

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Mediaciones Recreativas y Reminiscencias de la Persona Mayor con Alzheimer y de la Persona Mayor con Discapacidad Física. (Recreational Mediations and Reminiscence of older people with Alzheimer and older people with disabilities).
Autor(es)	Casallas López, Diana Patricia
Director	García Cárdenas, Julián David.
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2017. 52 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	MEDIACIÓN; RECREACIÓN; REMINISCENCIAS; ALZHEIMER Y DISCAPACIDAD FISICA.

2. Descripción
El trabajo de grado que se propone, es la generación de espacios encaminados hacia la narración de relatos de vida de la persona mayor identificando en ellos sus principales experiencias, y recuerdos significativos que han marcado sus vidas, utilizando mediaciones recreativas como ese estímulo desencadenante que permitan a las personas mayores, evocar esos recuerdos y épocas significativas de sus vidas, reconociendo las principales características de ambas poblaciones.

3. Fuentes
<p>Aliño, J. J. L. I., Miyar, M. V., & American Psychiatric Association. (2008). <i>DSM-IV-TR: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales</i>. American Psychiatric Pub</p> <p>Arnáiz Loizaga C., Carrasco Martín M, Flores Moreno P, Rivera Vázquez S. (2004). <i>La enfermedad de Alzheimer</i>, un trastorno neuropsiquiátrico, Psiquiatría editores, Paseo de Gracia, Barcelona (España).</p> <p>Moreno, J. T. B., & Mérida, J. A. M. (2012). Algunos antecedentes históricos del concepto de memoria autobiográfica.</p> <p>Osorio, E. (2011). El campo de la recreación como un modelo de justicia social. Una mirada a la experiencia. <i>Revista latinoamericana de la recreación</i> 1(1), 32-51. Recuperado de: http://revistarecreacion.net/volumen1/REVISTA%20LATINOAMERICANA%20DE%20RECREACION%20ENERO%20JUNIO.pdf</p> <p>Sarlo, B. (2007). <i>Tiempo pasado. Cultura de la memoria y giro subjetivo. Una discusión</i>. Siglo XXI.</p> <p>Scolni, M. (2013). TALLER DE REMINISCENCIAS: RESIGNIFICANDO RECUERDOS Y EXPERIENCIAS CON ADULTOS MAYORES CONCURRENTES A UN HOGAR DE DÍA. In <i>V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de</i></p>

Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Salazar-Villanea, M. (2007). Identidad personal y memoria en adultos mayores sin demencia y con enfermedad de Alzheimer. *Actualidades en psicología*, 21(108), 1-37. Recuperado de:

<http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/actualidades/article/view/26>

Strauss, A. L., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquia.

Trejos, J, Cano, M y Cardona, D. (2006). Recreación psicoterapéutica: Avances conceptuales e investigativos. Funlibre. Recuperado de: <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso9/JJTrejos.html>

Villegas, M., González, D., & Fredy, E. (2011). La investigación cualitativa de la vida cotidiana: medio para la construcción de conocimiento sobre lo social a partir de lo individual. *Psicoperspectivas*, 10(2), 35-59.

4. Contenidos

A continuación, se presentará los subtítulos del artículo especializado que se elaboró.

Reminiscencias en la persona mayor:

Acercamiento al concepto de reminiscencias y la importancia de la evocación de las mismas para contribuir a mejorar procesos cognitivos en la persona mayor.

Persona mayor y recreación:

Se aborda la recreación y su concepción desde la Estrategia Nacional de Recreación de Envejecimiento y Vejez.

Mediación recreativa:

Se habla de la mediación y su relación con la recreación y su papel en la evocación de reminiscencias en la persona mayor.

El Alzheimer y las reminiscencias:

El papel de las reminiscencias en la demencia tipo Alzheimer, sus contribuciones y miradas.

La discapacidad física, el deterioro cognitivo sin demencia y las reminiscencias:

Las reminiscencias en las personas mayores sin demencia, pero con una discapacidad física, su importancia y miradas.

Diseño de las sesiones:

Se presenta las mediaciones recreativas realizadas con las personas mayores en las sesiones programadas.

Resultados:

Se muestran las reminiscencias relatadas por las personas mayores, y así mismo se analizan las mismas.

Categorías de análisis:

La familia, conocimiento y profesión y el juego e infancia fueron categorías que emergieron de las reminiscencias relatadas por las personas mayores.

Reminiscencias y mediaciones recreativas:

Se muestran los logros alcanzados por el proyecto en cuanto a la evocación de reminiscencias y las mediaciones recreativas como estímulo.

Alzheimer y discapacidad física:

Se presenta los logros de las mediaciones recreativas en las afectaciones cognitivas como el Alzheimer y en la discapacidad física.

5. Metodología

La metodología utilizada es el uso de las historias y relatos de vida como técnicas de investigación

6. Conclusiones

La narración de recuerdos a través de mediaciones recreativas permitió que las personas mayores reflexionen sobre los significados que tienen estos episodios para sí mismos, estas experiencias individuales y compartidas que fueron narradas en los que se evidencian procesos acerca de la elaboración de estos relatos y los sentimientos que los acompañan, en el caso de las personas mayores con Alzheimer se ve el reconocimiento apropiación de sí mismo y su entorno, sus compromisos vitales los cuales son de gran importancia para ellos, "Los recuerdos de especial importancia para el individuo son elaborados en forma narrativa y se almacenan formando parte de una historia vital" (Nelson, 1993, citado por Mérida y Moreno 2012, pág.48), percibir estos recuerdos y relatarlos como parte de una historia vital que se reconocen como episodios que han marcado sus vidas.

Estas vivencias de diferentes épocas de sus vidas, generar en ellos sentimientos de satisfacción, bienestar al relatar sobre sí mismos, creando historias que condensan momentos de vida significativos, la población con alzheimer como ya se vio en los relatos anteriores la búsqueda de palabras tenía más dificultad y sus pausas eran más acentuadas, es decir el proceso de recordar era más lento, sobre las personas con discapacidad física sus recuerdos eran más fluidos aunque en ocasiones el proceso se volvía pausado, en las dos poblaciones se observó que sus relatos eran expresados con alegría, entusiasmo y satisfacción, por las palabras utilizadas que eran muy frecuentes, "me gusta", "feliz", en estas historias que fueron narradas de una manera consciente sobre sus experiencias de vida.

Con respecto a los recuerdos se observa que en las dos poblaciones con Alzheimer y discapacidad física son estructurados y coherentes, en las dos poblaciones la evocación de reminiscencias es beneficiosa, en los que no presentan la enfermedad hay una estimulación que permite que estas reminiscencias logren que ellos mismos construyan sus historias y ejerciten su memoria y los que la presentan, esta estimulación

permitirá que esos sentimientos de bienestar y satisfacción producto de las reminiscencias sean parte del proceso de tratamiento de su enfermedad.

Las mediaciones recreativas como ese estímulo que permitió en este caso a las personas mayores narrar sus historias vitales, esas reminiscencias que al ser relatadas por ellos mismos permitieron una construcción y reconocimiento de sí mismo y de sus experiencias de vida relatadas donde estaban presentes ellos y sus familias, estas mediaciones que se presentaron a las personas mayores con Alzheimer y sin la enfermedad en el mismo espacio y momento logran que ellos en cada sesión quieran participar y se interesen en estas actividades, se empieza preguntando sobre que recuerdo relacionan con la mediación recreativa, en este momento la recreación ya no es vista como hacer actividades de esparcimiento sin ningún objetivo, está claro que se debe ir más allá como se ve a continuación.

Planteo que la recreación no sólo está dada para la diversión o el consumo de productos de entretenimiento, sino que en sí misma favorece la creación de espacios para el desarrollo humano y, por ende, ha de ocupar un lugar en la vida cotidiana (Osorio, 2011, pág. 9).

De este modo estos espacios recreativos dentro de la institución donde las personas mayores encontraron un escenario para evocar sus recuerdos, reminiscencias para ser compartidas, se integraron en las actividades disminuyendo el aislamiento que se presenta, este espacio fue reconocido para reflexionar y construir historias de sí mismo.

Es por ello que la recreación como mediación cumplió unos objetivos, una meta clara dentro de la institución la creación de espacios donde las personas mayores con Alzheimer y con discapacidad física, reconocieran la importancia de estos y su contribución a su desarrollo personal en la evocación de historias de sí mismos, participando de una manera activa en cada sesión.

Elaborado por:	Diana Patricia Casallas López
Revisado por:	Julián David García Cárdenas.

Fecha de elaboración del Resumen:	31	05	2017
-----------------------------------	----	----	------

Mediaciones Recreativas y Reminiscencias de la Persona Mayor con Alzheimer y de la Persona Mayor con Discapacidad Física.

***Diana Patricia Casallas López**

Resumen

Objetivo: Estudiar las características de las reminiscencias narradas por las personas mayores de la Fundación Hogar Sagrado Corazón, a través de mediaciones recreativas.

Método: Análisis de relatos de vida de 2 personas mayores con Alzheimer y 4 personas mayores con discapacidad física.

Resultados: Este artículo da cuenta del estudio realizado en la Fundación Hogar Sagrado Corazón donde a través de la recreación se generan espacios encaminados hacia la narración de relatos de vida de la persona mayor identificando en ellos sus principales experiencias, y recuerdos significativos que han marcado sus vidas, en este sentido las mediaciones recreativas como ese estímulo desencadenante es el medio para que las personas mayores logren evocar esos recuerdos y épocas significativas de sus vidas, reconociendo las principales características de ambas poblaciones.

Palabras clave: Mediación, Recreación, Reminiscencias, Alzheimer, Discapacidad Física.

* Tecnóloga en gestión del tiempo libre en recreación. Estudiante de la Licenciatura en Recreación, Facultad de Educación Física. UPN. dpcasallas@hotmail.com

Recreational Mediations and Reminiscence of older people with Alzheimer and older people with disabilities.

Abstract

Objective: To study the reminiscences narrated by a group of older people from Sagrado Corazón Home Foundation through recreational mediations.

Results: This article examines the study carried out at Home Foundation Sagrado Corazón, where spaces aimed at narration of older people life stories are generated through recreation, identifying their main experiences and most significant memories that have marked their lives. In this respect, recreational mediations as triggering stimulus becomes the means for older people to achieve evoking those memories and significant moments of their lives, recognizing the main characteristics of both population groups.

Key words: Mediation, Recreation, Reminiscences, Alzheimer, Cognitive impairment.

A modo de Introducción

“Mediaciones recreativas y reminiscencias de la persona mayor con Alzheimer y de la persona mayor con discapacidad física” es una idea que surge a partir del espacio académico Recreación para el adulto mayor perteneciente a la Licenciatura en Recreación, allí se realizaron actividades recreativas para esta población con discapacidad física y cognitiva en la Fundación Hogar Sagrado Corazón. Durante su desarrollo se evidenció que las historias, vivencias y experiencias ocupaban un lugar importante en las sesiones cuya frecuencia era de tres horas, una vez a la semana, ofreciendo en cada oportunidad actividades al aire libre o en lugar cerrado; este espacio se fortaleció y al pasar los días se

convertía en un momento de agrado, satisfacción y reflexión para las personas habitantes de la institución.

Si bien en el hogar existe una atención integral donde se tratan sus dimensiones psicológicas, de salud y física la recreación, como ese campo social donde las personas mayores veían esa oportunidad de realizar actividades que les gustaban compartiendo experiencias y vivencias personales, era reconocido y lo esperaban con entusiasmo y alegría.

Es por ello que nace el interés por conocer más acerca de estos recuerdos, sus características y qué relación tienen las actividades recreativas que en ese momento se realizaban en la institución con la evocación de estas vivencias. En este sentido, en estos relatos expresados estaban presentes sus familias y personas cercanas, y al ser narrados se generaban sentimientos de satisfacción.

El análisis de este estudio partió del siguiente interrogante: ¿Cuáles son las características de las reminiscencias relatadas a través de mediaciones recreativas en la persona mayor con alzhéimer y de la persona mayor con discapacidad física?

De tal manera, se ve la necesidad de darle continuidad a estos procesos que tuvieron lugar dentro del espacio académico mencionado, primero por la acogida de las personas mayores hacia estos espacios y segundo el querer seguir un camino investigativo sobre los recuerdos y vivencias relatados. No es de desconocer que las personas mayores poseen todo un bagaje histórico que enriquece a una sociedad y en este caso cuando tienen un diagnóstico de Alzheimer qué rasgos poseen esos recuerdos y cómo son manifestados, así mismo cuando tienen una discapacidad física.

En este sentido se diseñan mediaciones recreativas para las personas mayores reconociendo en ellos sus experiencias, vivencias y recuerdos.

El proyecto se realiza con las personas mayores de la Fundación Hogar Sagrado Corazón, que se encuentra ubicada en la Calle 117 # 5 a 14, en la localidad de

Usaquén, 1 hombre y 6 mujeres entre los 68 y 89 años de edad, 2 con Alzheimer inicial y moderado y 4 con discapacidad física.

El hogar lleva aproximadamente 35 años de funcionamiento; se inició de una manera informal con el Hermano Rey quien fue su fundador, él inicio este hogar sin ningún tipo de apoyo de entidades, no existían leyes ni políticas en el país que protegieran a las personas mayores con patologías o abandono de sus familias. El Hermano Rey sacaba a las personas mayores debajo de los puentes de las calles y los acogía en el hogar los bañaba, les daba de comer, los cuidaba, algunos se quedaban otros iban y volvían.

Actualmente, las personas mayores que residen en la Fundación se encuentran entre las edades de 68 a 98 años, todos con discapacidades físicas y/o cognitivas.

El Hogar Sagrado Corazón, ofrece un cuidado integral y permanente a los adultos mayores y a sus familias, con el fin de conseguir mejores condiciones de vida y ofrecer apoyo en procesos de enfermedad no curable, avanzada o terminal.

Por otro lado, como se ve a continuación en el concepto de Persona Mayor se hace una dignificación y reconocimiento como ser humano, visualizando la vejez como parte fundamental del curso de la vida y la sociedad.

Una persona capaz de pensar y razonar por ella misma, tomar decisiones sobre su propia vida. Capaz de aportar económicamente a una sociedad, desde su medio familiar y social. Importante en el desarrollo de la familia, la comunidad, el barrio, la vereda, la localidad, el municipio, el departamento y el país. (Estrategia Nacional de Recreación de Envejecimiento y Vejez con y para las Personas Mayores, 2005, pág. 12)

Al respecto se puede ver la inclusión de esta población a todos los ámbitos de la sociedad en la cual se configura lo valioso de sus aportes en su medio más próximo, toma decisiones sobre su propia vida, piensa, razona y su apego al pasado así posea una discapacidad física o cognitiva, esos recuerdos son significativos.

Estas vivencias que las personas mayores traen de su pasado tienen toda una carga emocional que es construida por ellos mismos en ese momento, y es a partir de allí que se generan sentimientos de bienestar y satisfacción al poder compartirlos.

MARCO TEÓRICO

Reminiscencias en la persona mayor

Ser persona mayor significa atravesar por diferentes dinámicas de la vida donde se han generado experiencias, vivencias, recuerdos, momentos significativos en el que existen cambios a lo largo de esta: los cambios son bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales (Política Pública de Envejecimiento y Vejez, 2007, pág. 11)

Se consideran personas mayores a mujeres y hombres que tienen 60 años o más se encuentran en un estado de la vida donde se han acumulado un número de experiencias, vivencias, recuerdos que permanecen con el pasar del tiempo y que llegan a convertirse en significativos por el rol que han cumplido en sus vidas, unos recuerdos de momentos de vida que puedan ser narrados o esas experiencias propias íntimas que los involucran a sí mismos y a personas cercanas para ellos, estos son esa entrada al trabajo de las reminiscencias. ¿Pero cómo se logra que las personas mayores puedan evocar sus relatos y compartirlos? Una de las principales características de esta población según estudios realizados tiene que ver con el “Apego a ese pasado en forma de recuerdos, o asumiéndolo como un modelo para el presente” (Vásquez, 2001, s.p.)

Para esta población los vínculos con detalles de acciones realizadas días, meses o años atrás puede decrecer, pero el pasado está arraigado ya sea por experiencias propias o familiares y éstas son exteriorizadas gracias a la evocación. Estos relatos producto de narraciones, tienen un sentido, es decir

cuentan con unos personajes, situaciones donde interactúan con su entorno, entretejiéndose unas relaciones. “Se puede narrar a través de un tipo relato donde existen unos personajes y una relación de acciones voluntarias e involuntarias, abiertas y secretas” (Sarlo,2007, p.13).

Acerca de estos relatos Bárbara Myerhoff se refiere a una estrategia desarrollada que consiste en hacer a los participantes activos de su propia historia dando definiciones y explicaciones sobre su destino pasado y futuro lo que ella denomina “Ceremonias de Definición”. “Estos relatos brindan la oportunidad a cada individuo de ser visto en sus propios términos, reuniendo a testigos de su existencia, su mérito y su vitalidad” (Myerhoff, 1986, citado por White, 2004, p.181).

Si bien se hace un relato de un episodio particular de vida hay unos testigos que en este caso son los otros integrantes de la Fundación donde se realizó el proyecto, los cuales escuchan, animan a seguir con la evocación y esas mismas historias hacen que se desencadenen otros recuerdos, por ejemplo, sobre el lugar de nacimiento que puede ser compartido y no lo sabían, o sus profesiones. Estos espacios hacen que la narración de recuerdos sea aún más significativa ya que “se hace una revisión sobre aspectos del pasado contribuyendo al surgimiento de sentimientos de satisfacción y de reflexión” (Salazar, 2007, pág.5).

Como ya se había mencionado anteriormente las personas mayores muestran mayor apego a sucesos del pasado y se concentran más en ellos, mostrando el valor que tienen estos hechos en sus vidas, lo que se conoce como reminiscencias.

La reminiscencia es siempre un proceso dinámico en que las personas van construyendo a medida que van explicando o recordando; por lo tanto, es una cadena de hechos, narraciones, imágenes, referentes. Eso se traduce en el hecho de que unos acontecimientos evocan otros, y que se dan muchas conexiones entre las personas y sus recuerdos (Scolni, 2013, pág. 218).

En este sentido se crean vínculos entre las personas y sus recuerdos por medio de estímulos que desencadenan la evocación de estos recuerdos, esos estímulos que serán las mediaciones recreativas, permitirán que las personas mayores relaten sus historias, las compartan logrando disminuir el aislamiento que se presenta al no querer salir de sus dormitorios, algunas veces por enfermedad o por desinterés en las actividades programadas en la fundación. Debe ser un desafío generar estos espacios para las personas mayores donde ellos se sientan motivados a socializar y sentir la importancia que tienen estas historias y relatos en sus vidas, es por ello que una de las funciones de la reminiscencia es:

Recordar pensando o relatando hechos, actos o vivencias del pasado, es una actividad psíquica necesaria en el envejecimiento y en la vejez en cuanto a que favorece la integración del pasado al presente, brinda continuidad, refuerza la identidad, aumenta la autoestima y permite la resignificación. (Salazar, 2007, pág. 5).

Así mismo Salvarezza (1988) menciona que la reminiscencia es: “una actividad mental organizada, compleja y que posee una finalidad instrumental importantísima: la de permitirle al sujeto reafirmar su autoestima cuando sus capacidades psicofísicas y relacionales comienzan a perder vitalidad”. (s.p)

La importancia de los recuerdos en momentos donde existen dificultades físicas o cognitivas cobra relevancia ya que estos sucesos generan bienestar y satisfacción en la persona que los relata en este sentido, hacen sus propias construcciones y como lo indica Salavarezza, (1988) reafirma su autoestima.

Por otro lado, la reminiscencia como una técnica es desarrollada por Robert N. Butler, y consiste en recordar eventos o periodos de la propia vida, “Una tarea de desarrollo propia de la vejez con la que se imprime a la vida, la cual conlleva un proceso de integración que es intencional, reflexivo y retrospectivo” (Butler, citado por Salazar 2015, pág.49)

En la técnica de reminiscencias desarrollada por Butler, el recordar eventos específicos de la vida es muy propia de la vejez por todas las experiencias que se

han acumulado a lo largo de los años, para esto es necesario activar estas reminiscencias por medio de estímulos que desencadenen la evocación de estos relatos, donde se generan procesos de reflexión y retrospección, Butler destaca que las reminiscencias eran más intensas y con más frecuencia en la vejez por el inminente acercamiento al final de la vida en comparación con otras etapas.

Sobre la narración de historias se puede ver que narrar historias es una habilidad que posee la persona mayor como se nombra a continuación “sus recuerdos son elaborados y altamente estructurados al momento de relatar episodios de su vida los cuales son considerados de gran relevancia en la sociedad” (Squire y Schacter, 2003, citado por Salazar 2015, p 50.)

Estos relatos son apreciados por la habilidad que poseen las personas mayores en su narración ya que incluyen una variedad de elementos que lo hacen interesante de escuchar, sus emociones, el tono de voz, igualmente su contenido es reconocido por ser de interés y valioso para la sociedad, por su organización y claridad.

Persona mayor y recreación.

La Estrategia Nacional de Recreación de Envejecimiento y Vejez (2005) se refiere a la recreación como:

Es mediadora en la creación de espacios de protagonismo de la persona mayor y de posibilidad de construcción de relaciones con los otros y las otras, es una pedagogía de la memoria que le da voz y aporta a la sociedad una gran riqueza en relación con lo que somos y nos hemos construido como país, al recuperar la remembranza de una historia que se construye con sujetos reales.
(pag,13)

La recreación permite a las personas mayores tener espacios donde ellos son los protagonistas, estos escenarios propician la narración de relatos generando la

posibilidad de construcción sobre sí mismo, y ser reconocidos en sus propios términos por el otro.

De tal manera que estas narraciones permiten conocer relatos de vida de las personas mayores logrando manifestar sus sentimientos y emociones que en ese momento son generados, “El sujeto debe reflexionar y transformar su experiencia pasada, convertirla en un contenido mental, se seleccionan los eventos según su importancia” (Mérida y Moreno,2012, pag.53)

Mediación Recreativa

Según la Universidad Pedagógica Nacional (2013), la Recreación es vista como:

Una mediación creativa con intencionalidad pedagógica que tiene como propósito aportar a la construcción del tejido sociocultural potenciando la imaginación y los lenguajes lúdicos que interpelen los discursos hegemónicos frente al trabajo, el tiempo libre y el ocio, para agenciar otros mundos posibles alternativos, alterativos e incluyentes (pag,35)

Al respecto, la recreación es concebida como una mediación creativa con el objetivo de contribuir a la construcción de tejido social y ello se evidencia en la construcción de historias y relatos con las personas mayores que son compartidos en las sesiones, de esta manera se crean nuevas formas de relacionarse y de compartir potenciando nuevas narrativas y lenguajes acerca de sí mismo, logrando una resignificación y reconocimiento dentro de la institución.

Se cuestiona la propia realidad tomando conciencia de ella, la recreación permite la inclusión y la participación colaborativa, reconociendo las individualidades y su relación con el otro.

En cuanto a la mediación Reuven Feurestein (1991) menciona que es:

“Un tipo de interacción entre el organismo del sujeto y el mundo que lo rodea. Ciertos estímulos del medio ambiente, son interceptados por un agente, que es un mediador, quien los selecciona, los organiza, los reordena, los agrupa, estructurándolos en función de una meta específica” (s.p)

En ese sentido, en la mediación la persona tiene una participación activa al igual que su entorno, esta interactividad de las personas con los estímulos dan como resultado un producto el cual es la evocación de reminiscencias, igualmente es el mediador el que organiza, selecciona conduce estos estímulos que facilitarán la narración de estos recuerdos.

Al respecto si se habla de mediación recreativa se deben tener en cuenta que se está orientando a la recreación hacia unos objetivos que está claro van más allá de un puro esparcimiento, entonces se pretende potenciar la evocación de reminiscencias apoyándose en la recreación como ese instrumento facilitador que permitirá mejorar estos procesos cognitivos en las personas mayores con alzheimer y con discapacidad física.

En este sentido, la recreación permite el uso de recursos que serán esos estímulos desencadenantes y esto se menciona dentro de la recreación terapéutica que, de acuerdo con Davis,1936, (citado por Trejos, Cano y Cardona, 2006) es: “Cualquier actividad motora, sensorial o mental realizada en forma libre y voluntaria, vitalizada por el espíritu del juego expresivo, sostenida por actitudes placenteras fuertes y evocadas por la liberación emocional del cuerpo entero” (s.p)

De tal manera que la recreación terapéutica, está encaminada a mejorar esos procesos que tienen que ver con la salud psicosocial de las personas mayores por medio de técnicas y dinámicas que apoyen el tratamiento de enfermedades y en este caso cuando hay una pérdida de memoria, cómo el uso de mediaciones recreativas permite la recuperación de recuerdos vitales.

“La mediación promueve la construcción del conocimiento y las experiencias. En este sentido también, contribuye a cambiar o transformar mundos crea espacios

de oportunidades, posibilidades y de búsqueda del conocimiento” (Chaves y Gutiérrez 2008, pág. 43)

Las mediaciones recreativas buscan construir experiencias significativas y novedosas que les permita a las personas mayores relatar episodios de sus vidas, permitiendo crear vínculos de afectividad con los otros, y sentimientos de satisfacción,

Por otro lado, la mediación según Chaves y Gutiérrez (2008)

“Al estar impulsada por la comunicación verbal y no verbal, crea un vínculo de afectividad y, por lo tanto, establece la relación humana, avanza recurrentemente, de experiencia en experiencia y por eso está dirigida sobre los aprendientes: inmersos en la tarea de construirse y recrearse, de abrirse y apropiarse de su mundo” (Chaves y Gutiérrez, (pág.43)

Al respecto, estas mediaciones permiten un vínculo que mejora las experiencias de las personas participantes, ya que se crean espacios donde se pueden expresar, se construyen por medio de sus relatos que son recreados generando sentimientos de satisfacción al recordar estos episodios de vida tan importantes.

El alzheimer y las Reminiscencias

“La enfermedad de Alzheimer es una afección neurodegenerativa de inicio insidioso y curso progresivo, que da lugar a tres grupos de síntomas característicos: a) pérdida de memoria y otras alteraciones cognitivas; b) síntomas no cognitivos entre los que destacan los trastornos psicóticos y afectivos al igual que las alteraciones conductuales, y c) síntomas neurológicos”. (Arnáiz, Carrasco, Flores, Rivera, 2004, pág. 29)

Se trata de una enfermedad múltiple por los síntomas que presenta y el progreso de estos, aparece la mayoría de veces en la vejez como un trastorno

neurodegenerativo, produciendo alteraciones cognitivas en esta población, aunque la pérdida de memoria es un síntoma característico, no todos los tipos de memoria se afectan de la misma manera.

Arnáiz, *et ál.* (2004) mencionan que la memoria se ve implicada, pero por su composición de redes neuronales unos procesos se ven afectados y otros no presentan daño. Así mismo hacen una clasificación de la memoria así:

Memoria declarativa o explícita:

- Memoria a corto plazo
Capacidad limitada (7 a 12 ítems), olvido rápido
- Memoria a largo plazo
Capacidad ilimitada, olvido lento
 - ✓ Memoria episódica: memoria para acontecimientos personales situados cronológicamente.
 - ✓ Anterógrada o reciente: hechos nuevos o reciente
 - ✓ Retrograda o tardía: hechos pasados hace tiempo
- Memoria semántica: memoria permanente del conocimiento teórico sobre hechos, conceptos, palabras y su significado.

Sobre la memoria episódica, que puede ser retrograda por la imposibilidad de narrar sucesos del pasado o anterógrada no lograr almacenar información y por tanto no recuerdan lo que han hecho recientemente, la mayoría de las quejas de falta de memoria se encuentran en esta última como se ve a continuación:

“Estas anormalidades, que constituyen un deterioro multifocal y progresivo, se presentan principalmente en la corteza cerebral temporal y en el hipocampo, estructura localizada en el lóbulo temporal que cumple importantes funciones para la memoria a corto plazo y el sistema límbico”. (Salazar 2007, Pág. 8)

A cerca de este estudio se trabaja con persona mayor con Alzheimer, en los casos de padecimiento de la enfermedad aun cuando se pierda la memoria de una manera gradual y sus recuerdos pasados no se logren narrar con facilidad en este

caso en la Fundación la enfermedad se encuentra en fase prodrómica, y es por ello que se puede acceder a recuerdos significativos, Salazar menciona que:

En sus estadios iniciales e intermedios puede accederse aún a su recuerdo autobiográfico más significativo, aquel que se relaciona con su núcleo de identidad existencial y que no se destruye fácilmente por el ensayo repetido de estos eventos en la memoria, su intensidad afectiva y su elaborada codificación, estos eventos pasados conforman el núcleo de sus historias de vida, narrativas del sí mismo que están fuertemente consolidadas facilitando el recuerdo (Salazar 2007, pág,5)

Es por esto que según los anteriores planteamientos los recuerdos personales así exista una afectación están presentes en la memoria episódica, esos recuerdos que tienen una carga significativa y se registran en cómo se experimentaron esos sucesos, son experiencias que por ser personales se conciben con más facilidad por su carga emocional, en este sentido las mediaciones recreativas buscan que se evoquen esas reminiscencias que benefician en procesos mentales ya que como un método no farmacológico estimula estas funciones es decir la memoria episódica como se ve a continuación: “La mejor intervención para el mantenimiento de funciones cognitivas en la enfermedad de Alzheimer es el uso combinado de psicofarmacología y psico estimulación” (Salazar,2012, pag.133)

En este sentido Salazar (2012) indica que según estudios sobre este tipo de demencia el personal de las instituciones donde se trabaja o habitan personas mayores “reconocen y solicitan la intervención con reminiscencia a partir de la estimulación de la memoria autobiográfica como una de las actividades significativas que más responde a sus necesidades y que, subjetivamente, perciben como aquella que brinda mayores beneficios” (Harmer y Orrell, 2011 citado por Salazar 2012, pág,128).

La Discapacidad Física, el Deterioro cognitivo sin demencia y las Reminiscencias.

la Discapacidad Física es “Es aquella que involucra todas las deficiencias, las limitaciones en la actividad, las enfermedades y restricciones en la participación de una persona” (Organización Mundial de la Salud, 2001, Pág. 5)

Las Discapacidades Físicas que se evidencian en las personas mayores tienen que ver con la restricción en la movilidad de miembros inferiores, baja visión y artritis que dificulta el movimiento de sus manos dificultando sus actividades de la vida diaria

Esta población, aunque no posee un diagnóstico de demencia existe una pérdida de memoria que entraría a ser un trastorno cognitivo menor como se ve a continuación: Arnáiz, *et ál.* (2004) mencionan que los trastornos cognitivos menores, aunque tienen una afectación en la memoria no alcanzan para determinar un diagnóstico de demencia

En cuanto al “declive cognitivo relacionado con la edad” el cual dice que hay una disminución en el funcionamiento cognitivo pero que se encuentra dentro de los parámetros normales para la edad. (DSM-IV, pag,24) hay presencia de una disminución del funcionamiento cognitivo, asociado al envejecimiento y entra dentro de los límites normales para el sujeto, este tipo de diagnóstico se aplica a sujetos sanos, es decir no se puede emitir un diagnóstico de demencia pero pueden tener dificultades en la recordación de nombres, citas. Con la edad se conserva la memoria para la información relevante pero declina la capacidad de procesar y retener nueva información.

En este sentido las mediaciones recreativas buscan que las personas mayores que no poseen afectaciones cognitivas y no alcanzan a un diagnóstico de demencia pero que poseen una pérdida de memoria normal a su edad, evoquen reminiscencias que contribuyen en la estimulación de procesos cognitivos y de la memoria mejorando síntomas como la depresión, aislamiento y la apatía permitiendo una mejor calidad de vida.

Metodología

La metodología utilizada es el uso de las historias y relatos de vida como técnicas de investigación la cual:

“Consiste en el análisis y transcripción que efectúa un investigador del relato que realiza una persona sobre los acontecimientos y vivencias más destacados de su propia vida, este análisis supone todo un proceso sobre los sentimientos, la manera de entender, comprender, experimentar y vivenciar el mundo y la realidad cotidiana”, (García,1995, pág. 42)

Al respecto de este método se puede ver qué a través de los relatos que hacen las personas mayores se conocen sus vidas, sus familias, lugares de nacimiento, amistades, estas narraciones permiten que puedan construir esos recuerdos ellos mismos y todo el contexto social que está presente, siguiendo a García (1995) plantea que:

Hacer historia de vida proporciona conocimientos que favorecen la comprensión de las situaciones socio-afectivas, políticas y económicas, que han caracterizado la vida de esa persona, que ha sido un reflejo de la sociedad de la cual ha formado parte, y que dicha investigación podrá mostrar toda la simbología que hay en ella (pág. 53)

Es decir, este método cualitativo busca que esas historias de vida contribuyan a que el análisis se situé en que no solo se relate una historia de vida si no que es la persona mayor la que la va construyendo, reflejando todo lo que ha caracterizado esa persona dentro de una sociedad de la cual ha formado parte, trasladando del pasado esas reminiscencias a fin de ver qué interpretaciones se les da y qué significado tiene para la persona esos recuerdos significativos y el relato que se hace de ellos. De tal manera que de esos recuerdos se busca encontrar contenidos, experiencias que son develados y vistos como importantes, explorar los relatos y cómo esos recuerdos, reminiscencias, permiten reflexiones

acompañadas de sentimientos de satisfacción. Por otro lado, se busca reconocer las características de las reminiscencias de las personas mayores con alzheimer y con discapacidades físicas, rasgos que permitan establecer cómo son esos recuerdos, y vivencias.

Diseño de las sesiones

El proyecto se realizó en la Fundación Hogar Sagrado Corazón con una intensidad de 3 horas, 2 veces a la semana, y el tiempo total final fue de 2 meses, las mediaciones recreativas que se utilizaron tuvieron que ver sobre ese pasado como espacio de interés para el presente, todos estos estímulos actuaron en la evocación de reminiscencias en las personas mayores, se diseñaron sin ningún orden cronológico y cabe aclarar, que, se profundizan en los diarios de campo, (ver anexos). Hay un acompañamiento, pero no en forma de entrevista, es un diálogo abierto donde se empieza preguntando sobre el recuerdo que relacionan con estas mediaciones recreativas y son las personas mayores las que siguen con sus relatos y se relacionan a continuación:

TABLA N. 1

TEMA	MEDIACIÓN RECREATIVA
Observación inicial y reconocimiento de las personas mayores habitantes de la fundación	Sopa de letras, unir los puntos en serie para formar una figura, buscar parejas, colorear, dibujar
Recordando mi entorno, mi ciudad	Imágenes, música y videos alusivos a los años 60'70'80'.
Recuerdos y sentidos	Plantas aromáticas, Café, Arroz, Granos, Piedras, Juguetes musicales, Muñecas de trapo.
Momentos especiales	Manualidad tarjeta corazón relleno.

Cantando y recordando	Música colombiana
Mis creaciones	Dactilopintura, pintar con los dedos
Paisajes y lugares para recordar.	Imágenes paisajísticas para colorear, decorar
Mis juegos de la infancia	Juguetes diversos
Tierra, lugares y cuidados	Muñeco ecológico

Fuente: autora.

Resultados

El análisis para el material biográfico utilizado, es el análisis de contenido, que es “una técnica de investigación para hacer inferencias mediante la identificación sistemática y objetiva de características específicas dentro de un texto (Stone, 1966, s.p)

Entonces se toman los relatos de vida de las personas mayores y se analizan en ellos los contenidos específicos sobre experiencias, compromisos que las personas mayores perciben dentro de sus propias vidas, cuales generan en ellos sentimientos de satisfacción y bienestar que les puedan aportar en la estimulación de procesos cognitivos y reforzar su autoestima. Ver las características de estas reminiscencias en cada población con Alzheimer y sin la enfermedad.

Al respecto se muestran fragmentos de los relatos a continuación¹

¹ Lista de símbolos utilizados en la transcripción: (.) corte muy breve en una expresión; (!) entonación admirativa; (..) pausa corta (menor de 5 segundos); (...) pausa larga (de 5 a 10 segundos); (Tose) no verbales describen entre paréntesis; (???) no se entiende bien; (Palabra?) se entiende a medias, se pone lo supuesto. (Fuente Salazar 2007)

Persona 1, femenino sin Alzheimer, con Artritis que impide movimiento extremidad inferior, baja visión:

“Me gusta tejer (!), tejí un gorro (..), unos individuales para una sobrina (...)”

“Jugaba(...) con las muñecas (,) y las hacía para mis hermanas(...)”

“jugaba con mis hermanas (i) en el campo en el pasto verde (,) corría y estaba muy feliz en esa época(!),

“Estos paisajes me recuerdan a mi pueblo (...) y cuando corría con mis hermanos (!), (...)”

Me gustan las flores(..), de todos los colores mi hijo(!) me trae (rosas?) cuando viene (...)

“Soy de Subachoque (Tose), me gusta el campo(!), el aire, (...) jugar Golosa”

“Conozco (...), (,) el yoyo y el trompo(..)

“Cuando atendía la embajada enseñaba a las personas” (...)

“La plancha de Carbón yo planche con eso (...) y el fuelle (..) cocinábamos con carbón (...) y petróleo”(“...”

“Al muñeco hay que echarle agua(..) y el mío no era así estaba diferente(...)

“En la época de Ospina Pérez(,) quedaba el palacio presidencial(..)

“Pacheco (!), se casó con una reina de belleza del Tolima” (...) no sé”

“Me vestía con chalecos (!), (..)sombrosos (,) blusas con muchos botones (...) faldas hasta la rodilla (...)”

“Yo soy de Subachoque(,)se echa una hora de acá de Bogotá(..)

En los fragmentos de los relatos se puede observar que, uno de los recuerdos que se presenta tiene que ver con la familia, y el papel que la persona mayor ocupa en esos espacios sobre el dar a sus queridos en este caso cosas materiales, al igual las actividades que compartía con ellos jugar y el ser feliz en esos momentos, sus gustos como el tejer y este como ha sido un medio de acercamiento en la relación con su hijo y familiares más cercanos, acerca de sus conocimientos el enseñar a los demás y la recordación de su profesión como parte importante de su vida, los

recuerdos acerca del lugar de nacimiento su pueblo y que tipo de vivencias ocurrían allí, palabras usadas el “me gusta” esos sentimientos de satisfacción al hablar de las actividades que le genera bienestar, los conocimientos adquiridos sobre lo domestico, esas funciones en el hogar y dinámicas presentadas demostrando sus capacidades dentro de este entorno, acerca de su entorno la forma de vestir como parte de esa subjetividad y la construcción de si mismo.

Persona 3, femenino sin Alzheimer con artritis, dificultad de movimiento en las manos.

“Soy de Sonsón Antioquia (...) tenía 16 hermanos(,), en la finca montábamos a caballo elevábamos cometa(..), nadábamos en la quebrada”(,).

“No tengo hijos (...)

“Mi hermano(..) es el padre es el párroco de la iglesia (,)”

“Esta tarjeta la regale a alguien (...) no recuerdo” (,)

Estos fragmentos de relatos muestran presencia del lugar de nacimiento como parte de esa identidad al usar la palabra “Soy” denota esa apropiación a cerca de este espacio y las dinámicas que suceden allí, por ejemplo con sus hermanos que actividades realizaban en este lugar que fueron muy importantes ya que al ser recordadas hay una gran satisfacción por estas vivencias, sus compromisos vitales por ejemplo la importancia de su hermano en su presente ya que es el único que la visita de sus 16 hermano unos ya fallecidos, para ella tiene gran significado, al igual las relaciones amorosas se evidencia una ausencia al regalar una tarjeta y no saber a quien.

Persona 4, Femenino con Alzheimer moderado

“Cuando era pequeña no podía salir sola(...) lo hacía con mis hermanos” (...)

“Estuvimos en una Finca llamada el Ocaso (...)(,) camino a Ibagué, trabajando (...)cuidando gallinas, marranos”(..)

“Mi Papá eran de Sonsón(..), de apellido Granados (...) y mi Mamá Ríos”.

“Mi mamá me castigaba mucho no podía verme con mis amigos”
(llanto)

“Cuando tenía 15 años mis padres no me dejaban salir a bailar (...),
tenía que ir con mis hermanos” (...)

“Mis padres eran liberales(...) y el que pensaba diferente lo iban
desapareciendo(...)”

“Jugaba a la rana y era embocholar unas fichas(..) en la boca de
una rana”.

“La música me trae recuerdos” (!)

“Allá arriba en aquel alto se ríen las gallinas y se ve el gallo
empeloto” (Risas)

“En mi juventud fui cantante y me gusta bailar(!), (..)

“Estas casas deben ser muy coloridas(!) (...) y los caminos de piedra
antiguos(..)”

En estos fragmentos de relatos se puede observar los recuerdos muy marcados en la etapa de la infancia, los espacios significativos donde estuvieron presentes los padres y que papel cumplían en su vida, de sobreprotección y de una autoridad compartida con sus hermanos mayores los cuales eran los encargados de ser esos padres cuando no estaban en el hogar, recuerda el apellido de sus padres su identificación política, sus palabras al no dejarla salir a la calle, sus recuerdos significativos están atados a sus núcleo familiar ya que estuvieron unidos trabajando en la finca en esta época de la infancia y adolescencia, esos espacios fueron narrados con alegría, al igual que su profesión de bailarina y cantante la que hace parte aun de su presente, la música en esta persona es muy importante y gracias a ella se generan todos sus recuerdos vitales.

Persona 5, Femenino sin Alzheimer Baja audición, artritis que impide movimiento extremidad inferior

“En navidad me quedo sola” (...)

“Jugaba a la golosa (...) las escondidas”(,)

“Escuchaba las radionovelas(i), no tenía televisor escuchaba mucho un programa mexicano llamado Kaliman(..) el hombre increíble(,) veía mucho a Pacheco(..) y al chavo del 8,(,) la Chilindrina(,) y el doctor Chapatín(...)

“Forraba la cocina y estufa con papel aluminio para que fuera más fácil y rápida la limpieza”(,)

En estos relatos no está presente su núcleo familiar, más bien son recuerdos que tienen que ver con la juventud, ya que se puede observar sus actividades personales escuchar la radio, las radionovelas marcaron parte de su vida y las cuenta con alegría por sus primeros acercamientos a esas relaciones de afectividad que no tuvo por parte de sus padres y a sus hermanos no los menciona, aunque recuerda sus labores domésticas y de limpieza en casa de su tía ya que sus padres no estuvieron presentes.

Persona 6, Femenino sin Alzheimer artritis que impide movimiento extremidad inferior

“Recuerdo que en la finca donde vivía sembraba(..) papa y yuca con mis padres y hermanos(i)”.

“No jugaba a nada mi mamá no me dejaba(...), hasta ahora conocí las sopas de letras”(,)

Estos fragmentos de relatos permiten ver el espacio vital de su infancia, una finca productiva donde con padres y hermanos compartían la actividad de la siembra y el cuidado de animales, estos vínculos se fortalecen al ver que la relación con su madre era muy importante, y esta sobreprotección se ve en su narración al no dejarla hacer actividades propias de su infancia, y esto lo relaciona con el hecho de que en su presente no conoce por ejemplo la sopa de letras, sus recuerdos

significativos están ligados a su núcleo familiar y las actividades que realizaba en ese tiempo cuando no estaba estudiando.

Persona 2, Masculino con Alzheimer inicial

“Mataba pájaros(..) con unas piedritas chiquitas y rompíamos los vidrios de las casas a las señoras regañonas, (Risas) uno iba por la calle sin ser familia de ellas ni nada (...) si no que este chino que no haga ruido(...) y al otro día íbamos temprano le echábamos piedra le rompíamos los vidrios(!)

“El trompo primero era de madera” (..)

“La rayuela se jugaba y el trompo”

“Jugaba con (..) la cauchera les tirábamos a los pájaros (..) y rompíamos vidrios de las señoras regañonas”(risas)

“Recuerdo el tute me gusta el naipe”(...)

“Jugaba a la sopa de letras (..) y jugaba con los crucigramas los naipes el 21 y 31,(..) también jugaba tejo, tute, billar y fierro”(,)

Desde el 57 estoy en Bogotá soy del Líbano(!), norte del Tolima (,) cerquita al páramo del Ruiz”(..)

“Cosía zapatos(,) y los que tengo puestos yo los hice(i), hacia 5 pares al día”(..)

“Los troles eran eléctricos(..) igual que el tranvía cuando se acabó(,) el tranvía entonces trajeron los troles van por la 30(..)

“Bogotá tiene ciento y pico de años(!)

“Yendo para faca había un tranvía(..)

En estos relatos aunque no se menciona sus vínculos familiares es decir a padres o hermanos como en los relatos de las otras personas mayores hay una construcción personal que tiene que ver con su identidad y las actividades que realizaba en su infancia, como vivencia esa época de su vida y como era visto por

las demás personas de su entorno, sus compromisos vitales están muy relacionados con su profesión de zapatero y con entusiasmo narra estos sucesos de su labor, al igual que los recuerdos sobre su infancia los juegos que compartía no estaba solo por la forma de referirse en plural, su lugar de nacimiento también es recordado y menciona que no es de Bogotá, recuerda que conoció el tranvía y los troles y que uno remplazo al otro, su concepción de ciudad se relaciona con el medio de transporte y habla de Bogotá la ciudad en donde vive actualmente y así lo vivencia al mencionar que cumplió años.

Categorías de análisis

Según Straus y Corbin (2002) “Las categorías son conceptos derivados de los datos, que representan fenómenos. Los fenómenos son ideas analíticas pertinentes que emergen de nuestros datos” (pág. 124).

Las categorías de análisis que emergen del estudio de las reminiscencias narradas por las personas mayores a través de las mediaciones recreativas propuestas tienen que ver con su forma de construir su propia realidad, de ver sus compromisos vitales y los recuerdos más significativos para ellos.

- Núcleo familiar: Estos relatos narrados donde están presentes su padres, hermanos, tíos tiene un componente vital para las personas mayores, ya que allí en su hogar construyen su identidad y sus compromisos vitales más importantes, de allí parten a conocer el mundo y construyen su relación con los otros, se involucran a sí mismos, expresando el papel que desempeñaban en sus familias y como era ese tiempo con ellos, las actividades compartidas de dialogo, reconociendo entonces lo significativo de esta época. digno de ser compartido y escuchado por el otro.
- Conocimientos y profesión: Las personas mayores recuerdan sus labores pasadas y que perduran en su presente por ejemplo ser cantante no se olvida con el pasar de los años, o tejer, hacer zapatos, se expresan estas actividades donde la persona mayor visibiliza esos recuerdos y los exterioriza donde es importante esta labor, ya que era parte de su sustento

además de aportar en su construcción personal por el reconocimiento que revelaba ante los demás, por otro lado sus conocimientos acerca de las labores domésticas fueron expresadas como esas acciones que en ese momento eran valoradas por lo que significaba realizar estas tareas y lo que representaba en su cotidianidad.

- Juego e infancia: las personas mayores recordaron las actividades de las que hicieron parte, los juegos de forma general en la infancia en espacios abiertos y amplios donde podían correr y reír, pero no estaban solos eran acompañados por sus hermanos o amigos, esa construcción que hacen de estos momentos significativos muestran la imagen que ellos poseen de sí mismos, y lo importante que es exteriorizar estas vivencias por el significado y representación que tuvieron en esos momentos, utilizan la palabra jugaban en pasado, en el presente aunque esas actividades las mantienen por ejemplo la rana, el tejo, las cartas, no lo llaman de la misma forma, ya que son actividades como adultos.

Discusión y conclusiones

Reminiscencias y mediaciones recreativas.

La narración de recuerdos a través de mediaciones recreativas ha permitido que las personas mayores reflexionen sobre los significados que tienen estos episodios para sí mismos, estas experiencias individuales y compartidas que fueron narradas en los que se evidencian procesos acerca de la elaboración de estos relatos y los sentimientos que los acompañan, en el caso de las personas mayores con Alzheimer se ve el reconocimiento apropiación de sí mismo y su entorno, sus compromisos vitales los cuales son de gran importancia para ellos, “Los recuerdos de especial importancia para el individuo son elaborados en forma narrativa y se almacenan formando parte de una historia vital” (Nelson, 1993, citado por Mérida y Moreno 2012, pág.48), percibir estos recuerdos y relatarlos

como parte de una historia vital que se reconocen como episodios que han marcado sus vidas.

Estas vivencias de diferentes épocas de sus vidas, generar en ellos sentimientos de satisfacción, bienestar al relatar sobre sí mismos, creando historias que condensan momentos de vida significativos, la población con Alzheimer como ya se vio en los relatos anteriores la búsqueda de palabras tenía más dificultad y sus pausas eran más acentuadas, es decir el proceso de recordar era más lento, sobre las personas con discapacidad física sus recuerdos eran más fluidos aunque en ocasiones el proceso se volvía pausado, en las dos poblaciones se observó que sus relatos eran expresados con alegría, entusiasmo y satisfacción, por las palabras utilizadas que eran muy frecuentes, “me gusta”, “feliz”, en estas historias que fueron narradas de una manera consciente sobre sus experiencias de vida.

Con respecto a los recuerdos se observa que en las dos poblaciones con Alzheimer y discapacidad física son estructurados y coherentes, en las dos poblaciones la evocación de reminiscencias es beneficiosa, en los que no presentan la enfermedad hay una estimulación que permite que estas reminiscencias logren que ellos mismos construyan sus historias y ejerciten su memoria y los que la presentan, esta estimulación permitirá que esos sentimientos de bienestar y satisfacción producto de las reminiscencias sean parte del proceso de tratamiento de su enfermedad.

Las mediaciones recreativas como ese estímulo que permitió en este caso a las personas mayores narrar sus historias vitales, esas reminiscencias que al ser relatadas por ellos mismos permitieron una construcción y reconocimiento de sí mismo y de sus experiencias de vida relatadas donde estaban presentes ellos y sus familias, estas mediaciones que se presentaron a las personas mayores con Alzheimer y sin la enfermedad en el mismo espacio y momento logran que ellos en cada sesión quieran participar y se interesen en estas actividades, se empieza preguntando sobre que recuerdo relacionan con la mediación recreativa, en este

momento la recreación ya no es vista como hacer actividades de esparcimiento sin ningún objetivo, está claro que se debe ir más allá como se ve a continuación.

Planteo que la recreación no sólo está dada para la diversión o el consumo de productos de entretenimiento, sino que en si misma favorece la creación de espacios para el desarrollo humano y, por ende, ha de ocupar un lugar en la vida cotidiana (Osorio, 2011, pág. 9).

De este modo estos espacios recreativos dentro de la institución donde las personas mayores encontraron un escenario para evocar sus recuerdos, reminiscencias para ser compartidas, se integraron en las actividades disminuyendo el aislamiento que se presenta, este espacio fue reconocido para reflexionar y construir historias de sí mismo.

Es por ello que la recreación como mediación cumplió unos objetivos, una meta clara dentro de la institución la creación de espacios donde las personas mayores con Alzheimer y con discapacidad física, reconocieran la importancia de estos y su contribución a su desarrollo personal en la evocación de historias de sí mismos, participando de una manera activa en cada sesión.

Alzheimer y Discapacidad física

A pesar de las afectaciones cognitivas presentadas en las personas mayores por la edad, donde no se diagnostica la presencia de una demencia o por la enfermedad de Alzheimer, existe una pérdida de memoria y para acceder a esos recuerdos significativos es necesario un estímulo que pueda permitir la evocación de estas vivencias, experiencias y construcciones de sí mismo, en este sentido las mediaciones recreativas cumplen un papel importante ya que permiten la movilización de recuerdos evitando que se repitan y se queden siendo el mismo, así mismo en las personas con discapacidad física que no poseen la enfermedad pero podrían llegar a padecerla las mediaciones recreativas contribuyen a mejorar su calidad de vida, en el sentido de que reducen el aislamiento, la depresión y la

apatía generando espacios donde ellos socializan, se incluyen y participan con los otros por medio de sus relatos.

Referencias Bibliográficas.

Aliño, J. J. L. I., Miyar, M. V., & American Psychiatric Association. (2008). *DSM-IV-TR: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. American Psychiatric Pub

Arnáiz Loizaga C., Carrasco Martín M, Flores Moreno P, Rivera Vázquez S. (2004). *La enfermedad de Alzheimer*, un trastorno neuropsiquiátrico, Psiquiatría editores, Paseo de Gracia, Barcelona (España).

Chaves Carballo, O., & Gutiérrez Escobar, N. (2008). El nuevo rol de profesor: mediador y asesor. *Revista Rhombus, Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología*, 40-47.

Feuerstein, R. (1991). Libertad y realización personal. *El Mercurio, Artes y Letras, San.*

Martín García, A. V. (1995). Fundamentación teórica y uso de las historias y relatos de vida como técnicas de investigación en pedagogía social.

Moreno, J. T. B., & Mérida, J. A. M. (2012). Algunos antecedentes históricos del concepto de memoria autobiográfica.

Osorio, E. (2011). El campo de la recreación como un modelo de justicia social. Una mirada a la experiencia. *Revista latinoamericana de la recreación* 1(1), 32-51. Recuperado de: <http://revistarecreacion.net/volumen1/REVISTA%20LATINOAMERICANA%20DE%20RECREACION%20ENERO%20JUNIO.pdf>

Sarlo, B. (2007). *Tiempo pasado. Cultura de la memoria y giro subjetivo. Una discusión*. Siglo XXI.

Scolni, M. (2013). TALLER DE REMINISCENCIAS: RESIGNIFICANDO RECUERDOS Y EXPERIENCIAS CON ADULTOS MAYORES CONCURRENTES A UN HOGAR DE DÍA. In *V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Salazar-Villanea, M. (2007). Identidad personal y memoria en adultos mayores sin demencia y con enfermedad de Alzheimer. *Actualidades en psicología*, 21(108), 1-37. Recuperado de:

<http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/actualidades/article/view/26>

Salazar-Villanea, M. (2010). Recordando experiencias. Programa de intervención con reminiscencia para personas adultas mayores. Guía para terapeutas y CD con estímulos visuales.

Salazar-Villanea, M. (2012). Neuropsicología y envejecimiento: el potencial de la memoria autobiográfica en investigación e intervención clínica. *Revista Costarricense de Psicología*, 31(1), 123-146. Recuperado de:

<http://rcps-cr.org/?p=543&lang=en>

Salazar-Villanea, M. (2015). Aproximaciones desde la Gerontología Narrativa: La memoria autobiográfica como recurso para el desarrollo de la identidad en la vejez./Approaches from Narrative Gerontology: Autobiographical Memory as a Resource for Identity Development in Older People. *Anales en Gerontología*, 7(7), 41-68. Recuperado de:

<http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gerontologia/article/view/17537>

Salvarezza, L. (1988). Psicogeriatría: teoría y práctica.

Strauss, A. L., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquia.

Trejos, J, Cano, M y Cardona, D. (2006). Recreación psicoterapéutica: Avances conceptuales e investigativos. Funlibre. Recuperado de: <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso9/JJTrejos.html>

Vásquez, C. (2001). Salud mental y vejez. Un estudio en ancianos de Lima metropolitana. *Informe Técnico Perú*. Recuperado de:

<http://www.psiquiatria.com/articulos/psicogeriatría/2826>.

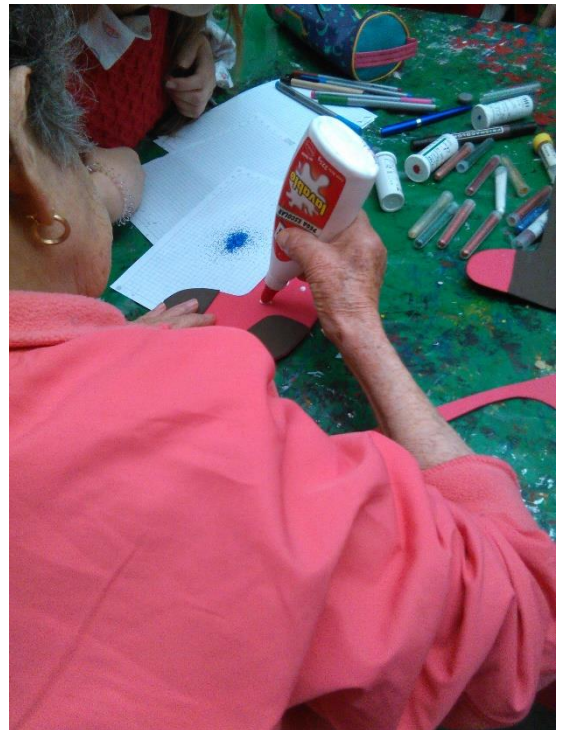
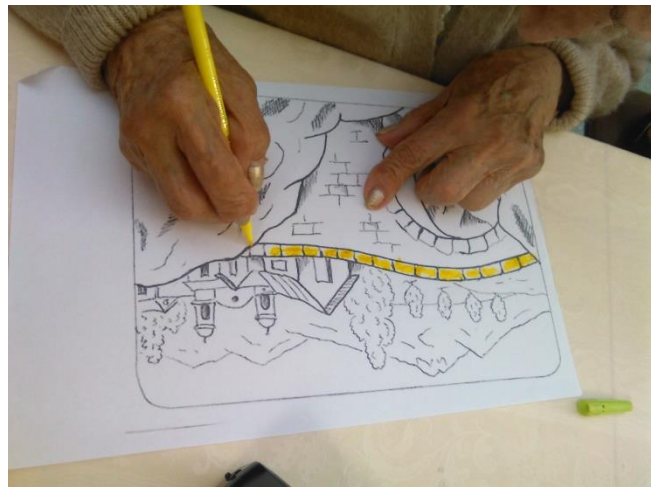
Villegas, M., González, D., & Fredy, E. (2011). La investigación cualitativa de la vida cotidiana: medio para la construcción de conocimiento sobre lo social a partir de lo individual. *Psicoperspectivas*, 10(2), 35-59.

White, M. (2002). *Reescribir la Vida: Entrevistas y Ensayos*. Ed. Gedisa, Barcelona

ANEXOS

Registro fotográfico







DIARIOS DE CAMPO

FECHA	Viernes 4 de septiembre
OBJETIVO	Observación inicial y reconocimiento de las personas mayores habitantes de la fundación
MEDIACIÓN RECREATIVA	Sopa de letras, unir los puntos, buscar parejas, colorear,

DESCRIPCIÓN

Se realizó un primer acercamiento con las personas mayores de la Fundación Sagrado Corazón, al llegar al hogar las personas mayores estaban realizando ejercicios con la terapeuta tenían música con volumen bajo casi que ni se escuchaba, la música era pausada y sin ritmo, nos dimos cuenta de que todos no participaban, algunos se encontraban aislados del grupo sin tener el mínimo interés por lo que se estaba realizando.

Mientras realizaban los ejercicios mi compañera y yo alistábamos los materiales para la actividad que desarrollaríamos con ellos, en ese momento observábamos las actitudes de las personas mayores y empezamos a cuestionarnos, ¿Por qué no participan todos?, ¿Será que si les va a gustar nuestras actividades?, ¿Cómo vamos a hacer para que participen?, ¿Y si nos rechazan?, fueron varias preguntas las que nos hicimos, de las cuales empezamos a sacar nuestras propias deducciones y crear imaginarios sobre esta población.

La terapeuta Diana seguía con los ejercicios, algunas personas mayores se dormían, otros no hacían nada, unos hacían a medias los ejercicios y se quejaban; mientras tanto mi compañera y yo decidimos hacer unas escarapelas para que cada vez que fuéramos lográramos identificarlos y fuera más fácil recordar el nombre de cada uno de ellos, iniciamos preguntándole el nombre a un señor que se encontraba en silla de ruedas aislado de la actividad, lo saludamos y le preguntamos por su nombre, al acercarnos nos rechazó de inmediato, nos dijo que él no le daba el nombre a nadie que lo dejáramos tranquilo que a él no le gustaba hacer nada, no nos dejó hablar ni nos dejó explicarle de donde veníamos

y que estábamos haciendo en la fundación, así que nuestra primera impresión no fue positiva pensamos que todas las personas mayores serían como él y que nuestro trabajo allí sería muy difícil, una de las enfermeras nos dijo que él se llama xxx que con frecuencia se porta así que suele ser arrogante y grosero, así que nos alejamos de xx ya que se encontraba alterado.

No nos dimos por vencidas y continuamos con lo planeado, esta vez nos acercamos a una señora que se encontraba dentro del grupo que estaba realizando los ejercicios solo que ella no los estaba haciendo, iniciamos preguntándole que como estaba, como se sentía, la señora asumió que nos conocía y nos recibió muy cariñosamente, nos cogió las manos manifestando que se sentía muy bien que no hacía los ejercicios porque no le gustaba, le preguntamos por su nombre y contesto que se llama persona 3, así que lo anotamos en la escarapela al momento de colocárselo no nos dejó, ahora ella hacía las preguntas nos dijo ¿Qué es eso?, ¿Para qué? Nonono yo no me pongo eso y seguía tomándonos de las manos, finalmente decidimos no colocarle a ninguno la escarapela simplemente tomar nota de las características físicas y de las actitudes para recordarlos y siempre tener presente sus nombres.

La terapeuta finalizó con los ejercicios, nos presentó ante el grupo y nosotras estábamos intrigadas, ansiosas de cómo nos recibirían, como actuarían con nosotras y como obtendríamos resultados de ellos.

Se organizaron dos mesas grandes en el centro del comedor para que iniciaran con la actividad planeada, cuando ya estaban organizados nos presentamos les dijimos de donde veníamos y que íbamos a realizar con ellos, les explicamos cómo desarrollar la actividad, nuestro objetivo principal fue incentivarlos por medio de sopa de letras, unir los puntos, buscar parejas, colorear, dibujar, entre otros, a que practiquen la memoria y así entablar una conversación con ellos a medida de que hacían las actividades acerca de sus vivencias y experiencias relacionadas con el juego, nos dimos cuenta de que si les gustaba la actividad porque la desarrollaban con agrado, el más interesado por lo que estaba haciendo fue persona 2, preguntaba todo el tiempo que si estaba bien, que estaba un poco compleja la sopa de letras y nos contó que cuando él era joven jugaba a la sopa de letras y jugaba con los crucigramas que le gustaba mucho los naipes y lo que más jugaba de ellos era 21 y 31, también jugaba tejo, tute, billar y fierro. La persona 2 al realizar las actividades cantaba canciones de su época como la de pueblito viejo, describió el juego de tute, dijo que se trataba de llevar un orden específico en las cartas donde se encontraba el rey, el caballo, las espadas, las copas y los bastos.

La persona 1 recordó que en su época se jugaba a la rana y que consistía en embocholar unas fichas en la boca de una rana, recordó el siguiente estribillo, allá arriba en aquel alto se ríen las gallinas y se ve el gallo empeloto.

Persona 5 nos dijo que no jugaba a nada que la mamá no la dejaba y no se lo permitía que hasta hora conocía las sopas de letras y que nunca había coloreado, la persona 6 solo observaba lo que hacían sus compañeros, no realizó ninguna actividad luego de un rato guardo las hojas de las actividades que se le habían entregado y nos dijo que se tenía que ir a donde una amiga que hace mucho no veía y que la acercáramos a la puerta porque ya venían por ella.

Finalmente logramos entablar una buena relación con el grupo.

FECHA	Martes 8 de septiembre
OBJETIVO	Generar a través de imágenes, fotografías y música, recuerdos y experiencias en los adultos mayores.
TEMÁTICA	Recuerdos a través de imágenes de los años 60'70'80'
MEDIACIÓN RECREATIVA	Imágenes, música y videos alusivos a los años 60'70'80'.

DESCRIPCIÓN

Al llegar a la Fundación Sagrado Corazón pedimos a la directora prestada la capilla para desarrollar la actividad relacionada con los recuerdos a través de las imágenes y sonidos, allí proyectamos en el video beam imágenes alusivas a los años 40' hasta los 90', cuando ingresamos a la capilla las personas mayores estaban muy callados ya que el lugar donde nos encontrábamos es santo para ellos porque allí oran, rezan y tienen imágenes de Jesús y la Virgen.

Reunimos a las personas mayores en media luna dentro de la capilla para que pudieran mirar hacia la pantalla, les explicamos que se iba a realizar el día de hoy así que iniciamos con un video que duro aproximadamente 3 minutos en el cual se mostraban imágenes de los años 40' 50'y 60' donde se proyectaron juguetes, vestuario, dinero, lugares de Bogotá, medios de transporte, personajes famosos y acontecimientos de la época, algunos personas mayores como la señora persona 1 recordaron como vestían en la Juventud, con chalecos, sombreros, blusas con muchos botones, faldas hasta la rodilla, recordaron también el valor del pasaje, su lugar de nacimiento, las vivencias de cuando iban a la plaza de Bolívar o la Iglesia. Mientras pasaba el video las personas mayores se notaban muy pendientes, escuchaban, observaban y comentaban lo que recordaban, la persona 2 recordó cómo eran los buses troli, comento que estos buses eran lo último en Bogotá en los años 50 y que transitaban por la Av. Caracas, dice: eran Buses grandes que

funcionaban con electricidad conectados por cables, valía el pasaje en ese entonces dos pesos, dos centavos no recuerdo le alcanzaba a uno hasta para bombones.

La persona 4 recordó con mucho dolor como había sido la crianza de ella al lado de su mamá, de sus castigos y prohibiciones para verse con sus amigos, fue tanta la emoción que lloro, también recordó a sus hijos, sus hermanos, esposo y la época cuando fue cantante, en ese momento canto varias canciones.

La persona xxxx no puede hablar pero estaba tan emocionada que cada vez que se reproducía el video o se proyectaban las imágenes se movía para todos lados en su silla de ruedas, aplaudía, sonreía y trataba de hablarnos y de contar cosas, le dábamos la mano y nos apretaba fuertemente, era como si recordara momentos felices de su vida.

La persona 5 recordó las radionovelas, dijo que en esa época no tenía televisor entonces escuchaba mucho un programa mexicano llamado Kaliman el hombre increíble, después de un tiempo veía mucho a Pacheco y al chavo del 8 le gustaba mucho la Chilindrina y el doctor Chapatín.

Continuamos con la actividad, luego de ver los videos proyectamos imágenes de los años 70'80'y 90'nuevamente persona 2 intervino y nos cometo que cuando él era niño jugaba mucho con la resortera hecha de un palo en forma de Y y un caucho, jugaba con sus amigos a matar a los pajaritos y a pegarle a las puertas de los vecinos con piedras, dijo que salía corriendo para que no los atraparan, recordó también los trompos que eran hechos de madera, en ese momento la xxxx platico de las muñecas de trapo, ella estaba muy atenta a todo lo que se hablaba, no quería irse estaba muy motivada, en general las personas mayores les gustó mucho la actividad, la música las imágenes ellos expresaban las vivencias no solo con nosotras si no con sus compañeros hablando del lugar donde nacieron, Santa Marta, Tunja, Antioquia, Tolima como lo hizo persona 1 y persona 5

FECHA	Viernes 11 de septiembre
OBJETIVO	Estimulación de sentidos en la persona mayor y así recordar a través de diversos elementos experiencias vividas
TEMÁTICA	Recuerdos a través de los sentidos
MEDIACIÓN RECREATIVA	Vendas, Plantas aromáticas, Café, Arroz, Granos, Piedras, Juguetes musicales, Muñecas de trapo.

--	--

DESCRIPCIÓN

Este día llegamos a la fundación y las personas mayores se encontraban en el comedor ubicados en dos mesas, así que decidimos intervenir así como estaban, cuando nos reunimos con ellos les explicamos que en cada mesa habían elementos de los cuales se iban a trabajar los sentidos del oído, el tacto, el olfato y la vista, esta sesión fue más personalizada, ubicamos diferentes elementos como Plantas aromáticas, Café, Arroz, Granos, Piedras, Juguetes musicales, Muñecas de trapo, y Papel aluminio, elementos que estimularon capacidades motrices, sensoriales, cognitivas y ayudaron a la persona mayor a recordar experiencias vividas.

Cada vez que pasábamos por cada uno de ellos, debían cerrar los ojos para que palparan, escucharan, sintieran, olieran diversos elementos y pudieran adivinar de qué se trataba, después de esto ellos contaron experiencias, vivencias y recuerdos de diversas situaciones de sus vidas.

La actividad como se hizo personalizada hubo mucha dispersión de las personas mayores, ya que con facilidad se distraen, y como ellos contaban cosas que recordaban entonces el tiempo fue más largo con unos que con otros, pero aun así se pudieron rescatar experiencias valiosas por ejemplo la señora xxx siempre se veía dormida por los medicamentos, ella se quita la ropa estando en la mesa pero en ese momento ella estaba muy entusiasmada y contaba que cocinaba pasta, y arroz, y participó activamente, al igual que xxx ella no participa mucho es muy aislada, pero aquí ella recordó que usaba hierbas para los dolores y como medicamentos para ella y su familia, la persona 5 recordó que forraba su cocina y estufa con papel aluminio para que fuera más fácil y rápida la limpieza de esta. En conclusión participaron personas que en la actividad anterior no lo habían hecho.

FECHA	Martes 15 de septiembre
OBJETIVO	Realizar una manualidad alusiva al amor y amistad de esta manera se recordaran experiencias sobre este tema y se incentivara a los demás a participar.
TEMÁTICA	Por día de amor y amistad se hace una manualidad donde los adultos mayores la realizan con los materiales que ellos escojan.
MEDIACIÓN RECREATIVA	Manualidad tarjeta corazón relleno, que será expuesta en el hogar en un espacio destinado con anterioridad para ello,

DESCRIPCIÓN

El día de hoy 15 de Septiembre al llegar a la fundación Las personas mayores realizan sus acostumbrados ejercicios con la profesional xxx ella realiza terapia enfocada a la parte física, mantenimiento, y el auxiliar del Sena que estudia actividad física y que hace sus pasantías allí, esta sesión sería especial ya que es alusiva al amor y la amistad mes de Septiembre, y aunque las directivas no lo pidieron pudimos evidenciar que no había una decoración correspondiente, así es que aprovechamos esta situación y decidimos hacer una manualidad que para las personas mayores no fuera tan complicada y sirviera en nuestro proyecto, y así lo hicimos, después del ejercicio físico se dispusieron en las mesas, ellos trabajan en 2 mesas los funcionales y los no funcionales, en una mesa las personas mayores preguntan que se va a hacer, los materiales, están muy atentos y receptivos a las sesiones que realizamos, cuando ven los materiales en la mesa están haciendo muchas preguntas siempre por ejemplo persona 2 es de ellos, se ve una persona de un carácter fuerte pero le gustan mucho las actividades manuales y estas le han ayudado a recordar varios episodios de su vida, por ejemplo en un momento se tenía que coser un corazón con aguja y lana, aquí fue cuando él nos contó que esto ya lo había realizado ya que en su juventud cosía zapatos hacia 5 pares al día y los que tiene puesto el día de hoy los realizó con sus propias manos, estaba contando acerca de lo difícil que era hacer esto, pero que a él le gustaba mucho y le iba muy bien en esta labor, esta actividad en particular le gustó mucho y estaba un poco más animado haciéndola, es una persona muy funcional y que recuerda varias cosas acerca de cómo era la ciudad antes, los lugares que visitaba del país, y así mismo lo comparte con los demás y este conocimiento que es compartido es muy importante para el proyecto ver como se juntan estas realidades de todas las personas mayores, otro caso el de la persona 1 ella es muy activa y hace las actividades que le gustan por ejemplo las manualidades le van muy bien, aquí ella recordó que teje y lo hace muy bien, nos mostró sus tejidos de un gorro y unos manteles, que ella hace estando en el hogar en diferentes momentos del día, el gorro que hizo es para una sobrina que la visita regularmente, cada vez que ella teje recuerda en momentos a su familia a sus hermanos y su extensa familia, persona 3 es también una de las señoras que es muy activa ella le gusta dibujar, aunque no tuvo hijos recordó que esta tarjeta que les propusimos hacer la regalo en algún momento, la tarjeta la hicieron en su totalidad, otra a destacar es que xxx él es sordo, no había participado antes en ninguna actividad pero en esta si lo hizo sin acompañamiento, nos hace señas de que la actividad es muy agradable.

FECHA	Viernes 18 de Septiembre
--------------	--------------------------

OBJETIVO	Recordar a través de diversos géneros musicales vivencias y experiencias en las personas mayores participantes.
TEMÁTICA	Géneros musicales Colombianos que generen sentimientos, sensaciones, historias que cuenten los adultos mayores participantes.
MEDIACIÓN RECREATIVA	música colombiana

DESCRIPCIÓN

Este día 18 de Septiembre después de una sesión anterior de manualidades donde las personas mayores recordaron episodios de sus vidas, compartieron hubo risas y un ambiente de cordialidad entre ellos, aunque se saben sus nombres, comparten diversos espacios en la fundación de alimentación, ejercicios, pocos espacios recreativos donde compartan entre ellos y se escuchen esas historias tan enriquecedoras, que se tejen entre ellos, seguir un proceso con ellos puede llegar a ser difícil por sus discapacidades, en su mayoría mentales pero la física también predomina, y aunque no se acuerdan de lo que se hizo en sesiones anteriores, se les muestra sus trabajos y tratan de recordar que fue realizado por ellos, el día de hoy se quiso realizar un complemento con una sesión anterior donde se proyectaron diversas imágenes y ellos recordaban según el contexto de dichas imágenes, esta vez lo hicimos con géneros musicales. La sesión de hoy fue muy bien recibida por las personas mayores, ya que cantaron y recordaron antiguas experiencias, por ejemplo persona 4 recordó que fue cantante y le gusta mucho bailar, persona 5 dijo que le gustaría aprender a bailar y que se repitieran más estas actividades en el hogar, ella es una de las personas que era un poco reacia a las actividades, pero después de ese día es más receptiva y participa con agrado y le gusta que vayamos al hogar ya que pregunta cuando regresamos de nuevo, persona 3 también recordó las canciones y las canto, xxx estaba muy contenta aplaudiendo y bailando en su silla, al igual que los demás, también estaban presentes algunos familiares allí tuvieron la oportunidad de compartir con los demás e interactuar, la actividad fue muy productiva y agradable para los participantes ya que les gusta mucho la música y recordaron los compositores, y de donde eran, también las directivas del hogar las enfermeras, terapeutas, familiares se unieron a la actividad que se estaba realizando, esto es algo que se ve poco, compartieron este momento no solo cantando si no recordando sus lugares de nacimiento y situaciones familiares por ejemplo persona 4, le gusta cantar mucho y bailar en su juventud fue cantante y ella recuerda esos tiempo

cuando tenía más o menos 15 años y sus padres no la dejaban salir a bailar si no era acompañada por sus hermanos, ella cuenta que sus padres eran liberales y el que pensaba diferentes lo iban desapareciendo, una realidad que se vivió en Colombia y ella lo recuerda mucho, ella tenía varios amigos con los que salía a bailar, fuera de casa pero sus padres no le daban permiso, esto lo recuerda con nostalgia ella en la sesión de la proyección de imágenes hablo bastante de situaciones familiares, es una persona que comparte con facilidad sus recuerdos más cuando van acompañados de refuerzos en este caso la música, persona 5 también participa activamente aunque al principio no fue así ella miraba un poco con desconfianza sobre que íbamos a hacer en el Hogar, y aunque se acercaba en algunas ocasiones miraba desde lejos, pero luego de esta actividad se integró mucho más, pregunta y está muy interesada sobre nuestro trabajo allá, y participa en las sesiones y mediaciones propuestas, aunque sus recuerdos están más relacionados a sus hijos y como es su convivencia con ellos, habla con los demás es alegre, baila y comparte esos momento o situaciones.

FECHA	Martes 22 de Septiembre
OBJETIVO	Mis creaciones a través de la Dactilopintura
TEMÁTICA	Pintura con los dedos.

DESCRIPCIÓN

El día de hoy 22 de Septiembre en la fundación después de realizada la actividad anterior de los géneros musicales y el recuerdo que generaba en las personas mayores y como ellos recibían esta mediación, se vieron interesantes resultados algunas personas mayores decidieron participar por primera vez, hablaron acerca de experiencias de sus vidas, recordaron familias y hubo una terapia para ellos ya que al recordar y compartir con los demás estas experiencias fueron reconocidas por los otros adultos mayores, por las directivas y personal de la fundación, es importante señalar que estas actividades y su intencionalidad está enfocada siempre en que puedan generar esas experiencias y recordar situaciones según el contexto que se lleve, esto hace que la recreación sea importante y significativa en este tipo de instituciones donde los espacios que existen son enfocados al mantenimiento y a la salud relacionados con la medicina.

En esta sesión algunos no quisieron pintarse las manos ya que les dolía o no querían ensuciarse, al parecer no habían hecho esta actividad antes, pero evocaron recuerdos sobre su infancia, persona 5 realizó la actividad se pintó las manos e hizo el dibujo, ella tuvo un cambio desde el karaoke y hace las actividades con agrado, la persona 1 hizo un dibujo muy bonito de flores y recito diversos poemas de flores xx y xx hicieron el dibujo y lo decoraron sin guía ellas no participan con frecuencia. En general realizaron la actividad con dibujos que ellos mismos hicieron.

OBJETIVO	Recordar a través de imágenes paisajísticas lugares y sitios memorables para las personas mayores en etapas de sus vidas.
TEMATICA	Se les presentara a los adultos mayores diversos paisajes que ellos decoraran con materiales puestos en las mesas, mientras hacen esto, ellos nos cuentan sobre estos paisajes si les recuerda lugares de su infancia, familia, amigos y que sensación les produce.
MEDIACION RECREATIVA	Imágenes paisajísticas

25 de Septiembre

El día de hoy en la fundación se realiza una mediación que tiene que ver con los paisajes para colorear y decorar, de esta manera ellos al verlos recuerdan sobre estos lugares significativos y al decorarlos se refuerza este concepto ya que lo quieren ver lo más parecido posible a como lo tienen en sus mentes, es así que decidimos que esta sesión podría ser adecuada para que ellos siguieran en este camino de recordar esas experiencias que podrían producir estas imágenes, dar continuidad a un proceso con ellos no es fácil por sus discapacidades varias cognoscitivas ya que no recuerdan lo que se hizo la sesión anterior, por esto se les muestra los trabajos y también las fotos de los mismos, algunos recuerdan que efectivamente si lo hicieron, los demás definitivamente no.

Esto es un punto importante en los hallazgos que se extraigan, los resultados provenientes de todos estos días y sesiones, el día de hoy el trabajo en la fundación fue interesante en la medida en que las personas mayores recordaron circunstancias que tiene que ver con etapas de sus vidas, amigos, familia, y como estos espacios los compartieron con ellos, así fuera que iban a la iglesia con la familia, que en los campos y el pasto corrían largamente con sus amigos, los colores de las casas que eran muy llamativos, los caminos de piedra, los pueblos que es lo que más recuerdan, al empezar a dar a los adultos mayores los paisajes en las hojas que ellos decorarían, la persona 5 y la persona 1 comparaban sus dibujos y hablaban de la iglesia de las casas los caminos, que lo recuerdan de

unos colores específicos y que ahora las cosas han cambiado mucho, ellos comparten mientras hacen las actividades y este es otro de nuestros objetivos como se relacionan ellos en las sesiones ya que sus realidades ahora están juntas, la persona 1 hizo una decoración muy minuciosa esto es constante en sus trabajos, las imágenes hacen que ellos hablen de circunstancias de sus vidas.

OBJETIVO	Incentivar a las personas mayores a que interactúen con los objetos dispuestos para la sesión.
TEMATICA	Las personas mayores interactúan con los objetos que se llevaran al hogar para que narren sus recuerdos y vivencias que estos les generan.
MEDIACION RECREATIVA	Juguetes, elementos, objetos.

8 de octubre

Desde el día de hoy en la fundación estamos en las horas de la mañana los días jueves haciendo la práctica con las personas mayores, al ingresar hay 3 estudiantes del Liceo Cervantes haciendo su servicio social, y las personas mayores se disponen para ir a la misa, a nuestra llegada ayudamos a que ellos entraran a la capilla, algunos no quieren asistir pero es una obligación ir, así que empieza la misa luego de esto se van al patio a tomar unas medias nueves que les traen los estudiantes del colegio, se demoran un poco en esto, después ellos tenían planeado unos juegos con ellos pero comenzamos nosotras con la actividad es así como los implementos que traíamos los dispusimos en las dos mesas para que todos los adultos mayores que quisieran pudieran participar, convenimos con los estudiantes que haríamos primero la actividad y luego ellos, dispusimos el micrófono para hacer una pequeña sensibilización donde se les pedía que cerraran lo ojos y recordaran esos juegos y juguetes que ellos utilizaban en sus épocas de infancia, cuales les gustaba más, en que espacio jugaban y con quien lo hacían, después se les pide que abran los ojos y que vean lo que hay en la mesa sin tocarlos primero, solo reconocer las cosas, luego se les pide que palpén las cosas que las toquen, miren de que material son, si les gusta o no, algunos estaban un poco temerosos de hacer esto, y preguntaban que no entendían para que esos objetos estaban ahí, pero después fueron tocándolos y mirándolos después de un momento, paso un rato y preguntamos qué objetos reconocían y con cuales ellos jugaban, La persona 1 hablo sobre el yoyo, el trompo los conocía y las muñecas de trapo que ella hacia algunas y las daba a sus hermanas, las cartas persona 2 jugando el "Tute", la persona 5 recordó juegos como la golosa, las escondidas, La persona 4 recordó que le gustaba bailar y cantar y aun lo hace, después se les mostro unas imágenes que contenían

juguetes, ellos hablaron de que en su tiempo no existía cosas que tienen que ver con la tecnología como ahora, después de esto se puso música las personas mayores bailaron con los demás, cantaron y compartieron con las directivas.

**UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN RECREACION Y TURISMO
PLANEACION DE INTERVENCION**



OBJETIVO	Realizar un muñeco ecológico con materiales orgánicos y reciclables resaltando la importancia del medio ambiente y de esta manera lograr que los adultos mayores recuerden experiencias e historias de su vida.
TEMATICA	recuerdos, experiencias e historias de su vida
MEDIACION RECREATIVA	Muñeco ecológico
DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS	Se llevaran elementos para que las personas mayores realicen un muñeco ecológico el cual deberán cuidar, y todos los días regarle agua hasta que ellos mismos noten el crecimiento y el cambio del mismo, donde se charlara de el en una sesión más adelante.
CONCLUSIONES DEL PROCESO	La actividad fue bien recibida por las personas mayores al igual que los directivos los cuales se interesaron en que se estaba realizando, y preguntaban se acercaban, la voluntaria que ese día estaba allí nos colaboró también, las personas mayores en la medida que realizaban el muñeco iban recordando algunos elementos de sus niñez por ejemplo persona 1 que jugaba con sus hermanas en espacios donde había mucho campo, pasto, tierra, verde, corrían y estaban muy felices en esta época, el sembrar también fue algo que recordó persona 3 recordó que en la finca donde vivía sembraba papa, yuca con sus padres y hermanos, persona 2 al empezar las actividades siempre está muy atento de que se va a realizar, hace preguntas de ¿eso para que sirve?, ¿cómo se hace?, hizo su respectivo muñeco le causo mucha curiosidad la nariz y los ojos del mismo, aunque dice que no es artista y no le quedan muy bien estas cosas, realizo su muñeco y le dijimos que debía cuidarlo ya que si no le se regaba agua no crecería, al finalizar todos hicieron su muñeco con su nombre, se colocaron a la entrada de la recepción donde fuera visibles para todos.

DESCRIPCIÓN

Este día llegamos al Hogar sagrado corazón a las 10:00 am, las personas mayores y las directivas estaban reunidos en la capilla junto con el padre en misa, mientras esperábamos que salieran todos, la señora del aseo se encontraba

limpiando el comedor y nosotras aprovechamos ese momento para organizar los materiales que utilizamos en la actividad, la tierra, las semillas de alpiste, los vasos, el fomy, la silicona, las medias veladas, tijeras y marcadores.

Al terminar la misa, el padre Salió junto con su hermana persona 3, ella es una residente del Hogar Sagrado Corazón, que nunca tuvo hijos y que su única familia en este momento es su hermano sacerdote, ellos se sentaron a tomar tinto y a hablar mientras los enfermeros y cuidadores ubicaban a las personas mayores en las mesas que les corresponden. Al iniciar la actividad en el comedor, reunimos a todas las personas mayores en dos mesas para que no estuvieran tan dispersos ni alejados unos de otros, normalmente en este lugar hay cuatro mesas y en cada una tienen los nombres escritos de ellos para tener un control y un orden, al iniciar con la actividad repartimos los materiales de tal manera que fuesen equitativos y al mismo tiempo les íbamos explicando de que se trataba, la más ansiosa por saberlo fue la persona 3, me sorprendió mucho porque siempre que vamos a iniciar con cualquier otra actividad se aleja y se va o simplemente se queda y no hace nada, pero esta vez fue diferente, al ver los materiales en la mesa se quedó y escucho de lo que se trataba la actividad, pregunto que para que era la tierra, mi compañera y yo les dijimos que íbamos a sembrar unas semillitas de pasto, del cual haríamos un muñeco ecológico que nos ayuda a cuidar el medio ambiente, todo el tiempo les recalcamos que lo debían cuidar y regarle agua para que fuera creciendo, iniciamos con el alpiste ellos mismos cogieron la media velada la abrieron y le echaron el alpiste y la tierra, nosotras les hacíamos un nudito para que no se saliera todo, en ese momento la persona 3 recordó que en la finca donde vivía sembraba papa y yuca con sus padres y hermanos, recordó también al diablo como le llama ella, dijo que se parecía al muñeco que era feo, de orejas y nariz grande muy grande, el muñeco ecológico empezaba a dar forma este fue tan interesante que la voluntaria que estaba en ese momento se integró a la actividad y ayudo a recortar los ojitos y boca que llevaban los muñecos, los funcionarios del hogar se interesaron también por la actividad, algunos hicieron el muñeco y le pusieron nombre, la cuidadora de la señora xx hizo el muñeco por ella, le puso florecitas y una gorra, le quedo muy bonito, al único que no le gusto como quedo fue a persona 2, él estaba de malgenio y furioso porque los ojos y boca de su muñeco le habían quedado torcidos y feos, él no quería hablar con nadie.

Cuando íbamos a finalizar, las personas mayores que no participaron decidieron integrarse y hacer la actividad, como la persona 4 ella estuvo alejada y no mostro interés sino hasta el final, cuando terminamos, en papel fomy se escribió el nombre de cada persona mayor y se colocó en el muñeco que cada uno hizo, recogimos el reguero y los muñecos ecológicos los ubicamos con ayuda de la terapeuta en el Patio, al llegar la directora y verlos allí dijo que los recogiéramos,

que los ubicáramos donde todo el que llegara al hogar los viera, así que finalmente se colocaron en la recepción.

**UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN RECREACION Y TURISMO
PLANEACION DE INTERVENCION**



OBJETIVO	Indagar a los adultos mayores sobre la actividad realizada muñeco ecológico.
TEMATICA	Se hablara con las personas mayores sobre la actividad realizada hace 8 días, allí se tratara de percibir como ha sido la relación que ellos han entablado con este elemento, como ha sido su percepción del mismo.
DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS	Se realizara una charla general con todos donde se preguntara acerca de la actividad realizada hace 8 días muñeco ecológico y como está el muñeco actualmente.
CONCLUSIONES DEL PROCESO	El día de hoy se realizó un dialogo con las personas mayores donde ellos se expresaban sobre la actividad realizada hace 8 días el muñeco ecológico, veíamos el estado en el que se encontraba, notamos que algunos de ellos ya le está creciendo pasto como pelo, persona 4 manifestó que le llamaba la atención los muñecos que estaban en la entrada que todos los días los veía, pero que una vez vio que le estaban regando agua a todos y el de ella no lo encontraba, pero se lo mostramos y recordó como lo había realizado, al igual persona 5 estuvo muy animada y manifestó que le gustaba mucho estos muñecos que en la entrada se veían bonitos todos hablaban de ellos, persona 1 también recordó como se había realizado y que debía agregarle agua, aunque ellos manifestaron que no les habían regado agua lo hacía el personal de la fundación y que gracias a ellos ya se estaban notando los cambios en los mismos.

DESCRIPCION

El día de hoy llegamos a la fundación y notamos que se estaba realizando una actividad desde hacía más o menos una hora, un colegio que realiza su servicio social allí, al igual que un Padre de nacionalidad española estaban cantando con la guitarra y las estudiantes estaban apoyando este proceso, los adultos mayores estaban un poco dispersos, al llegar la profesional xx nos manifestó que podríamos hacer observación de esta actividad que nos podría ayudar ver a las personas mayores en otros contextos y así lo hicimos, estuvimos observando que cantaban y era acompañados con la guitarra, las canciones eran muy conocidas por todos como lunita consentida, la flor de la canela, a las personas mayores les gusta mucho este tipo de actividades sobre todo a persona 4 que canta y baila, en

ese momento estaban todos en círculo en el patio de actividades del primer piso, luego de que se terminara fue un poco difícil tener la atención de las personas mayores, ya que estaban en dicha actividad, pero empezamos a hablar con los que estaban dispuestos en ese momento, y los llevábamos al lugar donde están situados los muñecos ecológicos, persona 1 se acordó mucho de su muñeco los detalles y noto que ha cambiado no está igual y esto es gracias a los cuidados que en la fundación le proporcionan, estaba muy curiosa de los otros muñecos le gustaron mucho los pequeños detalles y manifestó que lo seguiría cuidando, persona 5 manifestó que pasaba por allí y notaba la presencia todos los días de estos muñecos y que ya le están saliendo pequeño pelitos de pasto, también dijo que veía que le regaban agua y que el suyo le gustó mucho, ella es muy activa y participa siempre en las actividades, persona 2 no se encontraba este día había salido con su hermano, a los demás abuelos se les mostro el muñeco lo tocaron lo palparon y recordaron que debían agregarle agua, también notaron sus cambios y se comprometieron a cuidarlo en otra sesión más adelante retomaremos este tema al ver mayores cambios en los muñecos ecológicos, los mostraremos a las personas mayores para que ellos mismos los poden y decoren a su gusto.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN RECREACION Y TURISMO

OBJETIVO	Realizar una manualidad alusiva al día de Halloween donde los adultos mayores se integren y compartan experiencias.
TEMATICA	Por día de Halloween se hace una manualidad donde los adultos mayores la realizan con los materiales que ellos escojan.
MEDIACION RECREATIVA	Manualidad calabaza, que será expuesta en el hogar en un espacio destinado con anterioridad para ello, lápices de colores, marcadores, escarchas, hojas, agujas, lana, hilos, colbon, fomie
DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS	Se colocan los materiales en las mesas para que los adultos mayores puedan elegir como realizar esta manualidad se les explica una posible forma para que pueda ser realizada, pero son ellos finalmente los que escogen los materiales a trabajar.
CONCLUSIONES DEL PROCESO	La actividad del día de hoy fue bien recibida por las personas mayores, preguntaban cuando era el día de Halloween y manifestaban que este día en la fundación estarían solos y de pronto saldrían aunque no estaban seguros, esto lo manifestó persona 5 al preguntarle que harían ellos este día.

DESCRIPCION

El día de hoy al llegar a la fundación, la profesional xx nos manifestó que este día la habían llamado del colegio que hace servicio social donde le decían que irían en el espacio en el que nosotras trabajamos con las personas mayores, así es que ella nos dijo que trabajáramos con un grupo pequeño específico y que el colegio trabajaría con los demás y así lo hicimos, mientras el colegio llegaba trabajamos con xx ya que los demás estaban en la misa pero ya estarían por salir, xx realizó la manualidad él solo, solo se le colaboro al recortar la calabaza y el fomie, pero el decoro como quiso después se le coloco una cuerda para posteriormente ser colgada en un espacio en la fundación, después el colegio ya había llegado y las personas mayores ya habían salido de la misa, se dispusieron las mesas para que trabajaran, las estudiantes del colegio hicieron su actividad con ellos la cual era sopas de letras, trabajamos hoy con persona 2, persona 5, persona 1, persona 3, ellos realizaron la actividad en una mesa donde estaban todos los materiales dispuestos, allí se les explico que debían decorar una calabaza y que este elemento es muy simbólico en estas fechas, ellos dijeron que las habían visto en la televisión por ejemplo xx fue uno de ellos, él es un nuevo integrante en la fundación y hoy quiso participar en la actividad, decoro su calabaza con los colores que a él le parecieron aunque preguntaba esporádicamente donde debía seguir coloreando, y que colores debía utilizar, la voluntaria que esta hoy nos colaboró y ayudo persona 1 aunque ella participa con agrado y es muy receptiva a todo a pesar que tiene baja visión, persona 4 hace preguntas siempre sobre que se hará y sobre la actividad, se le explica y hace el trabajo con agrado le gusta colorear y decorar, persona 1 es muy detallista siempre en sus cosas dibuja con mucha paciencia sin ayuda aunque tiene baja visión, les gusta cantar mientras hacen este tipo de manualidades la música los incentiva y alegra el momento, hablan entre ellos sobre sus familias y experiencias con hermanos, hijos y esposos, esto es recurrente al finalizar las sesiones ellos se integran y hablan se comunican entre ellos, ya que aunque viven juntos comparten un espacio a veces no conocen a la persona que está al lado cuando almuerzan o van a dormir, después de esto esta manualidad se coloca en la pared donde ellos pudieran observar su trabajo y ellos mismos colocaron sus nombres.

