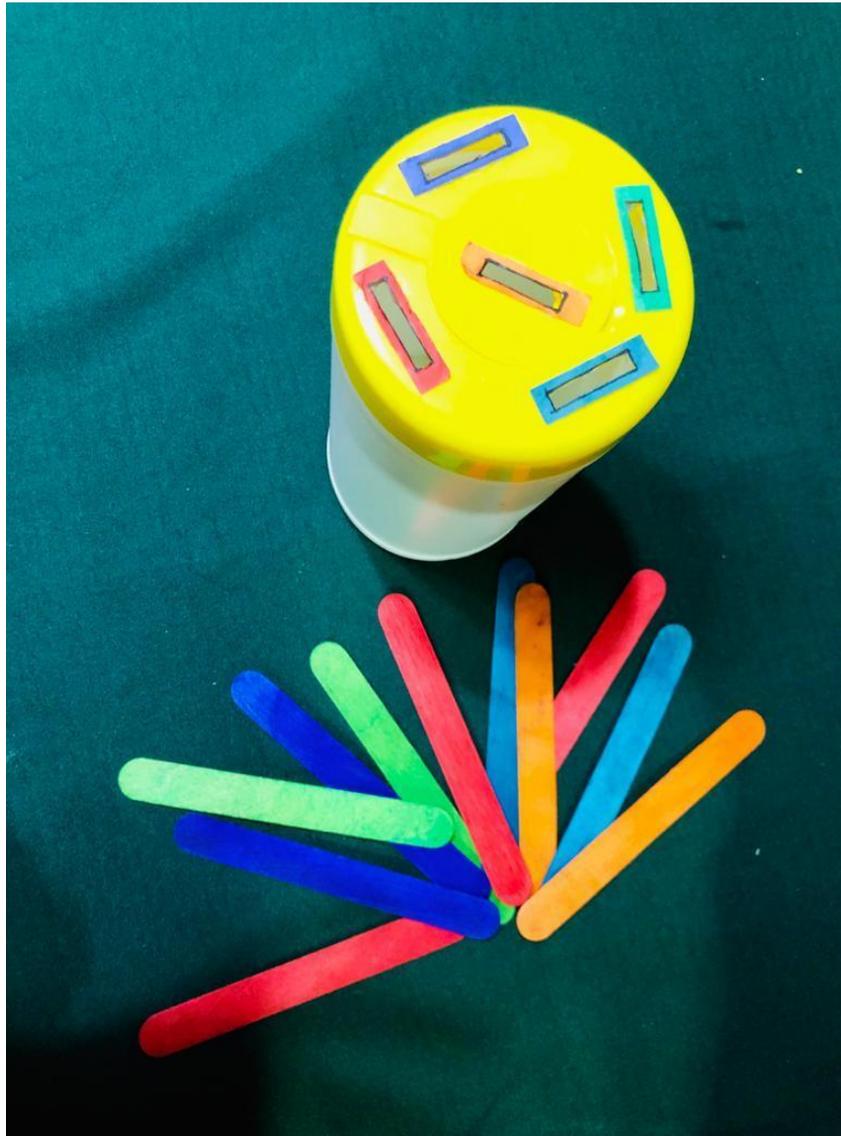
³⁵ Elaboración propia

Retos del Jenga³⁶

- Acomode los cubitos del más grande al más pequeño, de forma que todos entren.
- Introduzca todos los abalorios por la cuerda.
- Forme una jirafa utilizando los legos.
- Forme un puente utilizando los legos.
- Forme una torre utilizando los legos y siguiendo el patrón que se muestra en la imagen.
- Forme la figura que quiera utilizando los legos.
- Arme una pirámide utilizando los vasos y siguiendo el patrón que muestra la imagen.
- Forme un perrito utilizando la plasticina.
- Forme un muñeco de nieve utilizando la plasticina.
- Forme una flor utilizando la plasticina.
- Forme la figura que quiera utilizando la plasticina y póngale un nombre creativo.
- Arme el rompecabezas.
- De los animales que están en la bolsa identifique cuales son animales de agua.
- De los animales que están en la bolsa identifique cuales son animales de tierra.
- De los animales que están en la bolsa identifique cuales son animales de aire.
- Invente un paso de baile y sus compañeros de equipo deben repetirlo.
- Cuenta un chiste.
- Ordene las figuras geométricas siguiendo la secuencia que se muestra en la imagen.
- Introduzca las paletas en la abertura correspondiente según el color.
- Utilice el hula-hula.
- Haga bolitas de plasticina y colóquelas en los huequitos del cartón de huevos, siguiendo el patrón de la imagen.

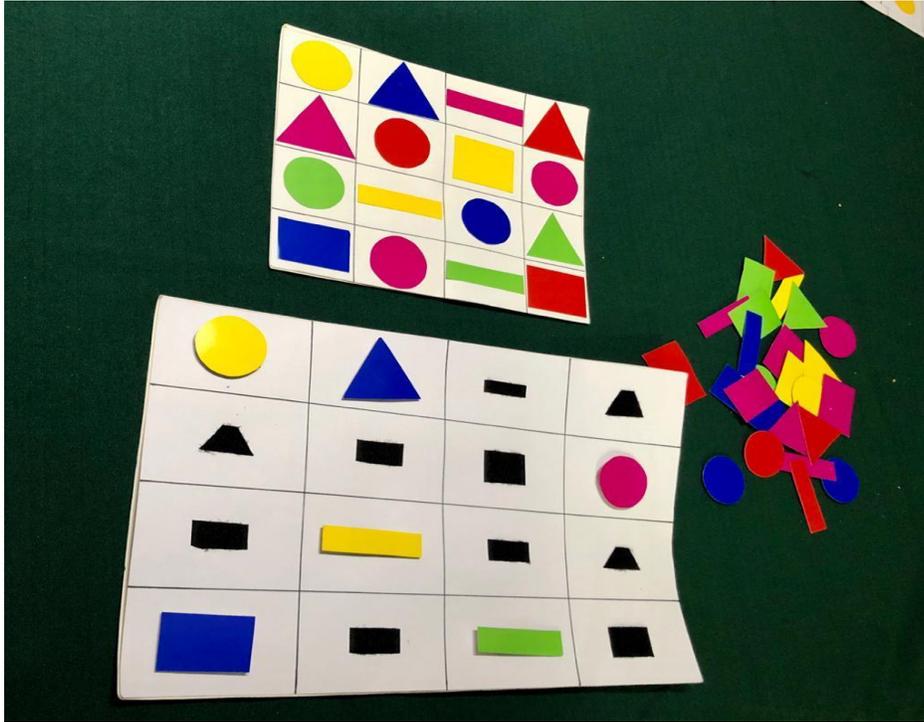
³⁶ Elaboración propia

3.3.1.2. Recipiente con aberturas de colores y paletas correspondientes.³⁷



³⁷ Elaboración propia

3.3.1.3. Cuadro de secuencias de figuras geométricas³⁸



3.3.1.4. Cuadro de secuencias de bolitas de colores³⁹



³⁸ Elaboración propia

³⁹ Elaboración propia

3.3.1.5. Pirámide de vasos y patrón correspondiente⁴⁰



⁴⁰ <https://i.pinimg.com/564x/9a/d6/53/9ad653466da90c447290066e9929e869.jpg>

3.3.1.6. Títulos de identificación de animales terrestres, acuáticos y aéreos



41

42

43



⁴¹ <https://images.app.goo.gl/TnoiyJFek5TH6umk7>

⁴² <https://images.app.goo.gl/ThiE3z65pD3Uuuq7A>

⁴³ <https://images.app.goo.gl/65zVLYacczjv9hec8>

Anexo 3.3.2. Materiales utilizados en la estación #2

3.3.2.1. Secuencia de pies⁴⁴



⁴⁴ Elaboración propia

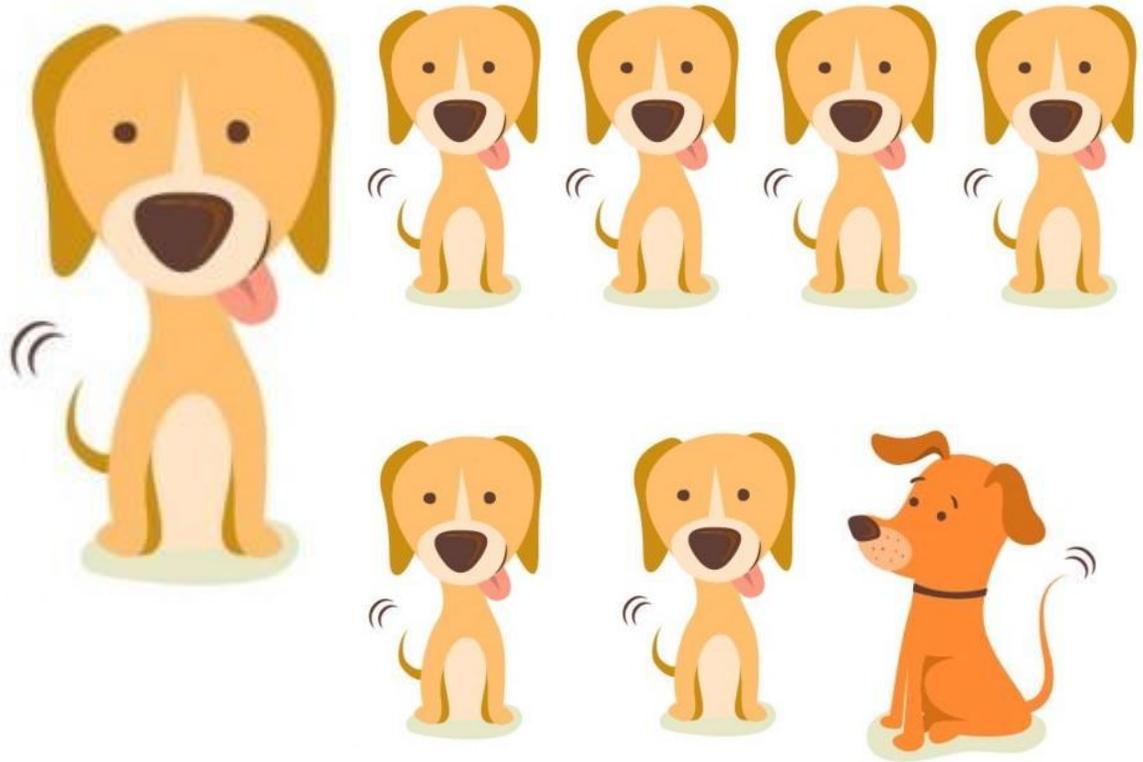
3.3.2.2. Imágenes de superhéroes, perros, flores, frutas y libros de cuentos

45



⁴⁵ <https://images.app.goo.gl/VHFds9KfAuZ5TZwo6>

46



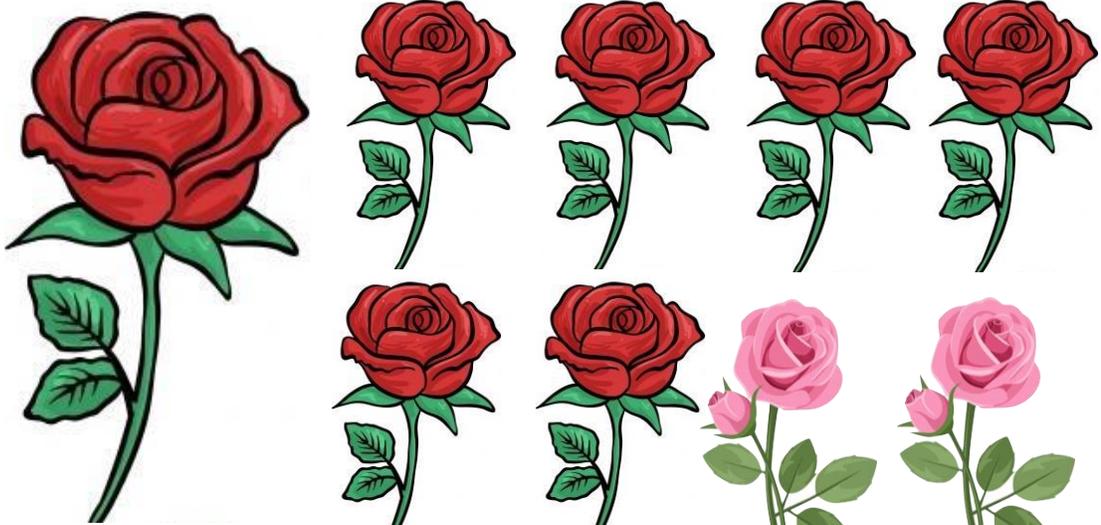
47



⁴⁶ <https://images.app.goo.gl/EnX86CXFd4k2YXcK6>

⁴⁷ <https://images.app.goo.gl/9Lr6hzwGkV1vdDSn7>

48



49

50

51



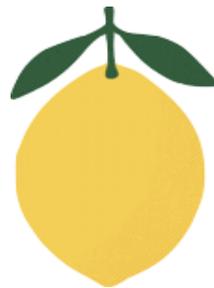
52

53



48 <https://images.app.goo.gl/5CgkaMdgdbDfaKYA6>
 49 <https://images.app.goo.gl/HMabBUGzV5gnERAg8>
 50 <https://images.app.goo.gl/E2tFYYH8Q3BqnuYw8>
 51 <https://images.app.goo.gl/tofC8vn9WN7rs3TB8>
 52 <https://images.app.goo.gl/eSBjy8v7WcCr79TE7>
 53 <https://images.app.goo.gl/eSBjy8v7WcCr79TE7>

54



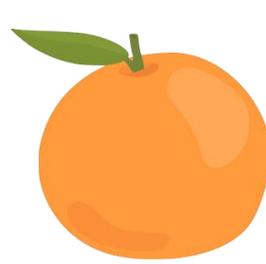
55

56

57

58

59



⁵⁴ <https://images.app.goo.gl/pDFy1JZhp7Ta9ihAA>
⁵⁵ <https://images.app.goo.gl/DuqH8sMNqixXnP97>
⁵⁶ <https://images.app.goo.gl/v6WF5bRnehQZZSCcA>
⁵⁷ <https://images.app.goo.gl/gqnoSc9hNrz8DLhQ7>
⁵⁸ <https://images.app.goo.gl/KCPEMKPi9HEEyqZd7>
⁵⁹ <https://images.app.goo.gl/9M2DU8ANSXemND2u8>



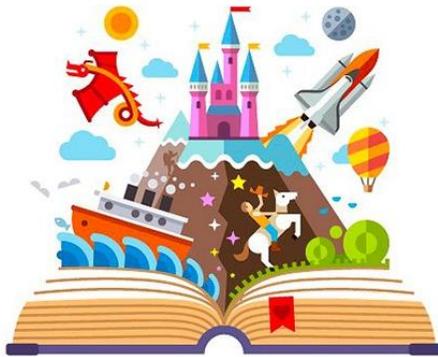
⁶⁰ <https://images.app.goo.gl/EDQ4YCCH4gDpEiTC7>

⁶¹ <https://images.app.goo.gl/jmgLSC8Hv9mkqv7t5>

62



63



64



65



⁶² <https://images.app.goo.gl/HoFiWFS AoCTu8ziq6>

⁶³ <https://images.app.goo.gl/c1dSYVLNT145oQ8bA>

⁶⁴ <https://images.app.goo.gl/gmA3Gf7o7KWXccaS7>

⁶⁵ <https://images.app.goo.gl/YYyYQnb28vx A1BaT8>

3.3.2.3. Cuento titulado “La cara perfecta”⁶⁶ y sus respectivas imágenes⁶⁷

“Había una vez un muñeco de papel que no tenía cara. Estaba perfectamente recortado y pintado por todo el cuerpo, excepto por la cara. Pero tenía un lápiz en su mano, así que podía elegir qué tipo de cara iba a tener ¡menuda suerte!

Por eso pasaba todo el día preguntando a quien se encontraba:

- ¿Cómo es una cara perfecta?

-Una que tenga un gran pico respondieron los pájaros.

-No. No, que no tenga pico. Dijeron los árboles. La cara perfecta está llena de hojas.

-Olvida el pico y las hojas – interrumpieron las flores – si quieres una cara perfecta, tú llénala de colores.

Y así. Todos los que encontró, fueran animales, ríos o montañas. Le animaron a llenar su cara con sus propias formas y colores. Pero cuando el muñeco se dibujó pico, hojas, colores, pelo, arena y mil cosas más, resultó que ninguno le gustó aquella cara ¡y ya no podía borrarla!

Y pensando en la oportunidad que había perdido de tener una cara perfecta, el muñeco pasaba los días llorando.

-Yo solo quería una cara que le gustara a todo el mundo – decía-. Y mira qué desastre.

Un día, una nubecilla escuchó sus quejas y se acercó a hablar con él.

- ¡Hola, muñeco! Creo que puedo ayudarte. Como soy una nube y no tengo forma puedo poner la cara que quieres, ¿Qué te parece si voy cambiando de cara hasta encontrar una que te guste? Seguro que podemos arreglarte un poco.

Al muñeco le encantó la idea, y la nube hizo para él todo tipo de caras. Pero ninguna era lo suficientemente perfecta.

-No importa- dijo el muñeco al despedirse- has sido una amiga estupenda. Y le dio un abrazo tan grande, que la nube sonrió de extremo a extremo, el muñeco dijo:

- ¡Esa! ¡Esa es la cara que quiero! ¡Es una cara perfecta!

- ¿Cuál dices? – preguntó la nube extrañada – Pero si ahora no he hecho nada...

- Qué sí, que sí. Es esa que pones cuando te doy un abrazo...O te hago cosquillas. ¡mira!

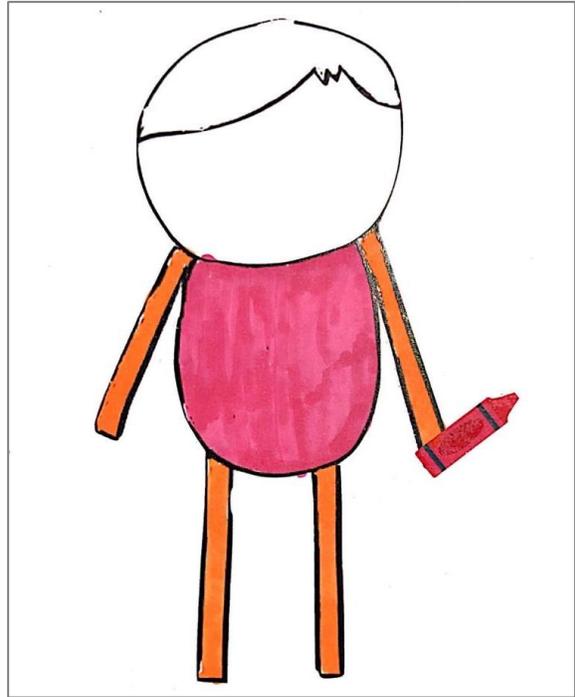
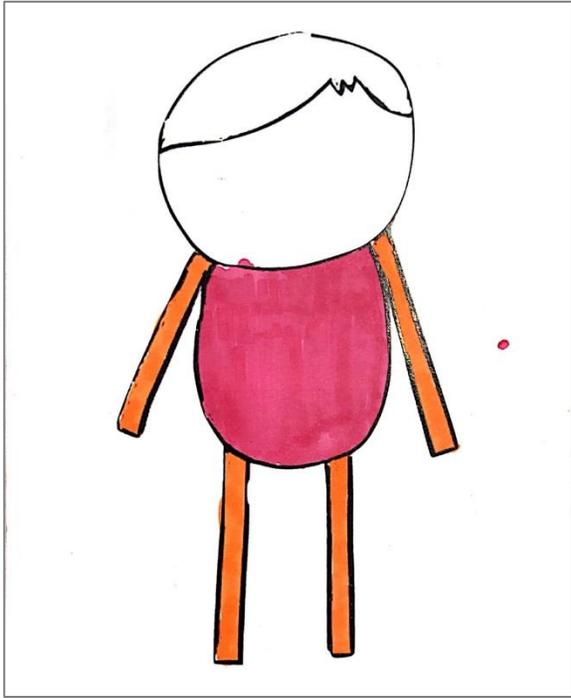
La nube se dio por fin cuenta de que se refería a su gran sonrisa. Y juntos tomaron el lápiz para dibujar al muñeco de papel una sonrisa enorme que pasara por encima de picos, colores y hojas.

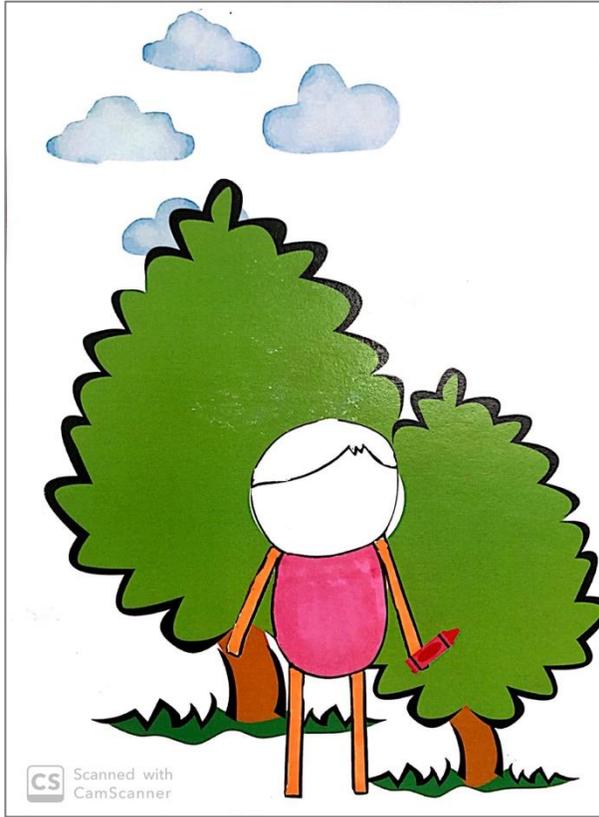
Y, efectivamente, aquella cara era la única que gustaba a todo el mundo, porque tenía el ingrediente secreto de las caras perfectas: una gran sonrisa que no se borraba jamás.

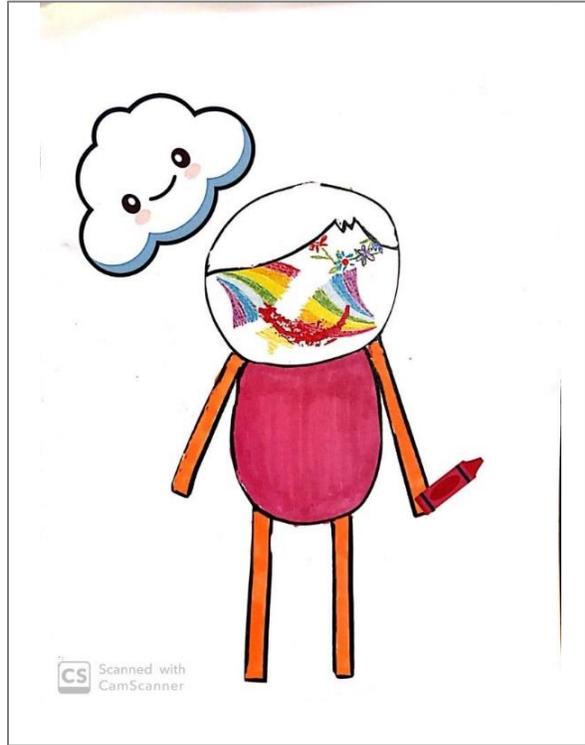
-Pedro Pablo Sacristán

⁶⁶ <https://cuentosparadormir.com/infantiles/cuento/la-cara-perfecta>

⁶⁷ Elaboración propia







Anexo 3.3.3. Materiales utilizados en la estación #3

3.3.3.1. Cubo mágico⁶⁸



⁶⁸ Elaboración propia

Anexo 3.3.4. Materiales utilizados en la estación #4

3.3.4.1. Pista de figuras geométricas⁶⁹



⁶⁹ Elaboración propia

Anexos 3.4. Materiales III sesión

Anexos 3.4.1. Materiales utilizados en la estación #1

Anexo 3.4.1.1. Títulos de los retos⁷⁰

Retos rosados

Retos celestes

Retos verdes

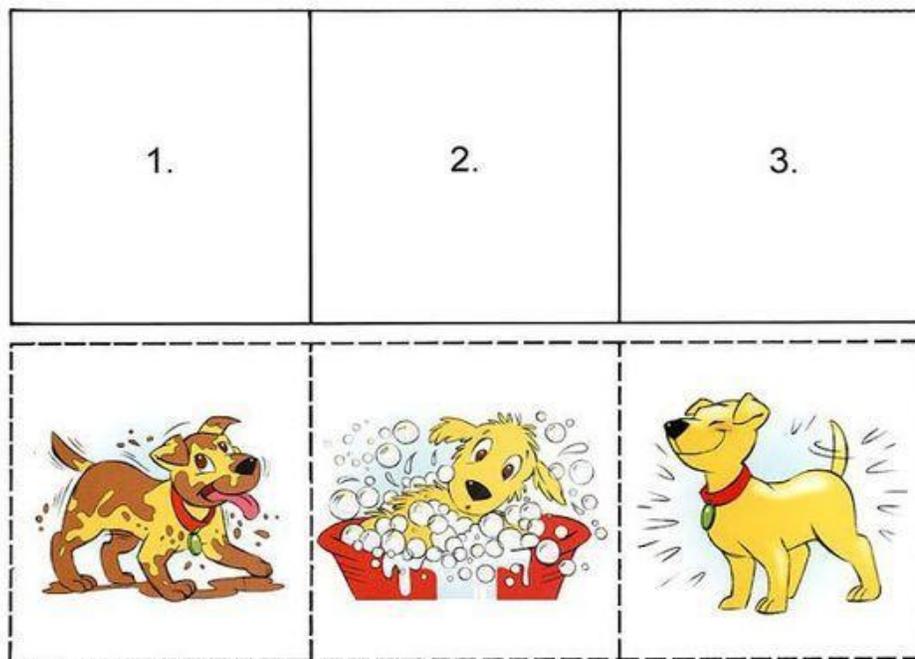
Retos amarillos

⁷⁰ Elaboración propia

Anexo 3.4.1.2. “La caja sorpresa” ⁷¹



Anexo 3.4.1.3. Actividades de organización de secuencias ⁷²



⁷¹ Elaboración propia

⁷² <https://i.pinimg.com/originals/d2/55/58/d25558e0427e2934da8815424f2fe949.jpg>

Anexo 3.4.1.4 Test de Stroop

73

74

AZUL	VERDE	AMARILLO
ROSA	ROJO	NARANJA
MARRÓN	NEGRO	AZUL
ROJO	AMARILLO	VERDE

Azul Verde Amarillo Rojo
 Amarillo Blanco Azul Rojo
 Verde Negro Azul Amarillo
 Rojo Verde Amarillo Azul

Anexo 3.4.1.5. Actividades de identificación y asociación

75

Maribel Martínez Camacho y Ginés Ciudad-Real

Fichas Atención SERIES LÓGICAS

CONTINÚA LA SERIE

Indica con que animal sigue la serie

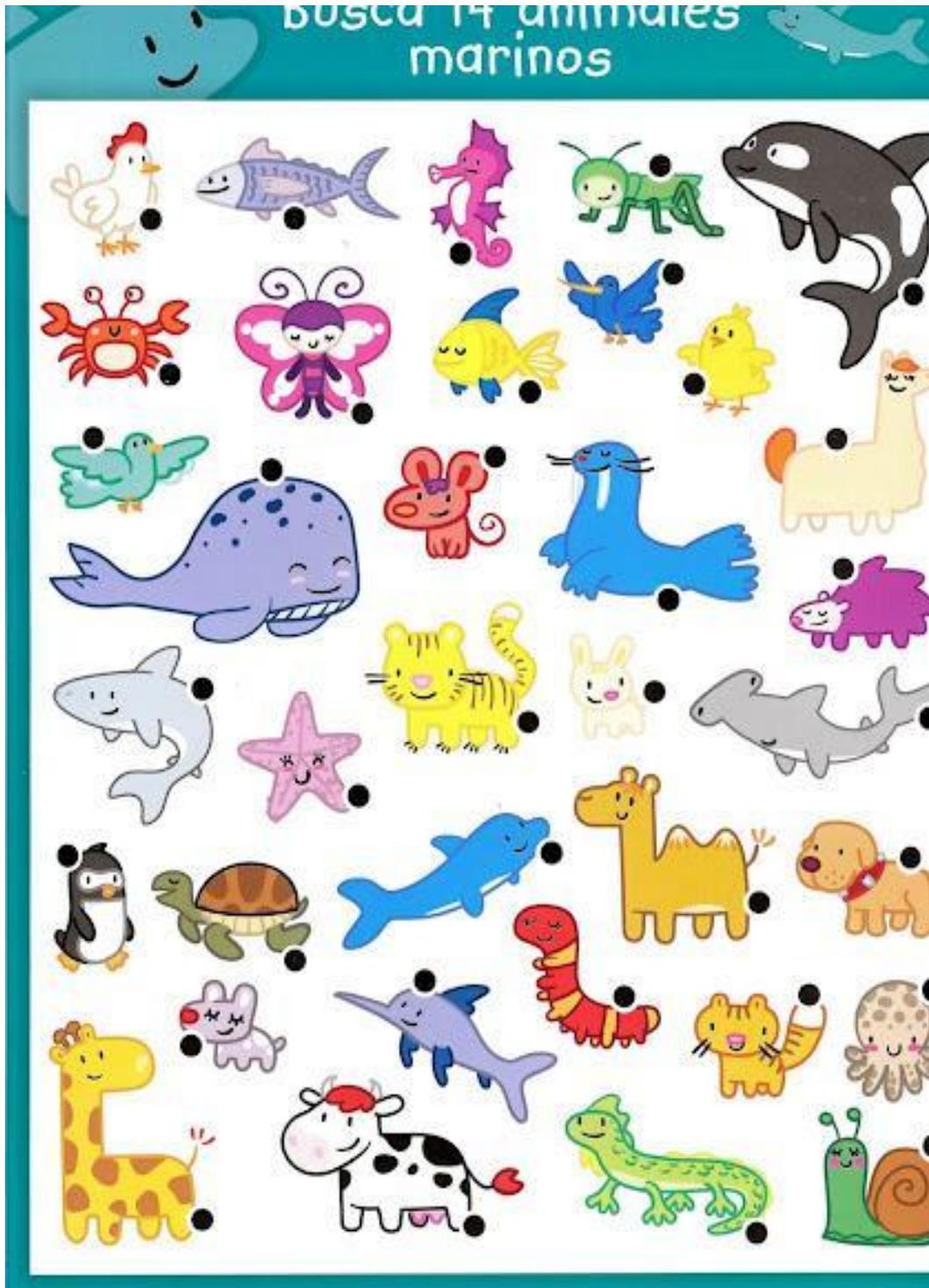
<https://orientacionandujar.wordpress.com/>



⁷³ https://mentescuriosas.es/wp-content/uploads/2010/02/efecto_stroop_2.gif

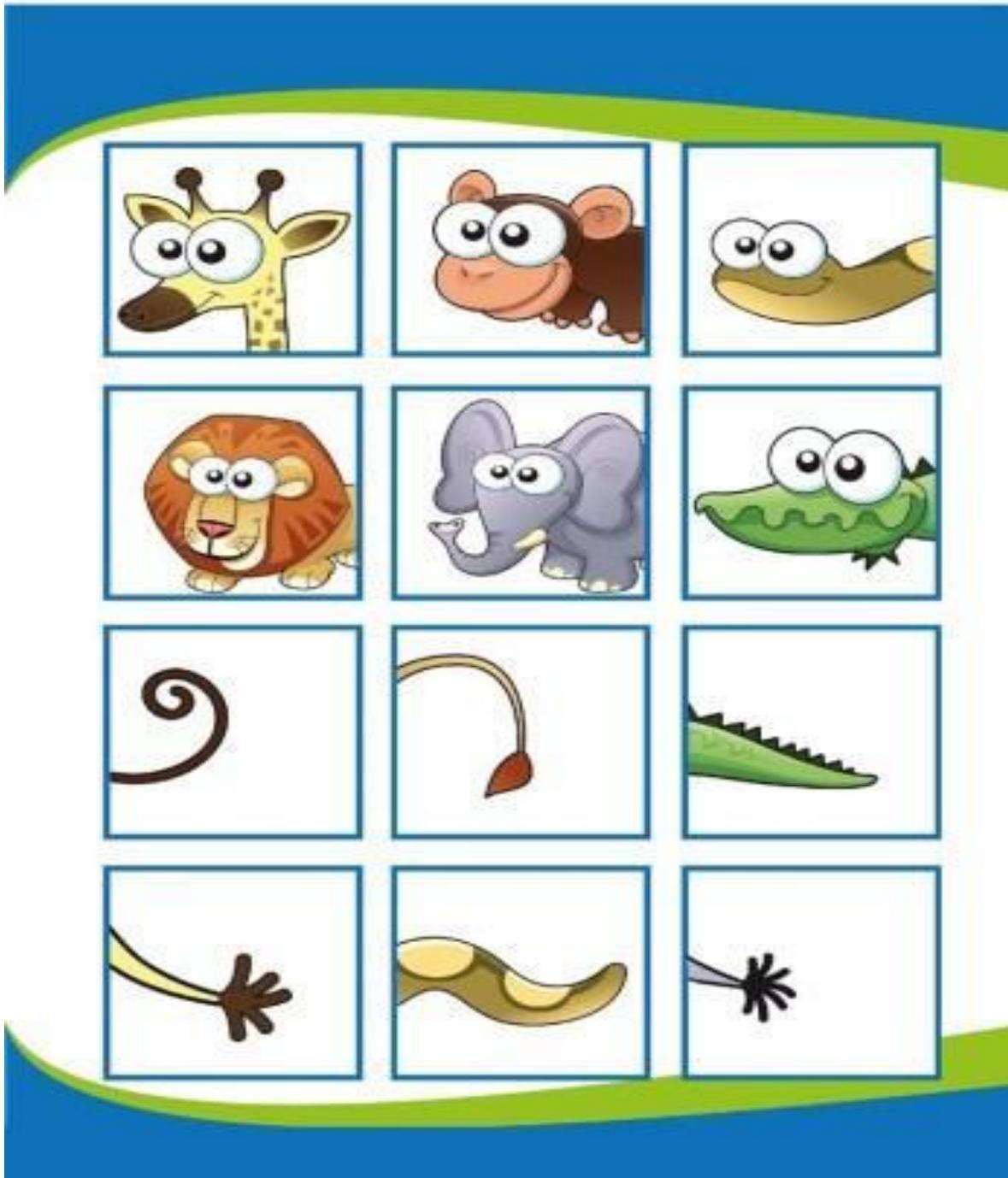
⁷⁴ <https://4.bp.blogspot.com/-o-cPsf5x3U/Ug9halDiE6I/AAAAAAAAAQg/fY0pklpZgPE/s1600/SEDUCC~1.PNG>

⁷⁵ <https://orientacionandujar.files.wordpress.com/2009/10/continua-la-serie-fichas-1-20.pdf>



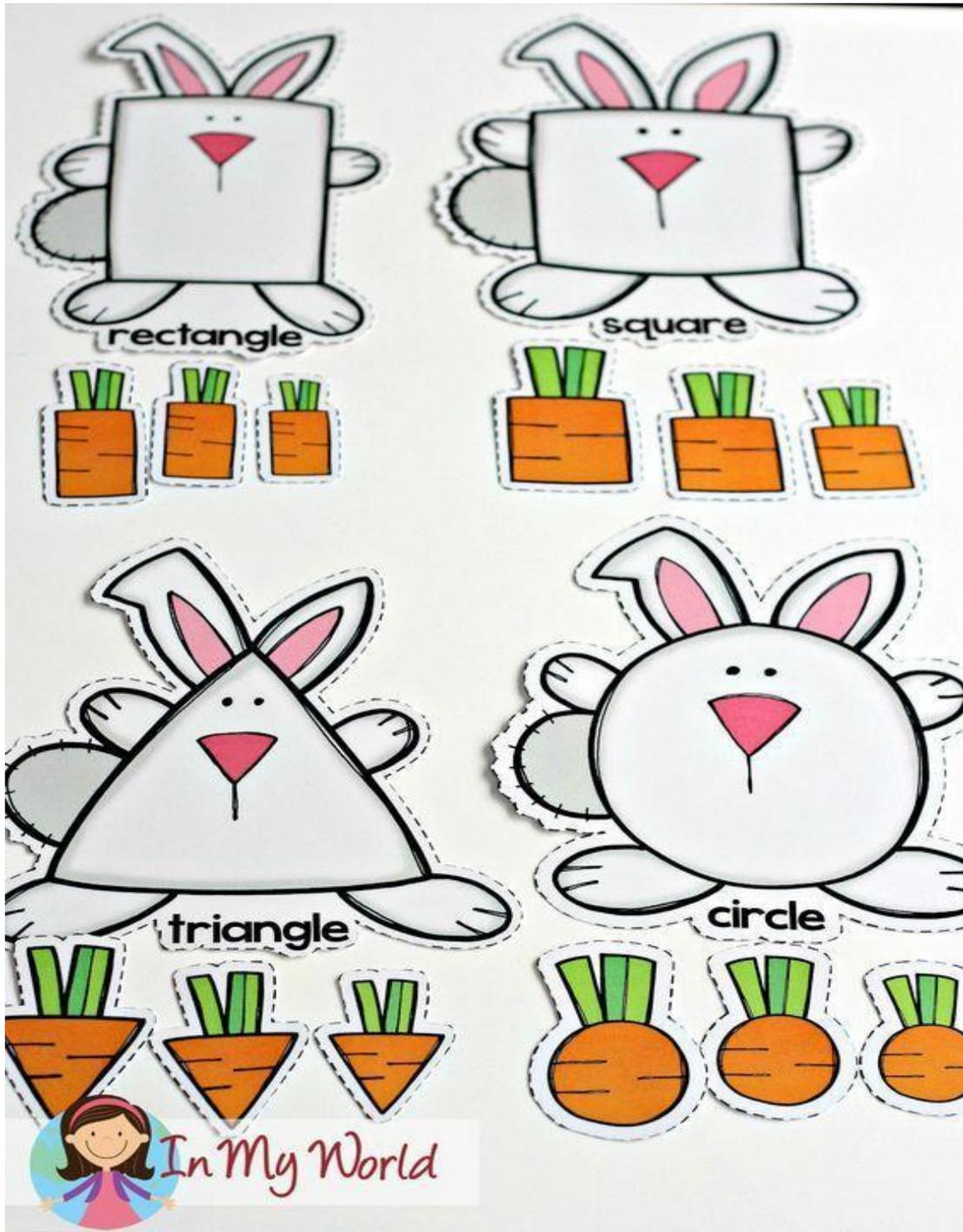
⁷⁶ <http://3.bp.blogspot.com/-rrWEJ2BL-6Q/T665RPKSuII/AAAAAAAAAN6E/JWmpAk7Sk3Y/s640/12.jpg>





⁷⁸ <https://i0.wp.com/www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2018/05/Trabajamos-la-atenci%C3%B3n-une-las-im%C3%A1genes-que-tengan-relaci%C3%B3n-6.jpg?resize=346%2C500&ssl>

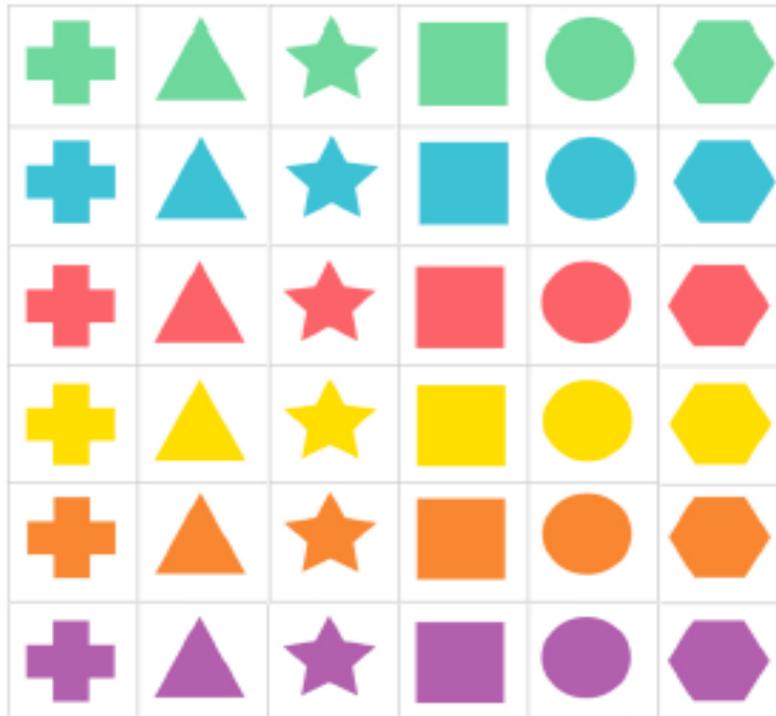
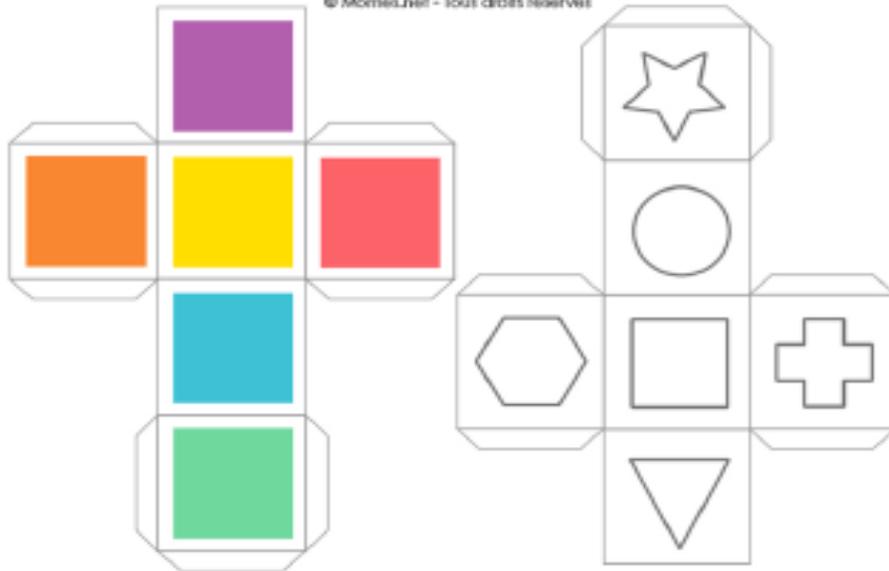




Momes

✂ TABLEAU A DOUBLE ENTREE ✂

© Momes.net - Tous droits réservés



⁸¹ <http://cdn3.momes.net/var/momes/storage/original/application/86c746d59337e2c5a04dff4ae33b75e6.pdf>

Momes

TABLEAU A DOUBLE ENTREE

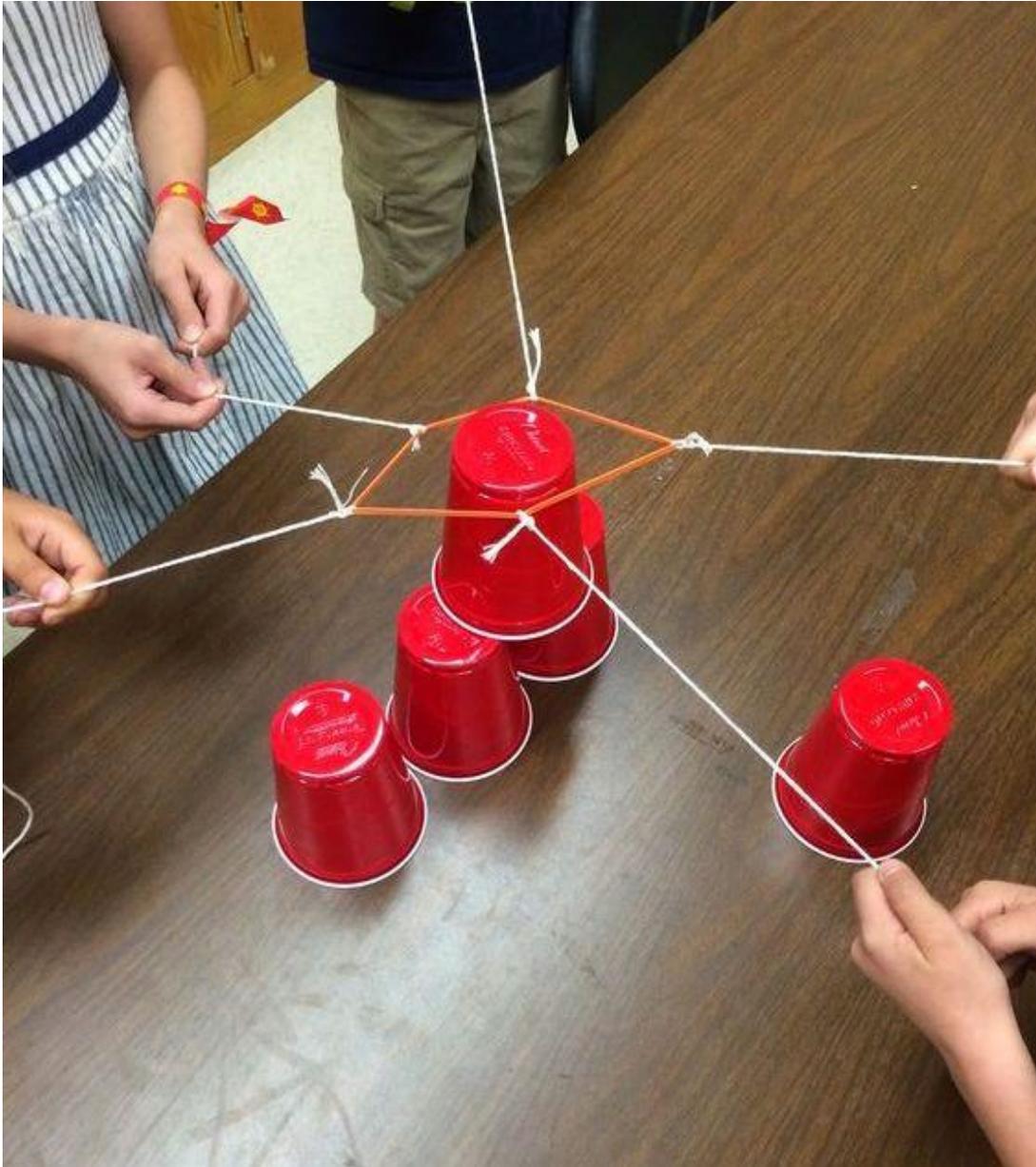
© Momes.net - Tous droits réservés

Découpez les dés et les étiquettes sur la page suivante.
lancez les dés et disposez les formes sur le tableau ci-dessous.

Anexo 3.4.2. Materiales utilizados en la estación #2

83



⁸³ <https://i.pining.com/originals/63/8e/5a/638e5a68ebcf307e18ee5ba8e50f9a5d.jpg>

Anexo 3.4.3. Manualidad Up: Una aventura de altura⁸⁴



⁸⁴ Elaborado por los participantes

Anexo 3.4.4. Certificados de participación ⁸⁵



⁸⁵ Elaborado por Arq. Luis Diego Alpízar Valverde