

P. López Sánchez

Animación Social para la Tercera Edad

Diplomada en Enfermería. Residencia 3ª Edad D'Alacant.

Correspondencia:
Pilar López Sánchez
Erudito Pagés, 12 - 8ª
46019 Valencia

RESUMEN

Tras una reflexión, de lo que Enfermería puede hacer a este problema que se nos plantea día a día, se analiza y detalla, todos los puntos donde podemos incidir como profesionales, contactando con otras personas más capacitadas y favoreciendo el proceso, una vez conocida la realidad de partida.

Con el objetivo de mejorar la calidad y eficacia asistencial en el cuidado del anciano, si lo aplicamos bajo el punto de vista de promoción de la salud, creando actividades al tiempo libre, convirtiéndolo en tiempo de ocio o disfrute.

PALABRAS CLAVE

Ancianos; Ocio; Enfermería.

SUMMARY

After a reflection about what nursing can do for this problem, that is posing us every day, all points we were can influence as professionals are analysed and detailed, getting in touch with other people with more capacity and favouring the process when are known the basic facts, with the objective elderly patients care, if we leisure apply under the point of view of health promotion, creating leisure activities for leisure time.

KEY WORDS

Elderly patients; Leisure; Nursing.



INTRODUCCION

Cada día es más evidente el incremento de población anciana que el sistema sanitario tiene que atender, ya sea en su propio domicilio, hospitales, centros de salud o residencias. Y es Enfermería, la que detecta la mayoría de las veces que los ancianos reclaman atención por un problema de salud, que no es real, sino una forma de manifestar el que alguien atienda sus demandas de necesidades insatisfechas, por ellos mismos y por la propia sociedad, en el sistema actual de vida. Ya que, al tener tiempo libre, no se disfruta por falta de actividades satisfactorias y se vive la vejez como una carga y no como otra etapa más.

MATERIALES

Conocer los indicadores para la confección de un estudio de la realidad previa a la planificación:

1. *Datos generales:* edad, sexo, procedencia, estado civil, residencia actual, estado de salud actual, situaciones económicas, medio en el que viven y condiciones del hábitat.
2. *Servicios de tipo asistencial disponibles:* servicios preventivos, equipamiento, centros de día, residencias.
3. *Organización y funcionamiento de las residencias:* funcionamiento, intimidad.
4. *Residentes y personal:* características técnico-profesionales, habilidades poseídas, integración.
5. *Clima social:* independencia, conflicto, expresividad, actividades recreativas, etc.
6. *Actividades diseñadas y realizadas:* participación en actividades recreativas, etc.
7. *Contactos sociales:* contacto diario, visitas privadas, recibe visitas, etc.
8. *Participación social:* voluntaria, búsqueda de placer, posee información sobre sus derechos sociales.
9. *Aspectos económicos:* situación económica real, ayudas, carencias económicas importantes.
10. *Vida asociativa:* celebraciones, vida política, manualidades, animación.
11. *Actividades terapéuticas:* relajación, manualidades, ludoterapia, rehabilitación, etc.

Primero, tendremos que dar respuestas a todas estas preguntas:



Figura 1.

A) Análisis de la realidad

1. ¿Porqué se va a actuar? localización de necesidades.
2. ¿Qué se va a hacer? definiendo la naturaleza del proyecto, incluso su denominación.

B) Una vez elegido el proyecto

3. ¿Para qué se va a actuar? formular objetivos.
4. ¿A quién se dirige la acción?

C) Al planificar la acción

5. ¿Cómo se va a actuar? formular objetivos: decidir.
 - Actividades y tareas
 - Metodología
 - Organización
6. ¿Con quién? se va a contar y determinar los recursos humanos?
 - Equipo de coordinación
 - Apoyo
 - ColaboradoresFijar la relación entre ellos, así como la distribución de responsabilidades.
7. ¿Con qué se va a realizar la acción?

Recursos { Materiales
 { Económicos

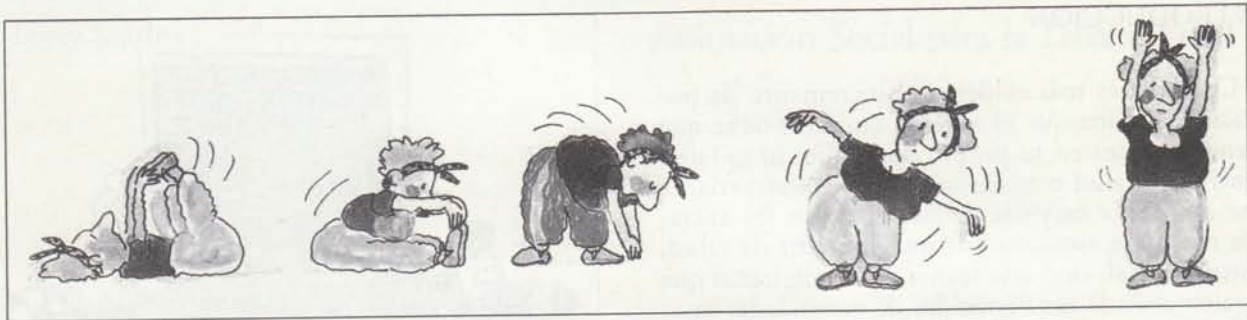


Figura 2.

8. ¿Cuándo se va a realizar la acción? establecer:
- Frecuencia
 - Periodicidad
 - Secuencia de todo el proceso de gestión y ejecución
9. ¿Dónde se va a hacer? concretar el ámbito de alcance del proyecto y los espacios en los que se va a intervenir.

METODO

En la animación socio-cultural para la Tercera Edad, uno de los objetivos más importantes es la organización del tiempo libre, como tiempo de ocio, ya que es un tiempo no reglado, abierto para cualquier actividad, aunque sujeto a determinantes eco-

nómicos, capacidad de relación, desarrollo educativo y cultural de la persona.

"El ocio" se define como un disfrute activo, consciente, organizado, constructivo, enriquecedor del tiempo libre; en el anciano el tiempo libre es una carga más que un disfrute.

Crear momentos de ocio, dentro del tiempo libre de las personas mayores, es el objetivo de la animación socio-cultural en la tercera edad.

El objetivo es complejo, porque varios factores, además de los propios del envejecimiento fisiológico, corren en nuestra contra, entre ellos:

- El aislamiento, entendido como desentendimiento de las habilidades de adaptación social.
- Su falta o déficit de habilidades de relación, que les impide muchas veces dar respuesta adecuada a las nuevas situaciones sociales con las que se encuentran.



Figura 3.



- Pérdida de la autoestima personal, relacionada con la desvalorización de su puesto en la jerarquía laboral y familiar, así como el escaso valor que se les atribuye como personas en los ámbitos anteriores.
- La falta de estímulos y de metas u objetivos para continuar con el proceso de superación personal, aprendizaje o actividad física.

Factores positivos que favorecen las posibilidades de animación

- La propia disponibilidad de tiempo libre, ya que suelen ser o estar liberados de las rutinas de mantenimiento.
- La acumulación de experiencias: ya como experiencias personales o como habilidades técnicas.
- La progresiva aparición de una cultura de la Tercera edad, fruto de una mayor formación y una incipiente concienciación sobre su posición e importancia social, que apoya y resalta los derechos y oportunidades de estas personas.

La animación socio-cultural puede aportar importantes elementos que mejoren la situación de los adultos mayores y del anciano, actuando precisamente sobre las nuevas situaciones y experiencias que la persona se ve abocada a enfrentar al llegar a cierta edad, dotándoles de sentido y propiciando el continuo desarrollo personal.

Características de la animación

- Consciente
- Participativa: conocer necesidades, expectativas, etc.
- Organizada

Participación para decidir y planificar aquellas acciones que se consideran oportunas.

Participación para ser los auténticos protagonistas de las actividades y no sus consumidores o espectadores, y evaluar o valorar los resultados obtenidos.

La participación como un derecho de todo los implicados, incluidos los técnicos sociales y el resto de profesionales a expresar su opinión y verse comprometido en la satisfacción de sus necesidades.

Contenidos

21

1. *Tiempo libre, ocio y Tercera edad*

- Necesidades y demandas de ocio en los ancianos
- Oferta de ocio institucional
- Actitudes de la Tercera edad ante el tiempo libre
- La animación socio-cultural como recurso.

2. *Los grupos en la Tercera edad*

- Enfoque evolutivo en la Tercera edad
- Motivaciones y frenos de los ancianos
- Relaciones interpersonales y conflictos

3. *Desarrollo de actividades de animación en un local para la Tercera edad*

- Planificación de actividades
- Seguimiento y evaluación

4. *Recursos de animación*

- Selección de recursos en función de los destinatarios
- Areas de trabajo con los ancianos
- Situaciones en las que aplicar los diferentes recursos

RESULTADOS

Esquema de un programa elaborado de actuación:

Talleres:

- Teatro y literatura
- Periodismo
- Cultura tradicional
- Trajes regionales
- Cestería
- Dibujo
- Tapices, macramé
- Cocina
- Dinámica de grupos

Visitas y excursiones

- Intercambios con otros centros
- Visitas a la ciudad
- Museos culturales, cine
- Excursiones por la provincia o región

22

— Seminarios, encuentros y salas activas

- Seminarios:
 - Temas de actualidad
 - Temas de folklore
 - Temas de salud
 - Temas sobre la Tercera edad
- Encuentros:
 - Convivencia con familiares
 - Intercambio con otros centros
 - Encuentros con la juventud
 - Muestras de folklore
- Salas activas:
 - Lectura: técnicas de animación
 - Música: juegos, televisión, cine-forum

Deportes:

- Deportes autóctonos
- Gimnasia de mantenimiento
- Técnicas de movilización: fisioterapia, socio-terapia y terapia ocupacional
- Cuidado del jardín por parte de ancianos voluntarios

Todo este método se desarrollará tras una previa coordinación entre profesionales sanitarios y voluntariado, que se formará: a partir del centro de salud, el municipio, el voluntariado y los hogares y residencias de ancianos, así como los propios domicilios particulares, siendo Enfermería un nexo de unión entre todos los vinculados en el cuidado de la persona anciana.

CONCLUSIONES

Con la elaboración de esta guía, quiero hacer constar la preocupación que he sentido, ya que como enfermera, hay aspectos del cuidado y promoción de la salud en el anciano que se escapan a nuestras posibilidades de acción, por no saber como enfocarlo, ni conocer los medios de los que disponemos en la actualidad, por lo que he tenido que dirigir mi formación en este aspecto, y considero de gran utilidad en compañeros con las mismas circunstancias. Por todo esto, dejo un punto de referencia para el que quiera profundizar.

BIBLIOGRAFIA

GOMEZ, B. A. "Intervención en la tercera edad". Págs. 68-75.
 AGRUSO, V. M. "Learning in the later years. Principles of educational gerontology". Nueva York: Academic Press, 1978.
 BALTE, P.; SCHAIE, K. W. "On life-Span developmental research paradigms: Retrospects, en lif-Span developmental research

psychology: Personality and socialization. New York: Academic Press, 1973.
 BIRREN, J. E. "A brief of the psychology of aging en the Gerontologist". 1961; 1: 69-76.
 NARCISO, S.; VEGA, J. L. "Acción socio-educativa en la tercera edad. Págs. 48-60.