



ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



Vicerrectorado de Investigación Innovación y Transferencia de Tecnología

MAESTRÍA EN RECREACIÓN Y TIEMPO LIBRE

TEMA: Recreación terapéutica ocupacional en el adulto mayor como estrategia para prevenir el deterioro cognitivo .

AUTORA: Cecilia Fernanda Arias Silva.

DIRECTOR PROYECTO: Msc. Edison Damián Cabezas Mejía

SANGOLQUI, AGOSTO 2022



1
**Planteamiento
o
del problema**



3
**Marco
metodológico**



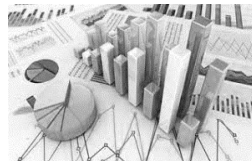
Presentación de la Propuesta de Investigación

5
Propuesta

RECOPILACIÓN



2
Marco teórico



4
**Análisis e
interpretación
de resultados**



6
**Conclusiones
y
Recomendaciones**

AGENDA



PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Falta de autonomía debido a la disminución de las funciones cognitivas, producto de alteraciones atribuibles al proceso fisiológico del envejecimiento o atribuido a otros factores en adultos mayores del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná de la Provincia Cotopaxi

PROBLEMA CENTRAL

Falta de servicios de salud **Presencia de enfermedades degenerativas** **Factores de riesgo asociados "estilos de vida" sedentarios** **Tratamientos farmacológicos ineficientes**

Causas Directas

¿Cómo incide la Recreación terapéutica ocupacional en el deterioro cognitivo del Adulto Mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná de la Provincia Cotopaxi?

Formulación del Problema



Delimitación del problema

ESPACIAL: Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

TEMPORAL: La investigación se desarrollará el periodo Abril - Octubre del 2021.

La intervención terapéutica, entendida como las actividades que pueden detener el avance del deterioro cognitivo



PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Justificación e importancia

U.

Servirá como línea base futuras investigaciones

R. Social

Proponer alternativas de mejores condiciones vitales y sociales del

U.

Esta asociado a la disminución de las funciones cognitivas





PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

**O
G**

Establecer la incidencia de la recreación terapéutica ocupacional como herramienta para prevenir el deterioro cognitivo en el adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

01

Identificar el constructo teórico de la recreación terapéutica ocupacional y su influencia en el deterioro cognitivo del adulto mayor.

02

Diagnosticar el nivel de deterioro cognitivo del adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

03

Diseñar un programa de recreación terapéutica ocupacional para detener el deterioro cognitivo en el adulto mayor

04

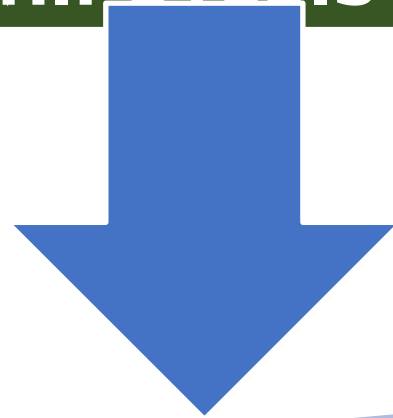
Validar el programa de recreación terapéutica ocupacional para detener el deterioro cognitivo en el adulto mayor





PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS



- **H1** La aplicación de un programa recreativo terapéutico ocupacional disminuirá el deterioro cognitivo en el adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

- **H0** La aplicación de un programa recreativo terapéutico ocupacional no disminuirá el deterioro cognitivo en el adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.





PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Tema	Auto r - año	Tipo - Método	Variab les	Resultado
Efecto de la actividad física sobre el deterioro cognitivo y la demencia.	Castro y Galvis, 2018	Explicativa , cuasi experimenta l. Analítico Hipotético - Deductivo	Actividad física. Deterioro cognitivo	Producto de la aplicación de un programa combinado de terapia ocupacional con ejercicio aeróbico, tuvo resultados positivos en personas con Alzheimer, demencia leve o moderada y deterioro cognitivo causados por la edad. La actividad física influyó también en la calidad de vida, proporcionó beneficios en el equilibrio de los sujetos y mejoras significativas en la disminución del riesgo de caídas del adulto mayor
La incidencia de la recreación terapéutica en las habilidades cognitivas básicas de los	Díaz y Chávez , 2020	Enfoque mixto, alcance descriptivo, exploratorio, correlacional ; el diseño	Recreaci ón terapéuti ca.	La conclusión confirma que el deterioro de las habilidades cognitivas básicas puede afectar a la población de adultos mayores, hecho que influye en la autonomía en la realización de las diversas actividades diarias e interfiere en alcanzar un envejecimiento activo y





1

**Planteamiento
o
del problema**



3

**Marco
metodológico**



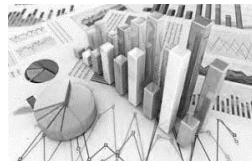
5

Propuesta



2

Marco teórico



4

**Análisis e
interpretación
de resultados**



6

**Conclusiones
y
Recomendaciones**

AGENDA



ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



✓ **Recreación**

(Jenkins, 2011) define a la Recreación Terapéutica “como una disciplina profesional holística, aliada a la salud integral, que pretende ayudar a la rehabilitación, a la habilitación o a la acción remedial de los efectos de la vejez, de una discapacidad,



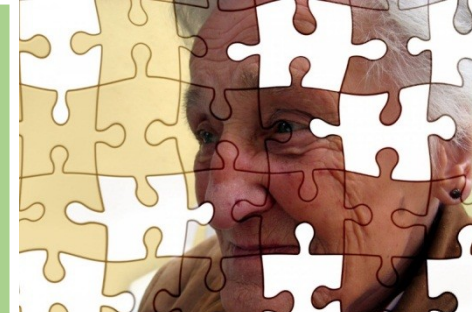
MARCO TEÓRICO

✓ **Deterioro**

deterioro cognitivo se define como un síndrome clínico, que presenta un deterioro en las funciones mentales como son memoria, orientación, lenguaje, reconocimiento visual, conducta y personalidad. (Mías, 2009).

✓ **Envejecimiento**

La OMS, **activo** envejecimiento activo es el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez. Se trata de promover el máximo de autonomía posible, es decir, potenciar la propia capacidad para controlar, afrontar y tomar decisiones sobre la vida diaria.





1

Planteamiento
o
del problema



3

Marco
metodológico



5

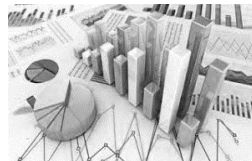
Propuesta

RECOPILACIÓN



2

Marco teórico



4

Análisis e
interpretación
de resultados



6

Conclusiones
y
Recomendaciones

AGENDA



MARCO METODOLÓGICO

01 Enfoque

Mixto: Cualitativo
Cuantitativo

02 Diseños de investigación

- Documental
- De campo
- Cuasiexperimental

03 Nivel investigativo

- Exploratorio
- Descriptivo
- Explicativo

04 Métodos

- Histórico lógico
- Analítico - sintético
- Sistémico - estructural

05 Población y Muestra

- 25 personas es la población.
- 16 M y 09H

06 Técnicas recolección información

- Técnicas de análisis documental
- Test Mini Mental de Folstein

07 Análisis de información

Excel 2012



OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

Variables	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos
Recreación Terapéutica Actividad motora, sensorial o mental realizada en forma libre y voluntaria, vitalizada por el espíritu del juego expresivo, sostenida por actitudes placenteras fuertes y evocada por la liberación emocional del cuerpo	Actividades motora, sensorial	<ul style="list-style-type: none">• % de acciones lúdicas y motrices• Tiempo que demora en ejecutar la actividad	Observación directa
	Actividad voluntaria	<ul style="list-style-type: none">• Frecuencia• Tiempo ejecución• Nivel entusiasmo	
	Actividades placenteras que producen emoción en el cuerpo entero	<ul style="list-style-type: none">• Nivel de participación• Nivel de satisfacción	



MARCO METODOLÓGICO

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE DEPENDIENTE

Variables	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos
Deterioro Cognitivo Es un síndrome clínico, que presenta un deterioro en las funciones mentales como son memoria, orientación, lenguaje, reconocimiento visual, conducta y personalidad. (Mías, 2009).	Orientación espacio - tiempo. Capacidad de atención, concentración y memoria.	Nivel de orientación Nivel de atención y memoria	Mini-Mental State Examination (MMSE de Folstein)
	Capacidad de abstracción cálculo. Capacidad de lenguaje y percepción viso- espacial.	Nivel de lenguaje Nivel concentración Nivel desplazamiento	
	Capacidad para seguir instrucciones básicas	Nivel ejecución condiciones básicas	Es una prueba muy utilizada para detectar el deterioro cognitivo



1

Planteamiento
o
del problema



3

Marco
metodológico



5

Presentación de la Propuesta de
Investigación

Propuesta

RECOPILACIÓN



2

Marco teórico



4

Análisis e
interpretación
de resultados



6

Conclusiones
y
Recomendaciones

AGENDA



ESPE
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS



INFORME VARIABLE SOCIODEMOGRÁFICA

		Frecuencia	Porcentaje
Genero	Masculino	09	36
	Femenino	16	64
Edad	66 - 70	7	28
	71 - 74	13	52
	75 - 79	3	12
	80 - 84	1	4
	85 - 89	1	4
Escolaridad	Analfabeto	11	44
	Primaria	14	56
	Secundaria	0	0

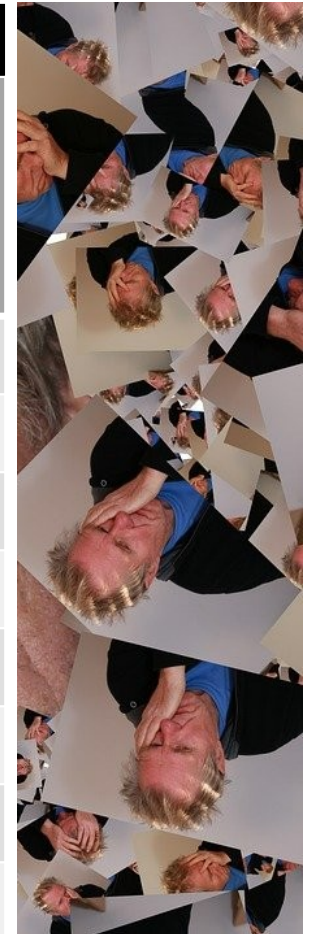


INFORMACION RESULTADO INICIAL Y FINAL DEL MINI				
	DETERIORO INICIAL		DETERIORO FINAL	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Normal	0	0%	2	8%
Sospecha patológica	0	0%	8	32%
Deterioro leve	25	100%	15	60%
Total	25	100%	25	100%



PUNTUACION MINI MENTAL STATE EXAMINATION DE CADA ADULTO MAYOR (1/2)

N° Adultos Mayores Genero	Rango	Escolaridad	Puntuación MMSE inicial	Puntuación MMSE final
Adulto mayor 1H	71-74	P	18 puntos	18 puntos
Adulto mayor 2M	75-79	A	16 puntos	17 puntos
Adulto mayor 3M	71-74	A	16 puntos	18 puntos
Adulto mayor 4M	66-70	P	17 puntos	17 puntos
Adulto mayor 5M	66-70	P	17 puntos	20 puntos
Adulto mayor 6M	80-84	P	13 puntos	16 puntos
Adulto mayor 7M	75-79	A	13 puntos	15 puntos
Adulto mayor 8H	66-70	P	22 puntos	28 puntos
Adulto mayor 9M	71-74	P	21 puntos	24 puntos
Adulto mayor 10H	71-74	P	22 puntos	24 puntos
Adulto mayor 11H	66-70	P	21 puntos	24 puntos





ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

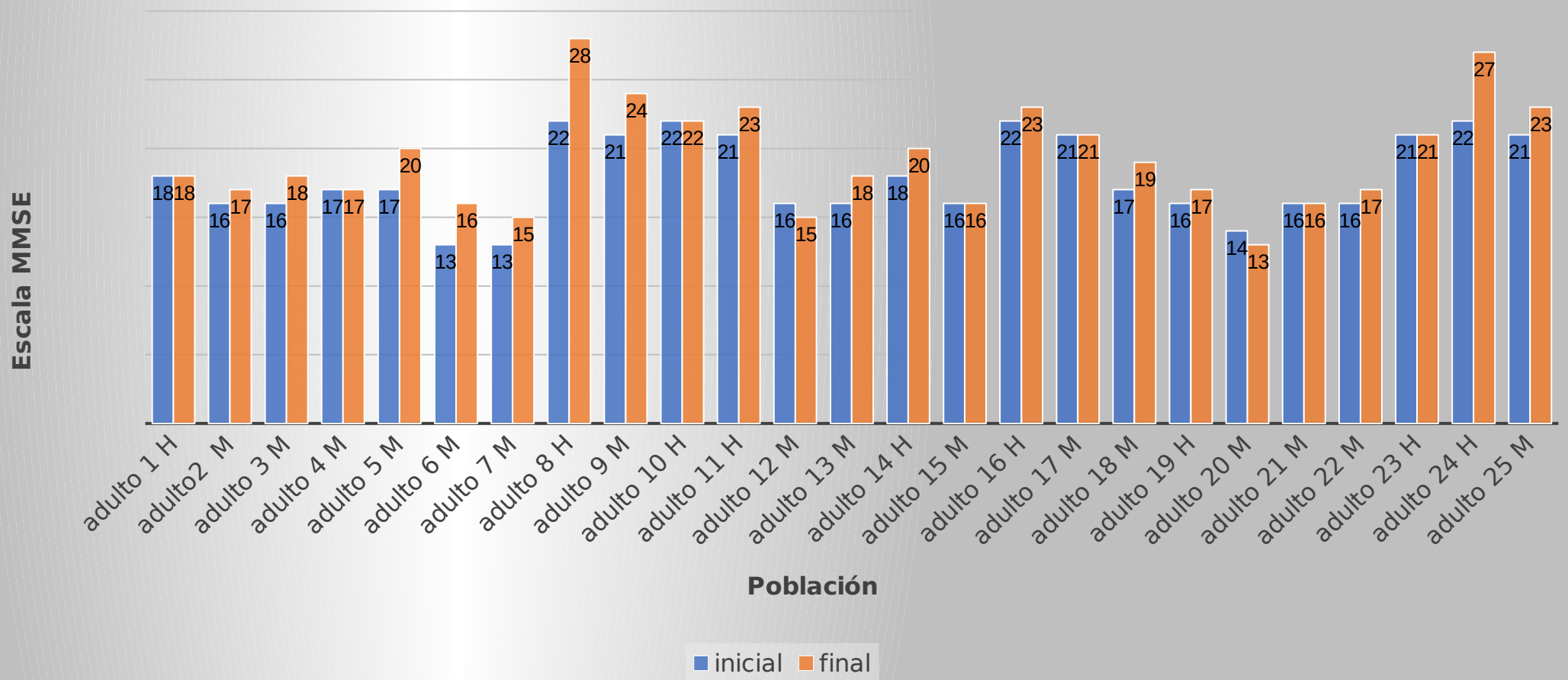
PUNTAJES MÍNIMOS DEL MMSE EXAMINACIÓN DE CADA ADULTO MAYOR (2012)

N° Adultos Mayores Genero	Rango	Escolaridad	Puntuación MMSE inicial	Puntuación MMSE final
Adulto mayor 13M	71-74	A	16 puntos	18 puntos
Adulto mayor 14H	71-74	P	18 puntos	24 puntos
Adulto mayor 15M	66-70	A	16 puntos	16 puntos
Adulto mayor 16H	66-70	P	22 puntos	24 puntos
Adulto mayor 17M	71-74	P	21 puntos	24 puntos
Adulto mayor 18M	71-74	A	17 puntos	19 puntos
Adulto mayor 19H	71-74	P	16 puntos	17 puntos
Adulto mayor 20M	66-70	A	14 puntos	13 puntos
Adulto mayor 21M	75-79	A	16 puntos	16 puntos
Adulto mayor 22M	75-79	A	16 puntos	17 puntos
Adulto mayor 23H	71-74	P	21 puntos	25 puntos





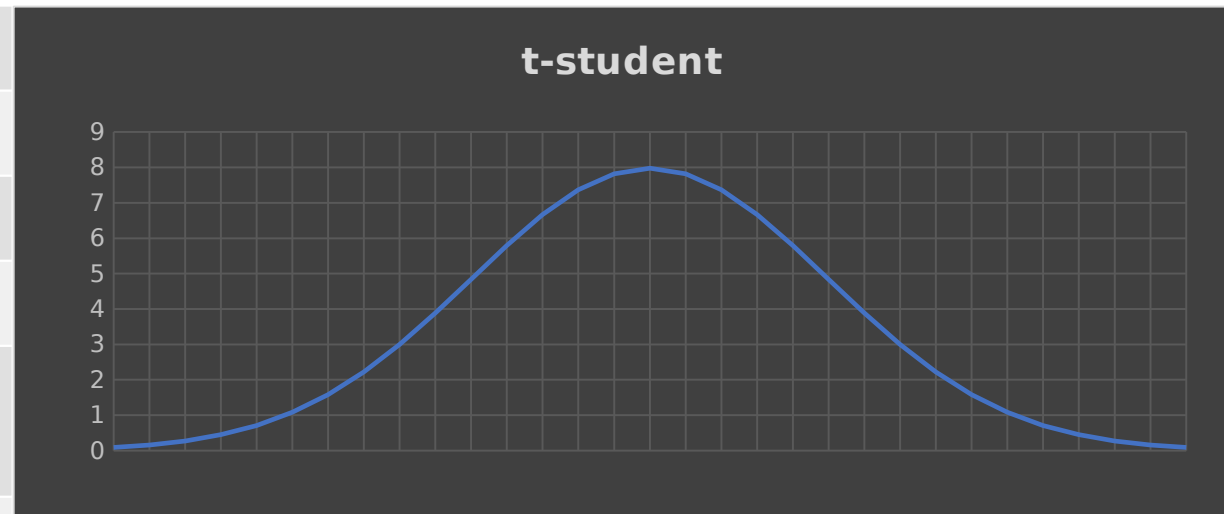
DIFERENCIAS TEST MMSE INICIAL Y FINAL





PRUEBA T PARA COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS

	Variable 1	Variable 2
Media	17,92	19,36
Varianza	8,74333333	14,49
Observaciones	25	25
Coefficiente de correlación de Pearson	0,90220913	
Diferencia hipotética de las medias	0	
Grados de libertad	24	
Estadístico t	-4,2110784	
P(T<=t) una cola	0,00015435	
Valor crítico de t (una cola)	1,71088208	
P(T < -t) dos colas	0,0003087	



Alfa = 0,05 = 5%

Significancia bilateral = 0,0003087

P-valor = 0,0003087 < α = 0,05

El criterio para decidir es: Si la probabilidad obtenida P-valor $\leq \alpha$, rechace H_0 (se acepta H_1)

Conclusión: Hay una diferencia significativa en las medidas de inicio y final después del tratamiento. Por lo cual se concluye que la aplicación de un programa recreativo terapéutico ocupacional disminuyó el deterioro cognitivo en el adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.



ESPE
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Discusión de resultados



Los resultados de Castro y Galvis, 2018 manifiestan que el deterioro cognitivo y la demencia son problemas que afectan no solo al paciente sino a toda la población de adultos mayores; además coinciden que la actividad física recreativa contribuye a detener el deterioro cognitivo en los adultos mayores proporcionando cambios corporales, emocionales, sociales y del comportamiento. Estas conclusiones coinciden con las de la autora en donde, quien concluye que a partir de la recreación terapéutica el adulto mayor mejoró sus funciones cognitivas: memoria, atención, comprensión, orientación temporal y espacial, mejorando la calidad de vida de las personas en porcentajes significativos de acuerdo



ESPE
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Discusión de resultados

(Rivera & Robalino, 2021) Afirman que el ejercicio físico recreativo previene el deterioro cognitivo de adultos mayores del sector rural de la ciudad de Latacunga, tras la ejecución de 12 sesiones de 45 minutos cada una; concluyen que existe una diferencia significativa en los resultados iniciales con los finales y como recomendación manifiestan que es importante ofrecer a la población adulta una valoración integral que involucre aspectos biológicos, psicológicos, cognitivo y funcional antes de aplicar un tratamiento relacionado con la actividad físico recreativa. Estos resultados concuerdan con los preconizados por Espinales y Yépez 2020, quien refiere en su estudio del adulto mayor que producto de la aplicación de un programa lúdico recreativo mejoró las habilidades de orientación, atención y memoria de los adultos mayores en porcentajes significativos.

adora coincide en la efectividad de que poseen los programas de recreación en favor de la salud de los adultos mayores, para lo cual se evidencia que al iniciar el programa el 100% de los adultos mayores presentan de acuerdo a la escala un deterioro cognitivo leve y al finalizar el programa de recreación terapéutica, disminuyó en un 64% (16 personas), un 28% (7 personas) presentan sospecha patológica y el 8% (2 personas) están en el rango de la normalidad; de acuerdo al estudio estadístico presentado.





1

Planteamiento
o
del problema



3

Marco
metodológico



5

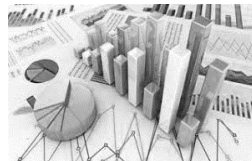
Propuesta

RECOPILACIÓN



2

Marco teórico



4

Análisis e
interpretación
de resultados



6

Conclusiones
y
Recomendaciones

AGENDA



PROPUESTA

Programa de recreación terapéutica ocupacional para detener el deterioro cognitivo en el adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

Datos informativos:

Institución: Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

Autora : Cecilia Fernanda Arias Silva

Tutor propuesta : Msc. Edison Cabezas Mejía

Beneficiarios : Directos: Adultos mayores
Indirectos: Familias de los adultos mayores,
sociedad

Tiempo ejecución: 5 semanas





ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



PROPUESTA

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS TERAPÉUTICAS

N° Sesión	Actividad	Lugar	Tiempo	Habilidades cognitivas desarrollar	Evaluación
1	Lúdica	Centro descanso	20 min.	Atención	Observación
	Física deportiva	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial - memoria	Observación
2	Física deportiva	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial - memoria	Observación
	Física deportiva	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial	Observación
3	Lúdica	Centro descanso	20 min.	Atención memoria	Observación
	Lúdica	Centro	20 min.	Percepción visual	Observación



ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



PROPUESTA

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS TERAPÉUTICAS (1/2)

6	Física deportiva	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial - memoria	Observación
	Lúdica	Centro descanso	20 min.	Atención	Observación
7	Física deportiva	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial temporal	Observación
	Expresión al aire libre	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial temporal	Observación
8	Física deportiva	Centro descanso	20 min.	Orientación espacial - memoria	Observación
	Lúdica	Centro descanso	20 min.	Atención	Observación
9	Literatura	Centro	20 min.	Atención memoria	Observación



ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



PROPUESTA

Actividades de recreación terapéutica ocupacional para detener el deterioro



Sesión N°1

Tema: Movimientos físicos deportivos y lúdicos mediante el juego terapéutico

Periodicidad: Lunes y miércoles

Descripción: Recreación, Ejercicios para la cabeza y el cuello.
Ejercicios para los hombros.
Ejercicios faciales

Horario: 14h00 a 15 h00
20 min

Objetivo: Desarrollar movimientos lúdicos para mejorar la agilidad y crear un clima psicológico con el fin de obtener el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento en el adulto mayor

Área y materiales: Espacio físico plano, sillas, silbato, música

Número de participantes: 25 adultos mayores

Desarrollo y evaluación de la actividad: Cada una de las sesiones de la actividad lúdica terapéutica debe estar basado en movimientos de acuerdo a la edad del adulto mayor en la se realizara un círculo con varios adultos mayores colocados aleatoriamente dándoles indicaciones de carácter general con movimientos como inicialmente se debe topar el mentón al pecho y la nuca a la espalda las orejas a los hombros de derecha a izquierda por varias repeticiones, los hombros coordinando de derecha a izquierda esta elevación debe ser en repeticiones de 12 a 15 veces manteniendo siempre una posición ergonómica. A continuación, se describe el juego en el cual el docente permanece de pie y anuncia ser el quien estará controlando y evaluando. Señala el lugar de entrada y salida de los pasajeros del vagón. Cuando el revisor nombra una estación de tren los



PROPUESTA

Actividades de recreación terapéutica ocupacional para detener el deterioro cognitivo

Sesión N°2

Tema: Baile de la Macarena, juego cazando ingrediente y juegos mentales

Periodicidad: Lunes y miércoles

Descripción: Recreación terapéutica, Calentamiento general, calistenia especifica en extremidades inferiores

Horario: 14hoo a 15 h00
20 min

Objetivo: Desarrollar movimientos lúdicos terapéuticos mediante el juego

Área y materiales: Espacio físico, tizas, carteles de cartón o papel con nombres de ingredientes, pelotas pequeñas de tela.

Número de participantes: 25 adultos mayores

Desarrollo y evaluación de la actividad: En esta etapa el adulto mayor es capaz de atinar y reconocer los objetos del juego el docente describe un plato de cocina y los participantes en este caso, los adultos mayores deben lanzando de manera individual y atinando los objetos un cartel con un ingrediente de los que conforman la receta de dicho plato, existen varias variantes en este juego que ayuda a la expresión lúdica y fomenta la terapia como sustituirse los carteles por contenidos que reconozcan o hayan utilizado anteriormente en la vida cotidiana de los adultos mayores, en el lanzamiento puede ser solo con mano derecha y la otra hacia atrás de la espalda y van cambiando, también cerrado los ojos para que sea parte





1
**Planteamiento
o
del problema**



3
**Marco
metodológico**



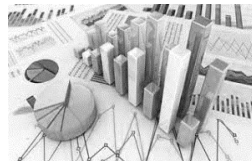
Presentación de la Propuesta de Investigación

5
Propuesta

RECOPILACIÓN



2
Marco teórico



4
**Análisis e
interpretación
de resultados**



6
**Conclusiones
y
Recomendaciones**

AGENDA



CONCLUSIONES

- ❑ El programa recreativo terapéutico disminuyó el deterioro cognitivo en el adulto mayor del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi; de manera significativa; de acuerdo a la información estadística de tipo inferencial, producto de la aplicación de un estudio de tipo
- ❑ A partir de los constructores teóricos; se determina a partir de los estudios científicos que existe una relación directamente proporcional entre el estilo de vida sedentario y la inactividad física y la mortalidad. Por ello es necesario implementar estas acciones recreativas terapéuticas para la mejora de sus funciones cognitivas:
- ❑ El diagnóstico de la población objeto de estudio y de acuerdo a los resultados obtenidos producto de la aplicación del MMSE Test se logró identificar que el 100% de los adultos mayores presentan de acuerdo a la escala, un deterioro cognitivo leve; clasificados de acuerdo a un análisis sociodemográfico: hombres el 36%, mujeres es el 64%, con una edad promedio de 72.4 años; en referencia al nivel de
- ❑ El programa de recreación terapéutica ocupacional dirigido a los adultos mayores se validó de manera cuasi experimental, a través de la aplicación del programa durante 6 semanas de duración, 2 veces por semana, con sesiones de 60 minutos en las instalaciones del Centro Gerontológico residencial Sagrada Familia del cantón la Maná Provincia de Cotopaxi.

RECOMENDACIONES

- ❑ Es necesario que seguir desarrollando investigaciones que estén relacionadas con recreación y su impacto en la deterioro cognitivo del adulto mayor, buscando nuevas técnicas de intervenciones terapéuticas enfatizándose en los movimientos articulares, a través de la lúdica, física deportiva, manual y otras expresiones de la
- ❑ Proponer a las autoridades del gobierno nacional que asuman este problema del envejecimiento como una política de estado, en donde se propongan diferentes programas orientados a mejorar la calidad de vida del adulto mayor.
- ❑ La familia es un elemento vital en la calidad de vida del adulto mayor, en este sentido es necesario que los miembros del hogar se incluyan en las actividades recreativas terapéuticas, para aportar en mejora de su salud.





ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



**GRACIAS POR SU
ATENCIÓN**