RELACIONES INTERGENERACIONALES.
Propuesta de intervención para la mejora de la calidad de vida de diversos grupos etarios.

Ana Isabel De La Cruz Ovando

anna.1996@hotmal.es

Universidad Autónoma de Chiapas (UNACH). México

RESUMEN

Esta investigación, se basa en las relaciones intergeneracionales fuera del contexto familiar en especial, con un grupo conformado por personas adultas mayores; para eso, la percepción de esta relación juega un papel importante para la mejora de su calidad de vida e inclusión social de las personas adultas mayores que pertenecen a un asilo de manera permanente y, no tienen una interacción social más que la brindada por integrantes del entorno del mismo asilo. Esta investigación fue realizada para definir los efectos positivos o negativos y la resiliencia intergeneracional de las relaciones intergeneracionales, con enfoque cualitativo, a través de entrevistas semiestructuradas, lista de cotejo y observación participante. Entre los principales resultados se da a conocer los beneficios que las personas adultas mayores adquirieron con las diversas actividades intergeneracionales, como, por ejemplo; conocimiento, experiencias, relación grupal, mejora en estado de ánimo, empatía entre otros.

Palabras clave: Relaciones intergeneracionales, adultas mayores, indigentes, resiliencia, calidad de vida.

INTERGENERATIONAL RELATIONS.
Intervention proposal to improve the quality of life of different age groups

ABSTRACT

This research, is based on intergenerational relationships outside the family context, especially with a group made up of older adults; for this, the perception of this relationship plays an important role in improving their quality of life and social inclusion of older adults who belong to a nursing home permanently and do not have a social interaction other than that provided by members of the environment from the same asylum. This research was carried out with the definition, positive or negative effects and intergenerational resilience of intergenerational relationships, with a qualitative approach, through semi-structured interviews, checklist and participant observation. Among the main results are the benefits that older adults acquired with the various intergenerational activities, such as, for example; knowledge, experiences, group relationship, improvement in mood, empathy among others.

Keywords: Intergenerational relationships, elderly, the indigent, resilience, quality of life

INTRODUCCIÓN

En la actualidad México vivencia un envejecimiento poblacional progresivo, que se evidencia en las proyecciones que elabora el Consejo Nacional de Población (CONAPO). Se estima que para el 2050 esta población aumentará a 24.4 millones, lo que nos indica que, en términos relativos, la proporción de este grupo etario crecerá de 7.2 a 16.2 por ciento. Con lo anterior podría decirse entonces que en menos de 50 años la estructura poblacional de nuestro país corresponderá a la de un país envejecido.

Ante este proceso demográfico de envejecimiento poblacional y aumento en la proporción de personas adultas mayores es que surge la problemática planteada, para definir los efectos positivos o negativos y la resiliencia intergeneracional de las relaciones (tal como se indica en el resumen); pues este grupo etario que se encuentra en aumento creciente, muchas veces es estigmatizado y considerado como vulnerable sin que se le incluya o fortalezca y termina por quedar en el olvido.

Vale resaltar que, la problemática para realizar surgió dentro de la Casa de abuelos “Ministerio penetrando la oscuridad”, puesto que las personas adultas mayores forman parte de un grupo vulnerable por la desatención, falta de comunicación e intereses que tiene la sociedad hacia ellos. Es importante mencionar que esta casa es de asistencia a personas en situación de calle, por eso, al ser personas en situación de abandono se pretendió relacionarlos con personas de otras generaciones etarias desde un nivel educativo preescolar hasta un nivel universitario, creando una propuesta donde las generaciones puedan explorar y analizar las actividades comunicativas a nivel interpersonal o grupal, permitiéndoles socializar en distintos contextos.

En este grupo, se ha observado con qué frecuencia la existencia de cierto distanciamiento de los demás grupos etarios para con los adultos mayores, lo que termina generando ciertos aplazamientos en esta, la tercera edad. También que las personas de los demás grupos etarios tienen distintos medios como distraerse, como envolverse en una sociedad que va de acuerdo a su edad, con nuevos estilos de vida y creando su propio entorno.

APARTADO TEÓRICO

Uno de los desarrollos más populares y polémicos es la teoría conocida como "Disengagement" propuesta por Cumming y Henry, en la que envejecer se define como un "inevitable desentendimiento mutuo, por cuya causa disminuye la interacción entre quien envejece y el resto de integrantes del sistema social al que pertenezca". Según estos autores, a partir del rebasamiento de determinada edad las personas van disminuyendo paulatinamente la participación en aquellas actividades sociales con mayor nivel de intensidad, reduciendo con ello la frecuencia y continuidad de las interacciones sociales en relación con los que podrían tener cuando eran jóvenes. La consecuencia inmediata es una "desvinculación" con el mundo más mediato y un gradual retorno a sí mismo, hacia un mundo cada vez más reducido a la inmediatez de su vida interior.

Características sociodemográficas de las personas adultas mayores.

Nuestro país se ha enfrentado con diversos cambios demográficos durante las últimas décadas, de los cuales los más importantes son las disminuciones marcadas de la fecundidad y mortalidad, acompañadas de un aumento en la esperanza de vida. Esto condiciona el avance de nuestro país hacia una transición demográfica en la que su población será mayormente longeva.

El envejecimiento de la población puede considerarse un éxito de las políticas de salud pública y el desarrollo socioeconómico, pero también constituye un reto

para la sociedad, que debe adaptarse a ello para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social y su seguridad(Instituto Nacional de las Mujeres, 2015). Además de que cada persona adulta mayor es distinta según sus necesidades,

De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares que presentó el Instituto Nacional de Estadística y Geografía. En México hay 13.8 millones de personas de 60 años y más, lo que indica que este segmento de la población representa a la fecha 11.3% del total de la población; es decir, uno de cada 10 mexicanos es adulto mayor de 60 años. Este crecimiento acelerado de la población adulta mayor resulta preocupante pues terminará generando un impacto en el Sistema de Salud y desafíos a la organización familiar, así como cargas adicionales de cuidados; hay que reconocer que el fenómeno del envejecimiento y sus consecuencias producen forzosamente retos y cambios en muchos ámbitos.(Instituto Nacional de Estadistica y Geografía, 2012).

Seguridad social.

La Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares en 2016, señala que, actualmente, 89.4% de personas de 65 años y más recibe atención médica principalmente del IMSS, ISSSTE y Seguro Popular); mientras que 10.6% restante no tiene acceso a dichos servicios médicos. (Asociación Mexicana de Administradoras de Fondos para el Retiro, 2017). Es importante que todas las personas adultas mayores tengan acceso a la salud para mejorar su nivel de calidad de vida.

Asimismo, las cifras indican que 85.9% de este segmento de la población ha recibido algún cuidado preventivo de salud en el último año, frente a 14.1% que no los recibe. Dichos cuidados consisten, principalmente, en pruebas de diabetes, presión arterial, peso y talla. Por el lado de los gastos médicos, los resultados de la ENIGH 2016 muestran que del gasto corriente monetario total trimestral en los hogares 2.7% (25,400 millones de pesos) se destinó a los cuidados de la salud. Esta

categoría representó la menor proporción de gasto comparada con otros rubros de gasto en el hogar. Por su parte, acceso a la seguridad social para este mismo segmento de la población también disminuyó al pasar de 17.2% en el 2014 a 14.4% en el 2016; es decir, las cifras pasaron de 1.6 millones de personas en el 2014 a 1.4 millones en el 2016.

Participación económica.

La condición económica que caracteriza a los adultos mayores es el alto índice de desocupación entre ellos. De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares en 2016, la cifra asciende a 68.2 por ciento. La Encuesta Ahorro y Futuro del 2013 nos muestra que el 83% de los adultos mayores que trabaja lo hace porque requiere el dinero, 16% lo hace para mantenerse activo. Por otra parte, de acuerdo con los datos obtenidos por la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE) para el en el segundo trimestre de 2018 el porcentaje de población de 60 años o más económicamente activa era de 34.1%, de los cuales, casi la mitad (49.6%) trabaja por cuenta propia. De acuerdo a su actividad de ocupación, 21.3% de la población ocupada de 60 años o más se dedican a actividades elementales y de apoyo, 20.8% son trabajadores agropecuarios y 15.2% son comerciantes, empleados y agentes en ventas. (Asociación Mexicana de Administradoras de Fondos para el Retiro, 2017)

Lo anterior lleva a analizar la situación de pobreza de la población adulta mayor, por eso, de acuerdo con el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social, el porcentaje de población en situación de pobreza de este segmento de la población disminuyó al pasar de 45.9% en el 2014 a 41.1% en el 2016; es decir, pasó de 4.2 millones de personas en el 2014 a 3.9 millones en el 2016.

Percepciones sobre la vejez en México.

Entre los mexicanos permanece una percepción ambivalente a cerca de las personas adultas mayores, esta percepción tiene dos fronteras: el deterioro y la sabiduría. En México se observa, por un lado, personas mayores valiosas llenas de conocimientos y vivencias de épocas anteriores, mientras que por el otro hay personas que se encuentran en deterioro, tanto físico como mental siendo esto una carga a la larga, situación que se convierte en un hecho preocupante pues es la que les condiciona a veces situaciones de discriminación, maltrato o abandono. De acuerdo con los datos obtenidos en 2016 en la encuesta ¿Cómo vemos a los adultos mayores? realizada en vivienda por Parametría en México: Seis de cada diez entrevistados (64%) consideran que la mayoría de los mexicanos ven a las personas de la tercera edad como una carga, contra 28% que los consideran una fuente de experiencia.

Nueve de cada diez entrevistados a nivel nacional (90%), considera que, por lo general, las personas de la tercera edad tienen muchas dificultades para cubrir sus necesidades básicas; únicamente 7% menciona lo contrario. Esta percepción coincide con datos del Instituto de Investigaciones Económicas de la Universidad Nacional Autónoma de México, que señala que el 75% de los adultos mayores en el país carece de ingresos que provengan de pensiones por los años que laboraron, además, destaca que dicho grupo poblacional recibe bajo salarios por su trabajo, lo que dificulta que puedan tener una mejor calidad de vida.(Hernandez, 2016)

El 25% de personas entrevistadas en esta encuesta tienen como primera referencia rasgos negativos de los adultos mayores, los consideran como personas que necesitan cuidados y presentan situaciones de fragilidad. De aquí que surjan diversos estereotipos negativos sobre las personas adultas mayores que a su vez terminan afectando su bienestar, inclusión social y calidad de vida.

Indigencia en adultos mayores como resultado del abandono social.

El abandono social es una realidad que hoy viven las personas adultas mayores y se entiende como la falta de atención y cuidado por parte de los familiares o personas a cargo del individuo, situación que termina afectando severamente a nivel psicológico y emocional. Los adultos mayores víctimas de abandono social pueden ser personas que sufren de soledad y depresión permanente e, incluso, pueden llegar a la indigencia o en el peor de los casos a querer quitarse la vida. Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) establece por maltrato de adultos mayores, lo siguiente:

Un acto único o repetido que causa daño o sufrimiento a una persona de edad, o la falta de medidas apropiadas para evitarlo, que se produce en una relación basada en la confianza. Puede adoptar diversas formas, como el maltrato físico, psíquico, emocional o sexual, y el abuso de confianza en cuestiones económicas. También puede ser el resultado de la negligencia, sea esta intencional o no(OMS, 2021). Podemos notar entonces, que el abandono o descuido se encuentra dentro de una forma de maltrato al adulto mayor, y sin importar la forma de ocurrencia esto terminará por ocasionar un detrimento a la persona y como consecuencia sus derechos humanos están siendo violentados.

El abandono se presenta en todos los sectores sociales, actualmente no se cuenta con cifras que permitan hacer un análisis más profundo respecto al tema, sin embargo, cuando nos referimos al abandono, no solo hablamos del que suele darse sobre todo en clase media-baja o de bajos recursos, donde prácticamente la persona adulta mayor es sacada de su casa y no se vuelve a saber nada de ella, sino que nos referimos también a aquél que se realiza por parte de las familias que llevan a las personas adultas mayores a instancias o instituciones y luego ya no se hacen cargo de su manutención(CDHCDMX, 2013).

Estigmatización y prejuicio hacia el adulto mayor indigente.

Además de las condiciones precarias en las que se encuentran viviendo las personas adultas en situación de calle, deben lidiar con una estigmatización que los señala como individuos peligrosos y como culpables de la situación que afrontan.

Erving Goffman definió en 1963 el término estigma como el proceso en el cual la reacción de los demás estropea la "identidad normal". Un estigma social es una desaprobación social severa de características o creencias personales que son percibidas como contrarias a las normas culturales establecidas. Aquí se puede enfatizar que la exclusión de las personas en indigencia se alimenta de la estigmatización social, debido a que sus condiciones de vida, su apariencia, sus actividades productivas y su ubicación geográfica conlleva a que se les califique como "peligrosos", "delincuentes", "improductivos" o "vagabundos", entre otros que enuncian claramente la estigmatización y justifican acciones de represión y por ende de exclusión social. (Gabriela Fuentes Reyes, 2015)

Este proceso de exclusión sostenido en la estigmatización, se conjuga con el desarraigo que han experimentado en sus historias de vida particulares, debido a que, por factores diversos, estas personas sufren una constante pérdida de vínculos y redes sociales, tales como su familia, su círculo de amigos, el trabajo, entre otros. Esto facilita que se desliguen de la identidad y pertenencia que tenían antes de vivir en las calles y conlleva paulatinamente al anonimato(Rojas Madrigal, 2006). Por otra parte, los prejuicios significan los juicios o ideas formadas antes del debido examen y consideración de los hechos: es un juicio prematuro o apresurado, elaborado bajo un estado de ánimo (favorable o desfavorable) exaltado (Gomez Jara, 2019)

Concepto de relaciones intergeneracionales.

Como se ha mencionado antes, en esta investigación se aborda lo más relevante de las relaciones intergeneracionales y para ello es primordial conocer el significado de estos programas intergeneracionales.(Newman & Sanchez Martinez,

Los programas intergeneracionales: concepto, historia y modelos, 2007) se dan a la tarea de buscar autores con definiciones sobre las relaciones intergeneracionales, obteniendo como resultado enunciaciones, de las cuales se tomaron las siguientes cinco definiciones:

1. Actividades o programas que incrementan la cooperación, la interacción y el intercambio entre personas de diferentes generaciones. Implican compartir habilidades, conocimientos y experiencias entre jóvenes y mayores (Sánchez Martínez & Díaz Conde, 2007).

2. Los programas intergeneracionales juntan a jóvenes y mayores para compartir experiencias que benefician a ambos grupos. […] Están diseñados para que personas mayores y jóvenes sin lazos biológicos se impliquen en interacciones que promueven los lazos afectivos entre las generaciones y el intercambio cultural y que proporcionan sistemas de apoyo positivo que ayudan a mantener el bienestar y la seguridad de las generaciones jóvenes y mayores (Newman & Smith, 1997).

3. Los programas intergeneracionales son vehículos para el intercambio determinado y continuado de recursos y aprendizaje entre las generaciones más viejas y las más jóvenes para [lograr] beneficios individuales y sociales (Hatton-Yeo & Ohsako, 2001).

4. Un programa organizado para fomentar interacciones entre niños, jóvenes y personas mayores que sean continuadas, mutuamente beneficiosas y que conduzcan al desarrollo de relaciones (McCrea, Weissmann, & Thorpe-Brown, 2004)

5. Actividades o programas que incrementan la cooperación, la interacción y el intercambio entre personas de distintas generaciones. Estas personas comparten sus saberes y recursos y se apoyan mutuamente en relaciones que benefician tanto a los individuos como a su comunidad. Estos programas proporcionan oportunidades a las personas, a las familias y a las comunidades para disfrutar y beneficiarse de la riqueza de una sociedad para todas las edades (Newman & Sanchez Martinez, Los programas intergeneracionales: concepto, historia y modelos, 2007).

Teniendo como tema central las relaciones intergeneracionales, también es importante saber el significado del término generaciones para decir que éste se asocia a un grupo de personas que comparten características que lo identifican y a su vez lo diferencian de otras generaciones. Este proceso depende de diversos aspectos, entre ellos las influencias del momento histórico y los acontecimientos vividos, el ámbito geográfico territorial, los valores y la época cultural-educacional experimentada. Estos contextos condicionan el perfil, el carácter y la personalidad de una generación mediante un proceso de sinergia que permite que ésta contribuya con su comunidad, lo cual se conoce como impronta generacional (Ojeda Rosero & López Vázquez, 2017).

Aunque hay pocas investigaciones recientes de la evolución de las relaciones intergeneracionales, se trata de dejar en claro lo que esta significa, sus actores y todo lo que involucra. Tal es el caso de (López & Noriega, 2012)quienes mencionan que: “En la calidad de vida, la solidaridad intergeneracional es un factor que contribuye a un envejecimiento activo. Según el Portal de Mayores en 2009, se entiende por relaciones intergeneracionales “… las interacciones, del tipo que sean, que se dan entre los miembros de distintas generaciones que conviven en un mismo tiempo” siendo un campo de conocimientos y acciones orientados hacia las políticas públicas y programas que buscan la integración y cohesión de las personas mayores en nuestra sociedad. (López & Noriega, 2012)

Entonces, las relaciones intergeneracionales son aquellas interacciones que se dan entre los miembros de distintas generaciones, que conviven en un mismo tiempo y son inherentes a la condición humana. En cualquier época han existido, pero, sin embargo, múltiples variables están dando lugar a una disminución de las mismas. La ausencia de contacto entre generaciones parece ser una realidad que caracteriza a las sociedades actuales, en un momento en el que el envejecimiento de la población nos obliga, hoy más que nunca, a inventar nuevas formas de solidaridad y cooperación entre generaciones(Gutiérrez Sánchez & Herneńdez-Torrado, 2013)

Beneficios de las relaciones intergeneracionales.

La manera como adoptan los individuos el concepto de envejecimiento es vista desde dos enfoques, uno biológico y otro social. Para el profesor (Thomae, 1982), la vejez es un destino social, puesto que son las características de la sociedad las que condicionan tanto la cantidad, como la calidad de vida. Dado el progresivo aumento de las expectativas de vida a nivel mundial, un reto imperante en todas las sociedades lo representa la necesidad de realizar ajustes que permitan a las personas mayores desarrollar todas sus capacidades y habilidades en busca de un envejecimiento exitoso, que implica llegar a esta etapa con buena salud, con bajo riesgo de enfermar y con excelente estado funcional, tanto físico como mental.

Esa necesidad tiene que ver con la funcionalidad biológica y social que permite su plena integración a las redes más cercanas, e implica superar las barreras que en muchas ocasiones se les impone, barreras que instituciones como el Estado, las organizaciones sociales, la comunidad, la familia e individuos deben modificar (Beltran & Rivas Gómez, 2013).

Programas de relaciones intergeneracionales.

Dentro de los ejemplos sobre las diferentes definiciones de los programas intergeneracionales podemos encontrar las siguientes: El Consejo Internacional para los Programas Intergeneracionales (CIPI) lo caracterizó como un intercambio intencionado y continuado de recursos y aprendizaje entre las generaciones mayores y las más jóvenes (Hatton-Yeo & Ohsako, 2001). El intercambio aparece como eje vertebrador del programa. “Un programa organizado para fomentar interacciones entre niños, jóvenes y personas mayores que sean continuadas, mutuamente beneficiosas y que conduzcan al desarrollo de relaciones”(Jiménez Úbeda, 2015).

Así como también,(Jiménez Úbeda, 2015)en su investigación Relaciones intergeneracionales: la revitalización de los centros cívicos como propuesta de

intervención social en la comunidad", menciona las características que deben tener los programas intergeneracionales, a continuación, se mencionan:

1. Deben tener continuidad en el tiempo y no tratarse simplemente de acciones aisladas.

3. En todos los PP.II. participan personas de distintas generaciones.

4. La participación en un PP.II. implica actividades dirigidas a alcanzar unos fines beneficiosos para todas esas personas y para su comunidad.

5. A través de los PP.II. los participantes mantienen relaciones de intercambio entre ellos.

El Centro para el Aprendizaje Intergeneracional de la Universidad de Temple, en Filadelfia, Estados Unidos ha concluido que son cinco las claves que se repiten en los PP.II. que mejor funcionan; ha llamado a estos cinco elementos "las 5Rs":

1. Roles, claramente definidos y significativos para todos los participantes.

2. Relaciones, intencionadamente fomentadas para que los participantes creen entre sí vínculos emotivos, de apoyo y confianza.

3. Reciprocidad entre los grupos generacionales implicados; todos deben experimentar que dan algo y reciben algo.

4. Reconocimiento continuado y expreso de las contribuciones que hacen los grupos generacionales.

5. Capacidad de respuesta a las necesidades reales de la comunidad dentro de la cual el programa se realiza.

Los PP.II. suele tener beneficios para todos los participantes no sólo a nivel Individual sino también fuera de la propia persona ya que desarrollan habilidades que generan cambios en ellos mismos, en sus organizaciones y en las propias comunidades en las que viven. Como dicen Granville y Hatton-Yeo , "La interacción entre jóvenes y mayores fortalece la comunidad como resultado del mutuo

entendimiento". Según Pinazo y Kaplan los PP.II. pueden lograr los siguientes beneficios(Jiménez Úbeda, 2015).

Resiliencia intergeneracional.

La perspectiva de la resiliencia coincide con la teoría psicosocial del desarrollo de(Erikson, 2000) cuando advierte de los procesos psicológicos positivos que hacen las personas mayores como la autoaceptación de sí mismo, la aceptación de los cambios físicos, sexuales, sociales y laborales; la integración de las etapas pasadas, la renuncia a ciertos objetivos de etapas pasadas, aspectos que contribuye a disminuir las reacciones emocionales negativa como el estrés, la frustración o depresión, contribuyendo a mantener adecuados niveles de salud, de bienestar, de participación social y comunitaria, que aportan calidad de vida subjetiva.

La resiliencia es un concepto complejo de definir y puede ser entendido de diferentes formas debido a la heterogeneidad de las definiciones. Sin embargo, tienen un punto en común, ya que es concebida mayoritariamente como habilidad o capacidad personal(Grotberg, 1995). Es importante mencionar que existen definiciones que hacen referencia a la conservación de los recursos con los que cuentan los individuos ante eventos adversos (mantenerse bien, sobrevivir).

METODOLOGÍA

El tema de estudio de las "Relaciones intergeneracionales. Propuesta de intervención para la mejora de la calidad de vida de diversos grupos etarios", surge por la gran necesidad de incrementar lo afectivo y el desarrollo social en los diferentes grupos etarios que conforman nuestra sociedad, principalmente en las personas adultas mayores, quienes se encuentran en el curso de su vejez. Etapa que puede definirse como: cualquier limitación grave que afecte durante un espacio de tiempo significativo (establecido en más de un año) a la capacidad de realizar actividades, y cuyo origen sea una deficiencia personal. Esta última, a su

vez, se define como toda pérdida o anomalía de un órgano o de su función. Por su parte, la minusvalía se refiere a las limitaciones causadas por las deficiencias, pero que se encuentran estrictamente asociadas con las actividades del individuo dentro de su entorno social(Alvarado García & Salazar Maya, 2014)

Desde una perspectiva psicológica, es importante conocer la calidad de vida del adulto mayor dentro de un asilo, ya que las personas en esta etapa de la vida necesitan satisfacer sus necesidades para ver la vejez de forma diferente, es por eso que, la investigación requiere que se haga una delimitación de los conceptos que guardan relevancia con el tema objeto de estudio. Por ello, se tratará la calidad de vida, haciendo una breve descripción de los indicadores de ésta; de vejez y por último de la institución asilo(Luján Padilla de Salazar, 2014).

Esta investigación se desarrolló siguiendo un método cualitativo, teniendo en cuenta que lo que se pretendía era hacer una aproximación afectivo-social en diversos grupos etarios involucrados. Incluyendo a las personas adultas mayores como primer inhibidor de las riquezas de estas relaciones sociales, buscando las formas de vinculación para su mejor evolución con las diferentes personas y mostrando que los beneficios de esta acción para con todos es de suma importancia.

Las características del enfoque de investigación-acción participativa se involucra en la labor de investigar y reflexionar de manera teórica algunas de las acciones que conforman la problemática de estudio y consecutivamente se llevó a la práctica dentro de la institución, al mismo tiempo favoreciendo los propósitos antes ya mencionados. Las técnicas, instrumentos y herramientas utilizadas para reunir información fueron la observación participante la cual implica la intervención directa del observador, de modo que se pueda intervenir en la vida del grupo. Tomando como instrumento la lista de cotejo, la cual, está constituido por un conjunto de diferentes reactivos o ítems que pueden ser planteados de forma interrogativa, enunciativa, afirmativa o negativa con varias alternativas, con un formato determinado, un orden de preguntas y un contenido concreto sobre el

tema que se quiere investigar (Casas Jiménez, García Sánchez, & González Aguilar, 2006). La cual permite obtener información sobre la mejora en avances socio-afectivos y al mismo tiempo mostrando cómo se puede mejorar al crear actividades que permitan favorecer este contexto.

Se desarrollaron cinco actividades en el transcurso de un mes por ejemplo, la actividad física y la lotería se realizaron todos los días del mes de octubre del 2018 hasta concluir el mes, las actividades tales como pintura tradicional, música entre nosotros y hagamos una fiesta, se desarrollaron una actividad por semana también en el mes de octubre del 2018. Estas actividades se fomentan para la relación de las generaciones con las personas adultas mayores que se encuentran en la casa de abuelos, aparte de que son actividades diseñadas para mejorar el estado cognitivo, emocional, motriz y social de las generaciones. A continuación, se aprecian en el cuadro

Cuadro 1. Actividades intergeneracionales

Objetivo actividad	**Nombre y descripción de la actividad**	**Materiales**	**Duración de la dinámica**	**Grupo etario**
Contribuir al desempeño motriz de los pacientes de la tercera edad, fomentando así el envejecimiento saludable.	**“Activación física”** Las personas adultas mayores eran colocadas alrededor del patio, ubicándolos con distancias proporcionadas para poder realizar las actividades y ejercicios.	Pelotas Aros Ligas	La sesión llevó un lapso de 40minutos (los 31días del mes de octubre del 2018), dando descansos cada 10 minutos.	Joven de 20 años
Conseguir un aumento en la estimulación cerebral de distintas formas, explorando la respuesta	**“Pintura tradicional”** Se desarrolló un mural con temática tradicional al Estado de Chiapas, dicha actividad estuvo conformada por piezas	Hojas Acuarelas Pinceles Agua	La dinámica se prolongó hasta que la última persona terminó su obra de arte.	5 jóvenes 20 a 25años.

cognitiva, racional, emocional y creativa de las personas adultas mayores.	de distintas imágenes, para que las personas adultas mayores junto con los jóvenes universitarios trabajaran por tercias. Se distribuyeron pinturas de diferentes colores y pinceles de diferentes tamaños. Al término de pintar, cada equipo mostró al resto que pieza tiene para que así se vaya formando la figura completa. Al finalizar este punto, se mostró cada obra de arte que las personas involucradas desarrollaron.			
La música tiene un papel fundamental en el bienestar físico y psicológico; tanto de las personas adultas mayores como a las generaciones jóvenes puesto que estas actividades ayudan a potenciar el procesamiento mental para así obtener efectos positivos como la reducción de pérdida de memoria o mejora en el lenguaje.	**"música entre nosotros"** Armar grupos musicales, ponerles nombres a cada banda o grupo y presentarse con los demás participantes, creando sonidos con los objetos más cercanos a ellos, utilizando también partes del cuerpo para crear sonidos.	Vasos Cubiertos Bocina Audios de canciones (genero regional mexicano y modernas)	Esta actividad llevó un lapso de una hora aproximada-mente. Dando la comodidad a cada grupo/banda para armar la ronda musical.	Personas de 25 a 45 años.
Los juegos de mesa son actividades que ayudan a los	**"Lotería de las generaciones"**	34 cartas de lotería	Lunes a viernes (1 mes)	Cuidadores de la Casa de abuelos, Ministerio

adultos mayores a mejorar la memoria, percepción, rapidez y concentración, además que también es beneficioso para el estado de ánimo.				Penetrando la Oscuridad.
Las emociones para las personas adultas mayores resultan ser motivacionales, si la emoción se lleva acabo puede ocurrir una acción o un objetivo determinado.	**"Hagamos una fiesta"**	Globos Comida Refrescos Galletas Música Bocina Tendedero Ganchos Carteles pintados por los adultos mayores	4 horas	20 a 25 años

Fuente: Elaboración propia a partir de las actividades realizadas (2021)

Al término de cada actividad, se desarrolló una entrevista por cada grupo etario presente (Ver Anexo 1, imagen 1.3) donde se evaluaron los beneficios o no beneficios de las relaciones intergeneracionales en la Casa de abuelos "Ministerio, penetrando la oscuridad" en edades específicas para así establecer la convivencia intergeneracional y coadyuvar a establecer las relaciones socio-afectivas que mejorarán la calidad de vida de los implicados. El ambiente afectivo-social se va a generar al ir desarrollando las diferentes actividades a lo largo del trabajo de campo, donde cada uno de los integrantes de los grupos etarios van a participar colectivamente y dinámicamente. Las actividades a desarrollar son de enfoque, emocional, social, cultural y físico.

RESULTADOS del trabajo con grupos intergeneracionales y personas adultas mayores de la Casa de Abuelos "Ministerio, Penetrando la Oscuridad"

De acuerdo al total de personas adultas mayores (34 personas), 20 son mujeres y 14 son hombres. El 44.11% (15 de ellos) entrevistados, mencionaron no conocer nada sobre el tema de las relaciones intergeneracionales, mientras los otros 55.89% (19 casos) mencionan una probable idea del significado e interés en saber sobre el tema, por ejemplo, Doña Sandra mencionó *"Pienso que es la manera que nos relacionamos con más personas sin importar su edad".*

Mientras que en el apartado para colaborar información sobre los efectos en estado de ánimo de las personas adultas mayores a causa de las relaciones intergeneracionales 11.76% (cuatro personas) decidieron no responder, mientras 88.24% (30 personas) mencionan los diversos efectos que les había causado tanto las actividades como las intervenciones en la convivencia con otras generaciones, dentro de los principales efectos señalaron:

- Alegría
- Relación social
- Integración
- Energía positiva
- Inclusión
- Felicidad
- Comunicación
- Aceptación de actividades
- Buen estado de ánimo
- Aumento de convivencia con personas externas
- Entendimiento con los mismos integrantes de la casa de abuelos

Tal es el caso de Don Leonardo quien menciona: *"Si se vio bastante cambio, más con las de allá porque ellas no decían, pero nada y ahora hasta piden platicar.*

(Risas)", del mismo modo menciona Don Agustín*: "Pues fíjate que yo con casi nadie platico acá porque muchos están mal de su cabeza y te dicen muchas cosas sin sentido, entonces ahorita que vienen estos muchachos me gusta mucho porque a mí me gusta aprender de todo".*

Al cuestionar a las personas sobre la importancia de la integración de convivencia 17.65% (6 personas) decidieron no responder, mientras el resto (82.35% que representan, 28 personas) mencionan que efectivamente la relación de integración de convivencia era de suma importancia, aún más si pertenecían a una institución de tiempo completo. De las actividades intergeneracionales llevadas a cabo con las personas adultas mayores de la Casa de abuelos, Ministerio penetrando la oscuridad no se obtuvieron los resultados esperados, por un lado, porque no se consiguió la participación de todas las generaciones propuestas para colaborar, las cuales fueron desde la edad de 20 a 60 años, ya que, en la casa de abuelos, no se permitió la entrada a menores de edad, mucho menos si los niños iban a acompañados por sus padres.

Otra parte que se tornó complicada, fue la aprobación de la participación de los demás generaciones debido a que el encargado del lugar dijo que a menores de edad no se les permitía la entrada, ya que tenían que llegar con sus padres o tutores y para ellos era incómodo tener a muchas personas en la casa de abuelos, principalmente por las personas adultas mayores, de igual forma no se permitió puesto que al momento de ingresar a la casa pedían un registro que consistía en anotar nombre, motivo de visita, hora, fecha, número de teléfono, para después pedir una identificación (INE) y tomarle fotos de ambos lados, esto por requisito del DIF, para un control de personas adultas mayores.

Así también existieron dificultades para la aprobación de la toma de evidencias (fotografías, entrevistas y videos) ya que me comentaron que era para salvaguardar a las personas adultas mayores. Mientras se desarrollaba la investigación, se pudo observar que las mujeres del lugar no contaban con ninguna medida de seguridad pues mencionan temerosas que "los hombres"

pretendían hacerles daño. Aludían que mientras alguien estuviera con ellas, no podía pasarles nada, pero cuando no, las iban a tocar.

Otra necesidad que se percibe al estar en la casa gerontológica, es la carencia de personal profesional de la salud para atender las enfermedades que cada uno presenta, por ejemplo para atender heridas o golpes que se hacían, ellos explicaban que se caían o golpeaban mientras se bañaban, los cuidadores únicamente les ponían gasas sobre las heridas, sin ninguna otra limpieza, incluso pasaban más de tres días sin ninguna curación, solo los que tienen familia son bien atendidos o le daban un seguimiento a la enfermedad que presentan y hasta tenían una alimentación diferente, ya que los familiares llegan a la casa de abuelos y los llevan a consultas particulares y después son llevados de regreso.

También un adulto mayor mencionó y pidió guardar el secreto (por eso se omite su nombre) que tenía que cargar sus cosas en la silla de ruedas porque los cuidadores se las quitaban e incluso se las rompían. Otra adulta mayor, también mencionó “en secreto”, que no quería que la castigaran por llorar, porque el castigo consistía en aislarlos, no darle alimentos y cubrir la boca con cinta americana. Del mismo modo mencionó que era mejor si tomaba veneno, porque “los hombres” le querían hacer daño y si le hacían daño la iban a matar. Pero, así como cedían cosas de mal gusto para ellos, también se encontró una persona que tenía una relación amorosa con uno de los cuidadores.

Para lograr la aprobación para el ingreso de las otras generaciones mayores de edad, se dirigió a la Casa de mujeres, ubicada en 16ª sur Pte. #965 col. Vista Hermosa Popular, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas con la encargada, Hilda Espinosa, llevando las ideas principales de esta investigación y así mismo hacerle la petición para el permiso de tomar fotos y entrevistar dentro de la casa de abuelos, la visita fue en beneficio a la investigación, ya que se me otorgó el permiso para la toma de evidencias y para la participación dentro de la Casa de abuelos de otras generaciones.

Desde la llegada a la casa de abuelos, “Ministerio, penetrando la oscuridad”, daba la impresión de que la investigación se iba a complicar, comenzando por los comentarios de los cuidadores quienes se comportaron groseros, expresándose con un lenguaje obsceno hacia mi persona, decían que una vieja no iba a llegar a mandarlos, que preferían una mujer para repartirla entre los cinco y quitarme las ganas de trabajar. Derivado de esto se creaba un ambiente de incomodidad tanto para la investigadora (para mí) como para las mujeres que apoyaron en las actividades, de igual forma se generaban conflictos con los adultos mayores, cuando les hacían comentarios a los cuidadores para que no les faltaran al respeto a las mujeres que desarrollaban la actividad.

Para la realización de actividades se plantearon ideas para que estas fueran lo suficientemente llamativas para poder lograr desarrollarlas hasta el final, del mismo modo se realizaron estas actividades de acuerdo y en beneficio de las enfermedades neurodegenerativas y motrices de las personas adultas mayores del lugar, por ello, se comenzó con actividades intergeneracionales para favorecer al grupo, logrando la participación y colaboración de 27 personas adultas mayores, la mayoría de las personas adultas mayores.

La relación que existió con los contribuyentes de distintas edades, desde los 20 años hasta los 60 en conclusión, fue beneficiosa, fueron 30 personas de diferentes edades (20- 60) en interacción con las 34 personas adultas mayores de la casa de abuelos, así como también se trabajó con los cuidadores ya que son un factor importante dentro de la casa de abuelos, se buscó la forma de relacionarlos con las personas adultas mayores, creando actividades donde se pudiera participar conjuntamente. Hubo interés en la participación grupal, pero aun así no se cumplieron los objetivos de esta investigación, ya que uno de los principales objetivos era relacionarlos con generaciones más pequeñas. Faltó la presencia de más generaciones de 5 a 18 años, faltó comodidad al realizar las actividades, que como mencionó el lugar es muy pequeño para poder realizar los trabajos con la comodidad que merecían.

Hubo participación de más de 10 personas que comentaron que sus compañeros no realizaban ninguna actividad, incluso casi no hablaban, algunas veces pasaban el día sin comer y sin hablar. Se trató de involucrar en diferentes actividades y de forma individual, buscando la forma de entablar una conversación con ellas, teniendo resultados positivos, ya que se basó en establecer un lazo de confianza y con eso hubo mayor éxito en las actividades.

Se obtuvo que las relaciones intergeneracionales son benéficas como lo mencionan los autores: Montes de Oca, Marta Úbeda, Daniel Hernández, entre otros, la calidad de vida de las personas adultas mayores se beneficia con las relaciones intergeneracionales, ya que se fomenta de igual forma el envejecimiento activo, se diseñaron actividades que eran de su interés, pero con beneficios tantos motrices como cognitivos. Las actividades lúdicas intergeneracionales llevadas a cabo en el lapso de octubre a noviembre fueron de gran utilidad, así también son de gran beneficio para esta etapa de la vida, puesto que ayudan al adulto mayor desde el estado cognitivo, motriz, social y emocional.

La actividad física permitió ganar confianza como investigadora ante grupo y en el grupo en sí, ya que algunas adultas mayores tomaban el mando para dar la rutina de ejercicios dirigida por mí. Por otro lado, se generó el interés por desarrollar actividad física, ya que desde el tiempo que llevan ahí no habían hecho este tipo de actividad. Algunas personas adultas mayores con discapacidad motriz (silla de ruedas) y discapacidad visual, no podían desarrollar la actividad, para ello se requirió apoyo junto con el grupo intergeneracional y el adulto mayor, para que después las demás personas adultas mayores le proporcionarán la ayuda a sus compañeros.

En la segunda actividad se puso en práctica la concentración, la imaginación y la convivencia grupal, para esto existe mucha colaboración de las personas adultas mayores desde el primer momento al ver que habían llegado 5 jóvenes de 20 a 25 años, eran las mismas personas adultas mayores quienes se presentaron y pidieron a los jóvenes hacer lo mismo.

Las personas adultas mayores pedían la atención a los jóvenes al ir desarrollando la actividad para preguntar cómo iba quedando la pintura de cada uno de ellos. Al momento de presentar las pinturas, se dieron a la tarea de dedicarse los dibujos entre ellos y de explicar lo que significaba la pintura para ellos. Por ejemplo, para doña Julieta significó el poder hacer amigas y platicar. Para don José significó la casa donde vivía con su esposa, recordando cuánto la quería.

En la tercera actividad se desarrolló “música entre nosotros” en la cual hubo la colaboración del grupo de los cuidadores de la casa de abuelos, el grupo era de 6 personas de los 35 a los 50 años de edad. Esta actividad favorece los vínculos afectivos dentro del grupo, puesto que también fue benéfico en el estado cognitivo, físicos y socio – emocionales. La lotería de las generaciones fue la cuarta actividad llevada a cabo dentro de la casa de abuelos, esta actividad la desarrollaron todos los participantes en esta investigación, se puso en práctica la concentración y la atención. En la quinta actividad se desarrolló una fiesta, en la cual, con ayuda de 5 jóvenes de 18 a 25 años, los cuidadores de la casa de abuelos y las personas adultas mayores adornaron el patio de la casa hogar, en esta actividad se obtuvo un aumento en la relación con personas de la tercera edad, así como también se desarrolló la confianza y participación grupalmente.

DISCUSIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Considero que las relaciones intergeneracionales son todas aquellas prácticas que incrementan el desarrollo o la interacción social entre todos los seres humanos, las relaciones intergeneracionales tienen propósitos en específico, los cuales son el intercambio de ideas entre generaciones distintas, el aprendizaje mutuo y la cooperación grupal. Las relaciones intergeneracionales juegan un papel importante en cualquier edad de nuestra vida, principalmente cuando se pretende fomentar el envejecimiento activo y saludable.

Tal es el caso de (López & Noriega, 2012) quienes mencionan: “En la calidad de vida, la solidaridad intergeneracional es un factor que contribuye a un envejecimiento activo. Según el Portal de Mayores en 2009, se entiende por relaciones intergeneracionales “… las interacciones, del tipo que sean, que se dan entre los miembros de distintas generaciones que conviven en un mismo tiempo” siendo un campo de conocimientos y acciones orientados hacia las políticas públicas y programas que buscan la integración y cohesión de las personas mayores en nuestra sociedad. La solidaridad “no solo consiste en apoyar a las personas de edad, sino en propiciar las condiciones para que estas a su vez, puedan participar y contribuir al desarrollo y bienestar de la sociedad.

Las relaciones sociales en la tercera edad son de suma importancia ya que se genera ciertos aspectos como los que se observaron al desarrollar esta investigación dentro de una casa de abuelos, los beneficios que adquieren las personas adultas mayores son notorios, la mejora de salud general, el estado de ánimo, destrezas y la comunicación grupal son uno de los beneficios que las relaciones intergeneracionales ofrece.

De igual manera, con ayuda de actividades intergeneracionales se puede prevenir la demencia, depresión, aislamiento entre otros.

Los resultados que se obtuvieron en esta investigación concuerdan con lo que mencionan los autores antes mencionados, se tomó en cuenta mejorar el envejecimiento activo y saludable, aunque ningún autor toma en cuenta el lugar donde las prácticas o actividades intergeneracionales pueda llevarse a cabo, esta investigación fue hecha en un centro civil, habitada por personas adultas mayores indigentes, lugar que no se permite la entrada a menores de edad y donde no existe personal que promueva este tipo de práctica y de envejecimiento.

CONCLUSIÓN

Esta investigación puede dirigirse a todas las instituciones de tiempo completo, así como a las dependencias del DIF o a las autoridades, un envejecimiento con dignidad es derecho de las personas adultas mayores y no cualquier dependencia ofrece este privilegio, tal es el caso de esta institución. Se dirige también a la familia o a las propias generaciones, ya que estas relaciones intergeneracionales nos ayudan a todos, principalmente a los de la tercera edad, que es la etapa donde más existen los riesgos de pérdida y de diversas enfermedades con las que se enfrentan a causa de estas.

Es una forma de conocer sin juzgar, en la actualidad la sociedad está llena de prejuicios y estereotipos que lo único que causan es una disminución de las relaciones socio-afectivas, esta investigación sirve para darnos cuenta de cuan valiosa es la socialización y cómo podemos hacerla crecer.

A las futuras investigaciones sugiero romper miedos, buscar estrategias llamativas para las personas adultas mayores, crear actividades que sean en pro al envejecimiento con dignidad que todos merecemos, no darse por vencidos por comentarios de machistas, es bueno siempre posicionarse en el lugar como investigadores profesionales en formación, buscar soluciones cuando se presenten problemas y saber solucionarlo con sutileza, siempre teniendo en cuenta que lo que se desarrolla es en beneficio a otras personas.

Bibliografía

Alvarado García, A. M., & Salazar Maya, Á. M. (2014). *Analisis del concepto del envejecimiento.* Gerokomos, *25*(2), 57-62. Disponible en URL: https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v25n2/revision1.pdf

Asociación Mexicana de Administradoras de Fondos para el Retiro, A. (. (05 de Septiembre de 2017). *El Economista*. Disponible en URL:

https://www.eleconomista.com.mx/finanzaspersonales/Condiciones-sociodemograficas-de-los-adultos-mayores-en-Mexico-20170905-0134.html

Beltran, A. J., & Rivas Gómez, A. (2013). *Intergeneracionalidad y multigeneralidad en el envejecimiento y la vejez.* Tabula Rasa, 278-294. Disponible en URL: http://www.scielo.org.co/pdf/tara/n18/n18a14.pdf

Casas Jiménez, J., García Sánchez, J., & González Aguilar, F. (2006). *Guía técnica para la construcción de cuestionarios*. Odiseo, Revista electronica de pedagogia. Disponible en URL: https://www.odiseo.com.mx/2006/01/casas_garcia_gonzalez-guia.htm

CDHCDMX. (2013). *Derechos de las personas adultas mayores.* Revista de Derechos Humanos México.

ECONOMISTA, E. (2018). *Envejecimento de la poblacion mexicana y su impacto en las pensiones.* El Economista. Disponible en URL: https://www.eleconomista.com.mx/opinion/Envejecimiento-de-la-poblacion-mexicana-y-su-impacto-en-las-pensiones-20180206-0109.html

Erikson, E. (2000). *El ciclo vital completado.* Barcelona, España: Paidós.

Gabriela Fuentes Reyes, F. D. (16 de Marzo de 2015). *Papeles de la poblacion.* Obtenido de La indigencia de adultos mayores como consecuencia del abandono en el Estado de México: Disponible en URL: https://rppoblacion.uaemex.mx/article/view/8290/6909

Gomez Jara, F. A. (2019). *Sociologia.*Porrúa México.

Grotberg, E. (1995). *guide to promoting resilience in children: strenghening the human spirit, The International Resilience Project.* La Haya, Holanda: Bernard Van Leer Foundation. Disponible en URL: https://bibalex.org/baifa/attachment/documents/115519.pdf

Gutiérrez Sánchez, M., & Hernéndez-Torrado, D. (2013). *Las relaciones intergeneracionales en la sociedad actual: un imperativo necesario.* Educación

social. Revista de intervencion socioeducativa(55), 135-145. Disponible en URL: https://www.researchgate.net/publication/284993184_Las_relaciones_intergeneracionales_en_la_sociedad_actual_un_imperativo_necesario

Hatton-Yeo, A., & Ohsako, T. (2001). *Intergenerational Programmes: Public Policy and Research.* Stoke-on-Trent: The Beth Johnson Foundation, 57-61. Disponible en URL: https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED458364.pdf

Hernandez, L. (05 de Marzo de 2016). *Excelsior*. Sin pensión, 75% de adultos mayores; crece pobreza en la vejez: análisis: Disponible en URL: https://www.excelsior.com.mx/nacional/2016/03/05/1078967

Instituto Nacional de Estadistica y Geografía, E. N. (2012). *Situacion de las personas adultas mayores en méxico.*

Instituto Nacional de las Mujeres, D. d. (Febrero de 2015). *Centro de documentacion Instituto nacional de las mujeres.* Disponible en URL: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101243_1.pdf

Jiménez Úbeda, M. (2015). *UVaDOC Repositorio Documental de la Universidad de Valladolid.* Obtenido de Relaciones intergeneracioneales: La revitalización de los centro civicos como propuesta de intervención social en la comunidad. Disponible en URL: https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/14424/TFG-G1291.pdf?sequence=1&isAllowed=y

López, J., & Noriega, C. (2012). *Envejecimiento y relaciones intergeneracionales.* Fundación Univ. San Pablo. Disponible en URL: https://books.google.com.mx/books?id=2fN9Z8viXacC&hl=es&source=gbs_navlinks_s

Luján Padilla de Salazar, I. M. (Enero de 2014). *Red de bibliotecas CRAI LANDIVAR.* Obtenido de Calidad de vida del adulto mayor dentro del asilo los hermanos de Belén. Disponible en URL:: http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Padilla-Ivanna.pdf

McCrea, J. M., Weissmann, M., & Thorpe-Brown, G. (2004). *Connecting the Generations: A Practical Guide for Developing Intergenerational Programs.* Pittsburgh, PA: University of Pittsburgh Center for Social and Urban Research. Disponible en URL: https://books.google.com.mx/books/about/Connecting_the_Generations.html?id=nqt5NwAACAAJ&redir_esc=y

Newman, S., & Sanchez Martinez, M. (2007). *Los programas intergeneracionales: concepto, historia y modelos.* Programas intergeneracionales: hacia una sociedad para todas las edades, 37-69.

Newman, S., & Smith, B. (1997). *Developmental Theories as the Basis for Intergenerational Programs* (1ra ed.). Washington, DC: Taylor & Francis. Disponible en URL: https://www.taylorfrancis.com/chapters/mono/10.4324/9781315783451-8/developmental-theories-basis-intergenerational-programs-sally-newman

Ojeda Rosero, D. E., & López Vázquez, E. (2017). *Relaciones intergeneracionales en la construcción social de la percepción del riesgo*. Desacatos, 106-121.

OMS, O. M. (04 de Octubre de 2021). *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de Maltrato de las personas mayores. Disponible en URL: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/elder-abuse

Rojas Madrigal, C. (2006). *Indigencia en San José: expresión de la exclusión social y el desarraigo.* Reflexiones, vol. 85, núm. 1-2, 189-197.

Sánchez Martínez, M., & Díaz Conde, P. (2007). *Los programas intergeneracionales.* Gerontología: Actualizacion, innovacion y propuestas.

Thomae, H. (1982). *New Perspectives on Old Age.* New York: Springer Publishing Co.

Anexos

Actividad 1: Activación física con pelotas y aros.







Actividad 2: Pintura tradicional (dibujos realizados por los adultos mayores).





.

Actividad 3: Música entre nosotros (Doña Julieta interpretando "flor sin retoño")











Don Agustín interpretando "Hermoso cariño"



Actividad 4: "Hagamos una fiesta"



