



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Unidad Académica de Formación Técnica y Tecnológica – PUCE TEC

ANALISIS DE LAS ACTIVIDADES SOCIALES DEL ADULTO MAYOR

Proyecto de titulación previo a la obtención del título de Tecnólogo Superior

Atención Integral Adulto Mayor

Autor: Martha Inés Montes Basantes.

Tutor: Doc. Diego Mauricio Novoa Escobar

Quito, Ecuador

2025

DEDICATORIA

A Dios, por darme la vida, la fortaleza y la sabiduría necesarias para culminar este proceso.

A mi esposo, hijos y nieto, por su amor, apoyo incondicional y por enseñarme con su ejemplo el verdadero significado del esfuerzo y la perseverancia.

A mis adultos mayores y jefes, quienes siempre han estado a mi lado brindándome ánimo en cada etapa de mi vida académica.

Y a la PUCE TEC, por ser el espacio que me permitió crecer personal y profesionalmente.

Con gratitud,
Martha Montes

Tabla de contenidos

Dedicatoria	2
Lista de tablas	4
Lista de figuras	6
Capítulo I	
Marco conceptual y normativo del análisis de las actividades sociales del adulto mayor.....	13
Capítulo II	
.....Metodología del plan de titulación.	13
Capítulo III.....	14
Resultados esperados y propuesta preliminar de intervención socio familiar con enfoque humanitario.	
Conclusiones (según la naturaleza de la carrera se puede añadir recomendaciones)	16
Referencias bibliográficas	16

Lista de tablas

Datos de Género

Sexo	Cantidad	Porcentaje
Hombre	4	0,40%
Mujer	6	0,60%
Total Personas	10	

Estado civil de las personas adultas mayores

Estado Civil	Cantidad	Porcentaje
Soltero	0	0,00%
Casado	7	0,70%
Viudo	2	0,20%
Separado	1	0,10%
Total Personas	10	

Nivel de Instrucción de las personas adultas mayores

Nivel de Instrucción	Cantidad	Porcentaje
Primaria	1	0,10%
Bachiller	2	0,20%
Edu.Superior	7	0,70%
Total Personas	10	

Con quien vive actualmente?

Estado	Cantidad	Porcentaje
Solos	2	0,20%
Pareja	7	0,70%
Otros Familiares	1	0,10%
Total Personas	10	

¿Participa en actividades sociales o comunitarias?

Decisión	Cantidad	Porcentaje
Si	0	0%
No	10	100%
Total Personas	10	

¿Qué tipo de actividades realiza con mayor frecuencia?

Opciones	Cantidad	Porcentaje
Caminatas	2	20%
Actividades culturales	1	10%
Actividades Religiosas	5	50%
Encuentros Sociales	2	20%
Total Personas	10	

¿Qué dificultades ha encontrado para participar en actividades sociales?

Opciones	Cantidad	Porcentaje
Problemas de Salud	4	40%
Falta de Información	3	30%
No hay espacios adecuados	3	30%
Total Personas	10	

¿Considera que existen suficientes oportunidades en su comunidad para que los adultos mayores participen en actividades?

Decisión	Cantidad	Porcentaje
Si	3	30%
No	7	70%
Total Personas	10	

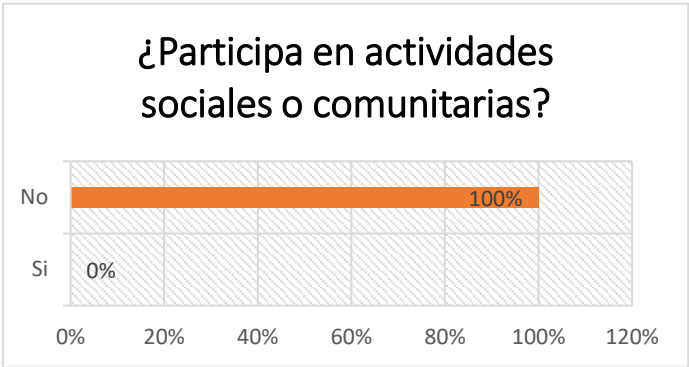
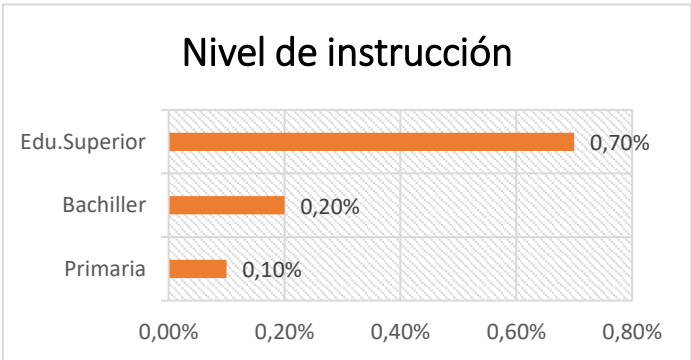
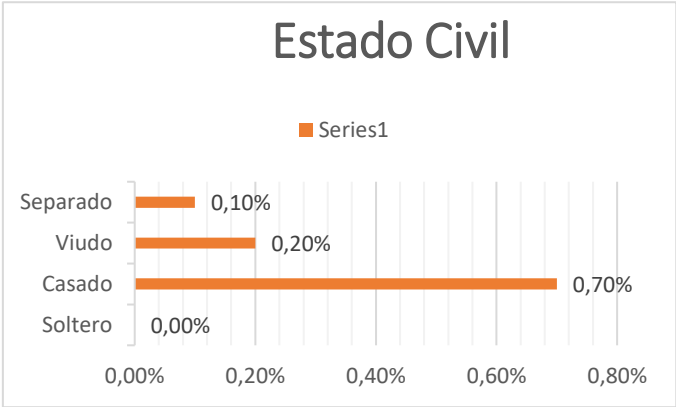
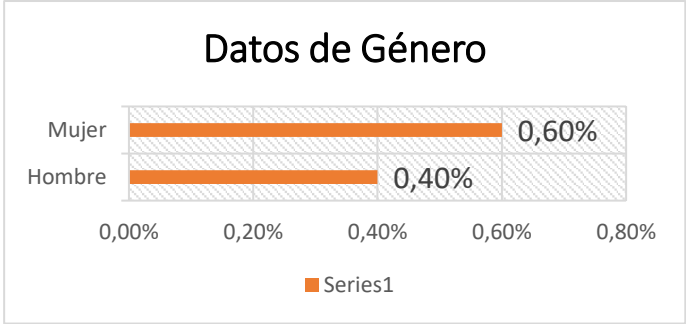
¿Cómo siente que es tratado por su familia?

Opciones	Cantidad	Porcentaje
Con respeto y apoyo	6	60%
Indiferencia/Maltrato	4	40%
Total Personas	10	

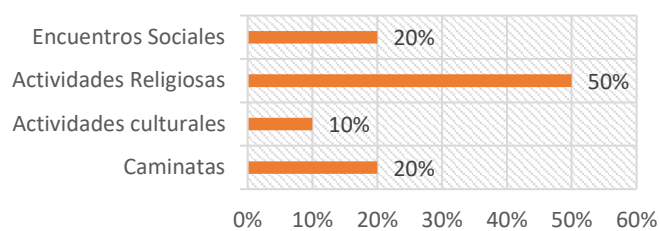
En una escala del 1 al 5, ¿qué tan digno considera que es el trato que recibe como adulto mayor?

Opciones	Cantidad	Porcentaje
Nada Digno	0	0%
Muy Digno	10	100%
Total Personas	10	

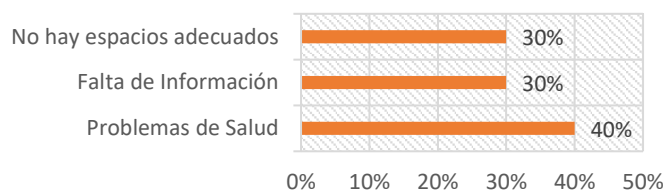
Lista de figuras



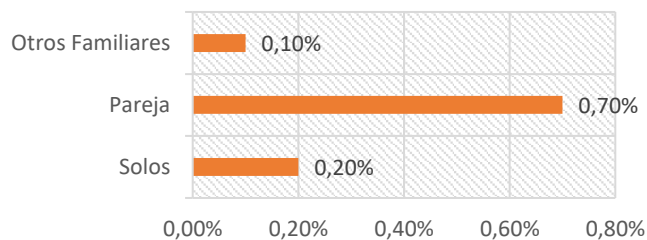
Actividades Frecuentes de los Adultos Mayores



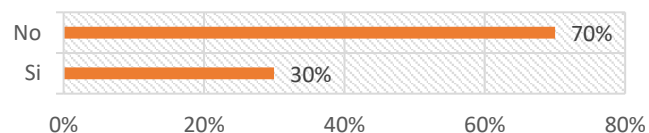
Participación en Actividades Sociales de Adultos Mayores



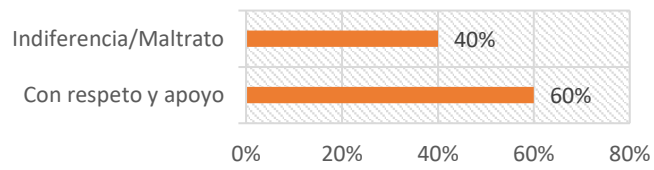
¿ Con quien vive actualmente?



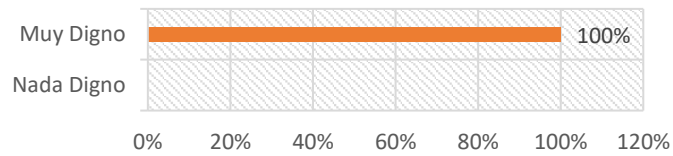
Oportunidades para la participación de Adultos...



Trato Familiar en Adultos Mayores



¿Qué tan digno considera que es el trato que recibe como Adulto Mayor?



DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo, **Martha Inés Montes Basantes** con C.I. **1716234131** autor(a) del trabajo de
“**Análisis de las actividades sociales del adulto mayor**”, previa a la obtención del
título de **Tecnólogo Superior Atención Integral Adulto Mayor**
en la Unidad Académica de Formación Técnica y Tecnológica PUCE TEC:

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 SENESCYT 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 de sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de titulación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 2025

Martha Inés Montes Basantes

C.I. 1716234131

AGRADECIMIENTO.

Agradezco a Dios por darme la fuerza y la perseverancia para culminar este plan de titulación. A mi familia por su apoyo incondicional, y a mi tutor, Dr. Diego Noboa, por su orientación y paciencia. Finalmente, a las personas adultas mayores que participaron y compartieron sus experiencias, quienes con su sabiduría e historias enriquecieron este trabajo.

Con sincera gratitud,
Martha Montes

Introducción

El envejecimiento poblacional en Ecuador presenta un desafío significativo para las políticas públicas, las instituciones y la sociedad en general. Las actividades sociales de las personas adultas mayores constituyen un eje fundamental para promover el bienestar físico, mental y emocional, así como para fortalecer los vínculos familiares y comunitarios.

Este plan de titulación tiene como propósito analizar la participación en actividades sociales del adulto mayor, considerando el papel de la familia y la aplicación de un enfoque humanitario centrado en la dignidad y los derechos, en coherencia con la Década del Envejecimiento Saludable 2021–2030 (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021) y la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores (2018).

Capítulo I

Marco conceptual y normativo del análisis de las actividades sociales del adulto mayor.

El envejecimiento saludable se define como “el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez” (OMS, 2021, p. 5). En Ecuador, el 13,7% de la población tiene 60 años o más, y esta proporción seguirá aumentando en las próximas décadas (Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC], 2022)

Las actividades sociales comprenden todas aquellas interacciones y participaciones en contextos comunitarios, recreativos, culturales, educativos o voluntarios que favorecen la integración social. Estas pueden clasificarse en:

Recreativas: baile, caminatas, juegos de mesa.

Culturales: música, teatro, artes plásticas.

Educativas: alfabetización digital, talleres, círculos de lectura.

Comunitarias: mingas, voluntariados, clubes de adultos mayores (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2020).

La participación social está asociada a mejorar la reducción del aislamiento y fortalecimiento de redes de apoyo (Fundación Pilares, 2021).

El cuidado familiar sigue siendo la principal forma de atención a personas mayores en América Latina (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2020).

No obstante, la sobrecarga física y emocional de los cuidadores, junto con la falta de recursos y formación, pueden limitar la calidad del cuidado. Desde un enfoque humanitario, el cuidado debe garantizar dignidad, autonomía y ausencia de discriminación (OMS, 2019).

En el plano normativo, la Ley Orgánica de Personas Adultas Mayores (2018) reconoce el derecho a participar activamente en la comunidad, y en la Década del Envejecimiento Saludable (OMS, 2021) insta a crear entornos inclusivos y servicios integrados.

Capítulo II

Metodología del plan de titulación.

Dado que este estudio adoptará un enfoque mixto que permita combinar la riqueza de la información cualitativa con la objetividad de los datos cuantitativos. El diseño será descriptivo y transversal.

Población y muestra: Personas adultas mayores (≥ 60 años) que participan en programas sociales del área de estudio, y sus cuidadores familiares. El muestreo será no probabilístico por conveniencia, asegurando diversidad de género y situación socioeconómica.

Instrumentos:

Encuesta estructurada para personas adultas mayores (perfil sociodemográfico, actividades sociales, barreras, percepción de trato digno).

Guía de observación de entornos y actividades (accesibilidades, inclusión, trato)

Procedimiento:

1. Revisión y validación de instrumentos por expertos en gerontología y metodología (OPS, 2017).
2. Pilotaje en un grupo reducido.
3. Análisis de datos:

Cuantitativos:

Perfil: mayoría mujeres (60) %, casados (70) % y con educación superior (70%)

Convivencia: 70% vive con su pareja, 20% solos (riesgo de aislamiento)

Participación social: ninguno participa en actividades comunitarias, lo poco que realizan es sobre todo religioso (50%)

Barreras: salud (40%), falta de información, (30%) y espacios inadecuados (30%).

Percepción: 60% se siente respetado, 40% indiferencia, maltrato, sin envargo todos califican el trato digno.

Cualitativos:

Accesibilidad: limitaciones en infraestructura y señalización.

Inclusión: pocas actividades variadas; predominan las religiosas.

Trato: hay respeto en general, pero también casos de indiferencia.

Capítulo III

Resultados esperados y propuesta preliminar de intervención socio familiar con enfoque humanitario.

Se prevé encontrar que la participación social está condicionada por factores como:

Disponibilidad y accesos a programas comunitarios.

Nivel de apoyo familiar y redes de cuidado.

Estado de salud y movilidad.

Los estudios de la OPS (2020) señalan que las intervenciones que integran actividades físicas, recreativas y culturales con apoyo familiar tienen mayor impacto en el bienestar del adulto mayor.

Los estudios de la OPS (2020) señalan que las intervenciones que integran actividades físicas, recreativas y culturales con apoyo familiar tienen impacto en el bienestar del adulto mayor.

Propuesta preliminar:

1. Promoción y prevención: talleres de actividad física adaptada, estimulación cognitiva, eventos culturales y recreativos.
2. Formación a cuidadores: manejo del estrés, autocuidado, primeros auxilios, derecho de la persona adulta mayor (CEPAL, 2020).
3. Articulación comunitaria: alianzas con instituciones locales para garantizar transporte, accesibilidad y materiales.
4. Enfoque humanitario transversal: garantiza trato digno, participación activa en decisiones y respeto por la autonomía.

Indicadores esperados: aumento de la frecuencia de actividades sociales, reducción del sentimiento de soledad, mejora en la percepción del trato digno y reducción de la sobre carga del cuidador.

Conclusiones.

1. La participación en actividades sociales con enfoque integral y humanitario favorece el bienestar y la autonomía del adulto mayor
2. El cuidado familiar, complementando con apoyo comunitario y formación, fortalece la inclusión social y reduce riesgo del aislamiento.
3. La propuesta preliminar es factible y coherente con las políticas públicas vigentes en Ecuador.

Referencias bibliográficas

Organización Mundial de la Salud. (2019). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Década del envejecimiento saludable 2021–2030. <https://www.who.int/es/initiatives/decade-of-healthy-ageing>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Aislamiento social y soledad entre las personas mayores: breve de abogacía. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240024180>

Organización Panamericana de la Salud. (2020). Envejecimiento y salud. <https://www.paho.org/es/temas/envejecimiento-salud>

Organización Panamericana de la Salud. (2017). Estrategia y plan de acción sobre el envejecimiento y la salud. <https://iris.paho.org/>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). Los cuidados de larga duración para las personas mayores en América Latina y el Caribe. <https://www.cepal.org/es/publicaciones>

República del Ecuador. (2018). Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores. Registro Oficial. <https://www.asambleanacional.gob.ec/>

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2022). Proyecciones y estadísticas de población. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/proyecciones-poblacionales/>

Fundación Pilares. (2021). Participación social y envejecimiento activo. <https://www.fundacionpilares.org/>

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2021). Plan Nacional de Salud del Adulto Mayor. <https://www.salud.gob.ec/>

Naciones Unidas. (2002). Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento. Nueva York: ONU.

1.Anexos.

Encuesta para personas adultas mayores entre los 65 años a 87 años.

Objetivo:

Conocer las características sociodemográficas, las actividades sociales, las barreras que enfrentan y la percepción del trato digno en personas adultas mayores

Datos sociodemográficos:

Edad:

Sexo:

Estado civil:

Nivel de instrucción:

¿Con quién vive?

¿Actividades sociales?

¿Participa en actividades sociales o comunitarias?

¿Con que frecuencia participa en actividades recreativas o comunitarias?

¿Qué tipo de actividades realiza con mayor frecuencia?

¿Qué dificultad ha encontrado para participar en actividades sociales?

¿considera que existen suficientes oportunidades en su comunidad para que los A.M participen en actividades?

¿Percepción al trato digno?

¿Cómo se siente que es considerado por la comunidad?

2.Anexos.

Guía de observación en el entorno y actividad para el A.M

Objetivo:

Evaluar las condiciones físicas, sociales y de trato en entornos donde participan personas adultas mayores.

Observatorio:

Área	Indicador	Observación
Accesibilidad	Rampas, pasamanos, acceso a sillas de ruedas	
Accesibilidad	Señalización clara y visible	
Accesibilidad	Espacios amplios y libres	
Inclusión	Participación activa de todos los A.M	
Inclusión	Adaptación de actividades	
Inclusión	Atención a la diversidad de cultura y genero	
Trato	Respeto y cortesía	