

## Resumen

En el presente trabajo se diseñó un programa de Recreación Terapéutica con un enfoque lúdico-recreativo para los adultos mayores que asisten a la Clínica de Enfermedades Crónicas del HAIAM, en la ciudad de Quito. El objetivo fue determinar a través de datos numéricos y datos cualitativos la incidencia que tiene la recreación terapéutica en el equilibrio de este grupo de personas, tomándose una muestra en base a un muestreo intencional. El estudio es cuasi experimental debido a que no se tiene control sobre las variables, debido a que no están establecidas y es de un corte longitudinal de nivel aplicativo, a través de un pre test y pos test, haciendo uso de la escala de Tinetti. Se realizó la verificación de la hipótesis aplicando el método de Wilcoxon ( $p=0.005$ ) a los datos de pretest y posttest, el cual arrojó valores favorables a la hipótesis planteada, es decir, la recreación terapéutica contribuye a la recuperación del equilibrio estático y dinámico en el Adulto Mayor. Los componentes más importantes de este proceso se determinaron, en el pretest se pudo observar que en el equilibrio dinámico hay una mayor dispersión de los valores obtenidos en la evaluación con la escala de Tinetti, es decir, hay una mayor heterogeneidad de casos en este tipo de equilibrio. En el equilibrio estático hay mayor homogeneidad, tal como lo indica la desviación estándar. El valor promedio total obtenido (equilibrio estático + equilibrio dinámico), arrojó un resultado promedio de 21.16 en la escala de Tinetti.

Palabras clave:

- **RECREACIÓN TERAPÉUTICA**
- **EQUILIBRIO**
- **ADULTO MAYOR**

## **Abstract**

In the present work, a Therapeutic Recreation program was designed with a playful-recreational approach for the elderly who attend the Chronic Disease Clinic of HAIAM, in the city of Quito. The objective was determining, through numerical and qualitative data, the incidence that therapeutic recreation has on the balance of this group of people, taking a sample based on intentional sampling. The study is quasi-experimental because there is no control over the variables, because they are not established and it is a longitudinal section of the application level, through a pre-test and post-test, making use of the Tinetti scale. The hypothesis was verified by applying the Wilcoxon method ( $p=0.005$ ) to the pretest and posttest data, which yielded favorable values to the hypothesis proposed, that is, therapeutic recreation contributes to the recovery of static and dynamic equilibrium in the Elderly. The most important components of this process were determined, in the pretest it could be observed that in the dynamic equilibrium there is a greater dispersion of the values obtained in the evaluation with the Tinetti scale, that is, there is a greater heterogeneity of cases in this type balance. In static equilibrium there is greater homogeneity, as indicated by the standard deviation. The total average value obtained (static equilibrium + dynamic equilibrium), yielded an average result of 21.16 on the Tinetti scale.

Keywords:

- **THERAPEUTIC RECREATION**
- **BALANCE**
- **ELDERLY**