



UNIVERSIDAD
DEL AZUAY



VINCULACIÓN
CON LA SOCIEDAD

PRESENTACIÓN DE PROYECTOS 2024

VINCULACIÓN CON LA SOCIEDAD

Salud y Bienestar en adultos mayores

UNIVERSIDAD DEL AZUAY | Cuenca - Ecuador

1. Información general:

- 1.1 Programa: 03-SALUD Y BIENESTAR
- 1.2 Línea acción: Servicios y asesoramiento
- 1.3 Campo amplio: 09-A Salud y bienestar
- 1.4 Campo específico: 2-9A Bienestar
- 1.5 Campo detallado: 1-29A Asistencia a adultos mayores y discapacitados

1.6 Facultad/Unidad académica

Facultad/Unidad académica principal: Facultad de Ciencia y Tecnología

Facultad/Unidad académica 2: Facultad de Medicina

Facultad/Unidad académica 3: Facultad de Psicología

1.7 Carrera

Carrera principal: Escuela De Ingeniería Electrónica

Carrera 2: Escuela De Medicina

Carrera 3: Escuela De Psicología Clínica

1.8 El proyecto tiene el componente de formación continua:

NO

1.9 El proyecto requiere apoyo de la compañía de teatro:

SI

1.10 Nombre del proyecto: Salud y Bienestar en adultos mayores

1.11 Proyecto continuación:

1.12 Población objetivo:

Directos: Personas adultas mayores que asisten a un centro de cuidado

Cantidad 30

Descripción Usuarios adultos mayores. Por las características del proyecto se atiende semanalmente a los participantes.

Indirectos: Familias de los usuarios, sociedad en general

1.13 Fuente Financiamiento: 05. ASIGNACION REGULAR IES

1.14 Proyecto Permanente: UDA Salud - Una Salud - Salud Mental (Psicología)

1.16 Lugar intervención:

Lugar intervención
GAD Cantonal de Cuenca

1.17 El proyecto está ligado a los siguientes objetivos del Plan Nacional de Desarrollo: Para el Nuevo Ecuador 2024 - 2025

EJE	Objetivo	
EJE 1	EJE SOCIAL	
1	Objetivo 1: Mejorar las condiciones de vida de la población de forma integral, promoviendo el acceso equitativo a salud, vivienda y bienestar social.	X

EJE	Objetivo	
2	Objetivo 2: Impulsar las capacidades de la ciudadanía con educación equitativa e inclusiva de calidad y promoviendo espacios de intercambio cultural.	
3	Objetivo 3: Garantizar la seguridad integral, la paz ciudadana y transformar el sistema de justicia respetando los derechos humanos.	
EJE 2	EJE ECONÓMICO	
4	Objetivo 4: Estimular el sistema económico y de finanzas públicas para dinamizar la inversión y las relaciones comerciales.	
5	Objetivo 5: Fomentar de manera sustentable la producción mejorando los niveles de productividad.	
6	Objetivo 6: Incentivar la generación de empleo digno.	
EJE 3	EJE INFRAESTRUCTURA, ENERGÍA Y MEDIO AMBIENTE	
7	Objetivo 7: Precautelar el uso responsable de los recursos naturales con un entorno ambientalmente sostenible.	
8	Objetivo 8: Impulsar la conectividad como fuente de desarrollo y crecimiento económico y sostenible.	
EJE 4	EJE INSTITUCIONAL	
9	Objetivo 9: Propender la construcción de un Estado eficiente, transparente y orientado al bienestar social.	

1.18 El proyecto está ligado a los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible

3	SALUD Y BIENESTAR	Indicadores
 3 SALUD Y BIENESTAR	Colaboraciones con centros sanitarios locales. Ayuda a la salud mental: brindar acceso a salud mental a grupos vulnerables.	Ayuda a la salud mental: Ofrecer a los estudiantes y personal del centro acceso a ayuda a la salud mental gratuita. Colaboraciones actuales con centros sanitarios: Tener colaboraciones actuales con centros sanitarios locales, nacionales o globales para mejorar los resultados de salud y bienestar.

1.19 Tiempo estimado de ejecución: 06 meses

1.20 Responsable de la propuesta: Juan Adrian Gutierrez Leon

1.21 Profesores participantes:

DOCENTES ASIGNADOS AL PROYECTO									
Nombres	Apellidos	Identificación	Formación Académica	Descripción de Títulos Académicos	Tipo de docente	Correo electrónico	Teléfonos	Función	Horas semanales
Gladys Alexandra	Bueno Pacheco	0104500145	Cuarto Nivel	Maestra En Diagnostico Y Rehabilitacion Neuropsicolog, Psicologa Clinica, Doctora En El Programa de Doctorado En Psicogerontologia: Perspectiva del Ciclo Vital	Auxiliar 1	abueno@uaz uay.edu.ec	099150699 8,2862102	Coordinador	2

1.22 Estudiantes participantes:

Nombres	Apellidos	Identificación	Código	Nivel	Facultad	Carrera	Correo electrónico	Teléfonos	Función	Horas semanales
Denisse Odalys	Bau Loja	0150770469	92035		Psicología	Psicología Clínica	odalysbaul@gmail.com	4209775, 0997382479 , 0991139305	Prácticas de Vinculación	2
Isabel María	Andrade Koppel	0150106755	88466		Psicología	Psicología Clínica	isaandradek@gmail.com	4093528, 0998709067 , 0999869428	Prácticas de Vinculación	2

2. Presentación del proyecto

2.1 Resumen ejecutivo:

El proyecto busca promover el bienestar integral de los adultos mayores mediante talleres enfocados en gestión emocional, biodanza y estimulación cognitiva. Según la OMS (2021), el envejecimiento activo optimiza la salud, participación y mejora la calidad de vida. Las actividades propuestas buscan fortalecer la salud mental y la cohesión social (Toro, 2010). De manera transversal, se incorporará la estimulación cognitiva en cada sesión, promoviendo habilidades como la memoria y la atención. Además, se proporcionarán ejercicios para realizar en casa, favoreciendo la continuidad de los beneficios del programa.

Esta propuesta adopta un enfoque comunitario y ecológico, reconociendo la importancia del entorno en el bienestar del adulto mayor. Se fomentará la creación de redes de apoyo a través de vínculos sociales, familiares y de acompañamiento terapéutico profesional. La literatura sugiere que la integración social es un factor protector contra el deterioro cognitivo y la depresión en la vejez (Pinquart & Sörensen, 2001).

2.2 Antecedentes y justificación:

La Organización Mundial de la Salud (2022) afirma que a nivel global se observa un notable aumento en la longevidad humana, con la mayoría de la población mundial ahora alcanzando o superando los 60 años de edad. Continúa señalando que se proyecta que para el año 2030, se estima que una de cada seis personas en todo el mundo pertenece a este grupo de edad avanzada, lo que refleja un cambio significativo hacia una población global cada vez más envejecida, con una proyección de 1400 millones de personas mayores de 60 años para 2030, en comparación con los 1000 millones registrados en 2020. Ante este fenómeno inminente, el llamado está dirigido a adaptar estrategias que aborden adecuadamente las necesidades de una población envejecida, promoviendo así un envejecimiento activo y saludable que maximice el bienestar general y la sostenibilidad social en el siglo XXI (WHO, 2022).

Debido a los cambios naturales que ocurren con el envejecimiento, la intervención en la salud física, mental y el bienestar de los adultos mayores es esencial. En este contexto, se enfatiza la importancia crucial de atender las necesidades especiales de atención y apoyo integral para las personas mayores, no limitándose únicamente al cuidado esencial de su higiene y alimentación, aunque estas sean prioritarias y fundamentales. Es importante reconocer que además, los seres humanos tienen otras necesidades fundamentales como la socialización, la autoestima y la autorrealización. Estas deben ser atendidas con igual atención para asegurar una calidad de vida satisfactoria (Villafuerte et al., 2017).

A medida que las personas envejecen, su cuerpo experimenta una serie de transformaciones que pueden afectar su movilidad, fuerza y resistencia. Es fundamental implementar programas que puedan mantener y mejorar la capacidad funcional de los mayores, prevenir enfermedades degenerativas y demás defectos asociados a la edad, de manera que se garantice una mejor calidad de vida (Cardona et al., 2018).

Asimismo, la salud mental y el bienestar emocional de los adultos mayores requieren una atención particular. La soledad, la depresión y la ansiedad son problemas comunes en esta etapa de la vida, exacerbados por factores como la pérdida de seres queridos, la jubilación y la disminución de la independencia. De esta forma, promover actividades sociales enmarcadas en terapias psicológicas y apoyo comunitario puede ayudar a mantener una mente activa y positiva (Polo, 2016). Así, la integración de enfoques holísticos que consideren tanto la salud física como la mental es fundamental para asegurar que los adultos mayores puedan disfrutar de una vejez digna y plena, contribuyendo así a su bienestar integral (Quevedo et al., 2020).

Con base en lo mencionado, se propone este taller, que es un espacio grupal que estabiliza y cuida los procesos físicos, cognitivos y emocionales, de manera que la persona se ejercite de forma dinámica y lúdica, es decir, promueve el bienestar del adulto mayor para mantener la funcionalidad o aminorar las alteraciones causadas por el paso de los años (Queralta y Frías, 2015).

2.3 Alcance territorial: Cantonal

2.4 Objetivo general:

Promover el bienestar integral en los adultos mayores a través de elementos de la naturaleza y recursos artísticos.

2.5 Objetivos específicos:

1. Promover el bienestar físico a través de la música y el movimiento
2. Facilitar el proceso de regulación emocional por medio del arte y la música.
3. Estimular la cognición en sus diferentes procesos de manera transversal a las actividades propuestas.
4. Preservar la autonomía de las personas y mejorar las relaciones interpersonales.

2.6 Impacto del proyecto:

Impacto	Descripción
Científico	Aporte teórico y práctico al desarrollo de nuevos conocimientos como resultado de un proceso investigativo, derivado de la
Social	Estos talleres promueven la salud mental al brindar herramientas para manejar el estrés, la ansiedad y la depresión, fortaleciendo así

2.7 Indicadores generales de impacto a nivel de proyecto

Nro. De Indicador	Descripción	Tipo	Método
1	Adultos mayores acudiendo a los talleres	Cuantitativo	Registro de asistencia
2	Desarrollo de los talleres	Cualitativo	Registro Fotográfico
3	Mejora subjetiva en la calidad de vida	Cualitativo	Entrevistas individuales de corte cualitativo

2.8 Resultados / productos esperados del proyecto:

Descripción	Tipo
Material adaptado para los usuarios	Producto
30 adultos mayores recibiendo el servicio	Resultado
Fotografías	Producto
Entrevistas cualitativas de los participantes	Producto
Informe final del subproyecto	Producto

3. Plan de trabajo

Objetivo específico	Indicador	Resultado esperado	Actividad	Medio verificación	Supuestos
Facilitar el proceso de regulación emocional por medio del arte y la música.	Asistencia de adultos mayores a los talleres	30 participantes beneficiándose del servicio	Desarrollo de talleres	Registro de asistencia Fotografías	Inasistencia de los participantes o personal sanitario
Estimular la cognición en sus diferentes procesos de manera transversal a las actividades propuestas.	Asistencia de adultos mayores a los talleres	30 participantes beneficiándose del servicio	Desarrollo de talleres	Registro de asistencia Fotografías	Inasistencia de los participantes o personal sanitario
Preservar la autonomía de las personas y mejorar las relaciones interpersonales.	Asistencia de adultos mayores a los talleres	30 participantes beneficiándose del servicio	Desarrollo de talleres	Registro de asistencia Fotografías	Inasistencia de los participantes o personal sanitario
Promover el bienestar físico a través de la música y el movimiento	Asistencia de adultos mayores a los talleres	30 participantes beneficiándose del servicio	Desarrollo de talleres	Registro de asistencia Fotografías	Inasistencia de los participantes o personal sanitario

4. Cronograma de actividades

Actividad Principal	Actividad	Fecha inicio	Fecha fin
Desarrollo de talleres	Planificación y preparación del programa de intervención	26/08/2024	26/09/2024
Desarrollo de talleres	Ejecución de la propuesta de intervención grupal (regulación emocional a través música y arte)	26/09/2024	30/11/2024
Desarrollo de talleres	Ejecución de la propuesta de intervención grupal (bienestar físico a través de la música y movimiento)	26/09/2024	30/11/2024
Desarrollo de talleres	Ejecución de la propuesta de intervención grupal (estimulación cognitiva)	26/09/2024	30/11/2024
Desarrollo de talleres	Ejecución de la propuesta de intervención grupal (autonomía y relaciones interpersonales)	26/09/2024	30/11/2024
Desarrollo de talleres	Entrevistas individuales y Elaboración de informe final	01/12/2024	12/12/2024

5. Presupuesto

Costo total del proyecto:	\$ 1.101,00
Aporte Universidad del Azuay:	\$ 1.101,00

6. Bibliografía

- Cardona, M., Pérez, L., & Ramírez, J. (2018). Envejecimiento y calidad de vida: Estrategias para la promoción de la salud en adultos mayores. Editorial Universitaria.
- Organización Mundial de la Salud. (2022). World report on ageing and health. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565042>
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 245–266.
- Polo, M. (2016). Salud mental en el envejecimiento: Retos y oportunidades para el bienestar emocional. Ediciones Académicas.
- Quevedo, R., Martínez, P., & Gómez, S. (2020). Factores psicosociales y bienestar en la vejez: Enfoques holísticos para el adulto mayor. *Revista de Gerontología*, 18(2), 45-67.
- Queraltá, C., & Frías, L. (2015). Terapia ocupacional en adultos mayores: Estrategias para el bienestar físico y emocional. Ediciones Médicas.
- Toro, R. (2010). Biodanza: Teoría y práctica. Ediciones del Sur.
- Villafuerte, A., Jiménez, D., & Torres, F. (2017). Atención integral del adulto mayor: Enfoques multidisciplinarios para el cuidado y la calidad de vida. Fondo Editorial Universitario.

JUAN ADRIAN GUTIERREZ LEON

Firma