

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO



INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUDAMERICANO
Hacemos gente de talento!



DISEÑO GRÁFICO
TECNOLOGÍA SUPERIOR

**CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO EQUIVALENTE A TECNOLOGÍA
SUPERIOR**

CREACIÓN DE MATERIAL ILUSTRADO DE ACTIVIDADES PARA LA
ESTIMULACIÓN COGNITIVA DE ADULTOS MAYORES DEL HOGAR DE
ANCIANOS DR. HUGO AGILA VARGAS DE LA CIUDAD DE CATACocha
CANTÓN PALTAS PROVINCIA DE LOJA PERIODO OCTUBRE 2022-FEBRERO
2023.

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO
DE TECNÓLOGO EN LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO**

AUTOR:

Jiménez Costa Melina Sthefanía

DIRECTOR:

Tlgo. Ochoa Moncada Carlos Andrés

Loja, abril 2023

Certificación

Tlgo.

Carlos Andrés Ochoa Moncada

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN

CERTIFICA:

Que ha supervisado el presente proyecto de investigación titulado: Melina Sthefanía Jiménez Costa; el mismo que cumple con lo establecido por el Instituto Tecnológico Superior Sudamericano: por consiguiente, autorizo su presentación ante el tribunal respectivo.

Loja, abril 2023

FIRMA:

Tlgo. Carlos Andrés Ochoa Moncada

Autoría

Yo, Melina Sthefanía Jiménez Costa, estudiante del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano a continuación certifico que los criterios, opiniones, afirmaciones, análisis, interpretaciones, conclusiones, recomendaciones y todos los demás aspectos vertidos en el presente proyecto de investigación de fin de carrera son absolutamente responsabilidad de mi persona.

Loja, 10 de abril del 2023

Firma:

CI: 1104437379

Dedicatoria

El presente proyecto de tesis está dedicado a mi hija por ser el motivo y razón por la cual sigo adelante; a mis padres que han sido el pilar fundamental en mi vida y en este proceso de superación dándome siempre su apoyo y su amor en todo momento de mi vida, a mis abuelitos que desde el cielo me cuidan; a mi abuelita materna por su preocupación constante y sus sanos consejos; a mis hermanos y a todos quienes de una u otra forma han contribuido para mi crecimiento tanto personal como profesional.

Melina Sthefanía Jiménez Costa

Agradecimiento

Primero agradezco a Dios por permitirme concluir con mi carrera profesional. A mi pequeña hija por reglarme nuestro tiempo para poder concluir con mis estudios y ser mi mejor maestra y la mejor compañía para trabajar y estudiar.

A mis queridos padres por estar a mi lado en cada una de mis etapas por ser mi apoyo en los momentos buenos, pero sobre todo en los momentos malos, gracias infinitas por sus palabras de aliento para poder continuar y no dejarme vencer.

A mis abuelitos maternos, que desde niña han estado a mí lado y aunque hoy mi abuelito no está conmigo sé que desde el cielo sigue aplaudiendo mis logros y los festeja de pie porque sabe el esfuerzo y dedicación que hay detrás. A mi abuelita paterna que desde el cielo cuida de todos nosotros y nos da su bendición en cada paso que damos.

A mis hermanos y demás familiares por su apoyo, sus palabras de aliento para no darme por vencida y estar siempre con las palabras adecuadas en los momentos en los que más he necesitado.

Finalmente, mi agradecimiento a los docentes del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano por sus enseñanzas durante todo este tiempo, a mi querido tutor TIgo. Carlos Ochoa por toda su paciencia y guía para la culminación de mi tesis.

Gracias a todos por ser parte de este crecimiento no solo profesional sino también personal, mi eterna gratitud a cada uno de Uds. por formar parte de este hermoso sueño.

Melina Sthefanía Jiménez Costa

Acta de cesión de derechos

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DE FIN DE CARRERA

Conste por el presente documento la Cesión de los Derechos de proyecto de investigación de fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA. - Por sus propios derechos; *el Tlgo. Ochoa Moncada Carlos Andrés*, en calidad de *Director del proyecto de investigación de fin de carrera*; y, *Melina Sthefanía Jiménez Costa*, en calidad de *autor del proyecto de investigación de fin de carrera*; mayores de edad emiten la presente acta de cesión de derechos

SEGUNDA. – *Melina Sthefanía Jiménez Costa*, realizó la Investigación titulada “*Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón paltas provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023*”; para optar por el título de *Tecnólogo en Diseño Gráfico*, en el *Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja*, bajo la dirección del *Tlgo. Ochoa Moncada Carlos Andrés*.

TERCERA. - Es política del Instituto que los proyectos de investigación de fin de carrera se apliquen y materialicen en beneficio de la comunidad.

CUARTA. - Los comparecientes *Tlgo. Ochoa Moncada Carlos Andrés*, en calidad de *Director del proyecto de investigación de fin de carrera* y *Melina Sthefanía Jiménez Costa* como *autor*, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos de proyecto de investigación de fin de carrera titulado “*Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de*

adultos mayores del hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón paltas provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023” a favor del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja; y, conceden autorización para que el Instituto pueda utilizar esta investigación en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

QUINTA. - Aceptación. - Las partes declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos.

Para constancia suscriben la presente cesión de derechos, en la ciudad de Loja, en el mes

De abril del año 2023.

Tlgo. Carlos Andrés Ochoa Moncada

DIRECTOR

CI: 1104021686

Melina Sthefanía Jiménez Costa

AUTOR

CI: 1104437379

Declaración juramentada de autoría de la investigación

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Loja, 10 de abril del 2023

Nombres: Melina Sthefanía

Apellidos: Jiménez Costa

Cédula de Identidad: 1104437379

Carrera: Diseño Gráfico

Semestre de ejecución del proceso de titulación: Periodo extraordinario

Tema de proyecto de investigación de fin de carrera con fines de titulación:

“Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón paltas provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023”

En calidad de estudiante del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja; Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.
2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentada no atenta contra derechos de terceros.

4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones

que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente dispuesta por la LOES y sus respectivos reglamentos y del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de la ciudad de Loja.

Firma:

Melina Sthefanía Jiménez Costa

CI: 1104437379

Índice de contenido

Certificación.....	II
Autoría.....	III
Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	V
Acta de cesión de derechos.....	VI
Declaración juramentada de autoría de la investigación.....	VIII
Índice de contenido.....	1
Índice de figuras.....	4
Índice de tablas.....	6
1. Resumen.....	7
2. Abstract.....	9
3. Problematización.....	11
3.1 Problema.....	12
4. Tema.....	13
5. Justificación.....	15
6. Objetivos.....	17
6.1 Objetivo General.....	17
7. Marco Teórico.....	19
7.1 Marco Institucional.....	19
7.2 Misión.....	21
7.3 Visión.....	21
7.4 Valores.....	22
7.5 Organigrama Estructural.....	22
7.6 Servicios.....	23
8. Marco Conceptual.....	24
Capítulo I.....	24
8.1 Envejecimiento.....	24
8.1.1 Definición.....	24
8.1.2 Tipos de envejecimiento.....	24
8.2 Vejez.....	26
8.3 Estimulación Cognitiva.....	26

8.3.1	Estimulación cognitiva en adultos mayores	27
8.3.2	Enfermedades neurodegenerativas.....	28
8.3.3	Rehabilitación cognitiva.....	29
8.3.4	Ejercicios de estimulación cognitiva para personas mayores	30
8.3.5	Beneficios de la realización de ejercicios de estimulación cognitiva para personas mayores.....	32
Capítulo II	33
8.4	Ilustración.....	33
8.4.1	Tipos de ilustraciones.....	33
9.	Metodología.....	35
9.1	Métodos de Investigación.....	35
9.1.1	Método Hermenéutico.....	35
9.1.2	Método Fenomenológico	36
9.1.3	Método Práctico Proyectual	36
9.2	Técnicas de investigación.....	37
9.2.1	Observación.....	37
9.2.2	Entrevista.....	38
9.2.3	Focus Group	38
10.	Propuesta de acción.....	40
10.1	Introducción.....	40
10.2	Marca del proyecto	41
10.2.1	Nombre del proyecto.....	41
10.2.2	Gráfica.....	42
10.2.3	Uso cromático	42
10.2.4	Uso tipográfico.....	43
10.3	Público objetivo.....	43
10.4	Desarrollo de la propuesta	43
10.4.1	Elaboración del manual.....	43
10.4.2	Bocetos	44
10.4.3	Ilustración.....	49
10.4.4	Diagramación y maquetación.....	52
10.4.5	Mockup del proyecto final	53
10.4.6	Estrategia de difusión.....	54

10.4.7	Socialización	54
11.	Conclusiones	56
12.	Recomendaciones.....	57
13.	Bibliografía	58
14.	Anexos.....	61
14.1	Certificación de aprobación del proyecto de investigación de fin de carrera, emitido por el Vicerrectorado Académico del ITSS.	61
14.2	Certificado de petición	62
14.3	Certificado de aceptación del tema.....	63
14.4	Certificado de socialización y recepción del cuaderno de trabajo	64
14.5	Certificado de aprobación del Abstract	65
14.6	Certificado entrega del plan de acción	66
14.7	Cronograma	67
14.8	Presupuesto.....	70
14.9	Entrevistas	72
14.9.1	Entrevista 1: Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos	72
14.9.2	Entrevista 2: Dra. María Fernanda Jiménez Costa	75
14.9.3	Entrevista 3: Lcda. Estíbaliz Vélez	80
14.10	Evidencia fotográfica de las entrevistas.....	82
14.11	Evidencia fotográfica del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas	85
14.12	Evidencias de Socialización.....	87

Índice de figuras

Figura 1:	19
Figura 2:	22
Figura 3	41
Figura 4	42
Figura 5	44
Figura 6	45
Figura 7	45
Figura 8	46
Figura 9	46
Figura 10	47
Figura 11	47
Figura 12	48
Figura 13	48
Figura 14	49
Figura 15	50
Figura 16	50
Figura 17	51
Figura 18	51
Figura 19	52
Figura 20	53
Figura 21	53
Figura 22	54
Figura 23	72
Figura 24	75
Figura 25	80
Figura 26	82
Figura 27	83
Figura 28	83
Figura 29	84
Figura 30	84
Figura 31	85

Figura 32	85
Figura 33	86
Figura 34	86
Figura 35	87
Figura 36	87
Figura 37	88
Figura 38	88
Figura 39	89
Figura 40	89
Figura 41	90
Figura 42	90

Índice de tablas

Tabla 1.....	67
Tabla 2.....	70
Tabla 3.....	70
Tabla 4.....	71

1. Resumen

El presente proyecto se denomina “Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón Paltas provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023”.

Las enfermedades mentales en adultos mayores son una problemática común en la sociedad, y en los centros gerontológicos se puede observar estas patologías con mayor frecuencia; por tal razón se ha creado material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores utilizando principios de diseño gráfico con la finalidad de prevenir enfermedades neurodegenerativas dentro del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la Ciudad de Catacocha; después de realizar entrevistas tanto al personal administrativo de la institución y psicólogos se pudo constatar la importancia de realizar un cuaderno de trabajo ilustrado que permita a los adultos mayores realizar actividades para reforzar sus funciones cognitivas y retrasar el deterioro mental.

El cuaderno de trabajo fue desarrollado bajo la supervisión de un profesional de la salud mental, quien brindó pautas para realizar las actividades, así como también para aplicarlas con los adultos mayores adecuadas para la realización de las actividades y su aplicación con los adultos mayores. Además, se incorporaron los conocimientos adquiridos en la carrera de diseño gráfico y así de esta manera contribuir al desarrollo de este sector vulnerable de la sociedad.

La creación del cuaderno de trabajo con actividades ilustradas para la estimulación cognitiva de los adultos mayores promovió la importancia de la salud

mental en los ancianos mejorando las funciones cognitivas y retrasando las enfermedades mentales prematuras; desarrollando destrezas motoras a nivel de: memoria, percepción, lenguaje, atención, funciones ejecutivas, praxias, lectoescritura y visoconstrucción y para la creación de dicho trabajo se utilizó herramientas básicas de diseño gráfico.

2. Abstract

This project is entitled "Creation of illustrated material of activities for the cognitive stimulation of elderly adults at the Dr. Hugo Agila Vargas nursing home in the city of Catacocha, Paltas canton, province of Loja from October 2022 to February 2023."

Mental illnesses in elderly adults are a common problem in society, and these pathologies can be observed more frequently in gerontological centers; for this reason, illustrated material of activities for the cognitive stimulation of elderly adults has been created using graphic design principles in order to prevent neurodegenerative diseases within the Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas in the City of Catacocha. After conducting interviews with both, the administrative staff of the institution and psychologists, it was possible to verify the importance of making an illustrated workbook that allows elderly adults to carry out activities to strengthen their cognitive functions and delay mental deterioration.

The workbook was developed under the supervision of a mental health professional who provided guidelines for carrying out the activities, as well as for applying them with the appropriate elderly adults for the realization of the activities and their application with the elderly people. Besides, the knowledge acquired in the graphic design degree program was incorporated and thus contribute to the development of this vulnerable sector of society.

The creation of the workbook with illustrated activities for the cognitive stimulation of elderly adults promoted the importance of their mental health by

improving cognitive functions and delaying premature mental illnesses, developing motor skills at the level of memory, perception, language, focus, executive functions, praxis, reading and writing skills, and visual-motor skills, also, basic graphic design tools were used for the creation of this work.

3. Problematicación

Según las Naciones Unidas (UN), en el año 2019 se registraron alrededor de 703 millones de personas de 65 años de edad en todo el mundo, siendo Asia oriental y sudoriental la región que alberga el mayor número de estas personas, que conforman un total de 261 millones, seguido de Europa y América del Norte con 200 millones de adultos mayores (Naciones Unidas, 2022).

En base a estos datos, se estima que en el transcurso de los años el incremento de enfermedades neurodegenerativas en adultos mayores aumentará de forma alarmante, más aún tras la pandemia que trajo consigo consecuencias como la falta de atención a los adultos mayores que son considerados como población vulnerable, puesto que han quedado en el abandono total en cuanto a cuidados físicos y psicológicos se refiere.

Lamentablemente, esta problemática no ha sido la excepción en nuestro país, puesto que, los cuidados existentes para la salud mental de los adultos mayores son escasos o casi nulos; debido a algunos factores como la mendicidad, violencia, malnutrición, analfabetismo, entre otros factores que impiden el acceso a estos métodos de prevención para la salud mental y física de este sector de la población.

Siguiendo esta línea argumentativa es importante referirse lo indicado por la Dra. Carmen Sucre Martínez, especialista en geriatría del Centro Especializado Particular Geriátrico Memory de la ciudad de Guayaquil, quien señala que existen algunas enfermedades neurodegenerativas que afectan a los adultos mayores como, por ejemplo, la presencia de deterioro cognitivo leve, Alzheimer y Parkinson (Edifarm, 2022).

Si bien es cierto en el Ecuador no existen centros especializados para prevenir o brindar el tratamiento adecuado para estas patologías, contamos a nivel nacional con centros geriátricos, que brindan cuidados focalizados en los adultos mayores, así como también, cumplen con las necesidades básicas enfocadas única y exclusivamente a este sector de la población.

En el Cantón Paltas existe un centro de atención para adultos mayores encargado de brindar atención a las personas de la tercera edad, que lastimosamente por falta de recursos económicos carece de atención psicológica y herramientas adecuadas para el cuidado de la salud mental de los ancianos; provocando que todos quienes conforman este centro no puedan desarrollar con mayor frecuencia estos ejercicios cognitivos que son de gran ayuda para evitar y prevenir enfermedades neurodegenerativas.

3.1 Problema

La inexistencia de material ilustrado para la estimulación cognitiva de los adultos mayores que residen en el Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas del Cantón Paltas, impide que puedan desarrollar sus habilidades cognitivas y de esta manera prevenir enfermedades neurodegenerativas, si bien es cierto todas las personas al llegar a la tercera edad son propensas a adquirirlas, pero la finalidad del presente trabajo es contribuir en el retraso de enfermedades mentales prematuras y brindar una vejez adecuada a cada uno de ellos.

4. Tema

Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la Ciudad de Catacocha Cantón Paltas Provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023.

Líneas de investigación

Línea 13

Formación, identidad cultural y transformación digital en la educación.

Sub línea

Calidad en educación.

5. Justificación

La línea de investigación que se utilizará para el desarrollo del presente trabajo de investigación corresponde a la formación, identidad cultural y transformación digital en la educación colaborando con la enseñanza a personas mayores que requieren atención adecuada para desarrollar sus destrezas y potenciar sus habilidades cognitivas, acoplándose en la sublínea de calidad en educación.

El trabajo de investigación a realizar es un requisito previo para la obtención del título profesional de tercer nivel como Tecnólogo en Diseño Gráfico del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano el mismo que nos permitirá poner en práctica los conocimientos que hemos aprendido a lo largo de nuestra formación académica.

A través de la creatividad e innovación nuestra carrera permite contribuir con el crecimiento y desarrollo de grandes y pequeños emprendimientos que mueven la matriz productiva de cada lugar, mediante herramientas que permitan llegar al público objetivo al cual va enfocado nuestro trabajo; el diseño gráfico nos permite también realizar actividades que vayan enfocadas al ámbito social es por ello que se desea realizar material ilustrado para la estimulación cognitiva de los adultos mayores.

A la estimulación cognitiva la definen como:

Las acciones que mejoran las funciones intelectuales realizando ejercicios mentales y manteniendo activo el cerebro; permite reforzar la atención, la memoria, la orientación, el lenguaje, las funciones ejecutivas, las gnosias (es la capacidad para reconocer información, de objetos o personas, previamente adquirida a través de los sentidos), las praxias (son las habilidades motoras

adquiridas) y la cognición social; también se puede utilizar en algunas enfermedades como, por ejemplo: el deterioro cognitivo leve o alguna demencia derivada como el Alzheimer o Parkinson (Jiménez, 2022).

En el ámbito social, permite el desarrollo adecuado de las personas mayores el mismo que tendrán a su alcance cuadernos ilustrados que contengan ejercicios o actividades de estimulación cognitiva en donde puedan potencializar sus habilidades; es verdad que esto no podrá evitar el proceso degenerativo al cual ellos están expuestos, pero si podrán mejorar las capacidades cognitivas incluso con adultos mayores que padezcan alguna enfermedad neurodegenerativa.

6. Objetivos

6.1 Objetivo General

Crear material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores utilizando principios de diseño gráfico para la prevención de enfermedades neurodegenerativas dentro del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la Ciudad de Catacocha.

6.2 Objetivos Específicos

Identificar el nivel de estimulación cognitiva que reciben los pacientes en el hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas, a través de las técnicas de investigación con los adultos mayores y personal de atención del ancianato, para la determinación de material ilustrado de apoyo.

Investigar cuáles son los materiales de apoyo adecuados que se usan en la estimulación cognitiva de adultos mayores, mediante la recopilación bibliográfica existente y entrevistas con profesionales de la salud mental, para la elaboración del material ilustrado.

Crear un cuaderno de trabajo ilustrado que contenga actividades de estimulación cognitiva orientado a adultos mayores, aplicando los principios de diseño gráfico, para que se utilice como material de apoyo en el hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas.

Socializar el cuaderno de trabajo ilustrado con el personal laboral y administrativo del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas, a través de un evento de

presentación con el acompañamiento de un profesional de la salud mental, para que conozcan las instrucciones y la forma correcta de aplicación de las actividades.

7. Marco Teórico

7.1 Marco Institucional

Asociación de Voluntarias de la Caridad "San Vicente de Paúl"

Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas

Figura 1:

Logo Asociación Internacional de Caridades (AIC)



Nota: Adaptado de Logo Asociación Internacional de Caridades (AIC), de la Secretaria de la Asociación de Voluntarias de la Caridad "San Vicente de Paúl" (2022)

7.1 Reseña Histórica

Hablar de AIC Asociación Internacional de Caridad, es hablar de la más antigua Asociación laical femenina en la historia del Voluntariado. Sus orígenes se remontan a 1617, cuando San Vicente de Paúl reunió por primera vez en Francia un grupo de señoras y organizó la asistencia a las familias pobres de la parroquia.

A este primer grupo, siguieron otros. San Vicente les dio el nombre significativo de Caridades. Él mismo, promovió la difusión, no sólo en Francia, sino también en Italia y Polonia, creando de hecho una Asociación Internacional. Para favorecer la unidad de esta obra, San Vicente les dio unas reglas comunes, inspiradas en la imitación de Cristo, en el amor evangélico sin fronteras, en la

organización de los miembros y la creatividad, a fin de encontrar cauces siempre nuevos de ayuda a los pobres. Más aún, para que las Caridades se mantuvieran unidas, san Vicente escribió una serie enorme de cartas y hasta creó un verdadero noticiario, esto era ya una manera de organizar la caridad y constituye uno de los métodos más geniales de nuestro Fundador.

La Asociación de Voluntarias de la Caridad “San Vicente de Paúl”, que regenta el Hogar de Ancianos Doctor “Hugo Agila Vargas”, de la ciudad de Catacocha; pertenece a la Asociación Internacional de Caridad AIC.

Nace como un grupo humano de carácter privado, el veintiocho de noviembre del año mil novecientos noventa y tres, en la ciudad de Catacocha, cuando un grupo de señoras paltenses, con el apoyo de las Hijas de la Caridad, promueven la formación de una organización que trabaje en beneficio de los ancianitos desvalidos. La Hermanita Josefina Carpio, fue la Gestora del Hogar de Ancianos, Sor Rosita Pereira, fue la Fundadora del Voluntariado y la señora Hermelinda Valarezo de Quevedo, fue la Primera Presidenta de la Asociación de Voluntarias de la Caridad en el Cantón Paltas. El día a día, el compartir con los más desamparados, y el saber que una persona de buena voluntad puede asistir a otra cuando ésta se encuentre vulnerable, hizo nacer los sentimientos en varias mujeres de diferentes estratos sociales, con una sola convicción ayudar a los abuelitos, con generosidad, desarrollando la caridad, a través de una espiritualidad del pobre y ampliando nuestra visión pastoral.

Fueron precisamente mujeres las que escucharon y se dejaron guiar para esta obra de Dios, con el ejemplo de San Vicente de Paúl y Santa Luisa de Marillac.

La trascendencia de las mentalizadoras de nuestra institución, se fundamenta, en la generosidad de compartir genuinamente la convicción, de que para construir algo, es primordial fomentar un muy buen equipo, y esto se ha logrado gracias a la disciplina, unidad e integridad de todas las integrantes del voluntariado de la caridad. Nosotras realizamos un servicio local, con atención integral a la persona, creación de vínculos sociales, formación permanente de las voluntarias, entregadas al servicio de los demás, sin esperar remuneración, servicio por amor, por vocación. “Dios ama al que da con corazón alegre”.

7.2 Misión

Luchar contra todas las formas de pobreza y de exclusión a través de iniciativas y proyectos transformadores. En Paltas, brindamos atención al adulto mayor, proporcionando condiciones de vida digna para sus últimos días de existencia, en un ambiente familiar, con bienestar, calidad y calidez. Asumimos una lucha consciente y permanente contra todas las pobrezas y sus causas, con especial atención a las personas de la tercera edad, para lograr una justicia social desarrollando una acción conjunta con personas voluntarias con compromiso cristiano, a la luz del Evangelio y las enseñanzas de San Vicente de Paúl y Santa Luisa de Marillac y las líneas programáticas internacionales.

7.3 Visión

Ser transformadores en medio del mundo en que vivimos, como fuerza asociativa, con una actitud de apertura, basada en el Carisma Vicentino, donde los

pobres sean gestores de su propio desarrollo y así procurar la construcción de un mundo más fraterno en unión con las fuerzas vivas de la Iglesia y de la Sociedad.

7.4 Valores

- Fidelidad al carisma vicentino
- Caridad
- Solidaridad Cristiana
- Integridad
- Honestidad
- Disciplina

7.5 Organigrama Estructural

Figura 2:

Directorio del voluntariado



Nota: Adaptado de Directorio del Voluntariado, de la Secretaria de la Asociación de Voluntarias de la Caridad "San Vicente de Paúl" (2022)

7.6 Servicios

- Brindamos atención integral, a personas de la tercera edad, en situación de vulnerabilidad. A través del alojamiento, alimento, salud, cuidados, ayuda espiritual y psicológica, con especial énfasis hacia quienes han sido abandonados.
- Respondemos a las diversas situaciones de miseria detectadas en nuestro entorno, con enfoque de ayuda a los adultos mayores.
- Mantenemos la comunicación y promovemos la solidaridad y el intercambio de experiencias entre todas las voluntarias AIC del mundo entero.
- Servimos a los pobres en un ambiente de dignidad.
- Realizamos un trabajo coordinado y conjunto entre todas las voluntarias, planteando proyectos que persiguen el fortalecimiento institucional, para ofrecer un mejor servicio a los adultos mayores.

Dra. Irene Encalada Gallegos

**PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS DE LA CARIDAD
"SAN VICENTE DE PAÚL"**

8. Marco Conceptual

Capítulo I

8.1 Envejecimiento

8.1.1 *Definición*

Según la Organización Mundial de la Salud define al envejecimiento desde un punto de vista biológico que:

Es el resultado de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, a un mayor riesgo de enfermedad y, en última instancia, a la muerte (OMS, 2022).

Hypatia Mendoza, psicóloga clínica y terapeuta familiar del Hospital Universitario, señala:

Que el proceso de envejecimiento, hablando de salud mental, va a depender de persona a persona, pero hay un estándar que establece que después de los 75 años empieza un declive de las funciones mentales superiores como se conoce en el campo de la psicología y que son concentración, memoria razonamiento y pensamiento (Hypatia, 2020).

8.1.2 *Tipos de envejecimiento*

Envejecimiento exitoso: Las personas en las que se produce este tipo de envejecimiento sólo manifiestan los cambios biológicos, psicológicos y sociales inherentes a la edad, como consecuencia de aspectos genéticos, ambiente social y estilos

de vida saludables que se traduce en una disminución significativa de riesgos a enfermedades agudas y crónicas, esto asociado a una funcionalidad física, mental y social acorde con su edad y contexto sociocultural. En general, este tipo de envejecimiento lo presenta entre un 5 y 15% de la población, y este porcentaje podría incrementarse promoviendo el desarrollo de programas de envejecimiento saludable en el marco del envejecimiento activo (Núñez, 2022).

Envejecimiento usual: En este tipo de envejecimiento las personas, además de los cambios inherentes a la edad, padecen alguna enfermedad crónico-degenerativa, tales como la hipertensión arterial, la diabetes mellitus, la depresión y la osteoporosis, entre otras. No obstante, en general tienen una buena funcionalidad física, mental y social, y por lo tanto son independientes. Se estima que alrededor del 80% de la población de 60 años y más vive este tipo de envejecimiento (Núñez, 2022).

Envejecimiento con fragilidad: Los adultos mayores que cursan con fragilidad, además de los cambios inherentes a la edad, muestran una disminución acentuada en la eficiencia de la respuesta funcional de los órganos y sistemas ante los cambios o riesgos, esto propicia alteraciones físicas y complicaciones ante enfermedades agudas y crónicas. En general, los ancianos frágiles padecen enfermedades crónicas descontroladas, se les describe como ancianos enfermizos, débiles y dependientes en las actividades básicas de la vida diaria (alimentación, vestido, higiene, deambulación, etc.). También manifiestan afectaciones significativas en la funcionalidad social y cognitiva. Se calcula que el envejecimiento con fragilidad se presenta en alrededor del 5% en los ancianos de 60 a 84 años, y se incrementa en un 20% o más a partir de los 85 años. Por tal motivo, es

fundamental implementar programas de envejecimiento saludable en etapas tempranas y así evitar esta afectación (Núñez, 2022).

8.2 Vejez

Víctor Núñez define a la vejez:

Es el período vital que sigue a la madurez. Si bien no existe una edad determinada para señalar su inicio en los seres humanos, la Organización Mundial de la Salud ubica esta etapa a partir de los 60 años. Aunque la vejez implica un deterioro orgánico gradual, son las condiciones de vida previas y los factores genéticos los que determinarán una evolución favorable o no de esta etapa.

El rango de edad al catalogar como viejos a todos los mayores de 60 años, se puede clasificar en:

- Viejos-jóvenes a las personas de 60 a 74 años.
- Viejos-viejos a los de 75 a 84 años.
- Viejos-longevos a los de 85 a 99 años y
- Centenarios a los de 100 años y más.

(Núñez, 2022)

8.3 Estimulación Cognitiva

La estimulación cognitiva tiene muchas definiciones, en este caso nos referiremos a la definición de Sara Agustín y Raúl Tortajada que la definen como:

El conjunto de técnicas y estrategias que pretenden optimizar la eficacia del funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas (percepción, atención, razonamiento, abstracción, memoria, lenguaje, procesos de orientación y praxias) mediante una serie situaciones y actividades concretas que se estructuran en lo que se denominan “programas de entrenamiento cognitivo (Agustín & Tortajada, 2014).

8.3.1 Estimulación cognitiva en adultos mayores

A la estimulación cognitiva en adultos mayores Vanesa Vargas manifiesta características importantes como:

El retrasar el deterioro de las capacidades y habilidades promueve eficazmente un envejecimiento activo. En este sentido, la estimulación cognitiva mediante actividades y ejercicios promoverá la salud mental y la independencia emocional y física de la persona mayor. Ayudará también a personas que tengan alguna enfermedad neurodegenerativa, sin importar en qué etapa de la adultez se encuentre, a prevenir o a ralentizar el proceso para llevar adelante una mejor calidad de vida.

Según estudios realizados por algunos profesionales de la salud mental señalan que los cambios a nivel cognitivo pueden tener diferentes causas:

- El paso de los años.
- Problemas de memoria relacionados a la edad.
- Deterioro progresivo que puede acabar en demencia.
- Deterioro cognitivo leve.

- Una enfermedad neurodegenerativa.
- Demencia tipo Alzheimer, vascular o cuerpos de Lewy.

(Vargas, 2022)

8.3.2 Enfermedades neurodegenerativas

La Dra. Carmen Sucre Martínez define a las enfermedades neurodegenerativas como: los padecimientos del sistema central, una de ellas es el Alzheimer, siendo la población adulta mayor la más afectada sufriendo una muerte neuronal programada.

En las enfermedades neurodegenerativas como en el Alzheimer, algunos síntomas son:

La tristeza, la irritabilidad, que no la expresan, pero están molestos o se aíslan socialmente, lo que lleva a un cuadro de depresión que a veces se cree es normal por la edad, pero no, algo está pasando desde el punto de vista mental (Edifarm, 2022).

En geriatría se requiere de un equipo multidisciplinario y dependiendo del paciente al cual se evalúa se consideran cuatro esferas de valoración: médica, física funcional, cognitiva y afectiva. Con cuatro pilares se determina cuál es la problemática del adulto mayor. Por ejemplo, si el paciente está deprimido se debe iniciar un tratamiento cognitivo-afectivo donde el tratamiento puede ser farmacológico y no farmacológico. En cuanto a la parte médica, se debe analizar si el paciente no está deteriorado físicamente, si toma la medicina en el horario adecuado o si presenta alguna fractura. Cuando un adulto mayor se cae no es normal

(funcional), significa que algo pasa en él como puede ser un trastorno articular (Edifarm, 2022).

En el Ecuador existe la presencia de deterioro cognitivo leve, y es más frecuente la enfermedad de Alzheimer, siendo pacientes con muchos problemas vasculares. Se habla que el incremento de demencia a nivel mundial es del 70%; en el Ecuador no existe una casuística como tal, en consulta se observa el crecimiento de la enfermedad de Alzheimer que en ocasiones es subdiagnosticada porque se normaliza que los adultos mayores se olvide las cosas y lo normal es que razone, que termine o aprenda lentamente por la edad, pero no es normal olvidarse las cosas y ser reiterativos en los comentarios que hace. Otra enfermedad neurodegenerativa es el Parkinson, donde existe un incremento en la prevalencia y tiene que ver con los factores asociados, genéticos y medioambientales, que comienza con un deterioro motriz y termina con una demencia. La incidencia de Alzheimer se ve más en mujeres; existen dos tipos de Alzheimer, la esporádica y la genética. La genética aparece antes de los 40 años y la esporádica a partir de los 65 años, entre más tarde aparezca, el deterioro va más lento, si aparece de manera precoz, el deterioro será más rápido (Edifarm, 2022).

8.3.3 *Rehabilitación cognitiva*

La rehabilitación cognitiva se define como:

El conjunto estructurado de actividades terapéuticas especialmente diseñadas para reentrenar las habilidades de aquellos individuos que han sufrido algún tipo de déficit cognitivo tras una lesión o enfermedad (sea daño cerebral estructural o funcional). Se trata de una función que se ha desarrollado adecuadamente pero que, en un momento determinado, se pierde, por lo que el trabajo se orienta a recuperar lo perdido. El término rehabilitación no sería adecuado para aplicarse a enfermedades neurodegenerativas, en las que la intervención va destinada a enlentecer lo más posible el proceso, pero no a recuperar lo perdido. El entrenamiento cognitivo tiene como objetivo ejercitar las distintas capacidades cognitivas y sus componentes, mediante la combinación de técnicas de rehabilitación del aprendizaje y actividades pedagógicas. Se interesa de forma secundaria de las dimensiones emocional y conductual. La intervención cognitiva, también llamada psicoestimulación o programas de intervención, proviene fundamentalmente del campo de la psicogerontología y de las demencias (Agustín & Tortajada, 2014).

8.3.4 Ejercicios de estimulación cognitiva para personas mayores

Talleres y clases: Por un lado, existen talleres, clases y programas diseñados específicamente para adultos mayores, en donde se realizan actividades y ejercicios junto a otras personas que están atravesando por lo mismo. Sentirse acompañados es fundamental en este proceso, por lo que realizar este tipo de actividades junto a otras personas será la manera más provechosa de lograr mejoras en el deterioro cognitivo (Vargas, 2022).

Lectura y escritura: La lectura y la escritura es la forma más clásica para lograr la estimulación cognitiva. Un cuaderno de ejercicios cognitivos para adultos mayores puede mejorar la memoria y el razonamiento. Los hay para deterioro leve y moderado, y es importante elegir el que corresponda al tipo de persona que se intenta ayudar ya que varían de acuerdo al nivel de dificultad. En estos cuadernos podemos encontrar ejercicios de lectoescritura, aritmética, cálculo y dibujo. El objetivo es que la persona mayor realice todos los días diversas actividades para generar un hábito, y logre estimular su mente mediante los distintos ejercicios propuestos (Vargas, 2022).

Actividades sensoriales: Las actividades sensoriales están diseñadas para trabajar con los sentidos, son especialmente recomendables. Entre ellas, destacan la escucha y el reconocimiento de sonidos, como el escuchar melodías y sonidos, e intentar luego hacer que estas coincidan, mejorarán las capacidades auditivas. Trabajar con imágenes, hacer actividades con objetos y formas, entre otros (Vargas, 2022).

Destrezas motoras finas: Se comienza con la estimulación de destrezas motoras finas, específica para pacientes con Alzheimer y Parkinson. Para este trabajo, existen cuadernillos especializados enfocados al trabajo con adultos y personas con problemas neurológicos. Estos cuadernillos se basan en bloques centrados en la motricidad fina, la caligrafía y la grafomotricidad. Estos ejercicios pueden retrasar la aparición de problemas motores como lo son los temblores, la rigidez o el enlentecimiento del movimiento (Vargas, 2022).

Lenguaje y aritmética: Ejemplos de actividades que el cuidador puede realizar para trabajar en las áreas del lenguaje y la aritmética son las sopas de letras, los sudokus,

relacionar conceptos de la misma familia léxica, descubrir las palabras repetidas en un listado de palabras o hacer crucigramas (Vargas, 2022).

Juegos de orientación: Para mejorar la atención y el sentido de la orientación, son ideales las actividades que impliquen emparejar dos imágenes iguales recordando la posición de las imágenes tras haberlas visto solo una vez, unir puntos para revelar un dibujo oculto, actividades con mapas para saber llegar a un sitio utilizando instrucciones sencillas, ordenar los pasos para realizar una actividad cotidiana como por ejemplo una receta de cocina a través de las imágenes, realización de puzles cuyas imágenes contengan los intereses de la persona, entre otros (Vargas, 2022).

La implicación de los cuidadores y familiares será de vital importancia. Y es que, sin duda, el optimismo del cuidador o ser querido a la hora de realizar los ejercicios con las personas mayores alumbrará el camino para conseguir resultados positivos y mejorar su estado cognitivo para disfrutarlo con los suyos.

8.3.5 Beneficios de la realización de ejercicios de estimulación cognitiva para personas mayores

Los beneficios que se puede obtener son:

- Mejorar el funcionamiento cognitivo.
- Ralentizar el proceso de deterioro en el caso de que la enfermedad avance.
- Aumentar la autoestima de la persona mayor y reforzar su propia autonomía para realizar las rutinas cotidianas.
- Incentivar la conexión con su entorno.
- Evitar el estrés causado por el deterioro cognitivo.

(Vargas, 2022).

Capítulo II

8.4 Ilustración

Es un dibujo o expresión artística que tiene un fin informativo, cuyo objetivo principal es la comunicación visual. La ilustración se encarga de clarificar, iluminar, decorar o representar visualmente un texto escrito, sin importar su género. El ilustrador Steve Heller (2007), explica que la ilustración “entrega una dimensión visual más allá del alcance del texto”. (p. 64).

Las características de la ilustración son:

- Representación de textos, ya sean libros, cómics, guiones o conceptos.
- Expresión y comunicación visual para inducir un pensamiento al observador,
- Uso de técnicas y materiales artísticos para mejorar el aspecto formal de la obra y mejorar la transmisión de información

(Vados, Ballén, & Rodríguez, 2016)

8.4.1 Tipos de ilustraciones

Ilustraciones conceptuales: Son representaciones metafóricas (no realistas) de escenas, objetos, ideas o teorías. Las imágenes pueden contener elementos de la realidad, pero en su conjunto tienen una forma o significado diferente. *Ejemplos:* historietas, gráficos, dibujos abstractos (ARTENEA, 2022).

Ilustraciones literales: Es una descripción exacta de la realidad, e incluso si la imagen representa la ficción narrativa de carácter fantástico o dramática, se hace

hincapié en la creación de una escena que sea creíble. *Ejemplos:* foto realismo, hiperrealismo (ARTENEA, 2022).

Ilustración tradicional: Es el tipo “clásico” de ilustración, en el que se dibuja y pinta a mano (ARTENEA, 2022).

Ilustración digital: Usa las nuevas tecnologías (a través de diferentes tipos de software) para la producción de imágenes.

- Ilustración infantil
- Ilustración editorial
- Ilustración fantástica
- Ilustración para cine
- Ilustración para Videojuegos
- Comic
- Humor gráfico
- Ilustración de portada
- Ilustración para Concep Art
- Ilustración publicitaria
- Ilustración técnica
- Ilustración de moda

(ARTENEA, 2022)

9. Metodología

9.1 Métodos de Investigación

Los métodos de investigación utilizados para la ejecución del presente trabajo de investigación son: método fenomenológico, método hermenéutico y método práctico proyectual.

9.1.1 Método Hermenéutico

Este método permite penetrar en la esencia de los procesos y fenómenos de la naturaleza, la sociedad y el pensamiento al ofrecer un enfoque e instrumento metodológico para su interpretación desde niveles de comprensión y explicación que desarrolle la reconstrucción (interpretación) del objeto de investigación y su aplicación en la praxis social. La ciencia se comienza a construir desde la observación y la interpretación de sus procesos, y es aquí donde se erige la hermenéutica como un enfoque metodológico que atraviesa toda la investigación científica (Hernández, Catalina, González, Rivera, & Varona., 2002).

Para ejecutar la primera parte del proyecto se realiza mediante el Método Hermenéutico que inicia con la comprensión de la necesidad de ayudar a personas mayores que son vulnerables ante el envejecimiento el mismo que es irreversible, continua con la recolección de información a través de toda la investigación hecha que concluye con la selección de información que ayudará a conocer sobre la estimulación cognitiva y cuáles son sus beneficios.

9.1.2 Método Fenomenológico

Este método permite que el investigador se acerque a un fenómeno tal como sucede en una persona, de modo que se accede a la conciencia de alguien para aprehender lo que esa conciencia pueda manifestar con referencia a un fenómeno que esa persona vivió (Lohmar, 2007).

La segunda parte del proyecto nos regimos por el Método Fenomenológico, que se inicia con la investigación acerca del significado de la estimulación cognitiva en adultos mayores, continúa con la entrevista a profesionales de la salud mental para conocer a profundidad las ventajas de aplicar esta actividad a dichas personas y cuál sería el beneficio de los mismos; para concluir se hace la recopilación de la información y de esta manera se reconoce el problema permitiendo así plantear su problemática.

9.1.3 Método Práctico Proyectual

Sirve para definir los límites en los que deberá moverse el diseñador. Definido el tipo de problema se decidirá entre las distintas soluciones: una solución provisional o una definitiva, una solución puramente comercial o una que perdure en el tiempo, una solución técnicamente sofisticada o una sencilla y económica. Descomponer el problema en sus diversos elementos. Esta operación facilita la proyección ya que tiende a descubrir los pequeños problemas particulares que se ocultan tras los subproblemas ordenados por categorías. Una vez resueltos los pequeños problemas de uno en uno (y aquí empieza a intervenir la creatividad, abandonando la idea de buscar una idea), se recomponen de forma coherente a partir de todas las características funcionales de cada una de las partes. El principio de descomponer un problema en sus elementos para poder

analizarlo procede del método cartesiano. Recoger los datos necesarios para estudiar los elementos del problema uno por uno (Aicher, 1994).

Finalmente se desarrolla el Método Práctico – Proyectual que inicia con la realización de un cuaderno de trabajo ilustrado con actividades de estimulación cognitiva, continúa con la aplicación en los adultos mayores del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas y concluye con la exposición ante las autoridades del ISTS.

9.2 Técnicas de investigación

Son instrumentos o herramientas específicas que ayudan al investigador a la recolección de información de forma veras.

9.2.1 Observación

La observación es el proceso por el cual se recopila información usando uno de los cinco sentidos, esto implica registrar los patrones de conducta de las personas, objetivos y sucesos de una forma sistemática para obtener información sobre el fenómeno de interés. Aquí no interviene la comunicación con los de los alrededores (Malhotra, 2014).

Esta técnica nos permite conocer, analizar y ahondar sobre la problemática que ocurre en los adultos mayores del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón Paltas Provincia de Loja con la finalidad de comprender y realizar actividades de estimulación cognitiva que beneficien a las personas mayores que viven en esto centro.

9.2.2 Entrevista

Una entrevista es el intercambio de ideas, opiniones mediante una conversación que se da entre uno o más individuos, pero de esos individuos uno es el responsable de hacer preguntas, la mayoría de las veces se trabaja con un cuestionario o esquema de preguntas que sirve como guía para no desviar la conversación y así resulta ser directa (Raffino, 2011).

Para poder realizar la entrevista se ha tomado en cuenta a un profesional de la salud, al responsable del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas y a un docente de la carrera de Diseño Gráfico con los que se realizará un dialogo asertivo en donde serán aclaradas las inquietudes que se tenga para la realización del proyecto y sobre todo enfocarnos en las necesidades que tienen los adultos mayores y poder aportar en su desarrollo cognitivo.

Entrevistados:

- Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos **PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS “SAN VICENTE DE PAÚL”**
- Dra. María Fernanda Jiménez Costa **PSICÓLOGA CLÍNICA**
- Lcda. Estíbaliz Vélez Pardo **DOCENTE DEL ISTS**

9.2.3 Focus Group

El grupo focal es una técnica de investigación cualitativa. Un grupo focal consiste en una entrevista grupal dirigida por un moderador a través de un guion de temas o de entrevista. Se busca la interacción entre los participantes como método para generar información. El grupo focal lo constituyen un número limitado de personas:

entre 4 y 10 participantes, un moderador y, si es posible, un observador. A través de él se consigue información en profundidad sobre lo que las personas opinan y hacen, explorando los porqués y los cómo de sus opiniones y acciones. No se obtienen cifras ni datos que nos permitan medir aspecto alguno. Se trabaja con la información que se expresa en los discursos y conversaciones de los grupos. El lenguaje es el «dato» a analizar, comprender e interpretar (Prieto & Cerdá, 2002).

Esta técnica la vamos aplicar a los adultos mayores que viven en el asilo con ayuda de la psicóloga clínica y el personal que labora en la institución para realizar actividades acordes no solamente a su edad sino también a patologías que pueden ser detectadas a tiempo y realizar actividades acordes a sus necesidades.

10. Propuesta de acción

10.1 Introducción

El presente trabajo de titulación está enfocado en la creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón Paltas provincia de Loja; por cuanto se decidió realizar un manual con actividades enfocadas en desarrollar funciones cognitivas como son: atención, funciones ejecutivas, lenguaje, memoria, percepción, praxias, lectoescritura y visoconstrucción.

Antes de iniciar con la propuesta se realizó una visita al hogar de ancianos en la cual se pudo conversar con la representante del mismo en donde manifestó la necesidad que tenían los adultos mayores de realizar actividades que les permita mejorar su salud mental acorde a las necesidades que ellos tienen; luego acudimos a una profesional de la salud mental la misma que nos indicó las actividades que podían realizar y conjuntamente con ella se plantearon 21 actividades que son de suma importancia para cumplir con la principal función de la estimulación cognitiva que es estimular las distintas funciones cognitivas, previniendo el deterioro mental prematuro.

Se procedió a la realización de los bocetos de las actividades, así como también los bocetos de la portada y contraportada del manual; la técnica de ilustración que aplicamos para la realización de portadas y contraportada fue la técnica de software combinado en donde utilizamos ilustrador y Photoshop. Para la realización de las actividades se realizó la técnica de ilustración vectorial en donde trabajamos con el programa de ilustrador.

La maquetación del manual se realizó en ilustrador, en donde se adjuntó tanto las portadas, actividades y contraportada del mismo para que en lo posterior poder realizar la impresión del mismo.

10.2 Marca del proyecto

Figura 3

Marca del proyecto



Nota: Marca del proyecto "Ruku Runakuna", Jiménez (2023)

10.2.1 Nombre del proyecto

El proyecto se denomina "Ruku Runakuna", el idioma en el que nos hemos basado es el idioma Kichwa que en español significa anciano o anciana; hace referencia a los adultos mayores a los cuales va dirigido el manual de estimulación cognitiva.

La marca es un isologo, que posee dos elementos logo que es el texto y una imagen gráfica que es el bastón.

10.2.2 Gráfica

El símbolo utilizado es un bastón que utilizan la mayor parte de adultos mayores brindándoles estabilidad y también para apoyarse en el caso de que así lo requiera, ya que con el transcurso del tiempo se dificulta la movilidad y van perdiendo sus motricidades para poderse dirigir de un lado a otro.

10.2.3 Uso cromático

Los colores utilizados son:

Figura 4

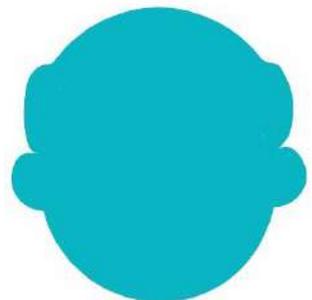
Uso cromático de la marca



CMYK: C: 0%; M: 63%; Y: 92%; K: 0%

RGB: R: 238; G: 119; B: 32

#ee7720



CMYK: C: 73%; M: 0%; Y: 26%; K: 0%

RGB: R: 14; G: 181; B: 195

#0eb5c3

Nota: Cromática del proyecto "Ruku Runakuna", Jiménez (2023)

10.2.4 Uso tipográfico

La tipografía implementada para el logo del proyecto "Ruku Runakuna" es:

RUKU RUNAKUNA

Tipografía: INSTRUCTION

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ

1234567890 i " # \$ % & / () =

Se utilizó la tipografía INSTRUCTION, es una tipografía sin serifa es decir que no tiene líneas que se proyectan en los extremos adicional a esto denotan modernidad y al mismo tiempo elegancia.

10.3 Público objetivo

El manual fue creado para los adultos mayores que residen en el Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón Paltas provincia de Loja.

10.4 Desarrollo de la propuesta

10.4.1 Elaboración del manual

Consta de 35 páginas, las mismas que están divididas de la siguiente manera: portada, introducción, actividades, recomendaciones y contraportada.

- Portada: Incluye la marca, y la autora.

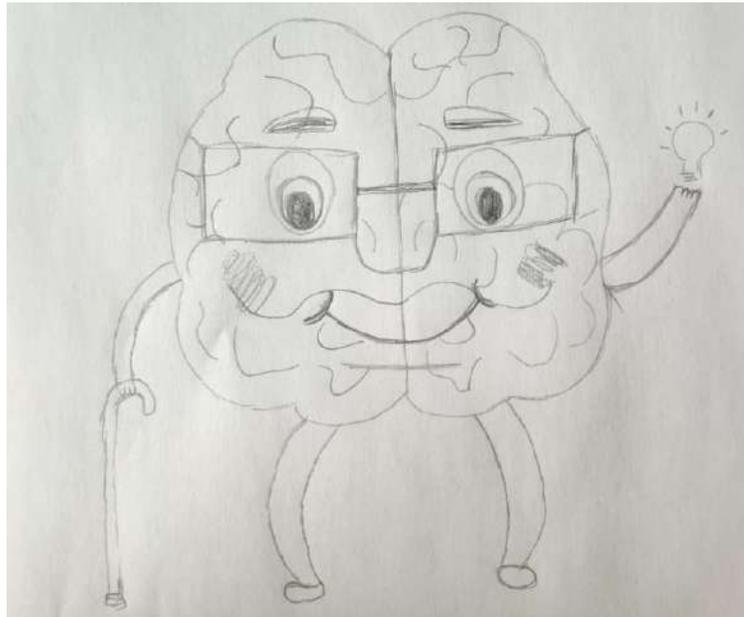
- **Introducción:** Es una breve síntesis de lo que contiene el manual.
- **Actividades:** actividades las mismas que están dividida de acuerdo a su función cognitiva y son: atención, funciones ejecutivas, lenguaje, memoria, percepción, praxias, lectoescritura y visoconstrucción; las hojas internas del cuaderno de trabajo están impresas en papel couche de 200g gramos.
- **Recomendaciones:** Puntos en los cuales indica las razones del porque utilizar el manual de estimulación cognitiva para los adultos mayores.
- **Contraportada:** Contiene la marca y los logos del Instituto y Carrera.

10.4.2 Bocetos

Los bocetos fueron realizados de manera tradicional utilizando lápiz y papel.

Figura 5

Bocetos de la portada



Nota: Bocetos de portada, realizados por la autora del proyecto

Figura 6

Boceto de la Actividad 1 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 1 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 7

Boceto de la Actividad 2 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 2 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 8

Boceto de la Actividad 3 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 3 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 9

Boceto de la Actividad 4 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 4 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 10

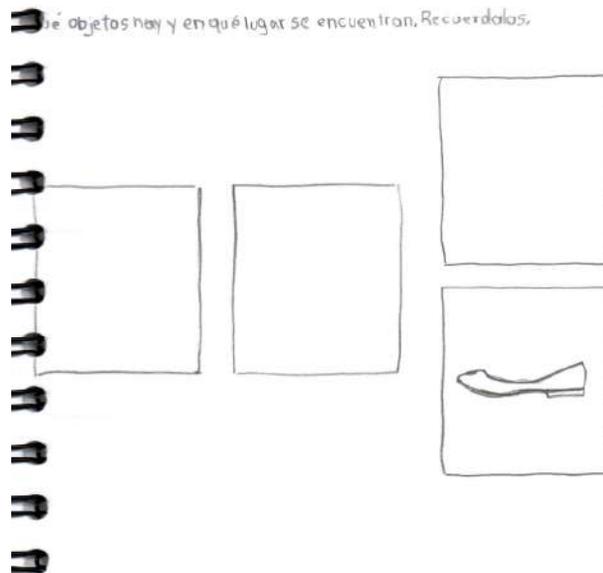
Boceto de la Actividad 5 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 5 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 11

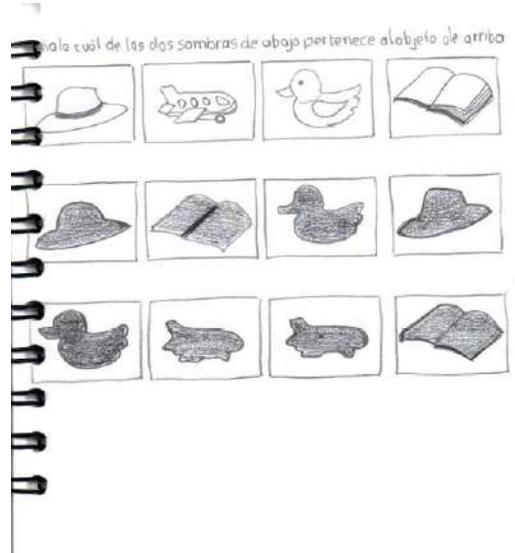
Boceto de la Actividad 6 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 6 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 12

Boceto de la Actividad 7 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 7 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 13

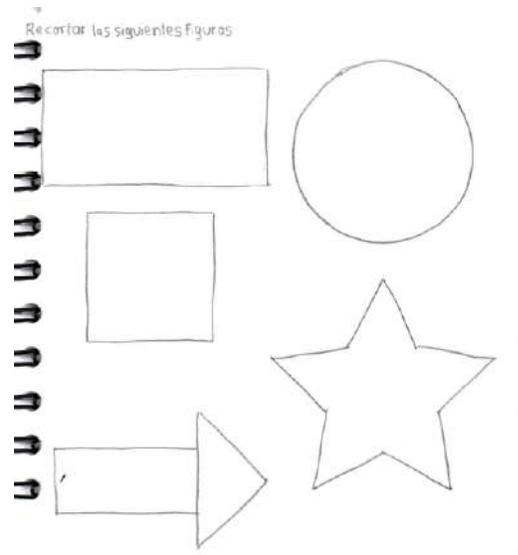
Boceto de la Actividad 8 del manual



Nota: Bocetos de la actividad 8 del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 14

Boceto de la Actividad 9 del manual



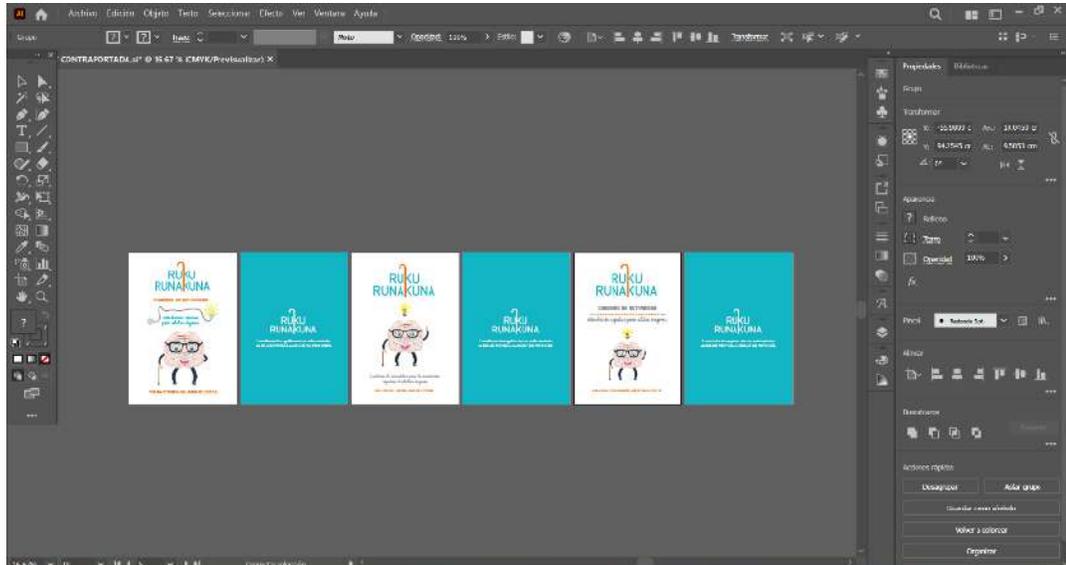
Nota: Bocetos de la actividad 9 del manual, realizados por la autora del proyecto

10.4.3 Ilustración

Las técnicas de ilustración que se aplicaron para la elaboración del manual son: la técnica vectorial la misma que se utilizó para la realización de las actividades mediante ilustrador manejando las herramientas básicas para poder realizar las mismas; y la otra técnica para realizar las portadas y contraportada del manual fue la técnica de software combinado la misma que se utiliza el ilustrador con el Photoshop.

Figura 15

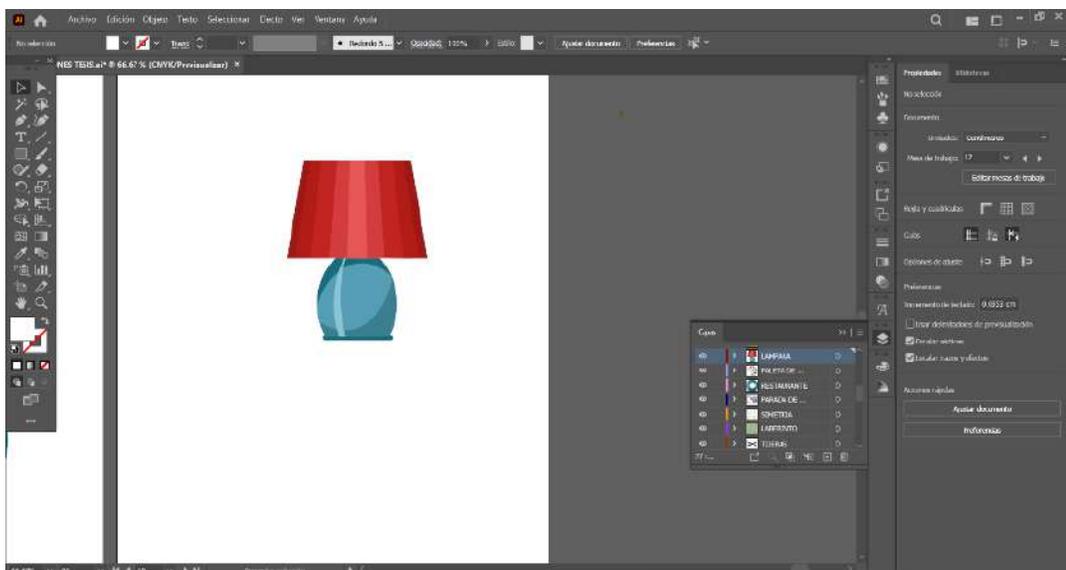
Propuestas para portada y contraportada



Nota: Ilustración de la portada y contraportada del manual, realizados por la autora del proyecto

Figura 16

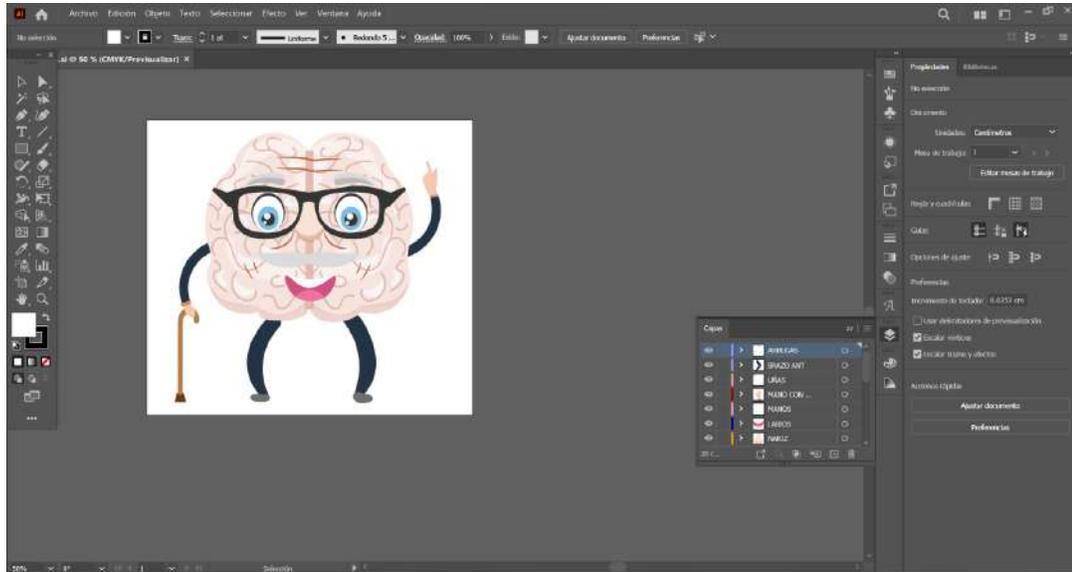
Ilustración de las actividades



Nota: Ilustración de las actividades, realizados por la autora del proyecto

Figura 17

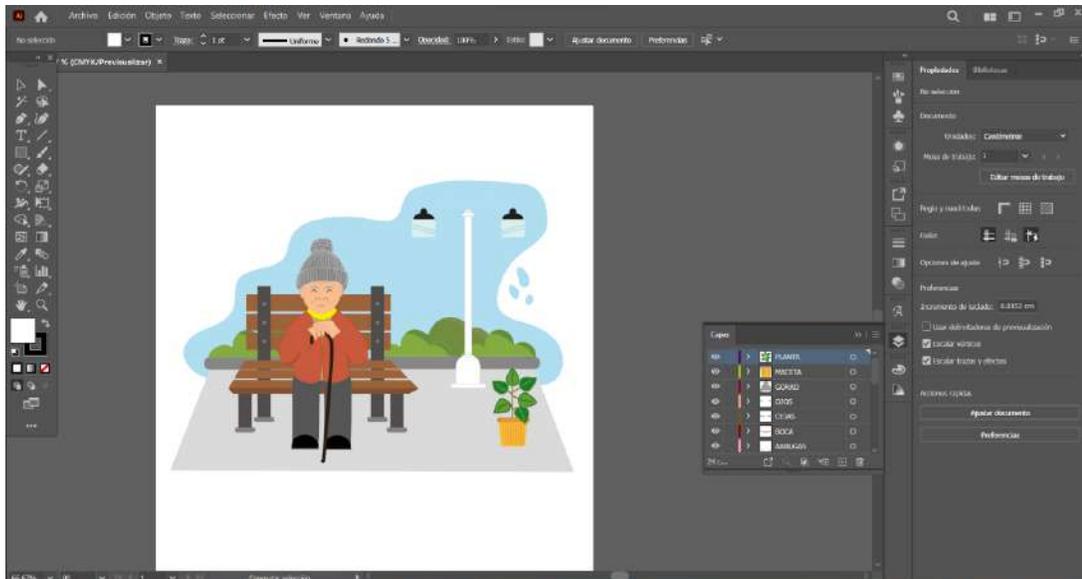
Ilustración de la portada



Nota: Ilustración de la portada, realizados por la autora del proyecto

Figura 18

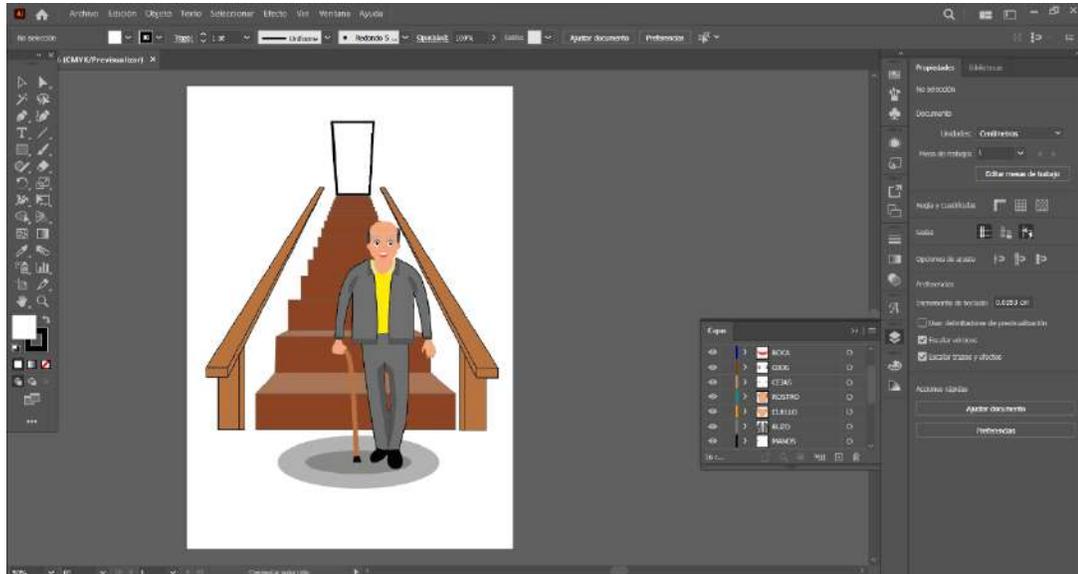
Ilustración de la portada interna (Percepción)



Nota: Ilustración de la portada interna (percepción), realizados por la autora del proyecto

Figura 19

Ilustración de la portada interna (Atención)



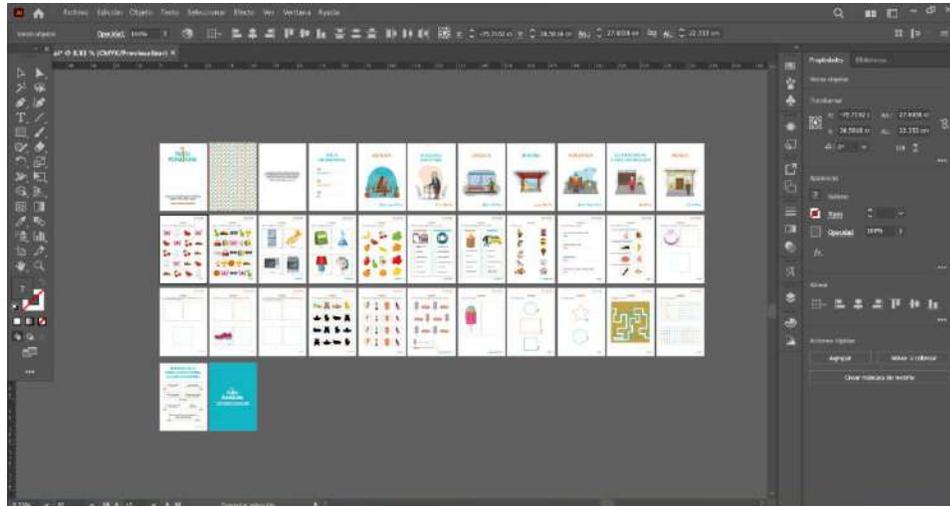
Nota: Ilustración de la portada interna (atención), realizados por la autora del proyecto
Nota: Ilustración de la portada interna (lenguaje), realizados por la autora del proyecto

10.4.4 Diagramación y maquetación

Para la maquetación del manual se la realizo en Ilustrador, utilizando papel couche de 200 gramos, la medida en la que se realizó el manual es de 210 x 297 mm (21 x 29.7 cm) que es el tamaño A4; tiene 35 páginas incluidas la portada principal, portadas secundarias y finalmente la contraportada.

Figura 20

Maquetación del manual



Nota: Maquetación del manual de actividades para la estimulación cognitiva, realizados por la autora del proyecto

10.4.5 Mockup del proyecto final

Figura 21

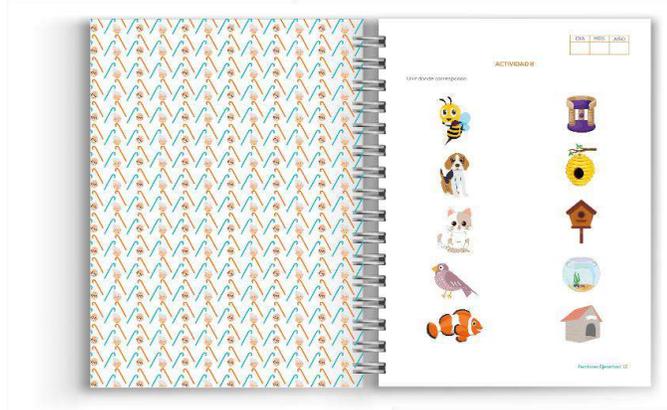
Mockup portada y contraportada del Manual de actividades



Nota: Portada y contraportada del manual de actividades Ruku Runakuna, realizados por la autora del proyecto

Figura 22

Mockup de Actividades del manual de trabajo



Nota: Mockup de Actividades del manual de trabajo para la estimulación cognitiva, realizados por la autora del proyecto

10.4.6 Estrategia de difusión

Para socializar el manual de actividades se coordinó con la encargada del asilo y las empleadas del mismo para que nos ayuden adecuar un espacio cómodo para que puedan los adultos mayores realizar las actividades y contar con las herramientas adecuadas para la aplicación del manual.

10.4.7 Socialización

La socialización del manual se la llevo a cabo durante 5 días, se trabajó durante 30 a 45 minutos en las actividades, todos los adultos mayores trabajaron en conjunto previo a esto se les brindo a las personas que laboran en el asilo una inducción del trabajo que se iba a realizar, para ejecutar las actividades se entregó a cada abuelito un kit que consta de: tijera, lápiz y borrador para que ellos puedan hacer las actividades de

manera individual y conjuntamente con el personal que labora en este centro geriátrico se pudo ayudar para que cada abuelito culmine satisfactoriamente las actividades; cabe mencionar que el asilo cuenta con 15 adultos mayores que residen el centro geriátrico.

11. Conclusiones

Las técnicas de investigación utilizadas con los adultos mayores y personal que labora en el asilo estableció la carencia de actividades específicas para la estimulación cognitiva de las personas de la tercera edad.

La aplicación de material adecuado para que los adultos mayores puedan desarrollar sus destrezas motoras finas para realizar funciones cognitivas fueron supervisadas y guiadas por un profesional de la salud mental el mismo que sugirió reforzar a nivel de: memoria, percepción, lenguaje, atención, funciones ejecutivas, praxias, lectoescritura y visoconstrucción; permitieron desarrollar las actividades acordes a sus necesidades.

Para la creación del cuaderno de trabajo ilustrado se aplicó herramientas básicas de diseño gráfico resultando el cuaderno de trabajo ilustrado denominado "Ruku Runakuna"; de esta manera queda una base para que las personas encargadas del asilo puedan continuar con el trabajo ya realizado.

La socialización del material ilustrado se lo realizó en las instalaciones del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas con gran acogida por trabajadores del ancianato, adultos mayores y familiares.

12. Recomendaciones

Para tener datos precisos que ayuden con el trabajo de investigación se recomienda realizar una investigación de campo en el lugar donde se va a realizar el proyecto por cuanto se debe conocer la realidad de los adultos mayores y saber a ciencia cierta cuáles son sus fortalezas y debilidades en cuanto a salud mental se refiere.

Se debe continuar con la realización de actividades cognitivas para los adultos mayores reforzando sus habilidades y permitiéndoles mejorar sus destrezas.

Para realizar trabajos educativos se debe tomar en cuenta la opinión y supervisión de profesionales en la rama que se va a realizar el proyecto como en este caso se apoyó en profesionales de la salud mental.

Para finalizar, es importante tomar en cuenta que para la ejecución de proyectos que incluyan varias personas se debe trabajar en equipo tanto estudiantes como los colaboradores de la institución donde se está realizando el proyecto; se recomienda incluir a todos los trabajadores y si es posible también que acudan familiares para que puedan compartir con los adultos mayores ya que esto también es una forma de estimular su desarrollo cognitivo.

13. Bibliografía

- Agustín, S. V., & Tortajada, R. E. (23 de 07 de 2014). ESTIMULACIÓN COGNITIVA: UNA REVISIÓN NEUROPSICOLÓGICA. *THERAPIA*, 22.
- Aicher, O. (1994). *El mundo como proyecto*. México: Gustavo Gili.
- ARTENEA. (2022). Definición de ilustración y tipos de ilustraciones. *ARTENEA*.
- Consejo Nacional para la Igualdad Intergeneracional. (s.f.). Obtenido de <https://www.igualdad.gob.ec/estado-de-situacion-de-las-personas-adultas-mayores/>
- DOCTORES, T. (11 de 11 de 2022). *DICCIONARIO MÉDICO*. Obtenido de <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/estimulacion-cognitiva>
- Edifarm. (2022). Enfermedades Neurodegenerativas. *Guía Farmacéutica*, 2-3.
- Hernández, M., Catalina, E., González, H. C., Rivera, J. M., & Varona., J. O. (2002). *Lógica de investigación y construcción del texto científico*. Colombia: Alvi Impresores Ltda.
- Hypatia, M. (16 de 01 de 2020). *EL UNIVERSO*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2020/01/04/nota/7676025/terapia-neurocognitiva-ayuda-mejorar-memoria-adultos-mayores/>
- INEC. (2010).
- Jiménez, M. F. (1 de 11 de 2022). Estimulación cognitiva. (M. Jiménez, Entrevistador)

- Lohmar, D. (2007). El método fenomenológico de la intuición. *Revista de la Sociedad Española de Fenomenología*, 9-47.
- Malhotra, J. (2014). *Técnicas de Investigación*. Bogotá: Mc Graw Hill.
- Naciones Unidas. (1 de 10 de 2022). Obtenido de [https://www.un.org/es/observances/older-persons-day#:~:text=Entre%201950%20y%202010%2C%20la,\(m%C3%A1s%20de%20200%20millones\).](https://www.un.org/es/observances/older-persons-day#:~:text=Entre%201950%20y%202010%2C%20la,(m%C3%A1s%20de%20200%20millones).)
- Núñez, V. M. (2022). Envejecimiento y Vejez. *Lecturas complementarias*, 14.
- OMS. (1 de 10 de 2022). Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health#:~:text=Desde%20un%20punto%20de%20vista,%C3%BAltima%20instancia%2C%20a%20la%20muerte.>
- Prieto, M., & Cerdá, J. (2002). *Investigación cualitativa. Paso a paso en el diseño de un estudio mediante grupos focales*. La Habana: Consultantes.
- QuestionPro. (2012). *Propiedades de la Encuesta*. Barcelona: Pearson.
- Raffino, M. (2011). *Entrevista como técnica de investigación*. Argentina: CENGAGE Learning.
- Vados, A. E., Ballén, E. L., & Rodríguez, W. H. (2016). *La ilustración: dilucidación y proceso creativo*. Barcelona: Revista Kepes.
- Vargas, V. (13 de 11 de 2022). *CUIDUM*. Obtenido de <https://www.cuidum.com/blog/ejercicios-de-estimulacion-cognitiva-para->

14. Anexos

14.1 Certificación de aprobación del proyecto de investigación de fin de carrera, emitido por el Vicerrectorado Académico del ITSS.



VICERRECTORADO ACADÉMICO

Loja, 15 de Febrero del 2023
Of. N° 720 -VDIN-ISTS-2023

Sr.(ta). JIMENEZ COSTA MELINA STEFANIA
**ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO CON NIVEL EQUIVALENTE A
TECNOLOGÍA SUPERIOR**
Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el anteproyecto de investigación de fin de carrera de su autoría titulado **CREACIÓN DE MATERIAL ILUSTRADO DE ACTIVIDADES PARA LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA DE ADULTOS MAYORES DEL HOGAR DE ANCIANOS DR. HUGO AGILA VARGAS DE LA CIUDAD DE CATACOCCHA CANTÓN PALTAS PROVINCIA DE LOJA PERIODO OCTUBRE 2022-FEBRERO 2023.**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (el/la) Tigo CARLOS ANDRES OCHOA MONCADA.

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,


Ing. German Patricio Villama, Coronel Mgs.
VICERRECTOR DE DESARROLLO E INNOVACION DEL ISTS



14.2 Certificado de petición

Catacocha, 25 de noviembre del 2022

Dra.
Irene Encalada
**PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS DE LA CARIDAD
"SAN VICENTE DE PAÚL".**

Ciudad.

De mis consideraciones:

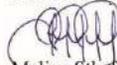
Por medio del presente quiero llegar a usted para desearle el mejor de los éxitos en las labores a usted encomendadas, que el Señor retribuya grandemente la ardua labor que realizan en beneficio de los Adultos Mayores de nuestra ciudad y cantón.

De la manera más comedida le solicito se me conceda realizar mi trabajo de investigación ya que es un requisito previo para la obtención del título profesional de tercer nivel como Tecnólogo en Diseño Gráfico del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano cuyo tema es: *"Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la Ciudad de Catacocha Cantón Paltas Provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023"*.

Mi trabajo a realizar en la institución es aplicar dicho material para reforzar la estimulación cognitiva de los abuelitos y de esta manera ayudar a una vejez digna para cada uno de ellos.

Segura de contar con su ayuda desde ya le anticipo el testimonio de mi más sincero y reconocido agradecimiento.

Atentamente



Melina Strefanía Jiménez Costa
110443737-9
**ESTUDIANTE DE LA CARRERA
DE DISEÑO GRÁFICO ISTS**



14.3 Certificado de aceptación del tema



ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS DE LA CARIDAD "SAN VICENTE DE PAÚL"

HOGAR DE ANCIANOS "DR. HUGO AGILA VARGAS"

Acuerdo N° 5348-09-17-1993 RUC 1191706753001

Catacocha - Paltas - Loja - Ecuador

Teléfono 2683274



Oficio N° 0045 –AVC-SVPC-2022

Catacocha, 14 de diciembre de 2022

Señorita

Melina Sthefanía Jiménez Costa

ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO ISTS

Ciudad

De mi consideración:

Es grato saludarle y augurarle toda clase de éxitos en sus actividades personales y laborales.

Acuso recibo del oficio sin número de fecha 25 de noviembre de 2022, a través del cual solicita se le conceda realizar su trabajo de investigación, ya que es un requisito previo para la obtención del título profesional de tercer nivel como Tecnólogo en Diseño Gráfico del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano cuyo tema es: *"Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la Ciudad de Catacocha, Cantón Paltas, Provincia de Loja, periodo octubre 2022 – febrero 2023"*. Además, me permite conocer que su trabajo a realizar en nuestra institución, será aplicar dicho material para reforzar la estimulación cognitiva de los abuelitos y de esta manera ayudar a una vejez digna para cada uno de ellos.

Al respecto, me permito dar contestación a usted, de la manera más comedida, indicando que se le concede la autorización para que realice su trabajo profesional en el Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", regentado por la Asociación de Voluntarias de la Caridad "San Vicente de Paúl".

Particular que comunico para los fines legales pertinentes. Con sentimientos de consideración y estima.

Atentamente,

Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos
PRESIDENTA

Celular 0968692078

Correo: asocvoluntariaspaltas@yahoo.es



14.4 Certificado de socialización y recepción del cuaderno de trabajo



ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS DE LA CARIDAD "SAN VICENTE DE PAÚL"

HOGAR DE ANCIANOS "DR. HUGO AGILA VARGAS"

Acuerdo N° 5348-09-17-1993 RUC 1191706753001

Catacocha - Paltas - Loja - Ecuador

Teléfono 2683274



Catacocha, 01 de mayo de 2023

Doctora Virginia Irene Encalada Gallegos

PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS DE LA CARIDAD "SAN VICENTE DE PAÚL", QUE REGENTAMOS EL HOGAR DE ANCIANOS "DOCTOR HUGO AGILA VARGAS" DE LA CIUDAD DE CATACOCHA, CANTÓN PALTAS, PROVINCIA DE LOJA.

CERTIFICA

Que la Señora **MELINA STHEFANÍA JIMÉNEZ COSTA**, portadora de la cédula de ciudadanía **110443737-9**, estudiante del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano, ha realizado como parte de su proyecto de titulación denominado: **"Creación de Material Ilustrado de Actividades para la Estimulación Cognitiva de Adultos Mayores del Hogar de Ancianos Doctor Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha, Cantón Paltas, Provincia de Loja, en el período octubre 2022-febrero 2023"**, la socialización del Cuaderno de Actividades para la Estimulación Cognitiva de Adultos Mayores Titulado **RUKU RUNAKUNA**", compartiendo con los adultos mayores del Hogar y entregando a la institución un ejemplar de su cuaderno.

Es todo lo que puedo certificar en honor a la verdad con la finalidad de que la interesada haga uso del presente documento para los fines que crea conveniente, en trámites apegados a la Ley.

Atentamente,

Dra. Virginia Irene Encalada
PRESIDENTA AVC - SVP



14.5 Certificado de aprobación del Abstract



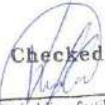
CERTF. N° 013-KC-ISTS-2023
Loja, 25 de abril de 2023

La suscrita, Lic. Karla Juliana Castillo Abendaño, **DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS - CIS DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO "SUDAMERICANO"**, a petición de la parte interesada y en forma legal,

CERTIFICA:

Que el apartado **ABSTRACT** del Proyecto de Investigación de Fin de Carrera de la señorita **MELINA STEFANIA JIMENEZ COSTA** estudiante en proceso de titulación periodo Octubre 2022 – Marzo 2023 de la carrera de **DISEÑO GRÁFICO**; está correctamente traducido, luego de haber ejecutado las correcciones emitidas por mi persona; por cuanto se autoriza la impresión y presentación dentro del empastado final previo a la disertación del proyecto.

Particular que comunico en honor a la verdad para los fines académicos pertinentes.

Checked by:

Lic. Karla Juliana Castillo Abendaño
ENGLISH TEACHER

English is a piece of cake.

Lic. Karla Juliana Castillo Abendaño
DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS ISTS - CIS

14.6 Certificado entrega del plan de acción

Loja, 10 de abril de 2022

Tlgo. Carlos Andrés Ochoa Moncada.

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN

CERTIFICA:

Que la Srta. Jiménez Costa Melina Sthefanía con CI: 1104437379 estudiantes de la Carrera de Diseño Gráfico del Instituto Tecnológico Sudamericano han venido desarrollando el proyecto de investigación fin titulado *“Creación de material ilustrado de actividades para la estimulación cognitiva de adultos mayores del hogar de ancianos Dr. Hugo Agila Vargas de la ciudad de Catacocha cantón paltas provincia de Loja periodo octubre 2022-febrero 2023”* el mismo que ha sido revisado y se encuentra con un 100% en avance de propuesta; la actual propuesta de acción entregada por las estudiante consta de la siguiente información.

- Fotografía
- Cuaderno Ilustrado
- Marca del proyecto

Sin otro particular que indicar, autorizo su presentación de la propuesta de acción ante el tribunal respectivo para sus debidas correcciones.

.....

Tlgo. Carlos Andrés Ochoa Moncada

C.I.: 1104021686

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN

14.7 Cronograma

Tabla 1

Cronograma de actividades

SEMANA	FECHA	ACTIVIDAD
Primera	Lunes 03 al 08/10/2022	Directores de titulación Les orientarán en las líneas de investigación del Instituto y les inducirán sobre los problemas que se pretenden solucionar con la investigación (proyecto de investigación de fin de carrera).
Segunda	Lunes 10 al 15/10	Refuerzo en problema a trabajar en base a las líneas de investigación
Tercera	Lunes 17 al 22/10	Identificación del problema
Cuarta	Lunes 24 al 29/10	Planteamiento del tema
Quinta	Lunes 31-10 al 05/11	Elaboración de justificación Aunque haya feriado, el estudiante trabaja en lo que le corresponde.
Sexta	Lunes 07 al 12/11	Planteamiento de objetivo general y objetivos específicos
Séptima	Lunes 14 al 19/11	Elaboración del marco institucional de la entidad
Octava	Lunes 21 al 26/11	en la que van a ejecutar el proyecto de investigación y marco teórico.
Novena	Lunes 28/11 al 03/12	Elaboración del diseño metodológico: Metodologías y técnicas a ser utilizadas en la investigación.
Décima	Lunes 05 al 10/12	Determinación de la muestra, recursos, y bibliografía.

		Para determinar la muestra cooperará con ustedes la Ing. María Cristina Moreira, Mgs. Los tutores deben recordar con anticipación el tema al Rectorado.
Décima primera	Sábado 17/12	Presentación del proyecto ante el Vicerrectorado de Desarrollo e Innovación con la petición para su aprobación en su orden: Carátula, problema, tema, justificación, objetivos: general y específicos, marco institucional, marco teórico, metodología, recursos, cronograma y bibliografía. La presentación la hace en un solo grupo el director de titulación.
Décima segunda	Lunes 19/12 al 07/01/2023	Mientras se aprueban los temas, los directores y estudiantes deben continuar el proceso dado que los temas atienden a líneas de investigación determinadas con anticipación.
Décima tercera		Investigación de campo: Diseño y aplicación de encuesta y/o entrevista, observaciones de campo.
Décima cuarta		Tabulación y elaboración de gráficas, análisis cuantitativo y cualitativo.
Décima quinta	Lunes 09 al 14/01/2023	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima sexta	Lunes 16 al 21/01	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima séptima	Lunes 23 al 28/01	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima octava	Lunes 30/01 al 04/02	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima novena	Lunes 06 al 11/02	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima	Lunes 13 al 18/02	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima primera	Lunes 20 al 25/02	Desarrollo de investigación y propuesta de acción

Vigésima segunda	Lunes 27/02 al 04/03	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima tercera	Lunes 06 al 11/03	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima cuarta	Lunes 13 al 18/03	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima quinta	Lunes 20 al 25/03	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima sexta	Lunes 27/03 al 01/04	Elaboración de conclusiones y recomendaciones y levantamiento del documento final del borrador de proyecto de investigación.
Vigésima séptima	Lunes 03 al 08/04	Revisión integral del proyecto Revisión del esquema de la investigación en base al Manual de Titulación del ITSS, impresión de certificados varios y documentos legales solicitados en el Manual ITSS y Secretaría del ITSS, revisión y legalización por parte del director (firmas), impresión y anillado
Vigésima octava	Lunes 10 y 11/04/2023	Entrega de borradores de proyectos de investigación de fin de carrera según el horario y orientaciones que secretaria ISTS indique a través de sus correos institucionales.

Nota: Cronograma de actividades elaborado por la autora del proyecto (2022)

14.8 Presupuesto

Materiales básicos

Tabla 2

Materiales básicos del proyecto

DESCRIPCIÓN	V.TOTAL
Derecho para la realización del proyecto	950,00
Impresión de documentos	20,00
Internet	40,00
Hoja valorada	2,00
Luz	20,00
Hojas de papel boom	7,00
Lápices	2,00
Borradores	1,00
TOTAL	1042,00

Nota: Cronograma elaborado por la autora del proyecto (2022)

Materiales tecnológicos

Tabla 3

Materiales tecnológicos del proyecto

DESCRIPCIÓN	V.TOTAL
Computadora	1700,00

Flash	10,00
Tableta gráfica	400,00
TOTAL	2110,00

Nota: Cronograma elaborado por la autora del proyecto (2022)

Presupuesto total

Tabla 4

Presupuesto total del proyecto

DESCRIPCIÓN	V.TOTAL
Materiales básicos	1042,00
Materiales tecnológicos	2110,00
TOTAL	3152,00

Nota: Cronograma elaborado por la autora del proyecto (2022)

14.9 Entrevistas

14.9.1 Entrevista 1: Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos

Figura 23

Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos



Nota: Fotografía del entrevistado otorgado por la Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos

Nombre: Dra. Virginia Irene Encalada Gallegos. **PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIAS "SAN VICENTE DE PAÚL"**

¿Existen requisitos para el ingreso de los adultos mayores al centro geriátrico?

¿Si? ¿No? En el caso de ser afirmativa la respuesta cuáles son los requisitos.

Si, los abuelitos necesitan presentar en una carpeta folder color amarilla y forro plástico: 2 fotografías a color tamaño carnet, certificado médico del Ministerio de Salud Pública (actualizado a la fecha), carnet de vacunación del COVID, copia de cedula, carnet de discapacidad (si lo tuviere), comprobante del pago del Bono de Desarrollo Humano (si lo tuviere). Adicional a esto el representante debe realizar un oficio dirigido a la

Presidenta de la Asociación de Voluntarias de la Caridad "San Vicente de Paúl" (incluye dirección, teléfono, correo electrónico, valor que puede aportar mensualmente, compromiso de otorgar medicinas, pañales en el caso de que se utilice) y copia de cédula y certificado de votación.

¿Los ancianos que buscan refugio en las instalaciones del centro geriátrico lo hacen por voluntad propia o por terceros?

Lo hacen por terceros, sean estos familiares, vecinos o amigos.

¿Los adultos mayores al ingresar al asilo reciben valoración psicológica?

No, previo al ingreso se realiza una visita domiciliaria con apoyo de las Hermanas de la Caridad y las Voluntarias, ahí se efectúa un diálogo para conocer el sentir del adulto mayor y su voluntad de ingresar al Hogar, lo que si reciben mensualmente es atención médica, pero no valoración psicológica.

¿Existen profesionales de la salud mental en el asilo?

No, existen profesionales de la salud mental en el asilo.

¿El personal que labora en el asilo cuenta con preparación profesional en salud mental?

No, no cuenta con preparación profesional en salud mental.

¿Cuál es el número de ancianos que pueden acoger en el centro geriátrico?

La capacidad total del asilo es de 32 a 40 personas como máximo.

¿Cuáles son las enfermedades mentales más frecuentes de las personas mayores que llegan a pedir acogida?

Presentan: trastornos de ansiedad, trastornos depresivos y de estado de ánimo, trastornos de alimentación y trastornos de personalidad.

¿Considera Ud que las personas mayores que residen en el asilo de ancianos necesitan cuidados específicos para su salud mental?

Si, considero que es necesario los cuidados específicos para su salud mental.

14.9.2 Entrevista 2: Dra. María Fernanda Jiménez Costa

Figura 24

Dra. María Fernanda Jiménez Costa



Nota: Fotografía del entrevistado otorgado por la Dra. María Fernanda Jiménez Costa

Nombre: Dra. María Fernanda Jiménez Costa ***PSICÓLOGA CLÍNICA***

¿Qué son los adultos mayores? ¿Desde qué edad se considera una persona mayor?

Son un grupo de personas adultas que tienen responsabilidades cuentan con las mismas capacidades para poder defenderse frente al entorno; por su estado se encuentran en un proceso vulnerable para ser considerados una población indefensa frente a diversas situaciones es por eso que reciben ciertos beneficios como: atención gratuita, jubilación, descuentos en servicios públicos. En nuestro país por normativas legales se considera una persona mayor a partir de los 65 años, pero de forma general a una persona mayor se lo puede considerar a partir de los 60 años.

¿Qué es la estimulación cognitiva?

Son actividades que nos permiten crear estrategias de intervención neuropsicológica para poder potenciar la neuroplasticidad de la persona es decir que dentro de la estimulación cognitiva se utiliza un conjunto de técnicas que permitan mejorar el funcionamiento de todas las capacidades cognitivas como son: atención, memoria, orientación, lenguaje, funciones ejecutivas, praxias (capacidades de movimiento o motricidad), orientación espacial, temporal, de sí mismo, cognición social y de adaptación general con el entorno.

¿Existen actividades cognitivas específicas para adultos mayores?

Si, se puede incluir tareas que vayan enfocadas a la orientación temporo-espacial, reconocimiento de día, hora, meses, años; acontecimientos festivos; representaciones temporales que permitan a la persona recordar en qué momento; lugar que se encuentra; la información de sí mismos; tareas para mantener el movimiento, tareas de memoria mediante actividades de repetición, de recuerdos, de reconocimiento de imágenes. de números, de hechos, de acontecimientos, tareas dirigidas al lenguaje que permitan ejercitar habilidades de lectura, escritura, de repetición oral, de pronunciación, de razonamiento, de fluidez verbal ayudando a conservar las funciones cognitivas como también las funciones numéricas, calculo, ordenar números, conteo de números, cálculo aritmético y también de funciones ejecutivas como son: ordenar series, seguir series, ordenar figuras. Se debe realizar estas actividades de manera dinámica y llamativa para que los adultos mayores puedan prestar atención y no represente una presión o un momento de angustia o estrés con el apoyo respectivo para reducir la ansiedad que en algún caso puede representar.

¿Qué son las enfermedades neurodegenerativas?

Es un grupo de enfermedades que van a degenerar el sistema nervioso (cerebro), algunas zonas del sistema nervioso central o del sistema nervioso periférico; dependiendo de la zona en donde exista el daño mueren las neuronas que funcionan en la zona del cerebro, en función del deterioro de la localización del daño es que se van a dividir el conjunto de enfermedades en donde las más comunes son: Alzheimer se concentra en el deterioro cognitivo y produce el mayor tipo de demencias y el Parkinson se enfoca al praxias es decir al control del movimiento.

¿Se puede evitar el padecimiento de estas enfermedades?

Si, se recomienda tomar hábitos de vida saludable desde temprana edad no esperar a la etapa de adulto mayor; desde los 20 a 25 años se empieza a tener el deterioro cognitivo y se aconseja empezar a tener hábitos saludables como: hacer ejercicios, alimentación balanceada, practicar actividades (hobbies), realizar rompecabezas, jugar cartas que ponga en énfasis la inteligencia, habilidades, memoria y concentración; estas actividades se las recomienda realizar de manera diaria para conservar el estado cognitivo y evitar el padecimiento de estas enfermedades.

¿Qué actividades se recomienda para la estimulación cognitiva de los adultos mayores?

Es necesario enfocarse en actividades que permitan mejorar la atención, la concentración, la memoria, las funciones ejecutivas: tareas en las que se pueda incluir fichas dinámicas, material didáctico, rompecabezas que visualmente representen atracción a los adultos mayores que vayan hacer uso, para mejorar la orientación, la atención, la memoria, funciones ejecutivas frontales, el cálculo, ejercicios sencillos de

matemáticas, de lenguaje, lecturas que permitan realizar una comprensión de la información, preguntas asociadas a esa lectura y la repetición de las mismas, actividades que pueda mejorar el movimiento de diferentes regiones del cuerpo tanto a nivel facial como de extremidades superiores e inferiores que vayan acorde a la capacidad que tengan en ese momento los adultos mayores y que no sean actividades físicas que pongan en riesgo su salud. Adicional a esto se puede realizar actividades que vayan enfocadas al reconocimiento de emociones que les permite demostrar que están sintiendo, como se están sintiendo y en general todo este tipo de actividades permite mejorar la autoestima y la autonomía de los adultos mayores para que se sientan en un estado útil y puedan valerse por sí mismas.

¿Se necesita ser profesional de la salud para poder aplicar un manual o cuaderno de trabajo que contenga actividades para la estimulación cognitiva de los adultos mayores?

Se conoce que los profesionales de la salud mental están capacitados para poder aplicar este tipo de actividades cognitivas para los adultos mayores sin embargo es necesario la intervención de otro tipo de personas que se encuentran alrededor de los adultos mayores como, por ejemplo: los cuidadores, los familiares o cualquier tipo de persona que se mantenga en contacto con los mismos; es necesario que estas personas que no son profesionales de la salud mental reciban capacitaciones para que puedan entender el material que van aplicar para no entorpecer el proceso de estimulación cognitiva y se lleva de la mejor manera para el bienestar de las personas mayores.

¿Bajo su consideración profesional que tiempo los adultos mayores pueden realizar estas actividades?

La pueden realizar tres veces a la semana dependiendo del grado de deterioro cognitivo que las personas tengan es necesario que existan mayor número de sesiones diarias; cada sesión debe durar 30 a 60 minutos de estimulación.

¿Cuáles son las recomendaciones para prevenir o detener el padecimiento de enfermedades neurodegenerativas?

Se recomienda mantener un estilo de vida saludable, alimentación balanceada, realizar actividades físicas, lectura, manejar bicicleta, pintar, y mantener actividades que puedan estimular el desarrollo cognitivo para evitar enfermedades neurodegenerativas, así como los chequeos permanentes para detectar en el caso que lo requiera alguna enfermedad y reciba el tratamiento adecuado.

14.9.3 Entrevista 3: Lcda. Estíbaliz Vélez

Figura 25

Lcda. Estíbaliz Vélez



Nota: Fotografía del entrevistado en tema ilustración otorgado por la Lcda. Estíbaliz Vélez

Nombre: Lcda. Estíbaliz Vélez Pardo *DOCENTE DEL ISTS*

¿Qué es una ilustración?

La ilustración se la puede entender desde distintos puntos de vista porque como tal es un término que propiamente hace referencia a un periodo histórico en donde nacen muchos literatos que empiezan a filosofar acerca del sentido de las cosas es decir se da mucho el tema de que muchos literatos empiezan explicar fenómenos y situaciones a lo que reacciona también la parte del arte y todo lo que tiene que ver con las gráficas para poder trabajar ciertos dibujos que van a acompañar esas explicaciones que se empiezan a desarrollar por parte de la literatura entonces al denominar este movimiento histórico como la era de la ilustración en donde también muchas personas empezaron a estudiar ya no era prohibido la historia que la gente vaya a formarse en escuelas, colegios, centros de educación ahí ya aparece la figura del ilustrador que un inicio se puede decir

que la ilustración empezó dentro de la comunicación visual en los periódicos o en las hojas volantes que se distribuían; hoy en día lo entendemos como un elemento derivado del arte, la ilustración no es arte en si sino que la ilustración utiliza técnicas artísticas pero para acompañar textos y cualquier tipo de conocimiento que podamos apoyarlo con cualquier tipo de gráfica en cualquier estilo y en cualquier técnica siempre y cuando este acompañado de un conocimiento técnico comprobado.

¿De acuerdo a su experiencia se puede aplicar un cuaderno ilustrado para la estimulación cognitiva de los adultos mayores?

Si, depende de que este cuaderno esté debidamente basado en instrucciones que hayan sido aprobadas por un profesional en el tema de cuidados de los adultos mayores que esté bien enfocado para que se pueda trabajar la graficas en cualquier técnica.

¿Qué técnica de ilustración cree Ud es la más adecuada para trabajar con personas de la tercera edad?

Las personas mayores pueden apreciar todo tipo de técnica, más bien seria de pensar en el tamaño ya que muchos adultos mayores tienen problemas visuales algunos usan lentes otros no ven muy bien muchas veces cuando suelen hacerles actividades lúdicas generalmente les hacen trabajar motricidad con cosas que ellos pueden ver, tocar sentir; entonces primero el soporte debería tener un tamaño A4 y que las ilustraciones sean grandes para que las puedan apreciar en todo su detalle, se pueden trabajar técnicas mixtas, técnicas digitales, cualquier técnica que Ud guste si es que vamos a trabajar ilustraciones si fuese como material didáctico ahí se podría variar los materiales para que sean mucho más sensoriales y también cosas que se puedan manipular y que estas dispuestas al tacto para que las personas lo perciban sensorialmente pero cualquier tipo

de técnica está bien siempre y cuando sean ilustraciones vistosas, que tengan bastantes colores, que sean llamativas, que sean alegres, la cromática debe ser cálida para que llamen la atención de las personas mayores.

14.10 Evidencia fotográfica de las entrevistas

Figura 26

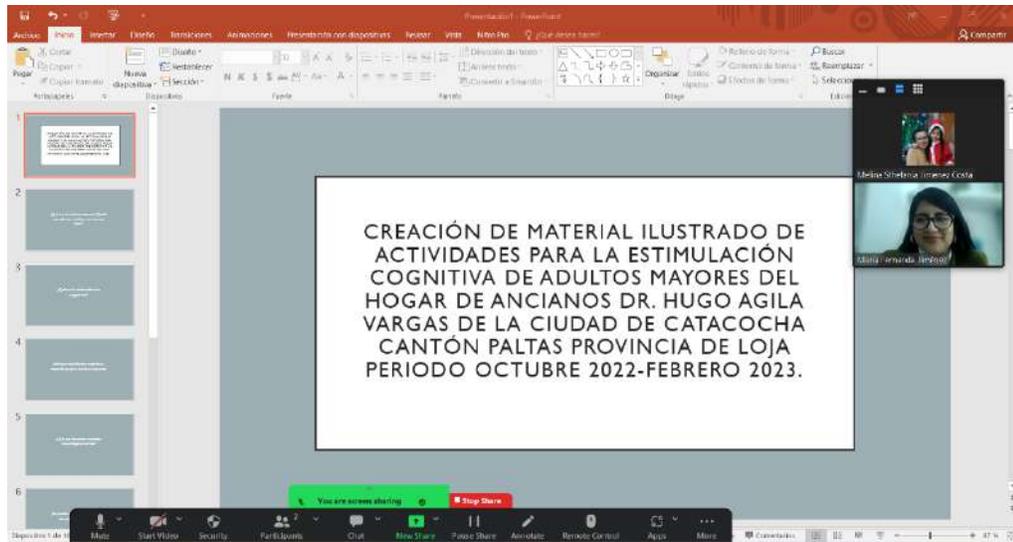
Entrevista a la Dra. Irene Encalada



Nota: Entrevista a la Dra. Irene Encalada, Encargada del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 27

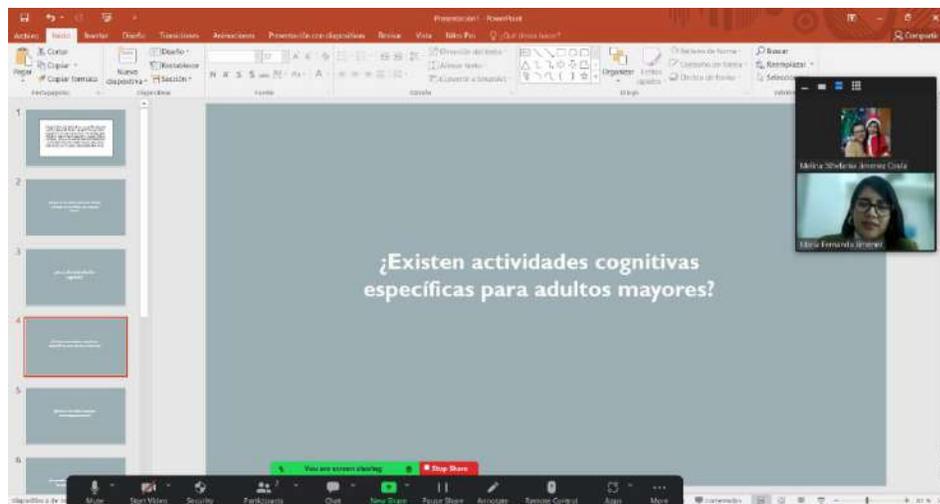
Entrevista a la Dra. María Fernanda Jiménez



Nota: Entrevista a la Dra. María Fernanda Jiménez, Psicóloga Clínica del Centro de Especialidades "Reina del Cisne", Jiménez (2023)

Figura 28

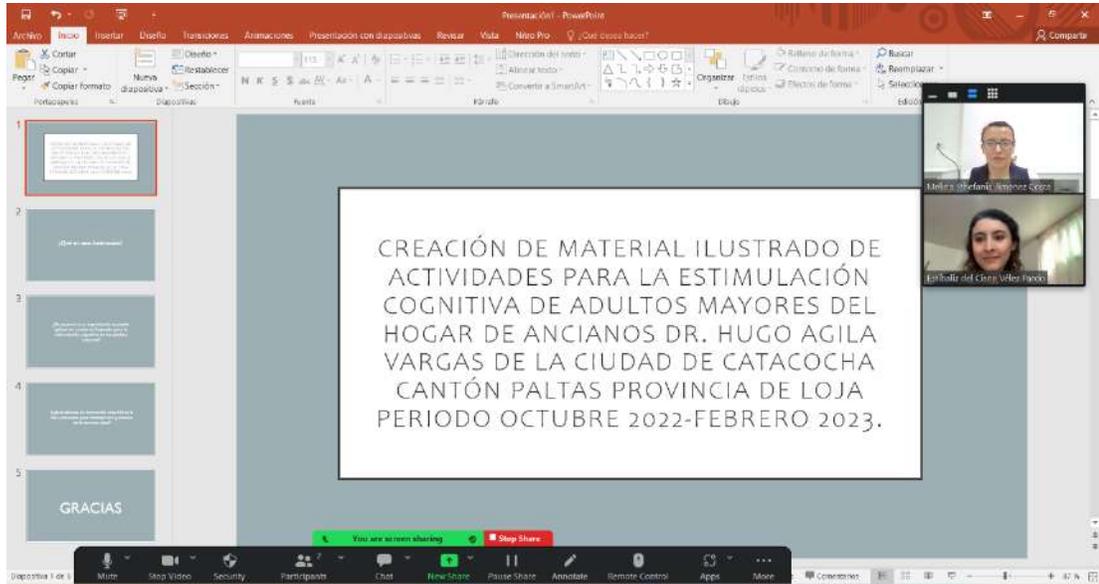
Entrevista a la Dra. María Fernanda Jiménez



Nota: Entrevista a la Dra. María Fernanda Jiménez, Psicóloga Clínica del Centro de Especialidades "Reina del Cisne", Jiménez (2023)

Figura 29

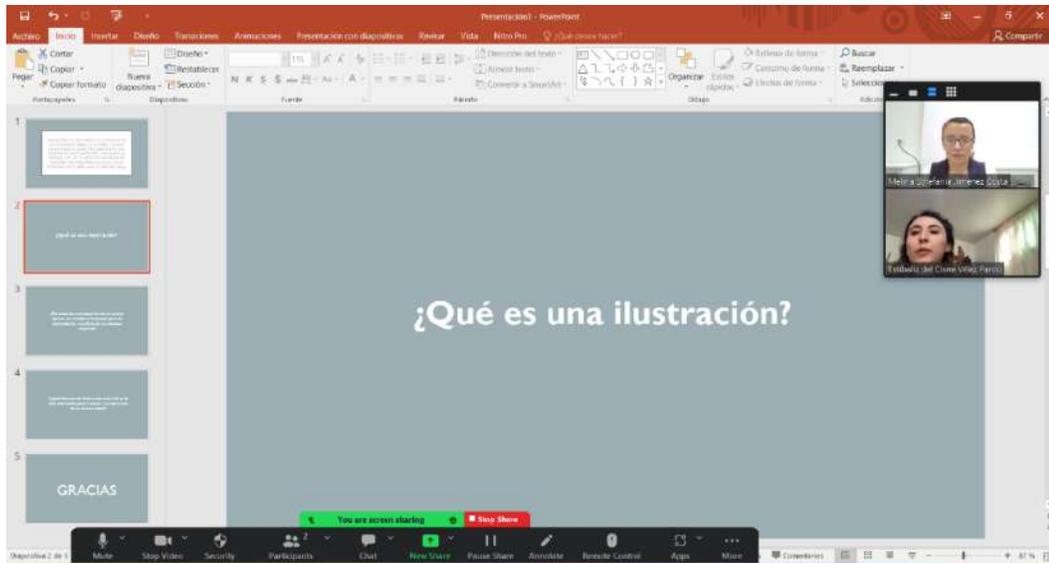
Entrevista a la Lcda. Estíbaliz Vélez



Nota: Entrevista a la Lcda. Estíbaliz Vélez, Docente del ISTS, Jiménez (2023)

Figura 30

Entrevista a la Lcda. Estíbaliz Vélez



Nota: Entrevista a la Lcda. Estíbaliz Vélez, Docente del ISTS, Jiménez (2023)

14.11 Evidencia fotográfica del Hogar de Ancianos Dr. Hugo Agila Vargas

Figura 31

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 32

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 33

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 34

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

14.12 Evidencias de Socialización

Figura 35

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 36

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 37

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 38

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 39

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 40

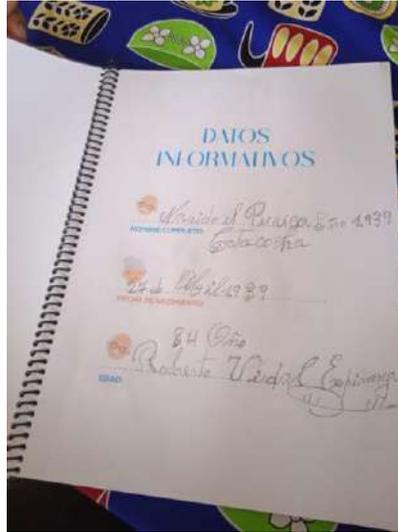
Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 41

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)

Figura 42

Adultos mayores del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas"



Nota: Instalaciones del Hogar de Ancianos "Dr. Hugo Agila Vargas", Jiménez (2023)