EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO COMO PROMOTOR DEL INTERCAMBIO SOCIAL EN LA VEJEZ

Giménez Yessmary

yessmaryale2009@gmail.com

Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda" Programa de Gerontología.
Santa Ana de Coro estado Falcón Venezuela.

RESUMEN

Vivimos en una sociedad que poco valora a los adultos mayores pues tiene la creencia errónea que son personas aisladas, enfermizas y sedentarias, no útiles a la sociedad. Por esta razón, se aborda un grupo de adultos mayores con el propósito de conocer desde su experiencia, como vivencian una vejez activa siendo promotores de intercambio social y, los beneficios que trae para el adulto mayor. La metodología fue estudio de caso aplicándose instrumentos como: la escala de Lawton y Brody, Test mini-cognitivo de Lobo, escala de valoración socio-familiar de Gijón y una entrevista dividida en dos secciones. Los resultados evidencian que, mantener una vejez activa promueve el intercambio social y mantiene la funcionalidad para realizar actividades dentro y fuera de su hogar. Se recomienda fomentar y enriquecer los conocimientos sobre el envejecimiento activo a la población geronte y a la población envejeciente.

Palabras Clave: vejez activa, intercambio social, funcionalidad, beneficios.

ACTIVE AGING AS A PROMOTER OF SOCIAL EXCHANGE IN OLD AGE

ABSTRACT

We live in a society that little value older adults because it has the erroneous belief that they are isolated, sick and sedentary people, not useful to society. For this reason, a group of older adults is approached with the purpose of knowing from their experience, how they experience their active old age being promoters of social exchange and the benefits it brings for the older adult. The methodology was a case study applying instruments such as: the Lawton and Brody scale, Lobo's mini-cognitive test, the Gijón socio-family assessment scale and an interview divided into two sections. The results show that maintaining an active old age promotes social exchange and maintains the functionality to carry out activities inside and outside the home. It is recommended to promote and enrich the knowledge about active aging to the elderly population and the aging population.

Keywords: active old age, social exchange, functionality, benefits.

INTRODUCCIÓN

Dowd (1975 citado por Quintero 2019) abordó la teoría del intercambio social, relacionando este intercambio con la vejez, apunta a que, las personas participan del intercambio social en la media que pueda sacar provecho de éste. Alude que las personas adultas mayores al tener menos recursos para ofrecer a las personas de otra generación no participan en un intercambio con éstos. En consecuencia, el adulto mayor disminuye su participación en intercambio social, sólo lo hacen aquellos que tienen mejores recursos que ofrecer y que les permitan desarrollar interacciones con otros grupos.

Siguiendo este mismo orden de ideas, la descendente interacción social de las personas mayores puede deberse a la disminución de ingresos, ausencias familiares, cambios e igualmente diversas perdidas que deterioran la reciprocidad, esta teoría presenta el intercambio social como la posibilidad de obtener recompensas, donde siempre habrá dos partes, una parte necesita los recursos y la otra los tiene, provocando que la satisfacción de las necesidades del primero dependan del segundo. Según este planteamiento, es la causa de los problemas del envejecimiento, ya que el adulto mayor al perder dinero, estatus, conocimiento, posición social, entre otros, esto hace que el mismo no interactúe con su medio creyendo que no tiene nada que decir o que sus conocimientos ya no son necesarios.

Ocasionando por tanto, que el geronte busque refugio en otras personas como los familiares (que son los intercambios más frecuentes) aunque en las relaciones familiares se debe tener cuidado ya que se involucran las dimensiones tanto afectivas como simbólicas, siendo estos desfavorables asimismo desestabilizadores para el adulto mayor cuando no logren invertir esta relación a través del manejo de recursos, por ello es tan importante el equilibrio y la satisfacción de ambas partes en la relación del intercambio, obteniendo recompensas ambos extremos. De allí que el intercambio social se puede dar entre otras personas como vecinos, amigos, colegas, entre otros.

Ante esta situación, actualmente vivimos en una sociedad donde con frecuencia se tiende aislar al adulto mayor solo por su condición, por eso,

> El aporte valioso de esta teoría consiste en ayudar a explicar primero, que existen actividades que puede ejecutar un adulto mayor, más allá de sus capacidades. Segundo, que las mismas son útiles e importantes en la sociedad. Tercero, que cualquier individuo, independientemente de su edad, va a necesitar de otras personas o elementos. Y cuarto, estas relaciones son importantes para sostener o construir una red social en cuanto a las personas mayores (Scolich 2000).

Entendiendo que tanto el adulto mayor al igual que todos los seres humanos son personas sociales ellos también pueden y necesitan seguir aprendiendo e interactuando con su medio, aunque se crea que de ellos no puede venir algo bueno, es totalmente lo contrario, son personas caracterizadas principalmente por ser sabias, ya que tienen experiencias, vivencias y conocimientos que ha adquirido a lo largo de su vida.

Pero para lograr que estos se involucren mejor con la sociedad es importante que desde ya se empiece a trabajar en un envejecimiento activo y saludable, es decir, que cuando se llegue a la etapa de la vejez cuente con buena funcionalidad así será más fácil participar en grupos, salir de paseo, convivir con amigos, vecinos o trabajar algún oficio, todo ello le permitirá mantenerse en contacto con su medio. Dicho esto, el propósito de este artículo es conocer como desde la experiencia de una vejez activa se puede ser promotor de intercambio social considerando los beneficios que esto trae para el adulto mayor.

Vale resaltar que este estudio de caso, es producto de las actividades desarrolladas por la profesora Belen Cásares en la Unidad Curricular Gerontología Social III del IX trimestre de la Licenciatura en Gerontología de la Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” en Santa Ana de Coro estado Falcón.

DESARROLLO

La Organización Mundial de la Salud (OMS 2002) define el envejecimiento activo como “el proceso en el que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen”. Tal como señala esta organización, se trata de aprovechar al máximo las oportunidades para tener bienestar físico, psíquico y social durante toda la vida. Pues su objetivo es extender la calidad de vida, la productividad asimismo la esperanza de vida a edades avanzadas con la prevalencia mínima de discapacidad.

Para ahondar en experiencias de investigaciones previas, en México se llevó a cabo un estudio sobre “Factores que contribuyen al Envejecimiento Activo en los adultos mayores, desde el marco del Modelo de Adaptación de Roy” dirigido por Salazar, M; Crespo, M; Hernández, P; Villarreal, M; Gallegos, E; Gómez, M; Salazar, B (2018). Cuyo propósito fue determinar las variables que contribuyen a la explicación del envejecimiento activo de acuerdo con el modelo de adaptación de Roy.

La Metodología utilizada fue un estudio descriptivo correlacional; se hizo muestreo por conveniencia y bola de nieve. Se incluyeron 200 adultos mayores. Los datos se analizaron a partir de estadística descriptiva e inferencial, y modelos de regresión lineal y múltiple. Los resultados obtenidos fueron: el 51% de los participantes mostró envejecimiento activo (42% en hombres y 56% en mujeres). Este caso tiene correlación con el estudio realizado en el Urbanismo Loma Linda, estado Yaracuy porque explica las contribuciones del envejecimiento activo en la sociedad modernas ya que es un fenómeno demográfico que se viene dando en América Latina progresivamente, explicando que si se debe sufrir un proceso de adaptación por parte del anciano al presentarse a todos estos cambios pero que aun siendo adultos mayores pueden disfrutar de esta etapa de una forma más fructífera y placentera.

Un segundo estudio llevado a cabo en Cuba por Ramos, A; García, M; Miranda Ramos, M (2016) “El envejecimiento activo: importancia de su promoción para

sociedades envejecidas" lleva como propósito exponer las determinantes y contribuciones sobre envejecimiento activo implementadas en el área internacional. La Metodología utiliza fue una revisión bibliográfica en torno al paradigma de envejecimiento activo para conocer sus contribuciones fundamentales y la importancia de su promoción.

Se consultaron un total de cinco libros en vínculo con el enfoque de envejecimiento activo, manuales de gerontología, además documentos de la Organización de las Naciones Unidas y de la Organización Mundial de la Salud, relacionados directamente con la temática. Las conclusiones del estudio fueron desarrollo en políticas para la protección de la dependencia; que promuevan: la autonomía, la participación y el derecho de los mayores a un envejecimiento activo. Para promover el envejecimiento activo es ineludible la implicación de los sujetos, las políticas sociales y de la sociedad en su conjunto.

Este artículo se relaciona con el estudio de caso ya que nos habla de la importancia del envejecimiento activo, cuales son los retos que esto amerita pero de la misma manera los beneficios que puede traer a la sociedades y en particular a las envejecidas, es indiscutible que implantar este modelo de envejecimiento es necesario para cambiar la manera de vivir en las sociedades actuales.

En este mismo orden de ideas en Uruguay se ejecutó un estudio sobre "Significados que le atribuyen al envejecimiento activo y saludable un grupo de personas mayores que viven en comunidad" administrados por Techera, M; Ferreira, A; Sosa, C; Valeria de Marco, N; Muñoz, L (2017) cuyo propósito fue "Conocer e interpretar las experiencias y los significados que le atribuyen al envejecimiento activo y saludable un grupo de personas mayores de 64 años que viven en comunidad en la ciudad de Montevideo, Uruguay".

La metodología por la que se optó fue el método cualitativo con enfoque hermenéutico dialéctico. La recolección de datos se realizó a través de entrevistas en profundidad a 11 personas mayores de 64 años de la ciudad de Montevideo, Uruguay, cuyos análisis de los datos permitió construir las categorías de: desarrollo personal, alteración del estado físico, pérdidas, cambios del rol social, falta de

reconocimiento, actividades de recreación. Se identificaron aspectos relevantes sobre las necesidades de sentirse útiles para la sociedad y familia, reconocen que su capacidad funcional ha disminuido, sienten limitaciones físicas. Se devela el sentimiento de las pérdidas, tanto económicas, como físicas y laborales. Manifiestan que una fortaleza es su salud mental la que los mantiene vivos y activos.

Este estudio se relaciona mucho con nuestro caso ya que desde la experiencia de Uruguay como país envejecido buscaban conocer las experiencias de los gerontes y que beneficios le atribuyen a un envejecimiento activo, y este abordaje busca que a través de experiencias conocer si el envejecimiento activo es un promotor del intercambio social, ya que lo que se busca son los beneficios de este para la población envejecida y los cambios significativos que esto puede aportar para toda la sociedad.

Un estudio más local es de Guedes (2016) titulado “El Envejecimiento Activo de un Maestro de las Artes Marciales en la práctica de Taekwondo de Coro Estado Falcón, su propósito fue Interpretar el envejecimiento activo de un maestro de las artes marciales de Coro estado Falcón en la práctica del Taekwondo, fue de tipo cualitativa con metodología historia de vida; como técnicas utilizadas usó la entrevista informal tipo conversatorio en profundidad y la observación, como instrumento se aplicó una guía de entrevista, los recursos fueron el cuaderno de campo, grabadora y cámara fotográfica. La unidad de análisis la conformó 1 informante clave bajo la modalidad de informante voluntario en los postulados de Hernández, Fernández y Baptista (2010) identificado como “Informante”. Para el análisis de la información se empleó la categorización y triangulación de la información luego se contrastó y teorizó. Los resultados permitieron interpretar los elementos del envejecimiento activo como lo son la salud, participación y seguridad presente en un maestro de las artes marciales con la práctica del Taekwondo.

Entre los resultados se precisan el favorecimiento del envejecimiento activo ya que con esta práctica ha logrado tener un buen estado de salud física, mental, social y espiritual, del mismo modo se encontró que ha logrado mejorar las relaciones interpersonales lo cual le permite realizar actividades con otros grupos

generacionales y del mismo modo transmitir sus conocimientos a las demás personas, de igual forma esto le ha permitido ser una persona autónoma e independiente. Señala Guedes que, este informante está experimentando un envejecimiento activo y el mismo asume de forma positiva este proceso, ya que esto le permite una participación continua en las actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas que se presentan en la vida cotidiana de este informante.

Ya en el abordaje propiamente de este Caso en este artículo, en el urbanismo Loma Linda, estado Yaracuy se reunieron a cinco (5) adultos mayores, para conocer si los mismos disfrutaban de una vejez activo o no, y que consecuencias presentaban por sus estilos de vida. Los cinco (5) adultos mayores se tomaron de manera aleatoria y voluntaria de aquellos que quisieran participar en el estudio pues fue un estudio de caso, ya que se dividió en dos secciones, en la primera se le aplicaron los siguientes instrumentos: la escala de Lawton y Brody, Test mini-cognitivo de Lobo y la escala de valoración socio-familiar de Gijón, esto con el fin de conocer como estaban nuestros mayores a manera funcional, cognitiva y social, lo que se busca es mostrar los beneficios de prolongar la calidad de vida, la productividad y la esperanza de vida hasta edades avanzadas, mientras que en una segunda oportunidad se les aplico una entrevista para conocer a que se dedican y como se sienten en esta etapa de la vejez.

Entre los resultados arrojados por los instrumentos y la entrevista se evidenció que estos adultos mayores como seres humanos manifiestan la necesidad de estar en contante convivencia con su medio. El estudio fue realizado con cuatro femeninas y un masculino, y todos llevan vidas totalmente diferentes pero lo que sí tienen en común es que les gusta rodearse con otras personas, 4 de los 5 adultos mayores encuestados presentaron buena salud funcional y social, y 5/5 presentan buena salud cognitiva.

Valoración personal como investigadora del Caso.

Desde mi perspectiva como gerontóloga en formación, puedo observar de manera general que todos los adultos mayores encuestados en la urbanización Loma Linda, estado Yaracuy presentan un envejecimiento activo y lo disfrutan, comentaban que para ellos es importante sentirse aceptados y respetados dentro de la comunidad, aparte se sienten personas útiles, productivos, que aunque algunos de ellos no trabajan tampoco se sienten una carga, porque aún mantienen su independencia.

La entrevista aplicada a los geronte del urbanismo arrojó que ninguno de ellos pertenece o participa en redes de apoyo, ya que no existen dentro de la comunidad tampoco en talleres o cursos de como envejecer activamente y llegar a la vejez disfrutando de su autonomía, señalan que en el tiempo que tienen habitando en ella nunca se han dictado talleres de esta índole, por el contrario cada uno de estos adultos mayores desde pequeños fueron enseñados en sus hogares a cuidarse y aprender oficios que les sirvan a lo largo de su vida, para siempre mantener su independencia.

Vale resaltar que, dos (2) de las adultas mayores poseen fuentes de ingreso, ya que la señora “M” ha pasado toda su vida trabajando la costura y la señora “K” tiene una casa la cual alquila con esto se ayudan y con esta atención mantienen su independencia, es decir no necesitan ayuda de nadie para realizar sus obligaciones, cuentan con buena funcionalidad tanto físicamente como psicológicamente. Por otra parte, los otros tres adultos mayores restantes a pesar de no tener una fuente de ingreso aparte de la jubilación y/o pensión se consideran personas socialmente activas ya que asisten a una Iglesia Cristiana donde comparten, tienen reuniones entre semana, estos también cuentan con buena funcionalidad para realizar sus quehaceres, sus compras y todo lo que necesiten.

Esta experiencia es muestra de cómo podemos adquirir el compromiso de preparar el camino hacia esta etapa de vida, tal y como lo indica Stella (1998,p.10) al comentar que “para vivir a plenitud nuestra ancianidad es preciso planificar este proyecto desde muy temprano, es indispensable que esa búsqueda de calidad de

vida y bienestar se inicie con suficiente antelación y no necesariamente persiguiendo la fuente de la eterna juventud".

De acuerdo a lo anteriormente mencionado evidentemente que la autonomía y la independencia traen beneficios a la vida de estos adultos mayores entrevistados, pero particularmente en la vejez ya que minimizan las posibilidades de ser personas enfermizas, que dependen de otros para que el cuidado, pueden valerse por sí mismas evitando posibles enfermedades neurodegenerativas, como la depresión, la ansiedad, entre otras, porque al contar con buena funcionalidad implica que podemos hacer aun en la vejez, seguir aprendiendo, creando, emprendiendo, de igual manera mantendrán su mente concentrada en seguir creciendo, por el contrario no estarse lamentando por estar enferma, por no poder hacer nada, por su jubilación, entre otros.

Está claro que, estar rodeados de otras personas, ya sea trabajando, estudiando o simplemente compartiendo con amigos y familiares, también trae beneficios a la salud y promueve un envejecimiento activo ya que el riesgo de ser una persona dependiente disminuye; con esto, se enseña a la sociedad que la vejez no es tan mala como muchos piensan o creen, el secreto está en cuidarse en las otras etapas, de tener un envejecimiento activo y saludable para que esta última etapa que debe ser de disfrute, pueda ser satisfactoria a sus vidas, y no verlo como que existe perdidas sustanciales, si no apostar por una ganancia en conocimientos, en experiencias, en aprendizaje que día a día pueden seguirse ensanchando.

CONCLUSIONES

Se pudo conocer a través de las experiencias expuestas sobre una vejez activa una persona adulta mayor puede ser promotor de intercambio social y los beneficios que esto trae para éste, observándose que al promover un buen envejecimiento hay menos sedentario y una buena funcionalidad haciéndose más fácil interactuar con su medio. Esto se logra cuidándose en etapas anteriores para tener una vejez activa, etapa donde hay desgastes propios en el cuerpo en esta etapa, pero manteniendo la funcionalidad, la independencia y su movilidad siendo más fácil para el adulto mayor

mantenerse activo, es decir, sumando la interacción con sus familiares, salir de paseo, recrearse, asistir a grupos de interés, hasta trabajar o emprender nuevos proyectos o incluso dedicarse a conquistar un sueño.

Esto trae aparte de mantener la independencia del adulto mayor, mantener la funcionalidad, crear y mantener el intercambio social así como, un buen estado cognitivo, porque el adulto mayor al mantenerse en constante ocupación no se siente como carga, tampoco se siente desechado, se ha demostrado que no son personas amargadas y que por el contrario viven felices, satisfechos con lo que han hecho y continúan haciendo, se sienten útiles, y estos son los beneficios por los que vale la pena enseñar a una población envejecer activamente, por los innumerables beneficios para ellos, para sus familiares y la sociedad.

REFLEXION FINAL

Como futura gerontóloga considero que, si se demostrara desde la experiencia de estos cinco adultos mayores hay muchos en el mundo que, trabajar por un envejecimiento activo desde tempranas edades puede garantizar una vejez activa y saludable, la perspectiva errónea que se tiene acerca de ellos cambiaria, porque son personas importantes y con grandes contribuciones a la sociedad, que cuentan y disfrutan de una vejez activa y sus beneficios en todos las áreas.

En este sentido se recomienda desde el punto de vista gerontológico no solo abordar a los adultos mayores en las comunidades, por el contrario abordar a toda la población envejeciente dictando talleres, charlas sobre la importancia de promover el envejecimiento activo y los beneficios que esto trae en la última etapa de la vida, las consecuencias positivas tanto para sus vidas, sus familiares como para la sociedad donde se desenvuelven, de esta manera se derriban las creencias erróneas y paradigmas sobre el mismo y fomentando el envejecimiento y la vejez activa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Guedes (2016) *El Envejecimiento Activo de un Maestro de las Artes Marciales en la práctica de Taekwondo de Coro Estado Falcón*. Trabajo de grado para optar al

título de Licenciado en Gerontología. Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda" UNEFM. Programa de Gerontología. Santa Ana de Coro estado Falcón Venezuela.

Ramos, A; García, M; Miranda Ramos, M (2016) *El envejecimiento activo: importancia de su promoción para sociedades envejecidas.* Disponible en URL: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552016000300014 [consulta 14 de Mayo de 2021]

OMS (2002) Envejecimiento activo: un marco político. Organización Mundial de la Salud. Grupo Orgánico de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental. Departamento de Prevención de las Enfermedades No Transmisibles y Promoción de la Salud. Envejecimiento y Ciclo Vital. Revista Española de Geriatría y Gerontología. España. Texto traducido por el Dr. Pedro J. Regalado Doña. Médico geriatra2002; 37 (S2):74-105.

Quintero, S (2019) *La educación gerontológica para la atención del adulto mayor en América Latina desde la experiencia del gerontólogo.* Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda" UNEFM. Programa de Gerontología. Investigación presentada para optar al escalafón inmediato superior de Asociado. Santa Ana de Coro estado Falcón Venezuela. Marzo 2019.

Retamosa, F. (2017) *Perspectivas teóricas sobre el envejecimiento.* Disponible en URL: https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_fabio_retamosa_0.pdf [consulta 14 de Mayo de 2021]

Rodríguez M (07/04/2008) La percepción de la persona adulta mayor en la sociedad ramonense actual. Disponible en URL https://Dialnet-LaPercepcionDeLaPersonaAdultaMayorEnLaSociedadRamo-5897884.pdf [consulta 29 de mayo de 2021]

Salazar, M; Crespo, M; Hernández, P; Villarreal, M; Gallegos, E; Gómez, M; Salazar, B (2018) *Factores que contribuyen al Envejecimiento Activo en los adultos*

mayores, desde el marco del Modelo de Adaptación de Roy. Disponible en URL: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-53072018000200008&script=sci_arttext&tlng=es [consulta 14 de mayo de 2021]

Scolich N (2000) Pensar la vejez. Disponible en URL: https://Dialnet-PensarLaVejez-5028477.pdf [consulta 29 de mayo de 2021

Techera, M; Ferreira, A; Sosa, C; Valeria de Marco, N; Muñoz, L (2017) *Significados que le atribuyen al envejecimiento activo y saludable un grupo de personas mayores que viven en comunidad*. Disponible en URL: http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n3/0104-0707-tce-26-03-e1750016.pdf [consulta 14 de Mayo de 2021]

ANEXOS

Escala de Lawton y Brody

Capacidad para usar el teléfono	
1	Utiliza el teléfono por iniciativa propia y sin ayuda
1	Marca números bien conocidos.
1	Contesta al teléfono pero no marca.
0	No usa el teléfono en absoluto.
Ir de compras	
1	Realiza todas las compras necesarias sin ayuda.
0	Compra pequeñas cosas.
0	Necesita compañía para realizar cualquier compra.
0	Es incapaz de ir de compras.
Preparación de la comida	
1	Planea, prepara y sirve sin ayuda las comidas adecuadas.
0	Prepara las comidas si le proporcionan los ingredientes.
0	Prepara la comida, pero no mantiene una dieta adecuada.
0	Necesita que se le prepare la comida.
Cuidar la casa	
1	Cuida la casa sin ayuda o ésta es ocasional.
1	Realiza tareas domésticas ligeras.
1	Realiza tareas domesticas pero no mantiene un nivel de limpieza aceptable.
0	Necesita ayuda en todas las tareas de la casa.
0	No participa en ninguna tarea doméstica.
Lavado de la ropa	
1	Lo realiza sin ayuda.
1	Lava o aclara algunas prendas.
0	Necesita que otro se ocupe de todo el lavado.
Medio de transporte	
1	Viaja de forma independiente.
1	No usa transporte público, salvo taxis.
1	Viaja en transporte público si le acompaña otra persona.
0	Viaja en taxi o automóvil solamente con la ayuda de otros.
0	No viaja en absoluto.
Responsabilidad sobre la medicación	
1	No precisa ayuda para tomar correctamente la medicación.
0	Necesita que le sean preparadas las dosis o las pastillas con antelación.
0	No es capaz de responsabilizarse de su propia medicación.
Capacidad para utilizar dinero	
1	No precisa ayuda para manejar dinero ni llevar cuentas.
1	Necesita ayuda para ir al banco, para grandes gastos...
0	Incapaz de manejar dinero.

Test mini-cognitivo de Lobo

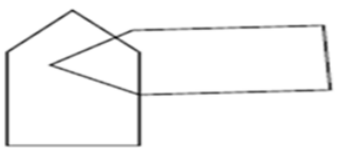
ORIENTACIÓN	Puntos
¿En qué día de la semana estamos?	1
¿Qué día (nº) es hoy?	1
¿En qué mes estamos?	1
¿En qué estación del año estamos?	1
¿En qué año estamos?	1
¿Dónde estamos?	1
Provincia	1
País	1
Ciudad o pueblo	1
Lugar, centro	1
Planta, piso	1

FIJACIÓN	Puntos
Repita estas tres palabras: peseta – caballo- manzana	3

Repetirlas hasta que las aprenda

CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO	Puntos
Si tiene 30 pesetas y me las va dando de 3 en 3, ¿cuántas le van quedando?. Hasta 5	5
Repita 5-9-2. Hasta que los aprenda. Ahora hacia atrás	3

MEMORIA	Puntos
¿Recuerda las tres palabras (objetos) que le he dicho antes?	3

LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN	Puntos
Señalar un bolígrafo y que el paciente lo nombre. Repetirlo con el reloj.	2
Que repita: "En un trigal había cinco perros"	1
"Una manzana y una pera son frutas, ¿verdad?" ¿Qué son el rojo y el verde?	1
¿Qué son un perro y un gato?	1
Coja este papel con su mano derecha, dóblelo por la mitad y póngalo en la mesa	3
"Lea esto, haga lo que dice: CIERRE LOS OJOS"	1
"Escriba una frase cualquiera"	1
Copie este dibujo. 	

Escala de valoración socio-familiar de Gijón

ESCALA "GIJÓN" DE VALORACIÓN SOCIO-FAMILIAR EN EL ANCIANO	
A- SITUACIÓN FAMILIAR 1. Vive con familia sin dependencia físico/psíquica. 2. Vive con cónyuge de similar edad. 3. Vive con familia y/o cónyuge y presenta algún grado de dependencia. 4. Vive solo y tiene hijos próximos. 5. Vive solo y carece de hijos o viven alejados.	
B- SITUACION ECONOMICA[1]: 1. Más de 1,5 veces el salario mínimo. 2. Desde 1,5 veces el salario mínimo hasta el salario mínimo exclusive. 3. Desde el salario mínimo a pensión mínima contributiva. 4. L.I.S.M.I. – F.A.S. – Pensión no contributiva. 5. Sin ingresos o inferiores al apartado anterior.	
C- VIVIENDA: 1. Adecuada a necesidades. 2. Barreras arquitectónicas en la vivienda o portal de la casa (peldaños, puertas, estrechas, baños..) 3. Humedades, mala higiene, equipamiento inadecuado (baño incompleto, ausencia de agua caliente, calefacción). 4. Ausencia ascensor, teléfono. 5. Vivienda inadecuada (chabolas, vivienda declarada en ruina, ausencia de equipamientos mínimos).	
D - RELACIONES SOCIALES: 1. Relaciones sociales. 2. Relación social sólo con familia y vecinos 3. Relación social sólo con familia o vecinos. 4. No sale del domicilio, recibe visitas. 5. No sale y no recibe visitas.	
E- APOYOS DE LA RED SOCIAL: 1. Con apoyo familiar o vecinal. 2. Voluntariado social, ayuda domiciliaria. 3. No tiene apoyo. 4. Pendiente de ingreso en Residencia Geriátrica. 5. Tiene cuidados permanentes.	
TOTAL	

Entrevista aplicada a los gerontes del urbanismo Loma Linda, estado Yaracuy elaborado por la bachiller Giménez Yessmary

1. ¿Normalmente que actividades realiza a diario?
2. ¿Qué actividades les gustaría realizar aparte de las que menciono?
3. ¿Cómo se siente con la realización de dichas actividades?
4. ¿le gustaría cambiar algo de su día a día? ¿Qué cambiaría?
5. ¿Se considera usted una persona dependiente? ¿Por qué?
6. ¿ha asisto a talleres, charlas, foros sobre el envejecimiento activo?
7. ¿Qué le motivo y/o enseño a llevar este estilo de vida?
8. ¿Considera usted haber disfrutado o estar disfrutando de su vida y esta etapa de la vida? ¿Porque?
9. ¿Cómo considera usted que son sus relaciones con sus amigos, vecino, familiares, entre otros?
10. ¿Le enseñaría usted este estilo de vida a sus hijos y nietos? ¿Por qué?