

**POTENCIAR EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO MEDIANTE UN PROYECTO DE  
INTERVENCIÓN DE APRENDIZAJE POR SERVICIO.**

Alumna: Sehila M<sup>a</sup> Barrios González.

Tutor: Juan David García Pérez.

Cuarto curso del grado de Trabajo Social

Trabajo de Fin de Grado

Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación

Universidad de La Laguna

Junio 2023

## **Resumen**

El aumento de la esperanza de vida de la población junto a la baja tasa de natalidad de la misma ha tenido como resultado un mayor aislamiento social y, a su vez, una mayor soledad. La soledad no deseada es una problemática que afecta a la sociedad actual, la cual afecta a la salud de las personas. Con el objetivo de mejorar y alargar la calidad de vida de los y las mayores, surge el siguiente proyecto.

Este proyecto tiene el nombre de “Potenciar el envejecimiento activo mediante un Proyecto de Intervención de aprendizaje por servicio”, ha sido ideado con el objetivo principal de prevenir el deterioro físico y cognitivo de mayores institucionalizados mediante un proyecto de intervención y mantenimiento de competencias, fomentando las relaciones intergeneracionales con un programa de Aprendizaje por Servicio. Para lograrlo se fomentará la convivencia ofreciendo dos talleres semanales y excursiones ocasionales.

***Palabras clave:** Envejecimiento activo, institucionalización, jóvenes, programas intergeneracionales, Aprendizaje por Servicio, proyecto de intervención, deterioro cognitivo, deterioro físico, relaciones intergeneracionales, soledad no deseada.*

## **Abstract.**

The increase in the life expectancy of the population together with its low birth rate has resulted in greater social isolation and, in turn, greater loneliness. Unwanted loneliness is a problem that affects today's society, which affects people's health. With the aim of improving and extending the quality of life of the elderly, the following project arises.

This project is called “Promote active ageing through a service-learning Intervention Project” It has been devised with the main objective of preventing the physical and cognitive deterioration of institutionalized older people through an intervention project and

maintenance of skills, promoting intergenerational relationships with an Experiential Learning program. To achieve this, coexistence will be encouraged by offering workshops twice a week and occasional excursions.

**Keywords:** *Active aging, institutionalization, youth, intergenerational programs, Experiential Learning, intervention project, cognitive impairment, physical impairment, intergenerational relationships, unwanted loneliness.*

**ÍNDICE.**

<b>Introducción:</b> .....	<b>4</b>
<b>Justificación</b> .....	<b>5</b>
<b>Marco conceptual y teórico</b> .....	<b>7</b>
<b>Objetivos de la intervención:</b> .....	<b>15</b>
<b>Participantes</b> .....	<b>16</b>
<b>Método</b> .....	<b>17</b>
<b>Actividades/tareas</b> .....	<b>19</b>
<b>Temporalización y cronograma</b> .....	<b>21</b>
<b>Localización</b> .....	<b>23</b>
<b>Administración del proyecto</b> .....	<b>24</b>
Organización interna.....	24
Coordinación externa.....	25
<b>Recursos</b> .....	<b>26</b>
<b>Presupuesto y plan de financiación</b> .....	<b>27</b>
<b>Sistema de evaluación</b> .....	<b>29</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>34</b>

**Introducción:**

Este trabajo corresponde al Trabajo de Fin de Grado de Trabajo Social, en el que se llevará a cabo un Proyecto de Intervención de Aprendizaje por Servicio entre personas mayores y jóvenes. El objetivo principal de este proyecto consiste en prevenir el deterioro físico y cognitivo de mayores institucionalizados, evitando su aislamiento social y fomentando sus redes sociales, en este caso, con personas de entre 13 y 17 años. Se realizará en la residencia “Clínica parque”

Para lograr dicho objetivo, serán los propios participantes quienes dirijan y realicen las actividades, específicamente las llamadas “nos vamos conociendo” y “tejiendo redes” puesto que de esta forma será más fácil establecer conversaciones entre ellos. También se realizarán charlas en diferentes centros educativos para tratar de convencer a los y las jóvenes de su participación, mostrándoles las actividades que se ejecutarán en este proyecto. Además, se pretende aumentar la empatía y reducir ciertos prejuicios y estereotipos asociados al envejecimiento, tanto por parte de los y las jóvenes como de los y las propios/as mayores.

El marco teórico que se presenta en este trabajo tratará temas como la soledad, el envejecimiento activo, programas intergeneracionales y programas de Aprendizaje por Servicio. Igualmente se hablará a lo largo del trabajo acerca de los objetivos, participantes, método, actividades y tareas, temporalización y cronograma, localización, etc. que se llevarán a cabo en dicho proyecto.

**Justificación.**

La pirámide poblacional ha evidenciado tanto el aumento de la esperanza de vida como el de las personas mayores, por lo que se asume que la soledad no deseada y el aislamiento social por parte de este segmento de la población también ha sufrido un aumento.

Según el INE (2021) habían 9.310.828 personas mayores residiendo en España, lo que supone el 19.65% del total de la población, la cual cuenta con una media de edad de 43,81 años, con expectativas de que se produzca un aumento significativo en los próximos años. El 6% de la población tiene 80 años o más y si consultamos los empadronados de 100 a más años nos encontraremos con la cifra de 18.020 personas. Estos datos ponen en evidencia el sobreenvjecimiento de la población, así como el aumento de la esperanza de vida de la misma. En Santa Cruz de Tenerife el 18,62% de la población tiene 65 años o más (INE, 2022)

Las personas mayores constituyen una parte de la población española importante, amplia, vulnerable y llena de estereotipos y prejuicios que hay que erradicar. Cuando las personas, incluyendo a los y las mayores, piensan en el envejecimiento lo asocian a una etapa llena de enfermedades, dependencia e inutilidad, en personas que viven a base de los servicios sociales... En general, hay una visión muy negativa y equivocada acerca de la vejez y del envejecimiento.

Según el estudio realizado por González de Vera (2017) el 57,7% de las personas mayores que se encuentran institucionalizadas no se sienten solos siempre que se encuentren en presencia de sus familiares, en cambio un 42,2% se encuentra solo en presencia de sus familiares alguna vez. Por otro lado, cuando se les pregunta por el sentimiento de soledad en general, este porcentaje aumenta al 48,3% de personas mayores que se sienten o se han sentido solas en alguna ocasión. Para finalizar, siguiendo con el estudio de González de Vera (2017), el 17,2% no realiza ninguna actividad satisfactoria. Además, se aplicó la escala ESTE II de Soledad Social, donde se observó que el 82,8% de los y las mayores se encuentran en un nivel medio de soledad y el 17,2% en un nivel alto.

En España, concretamente en Lanzarote, se llevó a cabo un proyecto de intercambio generacional llamado “Aprendamos juntos”. Este proyecto surge con el objetivo de fomentar

las relaciones entre alumnos de primaria y mayores institucionalizados. Los resultados de este proyecto se reflejaron en el elevado nivel de satisfacción de ambas generaciones, produciéndose de igual forma un cambio en la percepción de los niños y niñas respecto a la vejez, además se percibió una gran motivación y un aumento en las actividades físicas de las personas. Las actividades que se realizaron en esta convivencia también reflejaron un aumento en la satisfacción laboral de los profesionales (Fariña, 2007).

En Asturias se realizó un programa de convivencia intergeneracional llamado “Conectando edades con conocimientos”. El objetivo principal era incrementar la participación social mediante una serie de actividades y acciones intergeneracionales. Los resultados muestran que la autonomía y calidad de vida de las personas se encuentran estrechamente relacionados con las relaciones sociales. (Equipo Interdisciplinar Residencia “La Minería”, 2016)

### **Marco conceptual y teórico.**

El ser humano es un ser social, un ser que necesita de los demás para poder sobrevivir. Desde el inicio de los tiempos los humanos se han reunido y convivido en grupos, porque saben que de esta manera cuentan con más probabilidades para sobrevivir, en compañía. Las personas pertenecen a diferentes grupos sociales, en los que sus miembros comparten cultura, valores, creencias, normas, política, educación, formas de vida, etc.

La socialización es un proceso racionalizado por el que las personas observamos, imitamos y aprendemos durante toda nuestra vida la cultura que nos rodea, mediante la interacción con los demás. Se encuentra presente en toda nuestra vida, como en la escuela, los medios de comunicación, en el trabajo, en la familia, etc. ¿Qué es lo que pasa cuando se está solo, cuando no tienes a nadie? ¿Cuáles son las consecuencias de la soledad?. Para hablar de

las consecuencias primero se tiene que concretar lo que es la soledad, ya que dependiendo del autor de referencia, se entenderá de una forma o de otra.

Según Weiss, RS (1973) existen dos tipos de soledad. En primer lugar, nos encontramos con la soledad emocional, la cual se entiende de dos maneras: como la pérdida de personas que forman parte de nuestra vida, por ejemplo, la pérdida de un amigo, o como un cambio brusco en en la forma de vivir, como viene a ser la institucionalización de las personas mayores. Davies, Crowe y Whitehead, (2016) añaden que este tipo de soledad supone un mayor sentir de miedo, ansiedad y desconfianza para los individuos que la padecen.

En segundo lugar, Weiss (1973), también reconoce la soledad social, la cual trata acerca de la relación que existe entre la cantidad y la calidad de las relaciones sociales que mantiene el individuo y las que desea. Esto quiere decir, que la soledad social hace referencia a la pérdida de los miembros que conforman la red social del individuo, lo que provoca que este se sienta aislado.

Las personas pueden sentirse solas incluso estando acompañadas, la soledad no siempre implica que exista un aislamiento social. Tampoco todos los tipos conllevan sentimientos negativos, hay veces en las que las personas necesitan o quieren estar solas. Cuando hablamos de las consecuencias de esta problemática, se hace alusión a las consecuencias negativas que conlleva la soledad no deseada, ya que esta es la más complicada de sobrellevar para las personas, la soledad que no se elige.

Siguiendo este planteamiento la autora Alba (2023) defiende la problemática que supone la soledad no deseada en la sociedad actual. Esta autora lo considera como una nueva cuestión de salud a nivel global, debido a que afecta a una proporción importante de la



población mundial y la define como “la discrepancia entre las relaciones sociales que una persona desearía tener y las que realmente tiene”.

Alba, M. A. (2023), recalca la importancia que tiene el apoyo social y las redes sociales en el bienestar tanto de las personas, como de las comunidades y sociedades en general. Incluso son importantes dentro de la intervención desde la disciplina del Trabajo Social, ya que se suelen utilizar herramientas como intervención grupales y comunitarias para favorecer, entre otros factores, la creación de vínculos y redes de apoyo entre personas del mismo barrio o que se encuentren en una situación similar. En los últimos años es cuando se ha producido una mayor conexión en todo el mundo gracias a la tecnología pero, curiosamente, es durante este nuevo periodo cuando menos acompañada se siente la población.

Un dato a recalcar y tener en cuenta es que no se debe confundir la soledad con la depresión. La soledad hace referencia a la manera en la que se sienten las personas respecto a sus relaciones sociales y por otra parte, la depresión consiste en una alteración del estado anímico de una persona, la cual experimenta una pérdida de interés y motivación en actividades que antes le resultaban placenteras. Esto no quiere decir que no exista una relación entre ambas, de hecho, Cohen-Mansfield y Parpura-Gill (2007) establecen la existencia de dicha relación, destacando como consecuencia de ambas la poca movilidad física que mantienen las personas que las padecen.

¿Pero cuáles son las consecuencias de la soledad? Destacamos el incremento del riesgo de sufrir una muerte prematura, más probabilidades de padecer demencia, accidente cerebrovascular, caer en adicciones, padecer enfermedades coronarias, tener conductas violentas y, en general, un empeoramiento en la salud. (Valencia-Contrera & Sanhueza-Alvarado, 2023).

Los autores Valencia-Contrera, M., & Sanhueza-Alvarado, O. (2023) hablan sobre las consecuencias que tiene la soledad en las personas mayores, coincidiendo con el autor anterior en las consecuencias negativas que tiene en su salud y destacando el empeoramiento de la función cognitiva, la memoria y el habla.

La definición acerca de la soledad no deseada representa el sentir de los y las mayores que viven en residencias. En la sociedad actual, industrializada y moderna, el envejecimiento supone la pérdida del prestigio social y de la vida e independencia a la que la persona estaba acostumbrada. Este proceso, según Serra Valdes (2018), produce cambios físicos, psicológicos y sociales y tienen más probabilidades de padecer enfermedades crónicas, deterioro cognitivo y demencia, lo que dificulta la realización de las actividades que forman parte de su vida diaria, afectando directamente a la autonomía del sujeto y provocando que la sociedad lo perciba como una carga.

Según la Organización Mundial de la Salud (2022), conocida como la OMS, los y las mayores de más de 60 años superan por cinco el número de niños menores de cinco años. Esta diferencia se irá ampliando con el paso de los años debido a la caída de la natalidad. El envejecimiento demográfico de la población traerá importantes secuelas para la sociedad, entre la que vamos a destacar la falta de cuidadores a la que nos enfrentaremos en un futuro bastante próximo, lo que supondrá un aumento tanto en la institucionalización de los y las mayores como en el abandono de los mismos.

Debido al envejecimiento de la población los cuidadores formales de las residencias se han visto sobrecargados, siendo el burnout una de las principales consecuencias de esta situación, según Carrasco-Temiño, M. A. (2019). El burnout es un síndrome derivado del desgaste profesional y se encuentra estrechamente ligado a la mala gestión del estrés profesional.

Este síndrome tiene una serie de consecuencias en cuanto al cuidado de las personas mayores, comenzando con la despersonalización del cuidado y el cansancio emocional por parte de los profesionales. Esto produce que se reduzca la empatía del cuidador hacia la persona que está cuidando, lo que provocará una disminución en la calidad de los cuidados proporcionados al paciente, privándolo de autonomía para poder realizar dichos cuidados de la manera más rápida posible y continuar con el siguiente usuario.

Según los resultados mostrados por el IMSERSO (2018) los problemas de salud más frecuentes entre personas de más de 65 años son dolores musculares, de articulaciones, espalda, manos, brazos, etc. Estos dolores acentúan la sobrecarga de los cuidadores en instituciones y provocan que los y las mayores se muevan menos para evitar dichos dolores.

También se menciona que estos cambios físicos, tienen como consecuencia la disminución de relaciones sociales de los/las mayores, viéndose afectadas sus habilidades para socializar. Esto se puede solucionar, se puede aprender y mejorar la forma en la que iniciamos y mantenemos conversaciones y por lo tanto, relaciones sociales.

Según Cassinello, M (2007), en la actualidad ha aparecido un nuevo paradigma del envejecimiento, el cual recibe diferentes nombres como saludable, buen envejecer, con éxito, etc. De entre todos estos nombres el más común es envejecimiento activo.

El envejecimiento activo ayuda a mejorar esos cambios a los que nuestros/as mayores se enfrentan, ya que las personas que lo llevan a cabo cuentan con un mejor bienestar físico, social y mental, lo que aumenta la esperanza y calidad de vida durante la vejez. (OMS, 2003)¿En qué consiste exactamente el envejecimiento activo? En aumentar y mantener la participación social, económica, cultural, espiritual y cívica, es decir, en mantenerse activo en la sociedad para promover los intereses de cada una de las personas.

Volviendo a la autora Cassinello, M (2007), además de mantener la actividad física es igual de importante mantener la actividad social y mental. Una forma de conseguir estos objetivos es mediante la participación en diferentes actividades, como por ejemplo, el voluntariado. Este paradigma se basa en los derechos humanos de independencia, participación, dignidad, etc. Lo dictado por la OMS (2002) para cumplir con estos objetivos son: reducir los factores de riesgo asociados a enfermedades, fomentar hábitos saludables como el ejercicio físico, el afrontamiento positivo y la participación social.

Una manera de ayudar a los y las mayores institucionalizados a llevar un envejecimiento activo consiste en los Programas Intergeneracionales, los cuales consisten en un intercambio de vivencias y experiencias entre personas de diferentes generaciones que no mantienen consanguinidad. Son una forma sencilla de lograr que las personas, a medida que van envejeciendo, puedan participar en la sociedad. Estos programas son una herramienta que se lleva implementando desde hace años y cuentan con importantes beneficios para sus participantes. (García Velarte et al., 2021)

Las Naciones Unidas (2022) reconocen los beneficios que pueden aportar a la sociedad dichos programas en el artículo 16 de la Declaración Política de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, donde se menciona que las relaciones intergeneracionales son de suma importancia para garantizar la futura solidaridad entre las diferentes generaciones.

A pesar de los beneficios que aporta las relaciones sociales entre diferentes generaciones, según el CIS, es decir el Centro de Investigaciones Sociológicas, esto resulta poco frecuente en España. Los datos recogidos en las encuestas reflejan que solo el 11,6% comparte vivienda con menores de 35 años pertenecientes a su unidad familiar y el 52,4% lo hacen con personas mayores de 65 años.

Un ejemplo de los beneficios que conlleva que las personas mayores compartan tiempo y ocio con menores es el experimento llevado a cabo por la doctora Catrin Hedd Jone, publicado por Shipton, (2016) un programa intergeneracional que consistía en una convivencia de una semana entre ambas generaciones. Esta vivencia trajo muchos beneficios tanto para los niños como para los adultos, ya que se desarrollaron relaciones positivas entre ambos, aumentó su confianza, se observó una mayor comprensión, amistad y disfrute entre otras ventajas.

El voluntariado puede darse, principalmente, en dos dimensiones: las que ofrece el tercer sector y la que proporciona los diferentes tipos de acción social. Respecto al tercer sector, las actividades de voluntariado que se ofrecen son bastante similares a las del Trabajo Social, ya que están orientadas según las necesidades sociales de los individuos a las que se dirigen y dependen mucho de la generosidad de las personas. Existen tres principios fundamentales que rigen el voluntariado: altruismo, gratuidad y solidaridad. (Rossi, G., & Boccacin, L. 2001)

Con el aumento de la población de los y las mayores disminuirá la calidad e individualidad de los cuidados por la sobrecarga de los trabajadores, lo que conlleva una serie de consecuencias ya mencionadas anteriormente. Una solución económica para evitar que se cumplan dichas consecuencias y disminuir el encarecimiento de los cuidados de los y las mayores son los programas de Aprendizaje por Servicio.

El Aprendizaje por Servicio es una manera diferente de aprender, donde jóvenes realizan un servicio a la comunidad a cambio de conocimientos. El ApS (Aprendizaje por Servicio) se basa en el aprendizaje experiencial y el servicio a la comunidad, lo cual lo diferencia de otros métodos como el voluntariado. El aprendizaje experiencial consiste en una

propuesta de intervención basado en lo que enseña la experiencia, una forma de aprender práctica y sencilla. (Kolb, D. A., 1984)

Volviendo al Aprendizaje por Servicio, este consiste en un proyecto donde los participantes adquieren conocimientos sobre las necesidades del entorno con el que trabajan teniendo como objetivo mejorar esta situación (Puig, 2009, p. 29). Para llevar a cabo el ApS se necesita la participación activa de los y las mayores y los y las jóvenes que van a estar implicados en el proyecto.

“Coplas con historia” es un ApS intergeneracional donde los estudiantes de primero de bachillerato de un instituto de Madrid participan en actividades que ayudan a la prevención del alzheimer. Los/as mayores contaban como habían sido sus vidas durante el franquismo. Este proyecto fue el ganador del Premio Personas Mayores 2022.

En Zaragoza se llevó a cabo el proyecto “Escuchar la memoria”, donde alumnos de 3º de la ESO tienen que realizar un trabajo que consiste en recopilar canciones que los y las mayores institucionalizados en “Parque Dorado” escuchaban en su juventud, con el objetivo de conocer el contexto histórico de las mismas. La presentación de dicho trabajo se realizó en la residencia, para poder mostrarles a los y las mayores institucionalizados lo que se pudo conseguir con su colaboración (IES Miguel Servet Zaragoza, 2018).

En La Laguna, Tenerife se realizó el ApS “Compartiendo historias de vida” en colegios, donde los y las mayores cuentan a los y las estudiantes como fue su infancia y les muestran algunos de los juegos más populares de su juventud. (Confemac, 2016)

En Cataluña, el aprendizaje por servicio se ha implementado como una parte obligatoria de los planes de estudio dentro de la Educación Secundaria Obligatoria, concretamente dirigido al alumnado de tercero y cuarto de la ESO, desde el año 2015. Se

trata, según lo dicho por Vallestín (2014) de un proyecto de 20 horas dentro del plan educativo del centro, por lo que adicionalmente se llevará a cabo una evaluación acerca de la calidad del servicio que han ofrecido los alumnos participantes. Claro que no todos estos alumnos han acudido a una residencia de mayores para realizar su ApS. (Paredes, D. M., & Martínez, D. R., 2016).

### Objetivos de la intervención:

Objetivo general	Objetivos específicos	Objetivos operativos
Prevenir el deterioro físico y cognitivo de mayores institucionalizados mediante un proyecto de intervención y mantenimiento de competencias.	Fomentar la autonomía	Modificar la autopercepción de los y las mayores de su calidad de vida
	Fomentar nuevas formas de ocio y tiempo libre.	
	Disminuir el estrés	Lograr que los y las mayores sean capaces de llevar a cabo por ellos mismos las actividades.
	Estimular las funciones cognitivas de las personas mayores	
Fomentar relaciones sociales intergeneracionales	Aumentar la movilidad de las personas mayores.	Lograr que los y las jóvenes conozcan el proyecto.
	Eliminar los estereotipos y prejuicios acerca de la vejez	
	Promover una imagen positiva del envejecimiento.	Facilitar actividades intergeneracionales.
	Ofrecer espacios que promuevan la socialización	Lograr una mayor participación social de las personas mayores

	Aumentar la participación social de las personas mayores	Crear actitudes positivas respecto a la vejez
	Fomentar la participación en las actividades	

### **Participantes**

Dentro de los servicios de atención residencial existen diferentes tipos de plazas: bajo, medio y alto requerimiento. Estos niveles van de menor a mayor grado de dependencia y deterioro, por lo que teniendo en cuenta que este proyecto está basado en la prevención del deterioro físico y cognitivo y el mantenimiento de las capacidades de los y las personas mayores, se recomienda que las personas mayores que vayan a participar en este proyecto sean en su mayoría de bajo requerimiento y de medio requerimiento, aunque en menor medida, siendo estos los destinatarios directos de este proyecto. En cuanto a los y las jóvenes participarán los que se encuentren entre las edades de 13 a 17 años y también serían participantes directos de la intervención.

Además, los participantes indirectos serían los trabajadores, quienes se verían beneficiados al aliviar durante ciertos momentos a la semana la carga de trabajo. Con respecto a la población excluida estaría compuesta por aquellas personas que no participan ni se ven beneficiados de ninguna forma en el proyecto de intervención.



**Método.**

Para alcanzar los objetivos planteados al principio de este proyecto de intervención, se llevarán a cabo las actividades que permitan lograr dichos objetivos y se encontrarán basadas en los siguientes modelos de intervención (Garro, 2009).

- Psicodinámico. Atribuye especial importancia a los problemas psicológicos y emocionales de los usuarios.
- Cognitivo-conductual. Este modelo se centra en eliminar, disminuir o reforzar ciertas conductas.
- Crítico. Basado en realizar una intervención donde el cambio se produce en la persona por la persona.

Para saber si se han cumplido los objetivos se llevarán a cabo la observación directa por parte de los y las profesionales de la salud de la residencia y el trabajador/a social realizará las siguientes escalas, las cuales se realizarán tres veces a lo largo del proyecto: una al principio de la actividad, otra transcurrido el primer mes y otra al finalizar.

- Índice de Katz y el Índice de Barthel. Uno de los objetivos de esta intervención consiste en fomentar la autonomía y confianza de los y las mayores, así como disminuir la dependencia. Esta escala evalúa la dependencia/independencia de las personas en las actividades básicas de la vida diaria.
- Escala de Lawton y Brody. Una de las actividades que se van a realizar en este proyecto consiste en que los y las jóvenes le muestren a los y las mayores a usar las tecnologías. Unos de los parámetros que mide esta escala es la capacidad con la que cuentan las personas mayores de usar el teléfono y otras actividades que también se pueden realizar a través de internet.

- Escala de Yesavage. Esta escala mide la depresión geriátrica de los y las mayores.

### **Actividades/tareas**

Para llevar a cabo este proyecto se realizarán dos tipos de actividades: dos talleres y dos excursiones:

Actualmente vivimos en una sociedad tecnológica, donde resulta imprescindible el uso de la tecnología para realizar cualquier tarea, desde algo tan sencillo como coger el transporte público, una cita médica, rellenar documentación importante, etc. En el manejo de las tecnologías se pueden diferenciar dos grupos de una manera muy evidente: las personas a las que les cuesta entender el funcionamiento de las nuevas tecnologías, como es el caso de la mayoría de las personas mayores, y el grupo de personas que han crecido con un teléfono en la mano, como es el caso de la mayoría de los y las jóvenes.

Por este motivo la primera actividad que se va a proponer para este proyecto se llamará “Nos vamos entendiendo”. Dicha actividad consistirá en un taller en el cual los y las jóvenes les irán enseñando a las personas mayores como usar la tecnología, tratando de reducir todo lo posible la brecha digital. Para llevar a cabo esta actividad, deberá organizarse de la siguiente manera:

Se realizará una reunión los jueves en la que se decidirá el tema de la siguiente clase, los cuales pueden ser: conseguir una cita en el médico, sacar el bono de transporte, acceder a Youtube, abrirse un correo electrónico... Los temas serán propuestos tanto por los y las mayores como por los y las jóvenes participantes y se decidirán por mayoría en una votación a mano alzada. En cuanto a las clases, estarán presentes los y las Integradores/as Sociales y dos sanitarios/as de la residencia para garantizar que la clase se desarrolle de la forma acordada. Los y las jóvenes darán la clase apoyándose en la pizarra digital y posteriormente,

atendiendo a las dudas que surgen cuando realicen esta actividad por su cuenta.

También se realizará otro taller, el cual se llamará “Tejiendo nuestra red”. La esperanza de vida de las mujeres es mayor que la de los hombres, por lo que en las residencias suele haber más mujeres que hombres, a este fenómeno se le llama feminización de la vejez. La mayoría de las mujeres mayores saben coser, al contrario que las personas jóvenes. En este taller se intercambiarán los roles de profesor y alumno, puesto que serán las personas mayores quienes enseñen a los y las jóvenes. Para llevar a cabo esta actividad se organizará de la siguiente manera: El tema de la clase se decidirá de la misma manera que el anterior y se encontrarán presentes los mismos profesionales. Las clases por otra parte, se llevarán a cabo en grupos de aproximadamente 4 personas (tres mayores y un joven) dónde los y las mayores irán mostrando como realizar la actividad.

Por otra parte se realizará, al menos, una excursión al museo de la naturaleza y el hombre, una a un parque dónde se podría llevar a cabo una búsqueda del tesoro compuesta por adivinanzas de modas antiguas y actuales (nombre de cantantes, canciones, películas...). Estas dos serían organizadas por el coordinador del equipo multidisciplinar con ayuda de los y las Integradores/as Sociales

Para captar la atención de los y las jóvenes se llevarán a cabo, al menos, tres charlas en institutos donde se explicará este proyecto, así como las actividades que se planean realizar.



<b>Actividades</b>	<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>	<b>Sábado</b>	<b>Domingo</b>
“Nos vamos entendiendo”							
“Tejiendo nuestra red”							

## **Localización**

Este proyecto se encuentra localizado en el municipio de Santa Cruz de Tenerife, el cual según los datos del INE (2022) es de 208.688 personas, con aproximadamente 34.057 personas mayores. Santa Cruz de Tenerife es la capital de Tenerife y de Canarias (junto a Las Palmas de Gran Canaria), una ciudad y un municipio que pertenece a España localizado en el noreste de la isla y que cuenta con numerosos recursos.

Se llevará a cabo en la Calle Méndez Núñez Nº 40, 38002 Santa Cruz de Tenerife, en la Residencia Geriátrica Clínica Parque, la cual cuenta con un total de 30 plazas. Se encuentra en pleno Santa Cruz, por lo que tiene fácil acceso a paradas del transporte público, parques, museos, centros comerciales, Iglesias... Es una vía urbana en la que se suelen crear rutas y trayectos para que sean recorridos a pie. (Méndez, n.d.)

Esta zona facilitará el acceso a los y las jóvenes que van a participar en este proyecto, puesto que se encuentra cerca de varios institutos como el Andrés Bello, Benito Pérez Armas y Teobaldo Power, entre otros.

## **Administración del proyecto.**

### Organización interna.

La organización interna de este proyecto requiere un equipo multidisciplinar, quien será el encargado de la supervisión para garantizar la consecución de los objetivos iniciales del mismo. Dicho equipo se encontrará formado por el/la Trabajador/a Social, dos Integradores/as Sociales y un/a representante del personal sanitario del centro.

Se llevarán a cabo reuniones con los/as usuarios/as los jueves, con el objetivo de discutir el tema que se tratará en las clases de la siguiente semana. También se realizarán

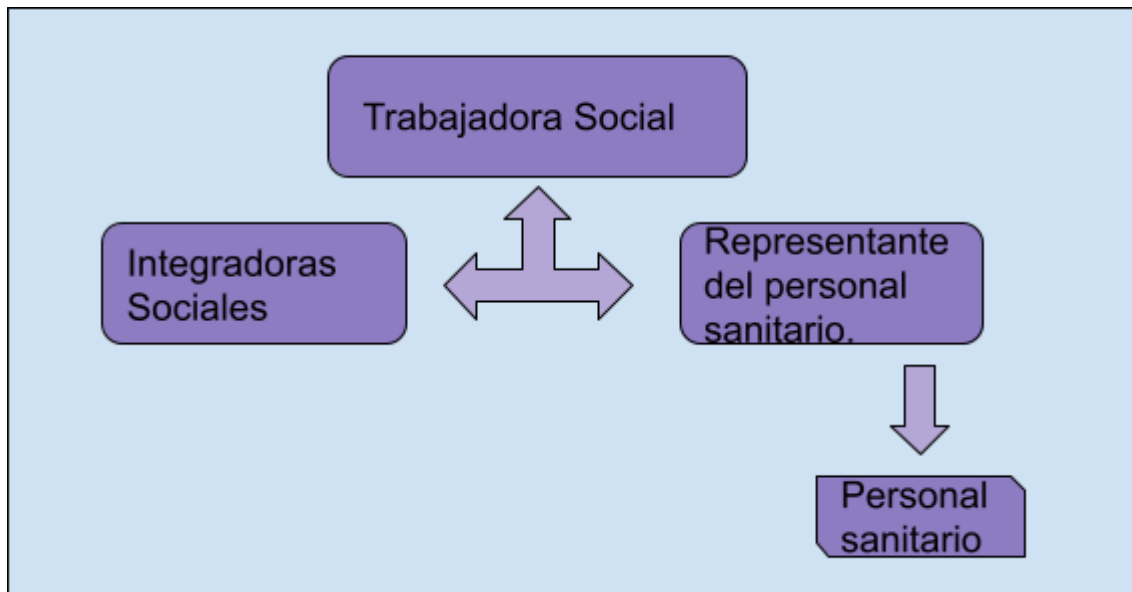
reuniones cada dos semanas para discutir los avances que se han producido en los/as mayores y adoptar las medidas que sean necesarias para que todos avancemos hacia la misma dirección.

El Sistema de Gestión de Calidad es un requisito fundamental para garantizar cuidados efectivos y de calidad, es decir, son una herramienta imprescindible para aprovechar los recursos con los que se cuentan de la mejor manera para garantizar la cobertura de las necesidades de los usuarios. (Muñoz, P. A., 2015).

Para medir la calidad es necesario conocer las necesidades de los y las mayores, por lo que es primordial conocer los indicadores de calidad con el objetivo de conocer si se están cumplimentando los objetivos y en el caso contrario, conocer los aspectos a mejorar. Estos indicadores son la atención a la persona, las relaciones que mantiene, la comodidad... En este proyecto la gestión de calidad se llevará a cabo mediante la observación de los y las profesionales, las relaciones intergeneracionales que se produzcan y los resultados de la evaluación, la cuál se explicará más adelante.

### Coordinación externa.

La coordinación externa se llevará a cabo tanto por el/la Trabajador/a e Integrador/a Social. Ellos/as serán los encargados de coordinarse con los centros educativos para realizar las charlas mediante llamadas de teléfono o videoconferencias y serán los encargados de contactar y aportar la información a los y las alumnos/as que esten interesados en participar mediante el correo electrónico. Estos dos cargos son los responsables de la promoción y difusión del proyecto. Por otra parte, será el Trabajador Social el que acuda y concrete a las reuniones con las entidades financieras, vía videoconferencia, para informar acerca de los avances realizados y posibles cambios en el proyecto.



## Recursos

Humanos	Profesionales: Un Trabajador/a Social, dos Integradores/as Sociales y Sanitarios.  Usuarios: Jóvenes y Mayores
Técnicos	Cuestionarios, cronograma, escalas, etc
Materiales	Sala amplia, asientos adecuados para mayores, pantalla digital, proyector, ordenadores, mesas, material de costura (aguja, hilo, tela, lana...)



## Presupuesto y plan de financiación

Para realizar este proyecto es necesario contar con un presupuesto para costear los diferentes recursos que se implementarán a lo largo de este. No todos los recursos con los que se cuentan requieren financiación, debido a que algunos serán cedidos por la residencia donde se elaborará el proyecto

Los recursos que serán cedidos por la entidad son: el espacio donde se llevarán a cabo los talleres, mesas y sillas. Los que necesitan financiación, por otra parte, resultan ser: los materiales para realizar los talleres, como por ejemplo las pizarras digitales, el proyector, material de costura, ordenadores, etc. El presupuesto estimado para costear este material es de 6896€.

Materiales	Precio estimado	Total
Pizarra digital	350€	350€
Proyector	100€	100€
Material de costura	12€ por cada dos personas 5€ por persona (telas)	330€
Ordenadores portátiles	200€ por persona	6000€
Transporte	2,90 por persona	116€

En cuanto al sueldo de los y las trabajadores/as que formarán parte del equipo multidisciplinar supondrá un total de 4763,52€ dividido de la siguiente manera:

Profesional	Horas	Sueldo mensual	Seguridad Social	Sueldo total
Trabajador/a Social	12 horas semanales	396,96€	138.94€	2.143,58€
Integrador/a Social	12 horas semanales	396,96€	138.94€	2.143,58€

Representante del equipo sanitario	12 horas semanales	396,96€	138.94€	2.143,58€
------------------------------------	--------------------	---------	---------	-----------

La financiación de este proyecto, el cual tiene un costo total de 11.659,52€ saldrá de la propia residencia, la fundación “La Caixa” y el Instituto Insular de Atención Social y Sociocomunitaria de Tenerife, comúnmente conocido como el IASS

Entidad	Porcentaje	Precio
Residencia	10%	1.165,95
Fundación “La Caixa”	45%	5.246,78
IASS	45%	5.246,78

### Sistema de evaluación

Para realizar la evaluación de este proyecto, se medirá la satisfacción de los y las usuarios/as, el cumplimiento de los objetivos planteados y la realización de las actividades.

Para medir la satisfacción y opinión de los y las usuarios/as se llevará a cabo una encuesta que deberán realizar quienes participen en el proyecto. Esta encuesta se llevará a cabo de forma online, así observaremos también si los y las mayores han aprendido a utilizar el ordenador (estarán presentes todos los y las usuarios/as y profesionales del proyecto para ayudar en caso de que alguien no sepa como realizarlo). Al realizarla de manera online será más sencillo recolectar y comparar los datos, al igual que exponer los resultados. Dicha encuesta se dividirá en tres apartados: Datos de identificación en el que solo constará la edad del o la participante; escala donde se puntuará del 1 al 10 el nivel de satisfacción en la realización de actividades y excursiones realizadas; preguntas de respuesta abierta donde expondrán que mejorarían, que no creen que resulte útil y que añadirían al proyecto.

Además se evaluarán los siguientes indicadores:

Indicadores	Instrumentos	Temporalización
Conseguir que, al menos, el 30% de los y las mayores participen en las actividades.	Registro	En cada taller y excursión
Conseguir que, al menos, participen 10 jóvenes.	Registro	En cada taller y excursión
Aumentar la motivación en al menos el 30% de los y las mayores que participen en las actividades.	Escala Yesavage	Antes de comenzar el proyecto, a la mitad del proyecto y al finalizarlo.
Disminuir el sentimiento de soledad en al menos el 30% de los y las mayores que participen en las actividades.	Escala de bienestar psicológico del adulto mayor (Anexo)	Antes de comenzar el proyecto, a la mitad del proyecto y al finalizarlo.

### Referencias bibliográficas:

Alba, M. A. (2023). *Soledad no deseada y salud. Una aproximación desde el Trabajo Social.*

36(1), 73-81.

Carrasco-Temiño, M. A. (2019). *El estrés y la salud de cuidadores formales en residencias de mayores.* European Journal of Health Research, 5(2), 109-118

Cassinello, M. D. Z. (2007). Envejecimiento activo. *Infocop.*

Confemac. (2016). *Compartiendo historias de vida.* Confemac.

<https://www.confemac.net/programas-voluntariado/22-estatico/voluntariado/558-compartiendo-historias-de-vida>

Fariña López, E., Montilla Fernández, M., Durán Martos, A., Estévez Guerra, G. J., & Perera Carballo, I. (2007). *Proyecto de intercambio generacional: Aprendamos juntos.* Gerokomos, 18(1), 8-15.

García Velarte, M., Barcelona Blasco, C., García García, L. R., Millán Duarte, Y., García Sacramento, A. C., & Garcés Fuertes, P. (2021, noviembre 8). Los programas intergeneracionales. Metodología, beneficios y situación en España. *Revista Sanitaria de Investigación*. <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/los-programas-intergeneracionales-metodologia-beneficios-y-situacion-en-espana/>

Garro, J. J. (2009). *Modelos de intervención en Trabajo Social.* Obtenido de <https://juanherrera.files.wordpress.com/2009/09/capitulo-8-modelos-de-intervencion-en-ts.pdf>.

González de Vera, E. (2017, Julio). “*La Soledad en las personas mayores institucionalizadas en residencias*”. RIULL Principal.

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/6890/%22La%20soledad%20en%20las%20personas%20mayores%20institucionalizadas%20en%20residencias%22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

IES Miguel Servet Zaragoza. (2018). *Escuchar la memoria*. IES Miguel Servet Zaragoza. <http://www.iesmiguelservet.es/plan-de-innovacion/cerca-de-nuestro-entorno/>

Informe 2018. *Las Personas Mayores en España*. IMSERSo Archivo

Kolb, D. A. (1984) *“Experiential Learning”*, Englewood Cliffs, NJ.: Prentice Hall. 256 pages.

Muñoz, P. A., Martínez, C. G., González, E. C., Escámez, I. M., Martínez, I. A., & Muñoz, F. A. (2015). Sistemas de gestión de calidad en el área de enfermería; un antes y un después en el mundo de las residencias para personas mayores. *EJIHPE: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 5(1), 99-108.

Naciones Unidas. (2022, Agosto 4). *Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento: los países aprueban el Plan de Acción Internacional sobre Envejecimiento* | Comisión Económica para América Latina y el Caribe. Cepal. Retrieved April 10, 2023, from <https://www.cepal.org/es/eventos/segunda-asamblea-mundial-envejecimiento-paises-aprueban-plan-accion-internacional>

Organización Mundial de la Salud. (2022, October 1). *Envejecimiento y salud*. Envejecimiento y salud. Retrieved April 10, 2023, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Equipo Interdisciplinar Residencia “La Minería”. (2016). *Programa de convivencia intergeneracional*. *Conectando Edades, Conectando Conocimiento*. Fundación Pilares.

[https://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/docs/catalogoBBPP/Anexos/BP40\\_LaM\\_INERIA\\_Anexo.pdf](https://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/docs/catalogoBBPP/Anexos/BP40_LaM_INERIA_Anexo.pdf)

Paredes, D. M., & Martínez, D. R. (2016). Aprendizaje-servicio y práctica docente: una relación para el cambio educativo. *Revista de Investigación Educativa*, 34(2), 535-552.

Puig, J. M. (Coord.). (2009). *Aprendizaje Servicio. Educación y compromiso cívico*.

Barcelona: Graó

Rossi, G., & Boccacin, L. (2001). ¿ Qué es el voluntariado?. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales*, 1, 19.

Serra, M., Cordero, G., & Viera, M. (2018). *El maltrato a los ancianos o el no mejor trato*.

MediSur, 16(2), 235–236. Retrieved from

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2018000200006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2018000200006)

Shipton, M. (2016, December 20). *New documentary showcases unique social project bringing together pre-school children and pensioners*. Wales Online. Retrieved April 10, 2023, from

<https://www.walesonline.co.uk/news/wales-news/new-documentary-showcases-unique-social-12350743>

Valencia-Contrera, M., & Sanhueza-Alvarado, O. (2023). Enfermedades asociadas a la soledad en la persona mayor: un reto social. *Enfermería Global*, 22(1), 642-668.

Weiss, RS (1973). *Soledad: La experiencia del aislamiento emocional y social*. La prensa del MIT.

INE (2022). *Proporción de personas mayores de cierta edad por provincia*.