



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación

Trabajo de Titulación como requisito previo para la obtención del título de
Licenciada en Ciencias de la Educación Básica

**Guía para el diseño de rincones de aprendizaje dirigida a adultos mayores desde el
enfoque de la cultura de paz**

Autor: Mirian Paulina Rivera Ayol

Director - Tutor: Mgtr. Ivonne Anabel Pazmiño Cárdenas

Quito, mayo 2025

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

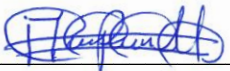
DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Mirian Paulina Rivera Ayol, con C.I. 0503264145 autora del trabajo de graduación titulado **“Guía para el diseño de rincones de aprendizaje dirigida a adultos mayores desde el enfoque de la cultura de paz”**, previa a la obtención del grado académico de **Licenciada en Ciencias de la Educación Básica en la Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación.**

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 1 de mayo del 2025



Mirian Paulina Rivera Ayol

C.I. 0503264145

Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación
Carrera de Educación Básica



APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi carácter de Director (a) – Tutor (a) del Trabajo de Posgrado Titulado: “*Guía para el diseño de rincones de aprendizaje dirigida a adultos mayores desde el enfoque de la cultura de paz*”, presentado por la estudiante Mirian Paulina Rivera Ayol, titular de la Cédula de Identidad N° 0503264145, para optar al Grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, considero que dicho Trabajo de Investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación por parte de los Lectores – Evaluadores que se designen para tal fin por parte de las autoridades de la Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación

En la ciudad de Quito, al 1 del mes de mayo del 2025.

Mgtr. IVONNE ANABEL PAZMIÑO CÁRDENAS

C.I. 1712217395

ipazmino176@puce.edu.ec

NOTA:

Se comunica que en el servicio de análisis Turnitin, el referido trabajo de titulación alcanzó el siguiente resultado: 1% índice de similitud con otras fuentes

TURNITIN: INCLUIR HOJA DEL INFORME CON EL PORCENTAJE



1% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 40 palabras)

Exclusiones

- ▶ N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 1%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 1%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación
Carrera de Educación Básica



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, Mirian Paulina Rivera Ayol, titular de la Cédula de Identidad N° 0503264145, declaro que los resultados obtenidos en la investigación, como requisito previo para lo obtención de Licenciada en Ciencias de la Educación Básica son absolutamente originales, auténticos y personales.

En tal virtud, declaro que el contenido, las conclusiones y los efectos legales y académicos, que se desprenden del trabajo de investigación, y luego de la redacción de este documento, son y serán de mi sola y exclusiva responsabilidad legal y académica.

En la ciudad de Quito, al 1 del mes de mayo del 2025.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Mirian Paulina Rivera Ayol', is shown within a light blue rectangular box.

Firma:

Mirian Paulina Rivera Ayol
C.I. 0503264145

Dirección Física del Campus
Apartado postal 17-01-2184
Telf.: (+593) 0 000 0000 ext. 0000
Ciudad – País www.puce.edu.ec



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
Formulación de problema.....	5
Interrogantes fundamentales de la investigación.....	5
1.1 Objetivos de la Investigación	6
1.1.1 Objetivo General:	6
1.1.2 Objetivos Específicos:	6
1.2. Justificación de la Investigación.....	6
CAPITULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	9
2.1 Antecedentes:.....	9
2.2 Bases teóricas	11
2.2.1 Envejecimiento y necesidades pedagógicas de los adultos mayores.....	11
2.2.2 Importancia de la Estimulación Cognitiva y Social	13
2.2.3 La adultez mayor y la Psicopedagogía	15
2.2.4 Andragogía educación para adultos mayores	16
2.2.5 Diseño de espacios pedagógicos.....	16
2.2.6 Enfoques Adecuados para el Diseño de Rincones Pedagógicos	18
2.2.7 Educación con enfoque de paz como estrategia para fomentar la convivencia pacífica, la autonomía y el bienestar integral en adultos mayores	20
CAPÍTULO III: PROPUESTA METODOLÓGICA	22
3.1 Descripción de la propuesta.....	22
3.2 Justificación de la Propuesta.....	23
3.3. Objetivos de la propuesta	23
3.4 Temporización de la Propuesta.....	24
3.5 Beneficiarios de la Propuesta:	25
3.6 Responsable del desarrollo de la propuesta:.....	25

3.7 Metodología de la propuesta.....	25
3.8 Período de Ejecución de la Propuesta.....	26
3.9 Planificación de la Propuesta:.....	26
Logo.....	26
3.9.1 Rincón 1: La Estación de los Retos	27
3.9.2 Rincón 2: Estación del Movimiento	27
3.9.3 Rincón 3: Taller de Arte y Reflexión	27
3.9.4 Rincón 4: El Rincón de los Sabios	27
3.9.5 Rincón 5: Jardín de la Memoria	27
3.10. Evaluación de la propuesta	27
3.11 Guía para Diseño de Rincones.....	27
CONCLUSIONES	52
RECOMENDACIONES	53
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	54

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 Evolución de adultos mayores en Ecuador 2010-2020.....	4
TABLA 2 Cronograma.....	24

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1 LOGO DE LA GUÍA TEJIENDO MEMORIAS, CONSTRUYENDO PAZ...26

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE APRENDIZAJE, LENGUAS Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

GUÍA PARA EL DISEÑO DE RINCONES DE APRENDIZAJE DIRIGIDA A ADULTOS
MAYORES, DESDE EL ENFOQUE DE LA CULTURA DE PAZ

Autor:

Mirian Paulina Rivera Ayol

Director -Tutor:

Mgtr. Ivonne Anabel Pazmiño Cárdenas

Fecha:

Mayo, 2025

RESUMEN

Este estudio presenta una propuesta para la creación de rincones de aprendizaje dirigido a los adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurna de la Unidad Patronato Municipal San José de Quito. Esta propuesta surge ante la necesidad de atender las demandas cognitivas, emocionales y sociales de este grupo etario fomentando la buena calidad de vida y un envejecimiento activo y saludable. La población adulta mayor presenta necesidades específicas relacionadas al deterioro de las funciones cognitivas como la atención, razonamiento y memoria lo cual necesitan estimulación constante. Además, requieren de rincones o espacios que fomente la interacción social previniendo el aislamiento y fortaleciendo su bienestar emocional y social. En respuesta la guía ofrece un marco estructurado y adaptado a las características de los adultos mayores proponiendo rincones de aprendizaje que integra actividades lúdicas, educativas y recreativas favoreciendo la autonomía, interacción social y la participación activa de los usuarios. La propuesta se basa en la necesidad de implementar entornos que sean adaptables y accesibles, teniendo en cuenta las habilidades individuales y grupales de este grupo etario. Contribuyendo con los profesionales, cuidadores, familias y comunidad en el proceso. La ejecución de esta guía apoya la organización y planificación de actividades que contribuyan a mantener la buena salud mental y elevar la autoestima y la calidad del servicio para el cuidado y atención de adultos mayores. En conclusión, se determina que el uso de los rincones de aprendizaje organizados y adaptados benefician en gran magnitud la salud integral de los adultos mayores, favoreciendo la inclusión social y experimentando una formación enriquecedora que reconoce sus conocimientos previos y refuerza su existencia y valor en la comunidad. Además, se sugiere que las acciones sean constantes y personalizadas para asegurar su eficacia y durabilidad a largo plazo.

Palabras clave: Adultos Mayores - Bienestar Social - Educación para adultos mayores – Envejecimiento activo – Estimulación cognitiva - Rincones de aprendizaje

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE APRENDIZAJE, LENGUAS Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

GUIDE FOR THE DESIGN OF LEARNING CORNERS AIMED AT OLDER ADULTS,
FROM THE CULTURE OF PEACE APPROACH

Author:

Mirian Paulina Rivera Ayol

Director-Counselor:

Mgtr. Ivonne Anabel Pazmiño Cárdenas

Date:

May, 2025

ABSTRACT

This study presents a proposal for the creation of learning corners aimed at older adults in the Gerontological Day Care Center of the San José de Quito Municipal Patronage Unit. This proposal arises from the need to meet the cognitive, emotional and social demands of this age group, promoting a good quality of life and an active and healthy aging. The elderly population has specific needs related to the deterioration of cognitive functions such as attention, reasoning and memory, which require constant stimulation. In addition, they require corners or spaces that encourage social interaction, preventing isolation and strengthening their emotional and social well-being. In response, the guide offers a structured framework adapted to the characteristics of older adults, proposing learning corners that integrate ludic, educational and recreational activities favoring autonomy, social interaction and the active participation of users. The proposal is based on the need to implement environments that are adaptable and accessible, taking into account the individual and group abilities of this age group. Contributing with professionals, caregivers, families and community in the process. The implementation of this guide supports the organization and planning of activities that contribute to maintain good mental health and raise self-esteem and quality of service for the care and attention of older adults. In conclusion, it is determined that the use of organized and adapted learning corners greatly benefits the integral health of older adults, favoring social inclusion and experiencing an enriching training that recognizes their previous knowledge and reinforces their existence and value in the community. In addition, it is suggested that the actions be constant and personalized to ensure their effectiveness and durability in the long term.

Keywords: Older Adults - Social Welfare - Education for older adults - Active aging - Cognitive stimulation - Learning corners - Cognitive stimulation - Learning corners.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se fundamenta en la creación de rincones de aprendizaje con el objetivo de promover un envejecimiento activo y saludable para mejorar la calidad de vida en adultos mayores del centro gerontológico de atención diurna de la Unidad Patronato Municipal San José. El aprendizaje continuo en esta etapa de vida contribuye y fortalece la adaptación a los cambios propios de la tercera edad y retrasa el deterioro cognitivo. Los rincones de aprendizaje permiten que los adultos mayores sean agentes activos en su desarrollo personal y social. Por lo tanto, esta propuesta no solo responde a una necesidad educativa sino también a una estrategia integral para este grupo etario.

El capítulo I, se denomina Planteamiento del problema y contiene: la problemática, la formulación del problema, preguntas directrices, objetivo de estudio general, específicos y justificación, la cual se centra en la necesidad de crear rincones de aprendizaje y de recreación para los adultos mayores que asisten diariamente al centro gerontológico diurno de la Unidad Patronato Municipal San José, ante el creciente envejecimiento de la población y a la escasez de servicios gratuitos y adecuados. Este capítulo aborda la problemática actual relacionada con el envejecimiento de la población, formulando preguntas directrices y estableciendo objetivos generales y específicos que guiarán el estudio.

En el capítulo II, se desarrolla el Marco Teórico, que contiene los antecedentes de la investigación y las bases teóricas que sustentan el estudio. Además, se explica la importancia de la educación continua en la tercera edad, así como el impacto positivo en la calidad de vida de los adultos mayores, respetando las características físicas y las necesidades cognitivas, las cuales con la edad se van deteriorando. Los enfoques que sustentan este estudio permiten entender las diversas perspectivas y teorías relacionadas con la educación que ayudan a contextualizar la problemática e identificar antecedentes relevantes y establecer las bases teóricas que guiarán la propuesta metodológica adecuada

para abordar las necesidades específicas de los adultos mayores en el contexto de aprendizaje y desarrollo social.

En el capítulo III se expone la presentación de la propuesta, la denominación, la descripción, los objetivos, el funcionamiento, la factibilidad y la estructura de evaluación. Se describe también el diseño de la propuesta abarcando la parte teórica y práctica, en la cual se propone una guía para el diseño de rincones de aprendizaje dirigido a adultos mayores en el Centro Gerontológico de Atención Diurna. Esta guía se denomina “Tejiendo Memorias, Construyendo Paz”, que son rincones de crecimiento y desarrollo para adultos mayores con actividades que faciliten el aprendizaje significativo en un entorno positivo y de paz, fomentando la autonomía y la intención social, permitiendo contribuir al desarrollo de habilidades cognitivas, motoras y emocionales. Las actividades en cada rincón requieren de recursos y materiales adecuados. La metodología se basa en la observación participativa y reflexiva, y se utilizarán técnicas de autoevaluación, fichas y diarios personales, donde se registrará logros, avances, participación, conexión y reflexión sobre sus experiencias.

Posterior se establece las conclusiones de los resultados del trabajo y recomendaciones que se proyectan de esta investigación que pretende generar un impacto significativo en la calidad de vida de los adultos mayores atendidos en el Centro Gerontológico de Atención Diurna.

Finalmente constan las referencias bibliográficas que sustentan y respaldan la información y fundamentación teórica utilizados en este estudio.

CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

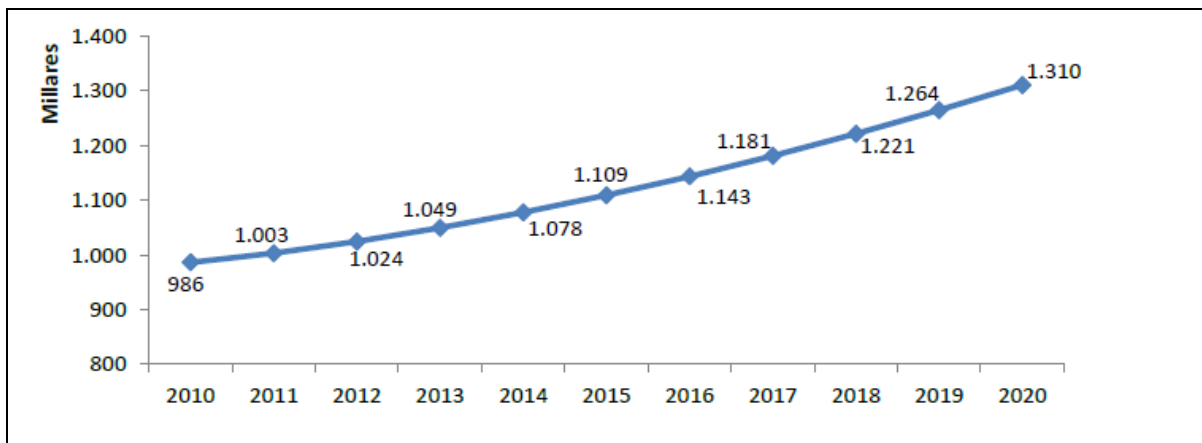
A nivel nacional y global, la educación para la población adulta mayor enfrenta gran desatención en políticas públicas y normativas. Según lo menciona la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), los adultos mayores tienen derechos como es participar activamente en la sociedad, incluyendo el acceso a la educación, ya que esto les permite mantener su bienestar mental, físico y social. Sin embargo, siguen enfrentando barreras que les limitan a llevar una vida activa y saludable.

En el contexto de la educación se sigue considerando a este grupo poblacional como pasivo, sin tomar en cuenta que tienen la capacidad necesaria para aprender y adaptarse a nuevas metodologías y tecnologías que el mundo moderno demanda, los adultos mayores han demostrado los beneficios de la educación continua, en donde la educación no solo favorece a la adquisición de nuevas habilidades, sino que también previene el deterioro cognitivo, mejorando su autoestima y fomentando su bienestar emocional y social. (OMS, 2021).

Según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censo (INEC), para el año 2018 la población adulta mayor estimada, es de 1'221.000 en el territorio nacional; de esta población, el 53,13% son mujeres y el 46,67% son hombres. Se considera que existen alrededor de 208.000 personas adultas mayores en situación de pobreza. La incidencia de personas adultas mayores a nivel nacional es de 7%, es decir 7 de cada 100 personas es mayor de 65 años. (INEC, 2010-2020). Frente a este estudio es evidente la cantidad de adultos mayores que tiene nuestro país y la necesidad imperiosa de brindarles las condiciones que necesitan. (MIES, 2018)

Tabla 1

Evolución de adultos mayores en Ecuador 2010-2020



Nota. Información tomada de INEC, proyecciones poblacionales Censo 2010 Elaboración: DGID/CGIDI

El Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES, 2018), a nivel nacional asume el rol de rectoría para garantizar la prestación eficaz y oportuna de servicios sustentados en normas y estándares de alta calidad, suministrados con protocolos de calidez y buen trato. Además, su gestión, implica la implementación de políticas de inclusión económica y social que se concreten en programas de alto impacto, como salud, nutrición y educación para reducir los índices de pobreza, inseguridad e indefensión en la población adulta mayor.

Con el fin de abordar este problema y política pública, el Municipio de Quito en diciembre del año 2023 a través de la Unidad Patronato Municipal San José ha implementado el proyecto de “Fortalecimiento y Ampliación de los servicios de cuidados para las personas adultas mayores para promover su autonomía”, estos servicios tienen como objetivo brindar un espacio de atención integral durante el día a las personas adultas mayores, promoviendo su bienestar físico, emocional y social a través de actividades recreativas, terapéuticas, educativas y de autocuidado.

Si embargo ante lo expuesto prevalece en varias instituciones falencias como la falta un mayor número de centros gerontológicos con las condiciones, personal y espacios de aprendizaje para mantener y mejorar la calidad de vida, por este motivo se plantea el diseño de espacios de aprendizaje que aborden las necesidades específicas de los adultos mayores.

El Centro Gerontológico de Atención Diurna está ubicado en la calle Hermanos Pasmíño E 4-207 y Luis Saa, frente a la Maternidad Isidro Ayora, atiende a 120 adultos mayores en situación de vulnerabilidad, pobreza y pobreza extrema. Este centro de atención diurna enfrenta desafíos significativos como la falta de espacios adecuados que faciliten el aprendizaje y el reforzamiento de habilidades que tienden a perderse con la edad. Este centro carece de rincones funcionales que estimulen la mente, el cuerpo y las emociones de manera efectiva lo que dificulta su integración plena en la sociedad y en sus actividades diarias.

Este proyecto propone abordar el problema de la falta de espacios de aprendizaje para adultos mayores que sea accesible, inclusivo y adaptado a sus necesidades así también como la metodología apropiada para este grupo etario. Esta propuesta a través de la creación de varios rincones, de material didáctico adecuado y accesible que respondan a las limitaciones cognitivas y físicas de los adultos mayores. Además, pretende mejorar su acceso a servicios gratuitos para fortalecer la participación en la sociedad mejorando su calidad de vida. El objetivo es ofrecer oportunidades reales de formación educativa que les permita seguir desarrollándose, tanto en el ámbito personal, emocional y social.

Formulación de problema

¿Cómo diseñar una guía para la creación de rincones de aprendizaje en el centro gerontológico Unidad Municipal Patronato San José, dirigida a adultos mayores?

Interrogantes fundamentales de la investigación

- ¿Cuáles son las necesidades cognitivas y sociales que presentan los adultos mayores?

- ¿Cómo se organizan los rincones de aprendizaje y las actividades lúdicas dirigidas a los adultos mayores para promover la interacción social y mantener su mente activa?
- ¿Cómo se estructura una guía para organizar los rincones de aprendizaje para adultos mayores en un centro gerontológico?

1.1 Objetivos de la Investigación

1.1.1 Objetivo General:

Diseñar una guía para la creación de rincones de aprendizaje en el Centro Gerontológico Unidad Municipal Patronato San José, dirigida a los adultos mayores.

1.1.2 Objetivos Específicos:

- Describir las necesidades cognitivas y sociales que presentan los adultos mayores.
- Identificar la organización de los rincones de aprendizaje y las actividades lúdicas dirigidas a los adultos mayores, que promuevan la interacción social y mantenga su mente activa.
- Elaborar una guía para la creación de rincones de aprendizaje con actividades dirigida a los adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurna.

1.2. Justificación de la Investigación

Ante la creciente población de adultos mayores y la limitada oferta de servicios gratuitos disponibles, es importante reconocer los esfuerzos del municipio de Quito al crear servicios que, aunque insuficientes, contribuyen a mitigar las brechas en las necesidades de este sector. Sin embargo, es esencial continuar desarrollando espacios de aprendizaje que permitan a los adultos mayores no sentirse olvidados ni apartados de la sociedad, ya que, a pesar de los prejuicios, aún tienen mucho que aportar.

El interés de este estudio surge frente a la desatención que existe en la educación para los adultos mayores, por este motivo es una oportunidad invaluable y significativa, proponer la creación de espacios de aprendizaje con la finalidad de fomentar su aprendizaje y al mismo tiempo valorar sus aportes y experiencias de vida. Además, se busca que este grupo etario no se sientan excluido de la sociedad, reducir su aislamiento, soledad y tenga un envejecimiento activo y saludable.

La propuesta es factible gracias a la infraestructura del Centro de Atención Diurna de la Unidad Patronato Municipal San José, porque cuenta con espacios que se pueden adecuar para la creación de rincones de aprendizaje. Este centro ofrece a los adultos mayores, un servicio de 8 horas diarias, durante este tiempo se busca desarrollar al máximo tanto habilidades físicas, cognitivas como emocionales, mejorando de esta manera su bienestar y a su vez una mejor calidad de vida. Todo el esfuerzo que se invierta en este grupo etario tanto en la educación como en su desarrollo, pretende generar un impacto significativo en la salud mental, en lo emocional y social de los adultos mayores, favoreciendo su integración, inclusión y participación en la sociedad y sobre todo en su comunidad.

Asimismo, el diseño de la propuesta tiene un enfoque de corresponsabilidad y permite la participación tanto de las familias, los cuidadores como de la comunidad para la adecuación y en el mantenimiento de los rincones planteados. Este proyecto es importante porque considera varios factores clave que repercuten directamente en el bienestar integral de los adultos mayores. En primer lugar, les permite mantener su mente activa, promover el aprendizaje en esta etapa de la vida y también reforzar su autoestima, la autonomía y la salud mental. Los espacios generan experiencias enriquecedoras al fortalecer sus habilidades cognitivas y emocionales mejorando de esta manera su calidad existencial.

También, al diseñar los distintos rincones o espacios de aprendizaje se organizarán actividades lúdicas, recursos de enseñanza y aprendizaje efectivos, accesibles y adaptados a las necesidades de los adultos mayores y, sobre todo, modernos, donde se aprovechen las experiencias, los saberes y las habilidades que poseen, de esta forma se reconocerá su valiosa contribución. Al valorar y respetar las características propias de la edad, esta

propuesta contribuirá a promover un mayor bienestar emocional y a aumentar la motivación de los adultos mayores para superar las barreras cognitivas que puedan enfrentar.

En este estudio, el enfoque principal está basado en el respeto a los derechos de los adultos mayores y a su participación activa en la sociedad. Por este motivo, la creación de una guía que permita diseñar rincones de aprendizaje, acompañados con distintas actividades lúdicas, contribuirá a mejorar la calidad del servicio de este centro y así también se aprovechará el tiempo fomentando la autonomía, la integración y el bienestar de este grupo etario mientras permanezcan en el centro.

La problemática actual surge ante la escasa demanda de espacios gratuitos dirigidos a la población adulta mayor, que cuenten con rincones adecuados para el proceso de enseñanza y aprendizaje, lo que ha generado pocas oportunidades de acceso a educación. A pesar que existen políticas públicas y programas gratuitos, los espacios físicos y los recursos disponibles no responden a las necesidades de este grupo etario limitando su participación activa en procesos educativos, la falta de estos rincones afecta su bienestar emocional y social, provocando el aislamiento y reduciendo las oportunidades de interacción con sus pares.

La educación para adultos mayores es fundamental para mantener la salud cognitiva y emocional fomentando su aprendizaje continuo, por lo tanto, resulta urgente y necesario abordar la importancia de rincones de aprendizaje adecuados e inclusivos con recursos específicos para este grupo etario y facilitar el diseño de actividades adaptables considerando y valorando las características propias de la edad, este enfoque contribuirá a promover un mayor bienestar emocional y a aumentar la motivación de los adultos mayores para superar las barreras.

CAPITULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1 Antecedentes:

La Organización Mundial de la Salud en su artículo Década del envejecimiento (OMS, 2020), A finales de la década de los 90, definió el envejecimiento activo como el proceso que permite optimizar la calidad de vida de las personas adultas mayores en ámbitos vinculados a la salud, participación y seguridad. Las cuatro áreas recomendadas por la Organización Mundial de la Salud para la Década del envejecimiento activo 2030, tiene como objetivo modificar la forma de entender y actuar frente a la edad y la vejez, promover el abordaje comunitario para el fortalecimiento de capacidades de las personas adultas mayores, brindar servicios integrales centrados en la persona, y proporcionar a las personas mayores que lo necesiten como acceso a la atención a largo plazo. Se concluye que el proceso de envejecimiento conlleva también a la paulatina afectación de la capacidad funcional de una persona en relación a su entorno. Este artículo aporta a la investigación porque aborda la importancia de la promoción del envejecimiento activo a través de la implementación de diversas actividades de manera independiente y satisfactoria con personas adultas mayores.

En la Constitución de la República del Ecuador (2008) se menciona:

El Estado tomará medidas de atención en centros especializados que garanticen su nutrición, salud, educación y cuidado diario, en un marco de protección integral de derechos. Se crearán centros de acogida para albergar a quienes no puedan ser atendidos por sus familiares o quienes carezcan de un lugar donde residir de forma permanente. (Artículo 36 y 37)

Estos centros de cuidado y atención a personas adultas mayores, públicos o privados, han implementado programas socioeducativos, dirigidos a este grupo etario, poniendo énfasis en las oportunidades de inclusión social, desarrollo personal y empoderamiento. Este artículo aporta en el estudio porque permite conocer la importancia

de crear espacios dedicados específicamente al aprendizaje de los adultos mayores amparados por una política pública nacional.

La Universidad Fortaleza de Brasil (2009), en el artículo “Aprender Disfrutando: una experiencia de ocio para adultos/mayores”, señala que el aprendizaje más puro se centra en dar a los aprendices las herramientas con las que puedan aprender según sus propios estilos y sus propias necesidades, sin excluir a nadie, facilitando las condiciones para que el aprendizaje permita el desarrollo de la creatividad, la confianza y el disfrute en todas las etapas de la vida. El objetivo de este artículo es dar a conocer distintos tipos de aprendizaje continuo con características como la exploración, imaginación, descubrimiento, comprensión para adquirir conocimientos, ya que un aprendiz nunca deja de aprender lo suficiente. En este estudio es importante abordar estos temas para conocer qué metodologías modernas y apropiadas podemos aplicar para la educación continua para adultos mayores según sus necesidades y base de su experiencia.

La Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, en el artículo sobre Psicología Del Ciclo Vital: Hacia una Visión Comprensiva de la vida humana, los autores, Ruiz y Uribe (2000), destacan que, más allá de las iniciativas de las universidades para abrir espacios de aprendizaje para este grupo etario, es crucial que estas oportunidades educativas se conviertan en una prioridad dentro de las políticas públicas, especialmente en un contexto de envejecimiento poblacional creciente. Además, para promover un envejecimiento activo y saludable la educación continua no debe limitarse únicamente a estudios teóricos. Es fundamental la educación continua y que estos programas trasciendan de las aulas universitarias y se materialicen en proyectos concretos implementados en centros de atención diurna, residenciales gerontológicos y otros espacios donde los adultos mayores puedan participar activamente. De esta manera, la educación no solo se convierte en una herramienta de aprendizaje, sino también en un motor de inclusión y bienestar social para los adultos mayores, mejorando su calidad de vida. Por este motivo esta investigación es relevante porque estudia nuevas propuestas de implementación educativa enfocado al aprendizaje a lo largo de la vida.

En el repositorio de la Universidad Pontificia Católica del Ecuador, reposan tesis de algunos estudios sobre educación en personas adultas mayores. Según la tesis elaborada por Quilambaqui (2017), titulada “Aplicación de Técnicas Educativas a las Hijas de María Auxiliadora de la Tercera Edad de la Comunidad “Sor María Troncatti” del Barrio San Juan Bautista de Cumbayá”, se menciona que el envejecimiento poblacional global ha generado interés en instituciones académicas en la formación de profesionales en cuidado y atención a personas adultas mayores y ofrecer programas de educación como la Gerontología que se encarga del cuidado y bienestar de los adultos mayores, brindando a las personas jóvenes y adultos mayores promociones académicas, con el fin de mantenerlos motivados, integrados y autónomos hasta el final de su vida. La factibilidad de esta propuesta basada en el diseño de rincones de aprendizaje, permitirá que los adultos mayores logren estimular áreas importantes de su desarrollo como cognitivos, sociales y físicos permitiendo un envejecimiento activo y saludable.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Envejecimiento y necesidades pedagógicas de los adultos mayores

Según los autores, Dulcey-Ruiz y Uribe, (2002) el envejecimiento se entiende como un proceso continuo, multifacético e irreversible de múltiples transformaciones biopsicosociales a lo largo del ciclo de vida, que no son lineales ni uniformes y se asocian a la edad de una persona en años. Estos cambios están influenciados por factores epigenéticos, y además por las condiciones sociales, económicas, ambientales y políticas del entorno en que se desarrolla el humano y que, en conjunto, permiten predecir bienestar y un buen funcionamiento físico y mental o pérdidas y enfermedad.

Por lo tanto, el envejecimiento es un proceso natural que no se puede repetir ni revertir en el ser humano, genera profundos cambios producidos por factores internos y externos. Estas transformaciones incluyen aspectos biológicos, psicológicos y sociales.

Entender estos cambios es crucial para desarrollar estrategias que promuevan un envejecimiento saludable.

2.2.1.1 Cambios producidos por el envejecimiento

Aspectos biológicos

Según Condes, (2012), los cambios biológicos del envejecimiento son:

Pérdida de masa muscular: las personas adultas mayores experimentan cambios importantes en su sistema muscular lo que reduce la fuerza y la capacidad física, Esto puede llevar a una mayor dependencia y riesgo de caídas.

Disminución de la función inmunológica: el sistema inmunológico con la edad aumenta la susceptibilidad a infecciones y enfermedades, se vuelve menos eficiente.

Cambios en el sistema cardiovascular: con el envejecimiento el riesgo aumenta en la presión arterial y disminución en la capacidad de bombeo del corazón, y puede llevar a una disminución en la función cardiovascular.

Disminución de la función renal: la función renal también se deteriora con la edad, lo que puede afectar la capacidad del cuerpo para eliminar desechos y mantener el equilibrio de líquidos.

Aspectos psicológicos

Según la Universidad Autónoma del Estado de México (2016), los aspectos psicológicos en el envejecimiento incluyen:

Cambios en la memoria y la cognición: los adultos mayores pueden experimentar descenso en las capacidades cognitivas y memoria, lo que puede afectar su facultad para realizar actividades cotidianas y mantener su independencia.

Depresión y ansiedad: con la edad el envejecimiento puede estar asociado a un mayor riesgo de depresión y ansiedad, especialmente si se experimentan soledad, pérdidas significativas o cambios en su estilo de vida.

Ajuste a la pérdida: los adultos mayores a menudo deben ajustarse a la pérdida de seres queridos, roles sociales y capacidades físicas, lo que puede ser psicológicamente desafiante.

Aspectos sociales

Aislamiento social: dejar de trabajar y la pérdida de contacto social se suma factores como la pérdida de amigos o familiares que conllevan al adulto mayor al aislamiento social, lo cual puede ser física y mental.

Cambios de roles y percepciones sociales: con factores como la jubilación y su retiro laboral los adultos mayores comienzan a experimentar cambios en su identidad y en su rol social, estos procesos pueden afectar su autoestima y bienestar.

Dependencia y cuidado: con la edad y debido a distintos factores las capacidades físicas de los adultos mayores disminuyen y pueden necesitar cuidados y ayudas técnicas lo cual puede afectar su autonomía y calidad de vida.

2.2.2 Importancia de la Estimulación Cognitiva y Social

Las acciones habituales y cotidianas del ser humano como pensar, hablar, recordar, y aprender son funciones cognitivas que se realiza de manera natural y se pueden ver afectadas de manera directa en la calidad de vida de los adultos mayores, por ello cada vez se van implementado programas, estrategias y ejercicios cognitivos acordes a fomentar la estimulación cognitiva y aportando numerosos beneficios para potenciar y preservar capacidades y habilidades cognitivas fundamentales para la funcionalidad y bienestar tanto en la vida cotidiana, toma de decisiones informadas y mantener la independencia (Senniors, 2024).

Es importante aplicar estrategias y herramientas que puedan retrasar o prevenir el deterioro cognitivo y social en las personas adultas mayores que con el paso de los años van causando pérdidas importantes en la memoria y aislamiento social, este proceso debería ser estimulado a tiempo, tanto en lo cognitivo y social donde es importante el acompañamiento

familiar o del cuidador así este grupo etario pueda tener un envejecimiento más activo y saludable.

En el artículo Beneficios de la estimulación cognitiva, publicado por la revista (NeuronUP, 2022), los beneficios e importancia de la estimulación cognitiva y social en adultos mayores detalla lo siguiente:

Retraso del deterioro cognitivo: esta estimulación es un conjunto de técnicas adaptadas a las necesidades, características y circunstancias de cada adulto mayor y se aplica para preservar, mejorar y recuperar la capacidad cognitiva mediante una estimulación personalizada para cada sujeto, también frena o retrasa la aparición de enfermedades como el Alzheimer y la demencia.

Mejora la autonomía: la salud cognitiva influye en la calidad de vida de las personas adultas mayores, esta estimulación es un componente esencial y actúa como una herramienta para preservar la función cerebral y mitigar los efectos del envejecimiento de la mente, por lo tanto es importante estimular buscando los recursos adecuados y necesarios para integrarlas de manera efectiva en la vida diaria de este grupo etario y mejorar la autonomía dentro y fuera del hogar.

Plasticidad cerebral: estimular diferentes áreas del cerebro permite aumentar la plasticidad cerebral y ayuda a las personas adultas mayores a preservar sus habilidades cognitivas desarrollando su agilidad mental, la neuro plasticidad tiende a disminuir con la edad y además es clave en el contexto de las personas con enfermedades degenerativas ya que la mayoría de las actividades de estimulación requieren que el cerebro se adapte o reconfigure constantemente creando nuevas rutas neuronales y más eficientes.

Bienestar emocional: este bienestar es esencial y se refiere a la salud emocional de los adultos mayores que con la estimulación cognitiva permite mantener equilibrio, resiliencia, gestión emocional, flexibilidad y adaptabilidad que son aspectos claves para una buena calidad de vida durante la vejez. Además, las emociones positivas ayudan como una barrera para afrontar, estrés, dolor y enfermedades al igual que las conexiones sociales ayudan a prevenir el aislamiento y la soledad.

Prevención del aislamiento: el aislamiento puede afectar gravemente a la salud de los adultos mayores, causando depresión, ansiedad, estrés y otros. La estimulación social y redes de apoyo tanto familiares como de la comunidad fomenta la interacción social mediante las visitas frecuentes, grupos de apoyo, redes sociales, voluntariado, actividades familiares, centros de día, programas comunitarios que son algunas estrategias para prevenir el aislamiento de este grupo etario.

Apoyo familiar y comunitario: la estimulación social impacta directamente en la vida de las personas adultas mayores tanto en el bienestar emocional, mental, físico y social como para mitigar los riesgos que pueden enfrentar a medida que envejecen, entonces el apoyo familiar y comunitario es vital para prevenir sentimientos de abandono y sentirse más valorados al no ser excluidos de la sociedad.

2.2.3 La adultez mayor y la Psicopedagogía

De acuerdo a Vega (2021), a partir de la psicopedagogía es posible pensar en un aprendizaje a lo largo de la vida mediante contenidos teóricos de la psicogerontología que posibilita el uso de herramientas adecuadas para atender las necesidades educativas que demanda la población adulta mayor.

La Psicopedagogía se entiende como una disciplina con enfoque práctico y teórico que tiene relación entre la psicología y la pedagogía, estos procesos y factores que influyen en el aprendizaje y tienen como objetivo intervenir en las dificultades cognitivas promover una educación más personalizada y adaptada a las necesidades de cada individuo para un desarrollo integral donde se considera tanto las dificultades como los recursos del estudiante en el ámbito educativo (Sanz, 2014).

Por ello, partir de una psicopedagogía como herramienta para el desarrollo del aprendizaje, la persona adulta mayor apunta a nuevas concepciones de la vida en la adultez generando aprendizaje en distintos ámbitos en los que se puede producir conocimientos, la apertura de espacios donde puedan interactuar con otras personas provee de grandes beneficios para una salud más activa y saludable y en donde aprender es un proceso para toda la vida.

2.2.4 Andragogía educación para adultos mayores

Según la autora (Camón, 2017), de la revista *Psicología y Mente* la andragogía en su artículo sobre Andragogía y el aprendizaje en edades avanzadas, define como una disciplina en el campo de estudio con un conjunto de métodos dirigidos y aplicados para la adquisición de conocimientos en adultos, a diferencia de la pedagogía que es una ciencia que se centra en la enseñanza de niños y jóvenes. Por lo tanto el objetivo de la andragogía es promover un aprendizaje relevante y que se ajuste a las necesidades y particulares de los adultos mayores.

La andragogía sirve como base para este estudio abordando la importancia del aprendizaje en los adultos mayores a lo largo de la vida, la educación para adultos abarca distintas técnicas adaptadas a las características y se basa en la experiencia de vida que influye en la manera de aprender comprendiendo que el adulto es consiente de sus posibilidades y contruye conocimientos significativos.

2.2.5 Diseño de espacios pedagógicos

Según estudios realizados por los autores Samaniego y Ochoa (2025), el diseño de espacios pedagógicos apropiados y adptados para adultos mayores son creados con enfoque holístico que contribuyen significativamente al envejecimiento activo, estos espacios deben ser accesibles, cómodos y multifuncionales. Además enteder las limitaciones físicas y necesidades de este grupo etario, la creación de estos espacios promueve el bienestar emocional y psicológico de las personas adultas mayores.

Al ofrecer espacios donde los adultos mayores puedan no solo aprender sino tener espacios de ocio respondiendo a las necesidades y particularidades de este grupo etario, el impacto positivo de estos espacios interactivos y multifuncionales permiten desarrollar destrezas y habilidades que favorecen la participación social y desarrollo individual.

2.2.5.1 Aspectos clave en el diseño de rincones pedagógicos para adultos mayores

Accesibilidad y Ergonomía: los rincones adaptados para adultos mayores deben ser accesibles, ergonómicos y antropométricos asegurando la libre movilidad, comodidad y seguridad, con el fin de brindar soluciones factibles con entornos funcionales y visualmente agradables, permitiendo el acceso a estos rincones sin dificultades, lo cual es importante para evitar el aislamiento y promover la inclusión. Además contar con mobiliarios ergonómicos adecuados previene lesiones y cansancio y les permite a los adultos mayores mantenerse activos durante períodos más prolongados (Samaniego y Ochoa 2024)

Flexibilidad y Personalización: estos aspectos son clave y esenciales para el diseño de rincones pedagógicos para adultos mayores, se adaptan a las necesidades y experiencias individuales de cada persona. Esto implica ofrecer variedad de actividades y recursos que puedan ser ajustados según la preferencia y capacidades, permitiendo que los adultos mayores puedan escoger de varias opciones para su autoaprendizaje, esta personalización hace que se sientan más involucrados y motivados manteniendo su autonomía y autoestima equilibrado (García, 2007).

Estimulación Sensorial y Visual: integrar recursos y elementos que estimulen estos sentidos ayudan a fomentar el aprendizaje y mantener la atención en los adultos mayores. Estimular a nivel sensorial y visual es particularmente adecuado y efectivo para desarrollar actividades como manualidades, música, arte, cerámicas, tejidos, entre otros. Además, los talleres de música y pintura ayudan a evocar recuerdos y emociones mientras que las actividades táctiles mejoran la concentración y la coordinación motora, esto enriquece el proceso de aprendizaje y promueve un ambiente cálido, relajado y agradable para los adultos mayores (Samaniego y Ochoa 2024).

Interacción Social y Colaborativa: Los rincones pedagógicos deben diseñarse para fomentar la interacción social y la colaboración de todos los actores, la planificación de actividades grupales como juegos de mesa, talleres o sesiones de musicoterapias son ideales para crear ambientes sociales y agradables donde puedan compartir experiencias, aprender de sus pares y conocer nuevas amistades esto contribuiría no solo en el bienestar

emocional de las personas adultas mayores sino que ayudará a mantener las funciones cognitivas activas (García, 2007).

Ambientes Motivadores: Para lograr el interés y participación activa por aprender de los adultos mayores, los ambientes deben ser apropiados que motiven e inspiren a los adultos mayores a aprender, mediante actividades significativas y técnicas activas, modernas y ejemplos relevantes para su experiencia vital. Estos rincones deben ser atractivos y motivadores, utilizando colores, iluminación y decoraciones que promuevan ambientes acogedores y relajados (García, 2007).

2.2.6 Enfoques Adecuados para el Diseño de Rincones Pedagógicos

Enfoque interseccional: el enfoque interseccional para el diseño de rincones pedagógicos consiste en la perspectiva que permite el reconocimiento de la multiplicidad de diversidades. Este enfoque permite identificar cuáles son los ejes de desigualdad más significativos y permite hacer un examen de las diversas situaciones, condiciones y su relación, que confluyen en una misma persona y que son base de la desigualdad, (María Bersezio, 2020 p. 4).

Enfoque de ciclo de vida: la protección de los derechos debe diseñarse de modo dinámico y flexible para garantizar el bienestar de las personas en las distintas fases o etapas del ciclo vital, al igual que la promoción y fomento del respeto intergeneracional. (LOPAM, 2019).

Enfoque de derechos: se fundamenta en la normativa y estándares internacionales de derechos humanos y operacionalmente orienta la promoción y protección de los derechos humanos. Su objetivo es analizar y transformar las distribuciones injustas de poder que provocan desigualdades y prácticas discriminatorias que impiden el desarrollo humano en igualdad de condiciones y que provocan la exclusión y marginación de grupos de personas (Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo [PNUD], 2022).

Enfoque de género: “el enfoque de género analiza las relaciones sociales entre los sexos, permitiendo mostrar las inequidades e injusticias que derivan de patrones culturales

sobre las mujeres, que han determinado históricamente su subordinación y limitado sus posibilidades de realización y autonomía” (Corte Interamericana de Derechos Humanos, 2020, p. 29).

Enfoque Intercultural: la mirada intercultural tiene como punto de partida la diversidad cultural, social, religiosa que la reconoce y valora para contribuir a las relaciones interculturales basadas en la no discriminación, exclusión o la invisibilización, pero no se queda únicamente en la inclusión sino que promueve la transformación de las relaciones reconociendo a la sociedad como pluricultural, multiétnica y multilingüe, en este sentido guía a la valoración positiva de las diferencias culturales para actuar sobre la realidad social (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR], 2023).

Enfoque Intergeneracional: “Se reconocerá el conocimiento y la experiencia de las personas adultas mayores y se potenciará estos saberes por su valor y aportes en las diferentes esferas de la vida social; política y económica” (Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores [LOPAM], 2019, p. 6).

Enfoque Poblacional: este enfoque es importante debido a:

El reconocimiento de la diversidad para la política pública supone pertinencia y adaptabilidad cultural en la acción y organización estatal, junto con la inclusión, integración e integralidad para responder con la especificidad y especialidad que requiere cada una de las personas, colectivos y grupos poblacionales que componen el país [LOPAM], 2019, p.6).

Enfoque Pedagógico: educación adecuada flexible, dinámico e interdisciplinario, que considere las características y necesidades específicas de los adultos mayores, abarca estrategias de enseñanza, programas diseñados para un aprendizaje significativo y participación activa (Cisterna y Díaz, 2022).

Enfoque Educación para la paz: consiste en reconocer a la educación para la paz desde el enfoque de derechos humanos, la justicia social, los valores, la solidaridad, la dignidad e igualdad, la cooperación y la promoción de una cultura de paz en el contexto de educación para adultos mayores. A través de una educación inclusiva e intergeneracional

basado en el diagnóstico, la reflexión, la convivencia pacífica, la resolución de conflictos, la comunicación efectiva y principalmente en las experiencias de vida. En este enfoque el objetivo es implementar metodologías socioafectivas de aprendizaje y enseñanza para la adquisición de nuevos conocimientos, la toma de decisiones individuales y colectivas, además de habilidades para la vida y la convivencia en un entorno libre de violencia. (Paz, 2012).

2.2.7 Educación con enfoque de paz como estrategia para fomentar la convivencia pacífica, la autonomía y el bienestar integral en adultos mayores

En el contexto de adultos mayores la educación para la paz se enfoca en promover el bienestar integral, la convivencia pacífica y reforzar la autonomía. Mediante las metodologías socioafectivas y participativas, que pretende fortalecer habilidades como la resolución de conflictos, la comunicación efectiva y asertiva que son herramientas fundamentales para fomentar sanas relaciones interpersonales. Además, se considera importante la participación activa dentro de su comunidad. Según Richmond (2011), el enfoque de paz no es solo la ausencia de violencia, sino un entorno más justo con inclusión y bienestar social donde está presente la justicia. Por lo tanto, en este contexto la educación para la paz se convierte en un medio que empodera a los adultos mayores, para que puedan tomar decisiones informadas y contribuyan a la construcción de entornos libres, pacíficos y equitativos. La integración de las actividades lúdicas, recreativas y dinámicas, permite la creación de espacios seguros y acogedores, donde los grupos pueden expresar sus emociones, desarrollar un sentido de pertenencia y compartir experiencias, elementos relevantes para su bienestar emocional y social.

Promoción de hábitos y valores para la convivencia pacífica: consiste en abordar dentro del contexto de educación para adultos mayores la promoción de valores como el respeto, la empatía, la tolerancia y el diálogo, que son esenciales para un entorno con cultura de paz. Asimismo se puede implementar la enseñanza de hábitos de paz como la capacidad de negociación, la resolución pacífica de conflictos y el pensamiento crítico y

reflexivo, adaptados a las diferentes experiencias de vida y al contexto social de los adultos mayores. Dentro de la comunidad estos valores y hábitos facilitan la convivencia pacífica y fortalecen tanto las relaciones interpersonales. (Galtung, 1990).

Resolución pacífica de conflictos y convivencia armónica: la importancia de este tema está enfocado en las estrategias para resolver conflictos libres de violencia, a través de la comunicación efectiva, la cooperación y la empatía. Se propone abordar actividades prácticas y dinámicas adaptadas a necesidades y características de los adultos mayores para que les permitan manejar de mejor manera sus emociones y resolver conflictos cotidianos, promoviendo un entorno saludable, tranquilo y seguro en los rincones de aprendizaje. Además, es recomendable facilitar la comunicación asertiva entre las partes involucradas y así promover acuerdos más consensuados donde se mantenga la neutralidad durante el proceso de mediación. (Johnson, 2019).

Participación y construcción colectiva de la paz: se destaca la paz como un proceso colectivo, en el cual es necesaria la participación activa de todos los miembros de la comunidad, incluyendo a los adultos mayores, quienes aportan con su valiosa experiencia y sabiduría para la toma de decisiones. Este trabajo en conjunto fortalece el sentido de pertenencia y la responsabilidad social, puntos clave para mantener un entorno pacífico y respetuoso. Asimismo, el incluir a los adultos mayores en estos procesos fomenta su empoderamiento, bienestar emocional y social, favoreciendo a la construcción de una comunidad más solidaria y cohesionada. Por lo tanto, el enfoque de paz se entiende no solo como la ausencia de conflicto o violencia, sino como un compromiso compartido que se sustenta en valores como el respeto mutuo entre todas las generaciones y la participación activa de los adultos mayores. (Lederach, 2005).

CAPÍTULO III: PROPUESTA METODOLÓGICA

3.1 Descripción de la propuesta

“Tejiendo Memorias, Construyendo Paz” es una propuesta metodológica diseñada para las personas adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurna de la Unidad Patronato Municipal San José, su objetivo es crear espacios para aprendizaje de este grupo etario fomentando su desarrollo cognitivo, físico y mental, en este estudio al ejercer como docente de Educación en este servicio puedo contribuir con estrategias efectivas e innovadoras generando espacios seguros y saludables, frente a la necesidad de los adultos mayores.

La propuesta propone la elaboración de una guía de diseño de rincones de aprendizaje respetando las características y necesidades de las personas adultas mayores, donde se hará énfasis en las diferentes áreas motrices, cognitivas y sociales esta perspectiva se complementa con recursos y materiales didácticos adecuados para cada rincón y uso de este grupo etario.

El objetivo principal de esta propuesta es complementar las iniciativas de la cultura de paz mediante la creación de espacios recreativos que promuevan el cuidado mutuo y el aprendizaje continuo. Mediante la propuesta titulada “Tejiendo Memorias, Construyendo Paz”, se plantea diseñar rincones de aprendizaje adecuados a las necesidades y características de las personas adultas mayores, que impulsen un envejecimiento activo y su inserción social. La expectativa de la propuesta es que se convierta en una herramienta útil, de fácil implementación con un impacto positivo en el proceso de envejecimiento saludable. Además, busca promover el aprendizaje continuo en los adultos mayores y la corresponsabilidad familiar, para valorar el cuidado y la atención que requiere este grupo etario.

3.2 Justificación de la Propuesta

En Centro Gerontológico de Atención Diurno de la Unidad Patronato Municipal San José situada en la ciudad de Quito zona centro, se observa la necesidad de brindar espacios adecuados para adultos mayores y la necesidad de involucrar a las familias por la carencia de afecto, descuido y soledad, lo que dificulta a una interacción más activa y saludable dentro de su entorno y la sociedad.

Frente a esta problemática se plantea integrar una guía de diseño de rincones para adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurno, con el propósito de brindar espacios seguros y saludables.

La propuesta está elaborada con adaptaciones acorde a las necesidades de los adultos mayores para trabajar con educación y la cultura de paz en el proceso enseñanza y aprendizaje, fortaleciendo las capacidades de este grupo etario evitando el deterioro que conlleva la edad.

En esta propuesta el diseño de rincones permitirá la relación social entre pares, compartir aprendizajes y experiencias de vida, este proyecto pretende resolver la necesidad al integrar rincones pedagógicos con actividades de estimulación, ocio y reforzar habilidades evitando el deterioro cognitivo y físico, permitiendo la autonomía y la convivencia en la sociedad.

3.3. Objetivos de la propuesta

3.3.1 Objetivo general

Elaborar una guía para la creación de rincones de aprendizaje con actividades dirigida a los adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurna.

3.3.2. Objetivos específicos

- Describir las características de los rincones adaptados a las necesidades de los adultos mayores.
- Desarrollar actividades para el diseño de rincones de adultos mayores que pertenecen al centro gerontológico.

3.4 Temporización de la Propuesta

La presente propuesta se propone aplicarla en el año lectivo 2025 realizando observaciones previas.

Tabla 2

Cronograma

Actividades		Meses			
		Febrero	Marzo	Abril	Mayo
Planteamiento del problema	Detectar la problemática en la institución	X			
Elaboración de la propuesta	Diseño de la Guía de rincones aprendizaje para adultos mayores		X		
Diseño de rincones y materiales	Registrar en la guía el diseño y el material propuesto.		X	X	
Mejoras de la propuesta	Arreglos en la Guía				X

Nota. Esta tabla muestra el cronograma de actividades.

3.5 Beneficiarios de la Propuesta:

Beneficiarios directos: Adultos Mayores usuarios del Centro Gerontológico de Atención Diurno

Beneficiarios indirectos: Docentes de la institución y familias.

3.6 Responsable del desarrollo de la propuesta:

- Docente: Mirian Paulina Rivera Ayol
- Coordinador: MSc. Marco Sola

3.7 Metodología de la propuesta

La metodología de la propuesta “Tejiendo Memorias, Construyendo Paz” está basada en un enfoque inclusivo y centrada en la persona, que promueva el envejecimiento activo y bienestar integral, basada en evaluación y diagnóstico; diseño de rincones con diferentes temáticas enfocado en 5 áreas de desarrollo; Cognitivo, físico, Emocional y mental, social y autonomía.

Cada rincón estará acompañado de la creación de material lúdico y material apropiado, con material concreto, autogestión y donaciones de la comunidad, priorizando el uso de material reciclado, promoviendo la sostenibilidad y creatividad en la elaboración. Además, estos rincones enriquecerán y fortalecerá el sentido de pertenencia entre los adultos mayores.

Para cada rincón se ofrecen diferentes retos diseñados para ser cumplidos con objetivos por tiempo establecido de 30 minutos, esto permite una experiencia dinámica y accesible. Además, los retos propuestos están orientados a alcanzar objetivos específicos que fomentan la autonomía, autoestima y desarrollo de habilidades en los adultos mayores, los

tiempos de estas actividades propuestas en cada rincón facilita la concentración y participación activa, asegurando el disfrute y experiencia.

El material que va ser utilizados en cada rincón será variado y adaptado a las necesidades y características de los adultos mayores, incluyendo elementos lúdicos, artísticos y sensoriales que fomente el proceso de aprendizaje y enseñanza.

3.8 Período de Ejecución de la Propuesta

- Diseño y Creación de la guía para diseño de rincones de aprendizaje adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurna en el año lectivo 2025.

3.9 Planificación de la Propuesta:

“Tejiendo Memorias, Construyendo Paz”: instructivo para el diseño rincones de aprendizaje para adultos mayores del Centro Gerontológico de Atención Diurna.

Logo

Figura 1

Logo de la Guía Tejiendo Memorias, Construyendo Paz



Nota. Mirian Rivera, 2025.

El logo representa al grupo etario al que está dirigida la propuesta, y simboliza el compromiso de amor, paz, de educación y de trabajo. El presente logotipo representa la importancia de la colaboración, el respeto dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje . Asimismo valora y reconoce las experiencias de vida y el crecimiento personal de los adultos mayores dentro la sociedad.

3.9.1 Rincón 1: La Estación de los Retos

3.9.2 Rincón 2: Estación del Movimiento

3.9.3 Rincón 3: Taller de Arte y Reflexión

3.9.4 Rincón 4: El Rincón de los Sabios

3.9.5 Rincón 5: Jardín de la Memoria

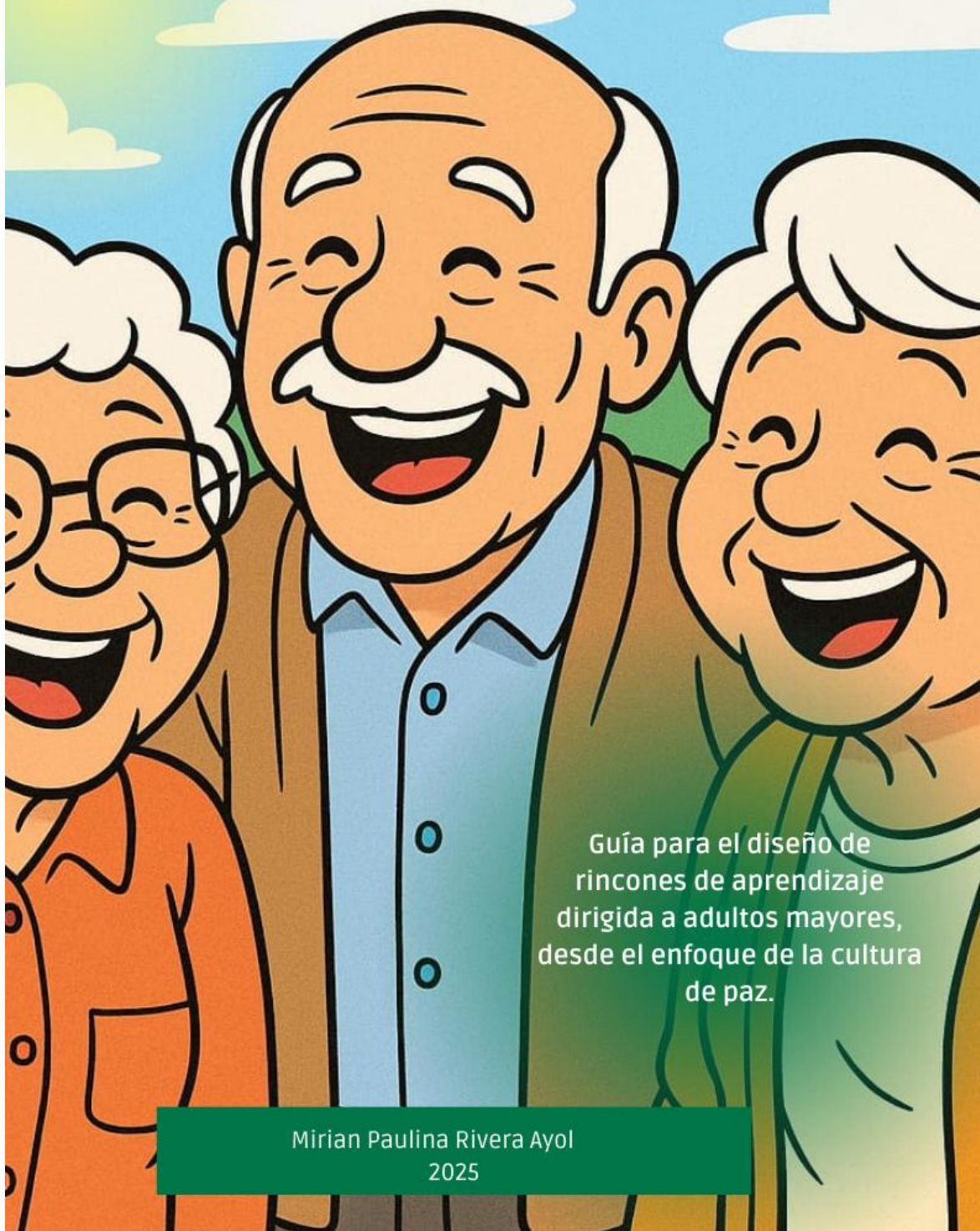
3.10. Evaluación de la propuesta

La evaluación de la propuesta pretende determinar la eficacia de lo planteado, para ello se realizan rúbricas diseñadas específicamente para valorar las actividades en cada uno de los rincones de aprendizaje, tomando en cuenta aspectos clave del proceso educativo de los adultos mayores. Estos instrumentos de evaluación permiten un análisis sistemático y objetivo del desempeño en cada espacio de aprendizaje, considerando criterios como: la socialización, la participación activa y la atención a las necesidades individuales y grupales.

Asimismo, permite generar una retroalimentación constructiva para mejorar continuamente los rincones y actividades asegurando que se cumplan los objetivos pedagógicos planificados. Estas rúbricas también fomentan la inclusión y el respeto a la diversidad, adaptándose a las necesidades y características propias de los adultos mayores, promoviendo de esta manera los valores propios de la educación con enfoque de cultura de paz. Así también, se garantiza un seguimiento integral y coherente del aprendizaje en cada rincón diseñado.

3.11 Guía para Diseño de Rincones

“TEJIENDO MEMORIAS, CONSTRUYENDO PAZ”



Guía para el diseño de rincones de aprendizaje dirigida a adultos mayores, desde el enfoque de la cultura de paz.

Mirian Paulina Rivera Ayol
2025



“Rinconcitos de saberes y experiencias, sembrando paz y esperanza en el corazón”.

Paulina Rivera



INTRODUCCIÓN

Bienvenidos a esta guía para el diseño de rincones de aprendizaje y actividades orientada a adultos mayores desde el enfoque de la cultura de paz. Esta guía busca crear los siguientes rincones en el Centro Gerontológico Patronato Municipal San José:

"La Estación de los Retos", enfocado en la autonomía.

"Estación del Movimiento", los adultos mayores podrán disfrutar de actividades que estimulen su mente.

"Taller de Arte y Reflexión", donde se exploran emociones a través del arte.

"El Rincón de los Sabios", donde se intercambian experiencias y se fortalecen vínculos afectivos.

"Jardín de la Memoria", donde se cultivan plantas y se comparten historias de vida.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Fomentar la socialización y el intercambio de experiencias.

Promover el bienestar emocional y la inclusión.

Diseñar espacios que apoyen el envejecimiento activo y saludable.

Estimular la creatividad y la expresión personal a través de actividades artísticas.

Reforzar el sentido de pertenencia y autoestima mediante la participación comunitaria.

Favorecer la transmisión intergeneracional de saberes y valores culturales.



FOMENTA LA INTERDISCIPLINARIEDAD

ANIMA AL TRABAJO EN EQUIPO CON OTROS PROFESIONALES: TERAPEUTAS OCUPACIONALES, PSICÓLOGOS, TRABAJADORES SOCIALES, ARTISTAS, VOLUNTARIOS.

LEE CON INTENCIÓN PEDAGÓGICA Y AFECTIVA

LEER CADA SECCIÓN DESDE UNA MIRADA EMPÁTICA, CONSIDERANDO SIEMPRE LAS VIVENCIAS Y PARTICULARIDADES DE CADA PERSONA ADULTA MAYOR.

ADÁPTALA A TU REALIDAD Y ENTORNO

CADA RINCÓN PROPUESTO PUEDE MODIFICARSE SEGÚN LOS RECURSOS DISPONIBLES, LOS INTERESES DEL GRUPO Y LAS CARACTERÍSTICAS DEL ESPACIO.

Orientaciones para el uso de la Guía.

EVALÚA Y DOCUMENTA

OBSERVA LOS EFECTOS DE CADA RINCÓN EN LA VIDA DIARIA DE LOS ADULTOS MAYORES. REGISTRA AVANCES, EMOCIONES, INTERACCIONES Y APRENDIZAJES. ESTA INFORMACIÓN SERÁ ÚTIL PARA SEGUIR MEJORANDO Y ADAPTANDO LAS ACTIVIDADES.

COMPRENDE EL PROPÓSITO DE LA GUÍA

PROMOVER EL BIENESTAR INTEGRAL DE LOS ADULTOS MAYORES A TRAVÉS DE ESPACIOS TEMÁTICOS QUE ESTIMULEN LA MEMORIA, LAS EMOCIONES, LA CREATIVIDAD Y LA INTERACCIÓN SOCIAL.

INVOLUCRA A LOS ADULTOS MAYORES EN CADA ETAPA

HAZLOS PARTICIPES DESDE EL DISEÑO HASTA LA EJECUCIÓN DE LOS RINCONES. SU VOZ, EXPERIENCIA Y APORTES ENRIQUECEN Y DAN SENTIDO A CADA ESPACIO.



FUNDAMENTOS

TEÓRICOS

1.

Envejecimiento activo

Proceso de optimización de oportunidades para la salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen.



Andragogía

2.



Ciencia y arte de enseñar a personas adultas, adaptado a estilos de aprendizaje autónomos, experienciales y significativos, respetando los ritmos individuales y conocimientos previos de los adultos mayores.

3.

Estimulación cognitiva

Conjunto de técnicas y estrategias para mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo, mediante actividades adecuadas y un ambiente que estimule los sentidos.



Diseño universal

4.



Principio que promueve entornos utilizables por todos, estos deben ser accesibles, cómodos y seguros para personas con diferentes niveles de capacidad física, sensorial y cognitiva.

5.

Ambientes significativos

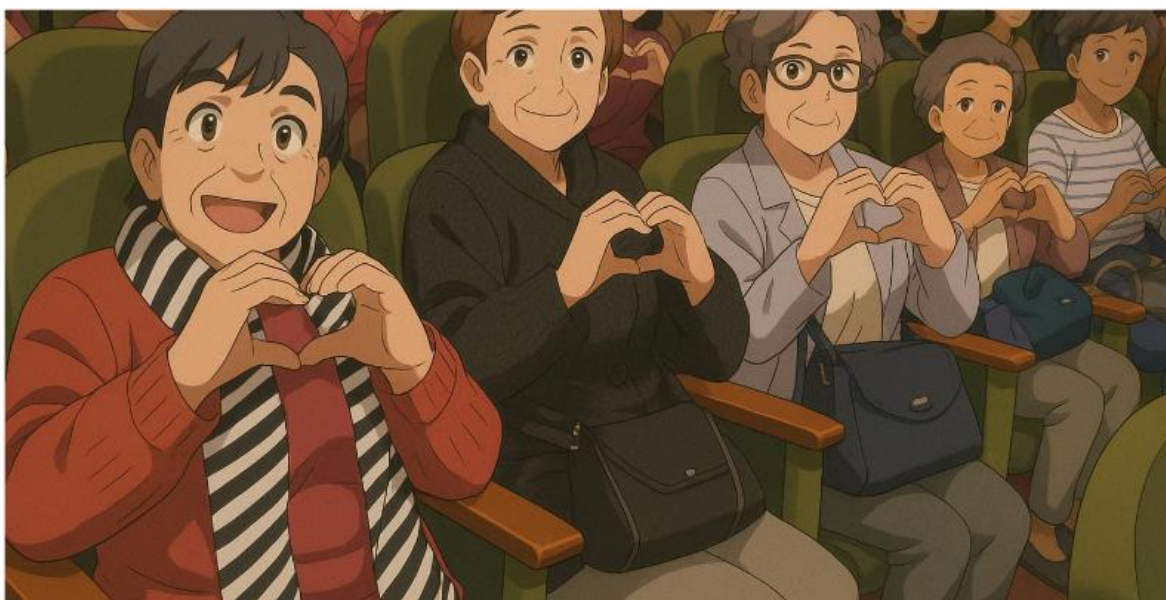
Espacios que generan bienestar, conexión emocional, memoria afectiva y sentido de pertenencia.



PERFIL DE AUDIENCIA

Esta guía esta dirigida para Adultos Mayores usuarios del Centro Gerontológico de Atención Diurno de la Unidad Patronato Municipal San José, este grupo se caracteriza por:

- Cambios físicos, sensoriales y cognitivos.
- Valoran aprendizajes significativos, a su ritmo, en contextos sociales y emocionalmente positivos.
- Requieren espacios accesibles, cómodos y adaptados a sus necesidades.



RINCÓN 1

“La Estación de los Retos”

OBJETIVO

Fomentar la autonomía y autoestima a través de pequeños desafíos, que refuercen la autoeficacia, la participación activa y el mantenimiento de habilidades de la vida diaria.

Antes	Después
	
Ubicación	Lugar accesible, con buena iluminación natural y espacio para moverse sin obstáculos.
Ambiente:	Colores cálidos y alegres, carteles grandes y claros, frases motivacionales (“Cada reto te hace más fuerte”, “Pequeños pasos, grandes logros”).

TIEMPO	ACTIVIDADES	MATERIALES SUGERIDOS	BENEFICIOS
30 Minutos	Reto de reparar una bebida (infusión, jugo natural).	Tarjetas con texto grande, imágenes o pictogramas que indiquen pequeños desafíos.	Autonomía en tareas cotidianas y memoria secuencial.
30 Minutos	Reto de vestimenta: abotonar, doblar, elegir ropa.	Botones, cierres, delantales, objetos personales.	Motricidad fina, reconocimiento del clima y las necesidades individuales.
30 Minutos	Reto de organizar elementos por categoría (color, uso, tamaño).	Láminas o carteles con los pasos de cada tarea (ej. cómo poner una mesa).	Atención, lógica y percepción.
30 Minutos	Reto social: presentarse a alguien nuevo o contar una anécdota.	Sillas de descanso o punto de relajación.	Confianza, comunicación y memoria autobiográfica.
30 Minutos	Reto de autocuidado: aplicar crema, peinarse, elegir accesorios.	Cepillos, pañuelos, cremas, espejo para tareas personales.	Coordinación, equilibrio y fuerza leve.

NIVEL DE AUTONOMÍA	RECOMENDACIONES
ALTA	Reto autónomo, con posibilidad de autoseguimiento (pegar un sticker y llenar su libreta de logros).
MEDIA	Apoyo con pistas visuales, instrucciones verbales simples o ayuda en los primeros pasos.
BAJA	Participación asistida: el reto puede hacerse con acompañamiento o de manera simbólica.

Cuidados Especiales

- Supervisión suave, sin invadir la independencia del participante.
- Materiales seguros, sin puntas ni peso excesivo.
- Tiempos flexibles y pausas frecuentes.
- Frases alentadoras que celebren el intento, no solo el logro.
- Señalización clara con textos grandes y alto contraste.
- Evitar retos que generen frustración o comparaciones entre participantes.

MÉTODO DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN
Bitácora de desafíos	Cada participante debe documentar dos aspectos al enfrentar el desafío: ¿Cómo se sintió? y ¿Qué logró?
Día de los retos en pareja	Participar entre pares o con voluntarios para fomentar el trabajo colaborativo.
Muro del Esfuerzo	Invitamos a todos a compartir sus retos superados a través de fotos (si desean) o dibujos.

RINCÓN 2

“Estación del Movimiento”

OBJETIVO

Promover la estimulación cognitiva y física mediante ejercicios suaves de coordinación, equilibrio y ritmo, fortaleciendo la autonomía, la memoria motora y la conexión cuerpo-mente en un ambiente seguro y motivador.

Antes	Después
	
Ubicación	Lugar amplio, sin obstáculos y con piso antideslizante. Preferentemente cerca de una fuente de luz natural.
Ambiente:	Iluminación cálida, música rítmica de fondo (ej. boleros, cumbias suaves), decoración colorida y motivadora.

TIEMPO	ACTIVIDADES	MATERIALES SUGERIDOS	BENEFICIOS
30 Minutos	Juegos de coordinación con bastones (ritmo y golpeteo).	Bastones de ritmo, ligeros, de colores brillantes y fáciles de manipular.	Estimulación sensorial y coordinación ojo-mano.
30 Minutos	Circuito de equilibrio con conos y aros.	Aros o conos de colores para ejercicios de coordinación y circuitos de paso.	Motricidad gruesa y orientación espacial.
30 Minutos	Lanzamiento de pelotas al blanco (canasta, aro).	Pelotas de espuma, tamaño mediano, suaves y seguras para ejercicios de lanzamiento o agarre.	Fuerza, puntería y enfoque visual.
30 Minutos	Baile suave con música conocida.	Sillas resistentes con respaldo para ejercicios sentados o para apoyo en actividades de pie.	Memoria motora, alegría y socialización.
30 Minutos	Juegos de imitación de movimientos (espejo).	Espejo y carteles grandes.	Atención, memoria y empatía.

NIVEL DE AUTONOMÍA	RECOMENDACIONES
ALTA	Participación libre con propuestas de reto.
MEDIA	Actividades secuenciadas con apoyo verbal o guía visual.
BAJA	Ejercicios simples con asistencia, movimientos de menor complejidad.

Cuidados Especiales

- Asegurar supervisión constante durante las actividades físicas.
- Verificar uso de calzado adecuado (antideslizante).
- Retirar objetos que puedan causar tropiezos.
- Ofrecer descansos regulares y disponibilidad de agua.
- Contar con un botiquín básico cerca.

MÉTODO DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN
Ficha de Observación de Sesión	Ficha para responder preguntas como: ¿Participa activamente en los ejercicios? ¿Coordina movimientos de forma intencionada? ¿Se desplaza con seguridad y atención? ¿Sigue instrucciones simples (con o sin apoyo)? ¿Disfruta la actividad y muestra entusiasmo? ¿Interactúa con otros de manera positiva?.
Evaluación Sensorial y de Ritmo	Ejecuta los siguientes ejercicios: <ul style="list-style-type: none"> • Sigue el ritmo de la música con palmas o pies. • Imita movimientos del facilitador. • Mantiene equilibrio en una posición simple.

RINCÓN 3

"Taller de Arte y Reflexión"

OBJETIVO

Explorar, identificar y expresar emociones mediante diversas formas artísticas, promoviendo el bienestar emocional y la creatividad en un espacio seguro y acogedor.

Antes	Después
	
Ubicación	Lugar tranquilo, con buena luz natural e idealmente alejado de ruidos intensos.
Ambiente:	Iluminación cálida, colores suaves, elementos naturales (plantas) y música instrumental relajante.

TIEMPO	ACTIVIDADES	MATERIALES SUGERIDOS	BENEFICIOS
30 Minutos	Pintura libre según el estado de ánimo.	Materiales artísticos variados. Acuarelas, témperas, lápices de colores, crayones, arcilla, tijeras seguras y revistas para recortar.	Expresión emocional, estimulación visual y creativa.
30 Minutos	Collage de emociones con imágenes y palabras.	Mesas amplias y resistentes para trabajar con comodidad diferentes técnicas (pintura, collage y escritura).	Identificación emocional y construcción de identidad.
30 Minutos	Escultura con arcilla titulada "Cómo me siento hoy".	Mesas amplias y resistentes, arcilla.	Desarrollo de la motricidad y reflexión interna.
30 Minutos	Dibujo de autorretrato emocional.	Espejos pequeños para estimular el autorretrato y fomentar la autoobservación consciente.	Conciencia corporal y emocional.
30 Minutos	"Caja de la calma" decorada por cada participante.	Caja sensorial con texturas variadas (fieltro, arena y algodón) para despertar sensaciones al tacto.	Fomenta el autocuidado y la personalización del espacio emocional.

NIVEL DE AUTONOMÍA	RECOMENDACIONES
ALTA	Actividades libres con opción de compartir en grupo.
MEDIA	Propuestas guiadas con apoyo visual (paso a paso con pictogramas o ejemplos).
BAJA	Actividades asistidas (colorear emociones, pegar elementos y elegir materiales).

Cuidados Especiales

- Supervisar el uso de tijeras, pegamento y materiales que puedan manchar.
- Evitar materiales con olores fuertes o texturas que puedan generar rechazo.
- Ofrecer alternativas táctiles o visuales para quienes no deseen expresarse verbalmente.
- Espacio de "pausa" o rincón tranquilo disponible para quienes necesiten regularse.



MÉTODO DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN
Observación Directa	Ficha para registrar las actitudes, la participación y la respuesta emocional.
Autoevaluación	Llenar un diario con preguntas como: ¿Qué hice hoy? ¿Qué me gustó más? ¿Qué emoción sentí? ¿Qué aprendí sobre mí?

RINCÓN 4

"El Rincón de los Sabios"

OBJETIVO

Fortalecer los lazos emocionales a través del diálogo y la narración de experiencias, valorando la sabiduría acumulada con los años, promoviendo el respeto mutuo y la identidad individual y colectiva.

Antes	Después
	
Ubicación	Espacio tranquilo, cómodo, sin ruidos fuertes y con luz natural.
Ambiente:	Decoración cálida tipo hogareña (alfombra, cortinas suaves, plantas, fotografías antiguas), música de fondo suave opcional, y elementos que generen nostalgia o conversación (objetos antiguos, libros y instrumentos).

TIEMPO	ACTIVIDADES	MATERIALES SUGERIDOS	BENEFICIOS
30 Minutos	Círculo de historias (temas guiados o libres).	Sillones, cojines y mantas con la comodidad y sensación de hogar.	Estimulación de la memoria, escucha activa y empatía.
30 Minutos	"Mi objeto con historia".	Mesa central o mesita de té para compartir objetos, fotos y bebidas (infusiones o agua).	Conexión emocional con el pasado y expresión de identidad.
30 Minutos	Mural de consejos sabios.	Álbumes y fotografías antiguas que estimulen la conversación y memoria.	Valoración de la experiencia y fortalecimiento del grupo.
30 Minutos	Lectura compartida de cuentos o poesías favoritas.	Caja de objetos con historia, relojes, libros, utensilios antiguos y recuerdos personales.	Estimulación cognitiva, disfrute literario y conexión emocional.
30 Minutos	Taller de refranes y dichos populares.	Grabadora o celular con micrófono Para registrar relatos si se desea.	Rescate cultural, lenguaje y sentido del humor.

NIVEL DE AUTONOMÍA	RECOMENDACIONES
ALTA	Participación espontánea o con roles activos (moderador, relator, entre otros).
MEDIA	Apoyo con guías visuales o preguntas disparadoras.
BAJA	Participación sensorial a través de la escucha activa de relatos y la exploración táctil de objetos, complementada con apoyo para la comunicación verbal o gestual.

Cuidados Especiales

- Evitar preguntas que generen malestar o recuerdos dolorosos sin contención.
- Asegurar que todas las voces sean respetadas y valoradas.
- Cuidar los tiempos: permitir pausas y no forzar intervenciones.
- Evitar ambientes fríos o incómodos (tener mantas o calefacción si es necesario).

MÉTODO DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN
Observación Participativa y Reflexiva	Ficha para registrar indicadores de participación, conexión y bienestar emocional.
Registro Anecdótico	Anotar pequeños momentos significativos, como frases emotivas, conexiones inesperadas, actitudes de cuidado o momentos de reflexión profunda.

RINCÓN 5

"Jardín de la Memoria"

OBJETIVO

Fomentar la conexión con la naturaleza mediante actividades prácticas de jardinería que estimulen los sentidos, compartan experiencias y promuevan el bienestar emocional.

Antes	Después
	
Ubicación	Área exterior al aire libre o espacio interior con buena ventilación.
Ambiente:	Mínimo 2x2 metros, dependiendo del número de usuarios simultáneos. El ambiente debe tener colores naturales, música ambiental suave (opcional), aromas naturales como lavanda o menta.

TIEMPO	ACTIVIDADES	MATERIALES SUGERIDOS	BENEFICIOS
30 Minutos	Plantación de hierbas aromáticas (menta, albahaca y lavanda).	Herramientas adaptadas con mangos ergonómicos, herramientas ligeras, guantes con agarre antideslizante, tierra liviana y orgánica fácil de manipular, sin piedras ni durezas.	Estimulación sensorial y motricidad fina.
30 Minutos	Decoración de macetas (pintura o collage).	Macetas, pintura, pinceles y decoraciones	Creatividad y personalización del espacio.
30 Minutos	Cuidado diario del huerto (regar y quitar hojas secas).	Rociadores y regaderas livianas preferentemente con agarre doble para mayor control.	Establecimiento de rutinas y responsabilidades.
30 Minutos	Elaboración de bolsitas de aromaterapia con plantas secas.	Estantería o carrito de materiales todo al alcance sin necesidad de agacharse.	Actividad multisensorial y relajación.
30 Minutos	Registro del crecimiento de plantas (diario o fotos).	Asientos cómodos, bancos o sillas para descansar con respaldo y apoyabrazos. Cuadernos y lápices para registrar las observaciones.	Memoria y seguimiento visual del progreso.

NIVEL DE AUTONOMÍA	RECOMENDACIONES
ALTA	Trabajo autónomo con supervisión mínima.
MEDIA	Actividades guiadas con apoyo visual o verbal.
BAJA	Participación asistida en tareas sencillas como rociar agua o elegir plantas.

Cuidados Especiales

- Evitar plantas tóxicas o con espinas.
- Supervisar el uso de herramientas.
- Incluir dispensador de gel o estación de higiene al terminar.
- Señalizar con pictogramas o etiquetas grandes las herramientas y plantas.

MÉTODO DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN
Evaluación Participativa o Grupales (mensual o trimestral)	Para reforzar la conciencia ecológica y reflexionar en grupo, responder preguntas como: ¿Qué hemos aprendido cuidando este rincón?, ¿Qué cambio notamos en las plantas o en nosotros?, ¿Qué podemos mejorar o agregar?.
Registro Visual o Fotográfico	Llevar un álbum impreso donde se documenten la evolución de las plantas, momentos de participación, decoración de macetas, bolsitas, bitácora, entre otros. Esto sirve como evidencia del proceso y como recurso motivador.



“Nunca se es demasiado viejo para establecer un nuevo objetivo o soñar un nuevo sueño.”

Clive. S. Lewis



¡Anímate a crear espacios donde las personas mayores sigan descubriendo, compartiendo y viviendo plenamente!

Paulina Rivera

Créditos de imágenes

Imágenes de las páginas 1;3;5;6: © Getty Images. Usada con fines educativos y sin fines de lucro.

Imágenes de las páginas 2;7;8;11;14;17;20;23: Creación original con inteligencia artificial por Mirian Rivera, 2025.

CONCLUSIONES

Los adultos mayores tienen necesidades cognitivas y educativas específicas o propias de la edad, que requieren atención constante a través de una estimulación adecuada que preserve su salud integral. Dentro de las funciones mentales están la atención, la memoria y el razonamiento, estas capacidades son esenciales en la vida de las personas adultas mayores para que mantengan su autonomía y calidad de vida. Asimismo, las interacciones sociales juegan un papel importante en el proceso de la vejez, ya que promueve un entorno de apoyo emocional y cognitivo que ayuda a prevenir el aislamiento social y la exclusión. Se fomenta de esta manera el bienestar integral y la buena calidad de vida, permitiendo la participación activa en la sociedad.

Diseñar y organizar rincones de aprendizaje con actividades lúdicas, dinámicas y recreativas, son específicamente para atender las necesidades de los adultos mayores, y resultan altamente efectivas para promover la autonomía, las interacciones sociales y mantener la mente activa de todos los usuarios del centro diurno. Estos espacios de aprendizaje permiten que los adultos mayores tengan a su disposición, recursos, materiales y juegos que puedan utilizar durante momentos de ocio, favoreciendo de esta manera los procesos de autoaprendizaje y fortaleciendo no solo su autonomía, también su independencia. El desarrollo de actividades lúdicas, junto con la creación de espacios propicios para la socialización, contribuye significativamente a fortalecer el sentido de pertenencia y la participación. Además, se promueve un envejecimiento activo y saludable.

La elaboración de una guía creada para el diseño de rincones de aprendizaje en el Centro Gerontológico de Atención Diurna para adultos mayores proporciona una herramienta de fácil uso, accesible y práctica para proporcionar la planificación y ejecución de actividades lúdicas por parte de los profesionales y talleristas en su trabajo diario. El diseño de esta guía se basa en técnicas de aprendizaje significativos y el adecuado uso de espacios, que favorecen la inclusión y la participación activa de todos los adultos mayores, y así, mejorar la calidad del servicio.

RECOMENDACIONES

Es necesario diseñar e implementar programas permanentes de estimulación cognitiva, física, de habilidades motrices y sociales en los servicios de cuidado y atención dirigidos a adultos mayores, que atiendan a sus necesidades. Estos programas deben adaptarse tanto a las capacidades individuales como grupales de este grupo etario, con el fin de preservar y desarrollar sus funciones cognitivas y psicológicas. Además, resulta imprescindible contar con la colaboración de los profesionales del centro diurno, así como la corresponsabilidad familiar y de la comunidad, para asegurar una atención integral, efectiva y de calidad.

El diseño y la creación de rincones de aprendizaje adecuados y estructurados en los centros gerontológicos de atención diurnos de cuidado para adultos mayores, deben garantizar accesibilidad y flexibilidad. Además, deben ser construidos para estimular y desarrollar distintas áreas entre las cognitivas, físicas e intelectuales, a través de las actividades lúdicas y recreativas planificadas. Es fundamental realizar una evaluación continua que certifique el correcto funcionamiento y la aceptación de estos espacios por parte de los adultos mayores, adaptándose siempre a la realidad y al contexto social de quienes asisten diariamente a estos centros.

La guía de rincones de aprendizaje para ser implementada requiere de una capacitación previa, para que los profesionales, talleristas y educadores del servicio, realicen un correcto uso de esta herramienta. Asimismo, aprovechar las posibilidades que brindan estos espacios para la planificación de actividades lúdicas y recreativas, que deben estar diseñadas para responder a las necesidades específicas de este grupo etario. De esta manera se contribuye a que este proceso de envejecimiento sea más lento, acompañado y guiado de forma adecuada.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACNUR. (2023). El enfoque intercultural requiere reconocer la diversidad de las comunidades desplazadas y promover su participación activa en la construcción de soluciones duraderas, evitando prácticas discriminatorias. *Manual sobre el enfoque comunitario en operaciones del ACNUR*. <https://emergency.unhcr.org/sites/default/files/2024-07/UNHCR,%20Manual%20on%20a%20Community%20Based%20Approach%20in%20UNHCR%20Operations%202008%20SP.pdf> 3
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2008). Constitución de la República del Ecuador: Sección primera Adultos Mayores (Art. 36 y 37). <https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf> 6
- Bersezio, M. E. (2020). Inclusión y equidad. En A. F. María Eugenia Bersezio (Ed.), *Documento 2 - Serie Marcos conceptuales*. <https://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/2024/compendio-reparaciones-genero-esp.pdf>
- Condes, C. L. (2012). El proceso de envejecimiento implica desgaste de sistemas corporales, aumento de la grasa corporal y reducción de la capacidad adaptativa. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(1), 5-12
- Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2020). El enfoque de género analiza posibilidades de realización y autonomía. *Cuadernillos de Jurisprudencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos*. https://www.corteidh.or.cr/sitios/libros/todos/docs/cuadernillo4_2021.pdf 7
- Díaz Larenas, C. H., & Cisterna Zenteno, C. del C. (2022). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Perspectiva Educativa*, 61(1), 1-

19. <https://www.perspectivaeducacional.cl/index.php/peducacional/article/view/12372>
- Dulcey-Ruiz, E., & Uribe Valdivieso, C. (2002). Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34(1), 27-
42. <https://www.gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=968>
- Galtung, J. (1990). Cultura de paz: Un desafío para el siglo XXI. *Revista Internacional de Estudios para la Paz*, 7(2), 15-24. <https://www.redalyc.org/pdf/2050/205016389005.pdf> 9
- García, T. A. (2007). Metodología para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje, dirigido a potenciar el crecimiento personal en la Universidad del Adulto Mayor. *PsicologiaCientifica.com*. <https://psicologiacientifica.com/metodologia-ensenanza-adultos-mayores/> 10
- Gimenez, M. (2023). El papel de la psicología en la tercera edad. Qida. <https://www.qida.es/blog/el-papel-de-la-psicologia-en-la-tercera-edad> 16
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2010-2020). Proyecciones de población. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/proyecciones-poblacionales/> 12
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (2019). *Joining together: Group theory and group skills* (12th ed.). Pearson. <https://www.scribd.com/document/728052209/12-David-W-Johnson-Frank-P-Johnson-Joining-Together-Group-Theory-and-Group-Skills-12th-Edition> 13
- Lederach, J. P. (2005). *La imaginación moral: el arte y el alma de construir la paz*. Oxford University. <https://www.gernikagogoratzuz.org/wp-content/uploads/2020/04/RG09-la-imaginacion-moral.pdf> 14
- María Bersezio, A. M. (2020). *Serie Marcos Conceptuales, ¿Qué entendemos por interseccionalidad?* © Consultora Inclusión y Equidad. <https://inclusionyequidad.org/home/wp-content/uploads/2021/02/Documento-3-Interseccionalidad.pdf>

- Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES). (2018). Caracterización de la población adulta mayor usuarios y unidades de atención de los adultos mayores.
- Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES). (2019). Ley Orgánica de las personas adultas mayores (LOPAM). https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf 6
- Movimiento por la Paz, e. D. (2012). Educación para la Paz. *Movimiento por la Paz*. <https://www.mpd.org/cultura-paz/educacion-para-paz>
- NeuronUP. (s.f.). Beneficios de la estimulación cognitiva en personas mayores. <https://neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/estimulacion-cognitiva-para-mayores-ejercicios-de-estimulacion-cognitiva-para-mayores/> 19
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). Década del envejecimiento activo. <https://iberoamericamayores.org/wp-content/uploads/2022/08/Boletin-IBEROAM-27.pdf> 20
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). Década del envejecimiento saludable. <https://iberoamericamayores.org/wp-content/uploads/2022/08/Boletin-IBEROAM-27.pdf> 20
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2022). El enfoque basado en derechos humanos (HRBA) aplica normas internacionales de derechos humanos al desarrollo, analizando desigualdades estructurales y corrigiendo distribuciones injustas de poder que perpetúan la pobreza y exclusión.
- Ramos, A. R. (2021). La importancia del deseo de aprender en la vida de un grupo de adultos mayores en una Provincia de Buenos Aires (p. 66).
- Richmond, O. P. (2011). *A Post-Liberal Peace*. Routledge.
- Sagbay, Q. (2017). Aplicación de técnicas educativas a las Hijas de María Auxiliadora de la Tercera Edad de la Comunidad “Sor María Troncatti” del Barrio San Juan Bautista de Cumbayá. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Samaniego Chalco, C. A., & Ochoa Guerrero, F. A. (2025). Análisis del diseño interior enfocado en el bienestar de los adultos mayores en centros de atención de Cuenca-

- Ecuador. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(6), 6968-6990. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15390 4
- Sanz, A. G. (2014). La psicopedagogía. *LA ESCUELA NUEVA*.
<https://psicopedagogiaxico.blogspot.com/2014/09/la-escuela-nueva.html>
- Senniors Home Care SL. (2024). La importancia de la estimulación cognitiva en las personas mayores. <https://n9.cl/ndw28z>
- Universidad Autónoma del Estado de México. (2016). Aspectos psicológicos del envejecimiento: una mirada integral. UAEMex.
- Universidade de Brasil. (2009). Aprender disfrutando: una experiencia de ocio para adultos/mayores. *Mal-estar e Subjetividade*, 9(2), 623-64