



UNIVERSIDAD ABIERTA Y A DISTANCIA DE MÉXICO



LICENCIATURA EN DESARROLLO COMUNITARIO

LA SALUD SOCIAL EN LA CASA DE DÍA DE ADULTOS
MAYORES EN CHIHUAHUA, CHIHUAHUA.

P R O Y E C T O
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN DESARROLLO
COMUNITARIO
P R E S E N T A:
ILUIXÓCHITL OROZCO RUIZ

ASESORA. MTRA MARICELA CONCEPCIÓN MIJANGOS PACHECO

CHIHUAHUA, CHIH., NOVIEMBRE DEL 2019

AGRADECIMIENTOS

A Dios, mi fuente de fortaleza y valentía. Con él he confirmado que todo ayuda para bien. Quien ha permanecido en mis más oscuros valles y en los en mis más iluminados campos.

A mi familia por ser, estar y soportar en todo tiempo mostrando su incondicional amor.

A Ana Bertha, por expresar sinceramente y en tiempos difíciles *“Creo en Dios, pero también creo en ti”*.

A mis docentes y queridos compañeros de la UnADM que fueron instrumento en la estrategia de tejer amistades a pesar de la distancia física. Aquellos que tenemos por semejanza el espíritu de servicio, el amor por trabajar con la gente, por ser voz de aquellos que no saben hablar, y tinta de los que no pueden escribir.

A la adversidad, maestra invisible que sacó lo más estoico de mi ser y de quien terminé siendo socia y amiga.

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| CAPÍTULO I. LÍNEA A INVESTIGAR | 8 |
| 1.1 Línea de investigación seleccionada..... | 8 |
| 1.2 Justificación..... | 8 |
| 1.3 Planteamiento del problema | 9 |
| 1.4 Pregunta de investigación..... | 9 |
| 1.5 Objetivos | 10 |
| 1.5.1 Objetivo general..... | 10 |
| 1.5.2 Objetivos específicos | 10 |
| CAPÍTULO II. MARCO CONCEPTUAL..... | 11 |
| 2.1 La salud social | 11 |
| 2.2 El adulto mayor | 12 |
| 2.3 La edad cronológica..... | 12 |
| 2.4 La edad física..... | 12 |
| 2.5 La edad psicológica | 13 |
| 2.6 La edad social..... | 13 |
| 2.7 Las Tecnologías de la Información y Comunicación..... | 14 |
| 2.8 El bienestar social | 15 |
| CAPÍTULO III. MARCO CONTEXTUAL | 16 |
| 3.1 El adulto mayor en el ISSSTE | 16 |
| 3.2 Casa de día para Adultos Mayores | 16 |
| 3.2.2 Antecedentes..... | 17 |
| 3.2.3 Misión del ISSSTE | 18 |
| 3.2.4 Visión del ISSSTE..... | 18 |
| 3.3 Actores que participan en la Casa de Día del ISSSTE..... | 18 |
| 3.3.1 Características socioculturales de la población. | 18 |
| 3.3.2 Acciones previas para atenderlo..... | 22 |
| CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN | 24 |
| 4.1 Nivel de investigación | 24 |
| 4.2 Tipo de investigación | 24 |
| 4.3 Población y muestra..... | 25 |
| 4.3.1 Tipo de muestreo..... | 25 |
| 4.3.2. Tamaño de la muestra | 25 |

| | | |
|---|--|----|
| 4.4 | Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 25 |
| 4.4.1 | Guion de entrevista..... | 25 |
| 4.5 | Técnicas de procesamiento y análisis de datos..... | 26 |
| 4.6 | Aspectos administrativos..... | 26 |
| 4.7 | Recursos materiales empleados en la investigación..... | 26 |
| 4.8 | Recursos humanos..... | 26 |
| 4.9 | Recursos financieros..... | 27 |
| CAPÍTULO V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS..... | | 28 |
| 5.1 | Curso: Apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas..... | 28 |
| 5.2 | Curso: Apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas frágiles y con demencia..... | 29 |
| 5.3 | Curso: Apoyo psicológico para prejubilados..... | 31 |
| 5.4 | Curso: Autocuidado de la salud hoy, bienestar mañana..... | 32 |
| 5.5 | Curso: Ajedrez educativo para adultos mayores, jubilados y pensionados..... | 35 |
| 5.6 | Conferencia: La ciencia de la felicidad..... | 37 |
| 5.7 | Curso: Empodérate una nueva etapa..... | 38 |
| 5.8 | Curso: Vejez digna..... | 40 |
| 5.9 | Miembros de la Casa de Día..... | 41 |
| 5.10 | Entrevistas..... | 42 |
| 5.11 | Habilidades de Cómputo..... | 43 |
| 5.12 | Curso en línea que prefieren los entrevistados..... | 43 |
| 5.13 | Observaciones de la Casa de Día..... | 45 |
| 5.14 | Curso en línea preferido por los entrevistados:..... | 45 |
| 5.15 | Conclusiones de capítulo..... | 47 |
| CAPÍTULO VI. INTERVENCIÓN COMUNITARIA..... | | 51 |
| 6.1 | Introducción..... | 51 |
| 6.2 | Justificación..... | 51 |
| 6.3 | Marco institucional..... | 51 |
| 6.4 | Objetivos de la intervención..... | 52 |
| 6.4.1 | Objetivo general de la intervención..... | 52 |
| 6.4.2 | Objetivos específicos..... | 52 |
| 6.5 | Metas..... | 53 |
| 6.6 | Beneficiarios directos..... | 53 |

| | |
|--|----|
| 6.7 Beneficiarios indirectos | 53 |
| 6.8 Localización física y cobertura espacial | 53 |
| 6.9 Método y acciones | 53 |
| 6.10 Indicadores de evaluación | 55 |
| 6.11 Factores externos condicionantes..... | 55 |
| 6.12 Monitoreo | 55 |
| 6.13 Ejecución del proyecto | 56 |
| 6.14 Reflexión | 62 |
| 6.15 Evaluación de la intervención..... | 64 |
| CONCLUSIONES DEL PROYECTO..... | 79 |
| ANEXOS | 83 |
| BIBLIOGRAFÍA | 81 |

LISTA DE TABLAS

| | |
|--|--------------------------------------|
| Tabla 1. Datos cualitativos y cuantitativos sobre el fenómeno en el medio abordado | 19 |
| Tabla 2. Cronograma de actividades..... | ¡Error! Marcador no definido. |
| Tabla 3. Sesión aplicativa | 54 |
| Tabla 4. Monitoreo | 56 |
| Tabla 5. Evaluación..... | 66 |

INTRODUCCIÓN

La salud social, una de las esferas representativas de la salud del hombre, vista en un grupo vulnerable de la sociedad: adultos mayores.

Ante ese escenario se realizó un proyecto de investigación en busca de la viabilidad de brindar cursos en línea para adultos mayores, disponibles en el portal oficial del ISSSTE para los miembros de la Casa de Día localizada en Chihuahua, Chih. El resultado mostró no sólo su inviabilidad por factores como discapacidades de los adultos mayores, insuficientes herramientas para aquellos que poseen discapacidad visual o auditiva, el ínfimo diseño didáctico de las presentaciones y el desinterés generalizado entre los adultos mayores.

Ante ello se detectó un interés por incorporar un programa de ajedrez educativo dentro de la Casa de Día, mismo que ha sido llevado a cabo por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica quien estableció un convenio con el ISSSTE para ello y para lograrlo realiza capacitaciones presenciales del curso “Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores” a través de monitores que replican la capacitación entre personal directivo, administrativo, médico y de servicios así como entre los adultos mayores. Ello implica además la dotación de un tablero de ajedrez gigante que fomente entre ellos la salud social pues asumirían un rol en este juego de estrategia, fomentando así la unión, empatía y compañerismo entre ellos.

Así, fue llevado a cabo un proyecto de intervención dedicado a gestionar ante el ISSSTE y la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica lo necesario para la implementación definitiva del programa de ajedrez educativo a través de todas las etapas contempladas para ello.

CAPÍTULO I. LÍNEA A INVESTIGAR

1.1 Línea de investigación seleccionada

El presente proyecto se desarrolló en el ámbito de la salud social debido a que la comunidad seleccionada poseía la infraestructura; y aunque sus recursos eran insuficientes sí era posible reestructurarlos para motivar y producir un aprendizaje significativo entre los miembros de la Casa de Día con un enfoque asistencial partiendo de los cursos, conferencias y talleres disponibles en línea y adaptados por la autora de este proyecto convirtiéndolos en alcanzables a sus capacidades disminuidas, intereses y realidad de su entorno.

1.2 Justificación

A partir de la última reforma de la Ley de los Derechos de las Personas Adultas mayores, publicado en el DOF el 27 de diciembre de 2016, instituciones de gobierno, organizaciones de la sociedad civil y ciudadanos han contribuido en atender el importante tema de los adultos mayores.

En ese sentido, contribuir al fomento de la salud social en la Casa de Día del Adulto Mayor en el ISSSTE en Chihuahua, Chih., resultaba relevante pues se trataba de un sector vulnerable que debe abordarse sus distintas problemáticas a través de diferentes fuentes. Una de ellas corresponde a los cursos, talleres y conferencias que el portal oficial del ISSSTE proporciona al público en general, especialmente a familiares, pensionados y público en general interesados en contribuir en la salud social del adulto mayor.

Para ello, a través de una investigación cualitativa se llevaron a cabo entrevistas entre miembros de la Casa de Día (empleados y miembros) a efecto de conocer cuáles son los cursos, talleres o conferencias de su interés, si las habilidades en informática les permitían tomar de manera autodidacta éstos o si debían realizarse adecuaciones acordes a sus capacidades, posibilidades y contexto.

El proyecto permitió sentar las bases para que en un mediano plazo se amplíen los métodos a través de los cuales se den a conocer los cursos, talleres y conferencias a empleados, adultos mayores y público en general que fortalezca la salud social.

Así, conocimientos y habilidades adquiridas en la preparación profesional de la licenciatura en Desarrollo Comunitario de la UnADM fue el instrumento para brindar a la sociedad una variedad más amplia para que el fomento en la salud social de los adultos mayores llegue no sólo a un grupo mayor de adultos mayores, sino adecuado a sus contextos y necesidades.

1.3 Planteamiento del problema

La jubilación implica un tiempo de júbilo y bajo esa premisa las formas para adaptarse a sus nuevas capacidades e intereses deben presentarse de una manera accesible, comprensible y atractiva a los adultos mayores.

Sin embargo, en el tema de salud social existe un portal electrónico para el adulto mayor impulsado por el ISSSTE donde hay talleres, cursos y conferencias en línea que son poco viables y comprensibles para los adultos mayores en la Casa de Día debido a que no están familiarizados con lo mínimo necesario para recibir dichos talleres, cursos o conferencias de forma autodidacta.

Además, aunque la institución poseía equipos de cómputo en un salón para tal fin, éstos carecen de conexión a internet lo que imposibilitó el acceso a ellos desde la institución.

1.4 Pregunta de investigación

¿Cómo adaptar cursos institucionales en línea para los miembros de la Casa de Día a través de una profesional en el desarrollo comunitario de la UnADM?

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Analizar los talleres, cursos y conferencias que se encuentran en el Portal del ISSSTE a través de las Tecnologías de la Información y Comunicación entre los miembros de la Casa de Día para fomentar la salud social en los adultos mayores.

1.5.2 Objetivos específicos

- Planificar el rediseño de cursos, talleres y conferencias para que sean accesibles.
- Utilizar medios directos/indirectos de comunicación para llevar a cabo los talleres y cursos en la Casa de Día.

CAPÍTULO II. MARCO CONCEPTUAL

2.1 La salud social

La salud se define como la ausencia de enfermedad, es decir, cuando no tenemos ningún mal o afección que afecte nuestro organismo, nuestro cuerpo: estamos sanos, estamos saludables.

Sin embargo, ésta es tripartita pues se conforma por: salud física, mental y social. Bajo este contexto aseveramos que, habiendo un equilibrio de los tres, se produce un estado de bienestar el cual es equiparable a las características de la salud.

A razón de los determinantes sociales, desde 1986, la Organización Mundial de la Salud incorporó el término de promoción para la salud, entendido éste como aquel que hace accesible a las personas mejorar la salud.

Dos de los principios de la promoción de la salud, serán los enfocados en este proyecto:

1. Que un proceso participativo, pues en este se involucrará no sólo a quien posee un problema de salud, sino también al encargado de atenderla, a los promotores y personas que se han capacitado para apoyar en distintas comunidades, como lo es este caso.
2. Que atiende a diversos niveles, pues tanto de manera individual y comunitaria y social se buscará alcanzar las metas de salud social planteadas.

En la Quinta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud (OPS/OMS, 2000), y buscando resolver la promoción de la salud, se establecieron varios puntos:

1. Promover la responsabilidad social en materia de salud.
2. Ampliar la capacidad de las comunidades y empoderar al individuo.
3. Ampliar y consolidar la formación de alianzas en pro de la salud.
4. Aumentar la inversión en el desarrollo de la salud.
5. Asegurar la infraestructura necesaria para la promoción de la salud.

2.2 El adulto mayor

La vejez es una etapa de la vida, la última. Está relacionada con la edad, es decir, el tiempo que transcurre desde el nacimiento hasta el momento actual, y cómo se ha vivido durante ese tiempo.

La vejez tiene significados diferentes para diferentes grupos. Para definirla, hay que tomar en cuenta la edad:

- Cronológica
- Física
- Psicológica
- Social

2.3 La edad cronológica

La ONU establece la edad de 60 años para considerar que una persona es adulta mayor, aunque en los países desarrollados se considera que la vejez empieza a los 65 años.

Si bien la edad cronológica es uno de los indicadores más utilizados para considerar a alguien viejo o no, ésta por sí misma no nos dice mucho de la situación en la que se encuentra una persona, de sus sentimientos, deseos, necesidades, relaciones.

2.4 La edad física

Los cambios físicos y biológicos normales durante la vejez se dan a distintos ritmos, según la persona, el lugar en donde vive, su economía, su cultura, su nutrición, su actividad y sus emociones.

Un aspecto importante en esta etapa de la vida es logro de la funcionalidad y la autonomía, a pesar de la edad o de los padecimientos que se tengan.

Se recomienda mantener un cuidado del cuerpo acudiendo a revisión médica de manera preventiva y permanecer activos durante el mayor tiempo posible.

2.5 La edad psicológica

El significado que para cada grupo y persona tiene la vejez, puede ocasionar cambios en sus emociones, sentimientos y pensamientos según va transcurriendo el tiempo.

Es muy importante tener en cuenta que ningún cambio repentino en la forma de ser de una persona adulta mayor es normal. A veces se piensa que la vejez trae consigo tristeza, enojo o apatía, pero ninguno de estos sentimientos es causado por la edad, en ello pueden intervenir otros factores como la pérdida de seres queridos, del trabajo, la modificación del papel que desempeñaba en la familia, etc.

En cuanto a procesos psicológicos, como la memoria o el aprendizaje, normalmente se dan modificaciones de manera gradual.

Para retardar las modificaciones, es recomendable mantenerse activo, relacionarse, hablar con otras personas, realizar actividades placenteras, comentar noticias y acontecimientos recientes.

En cuanto al aprendizaje, durante la vejez es posible seguir aprendiendo cosas nuevas, quizá en algunos casos se necesite un mayor tiempo y estrategias didácticas específicas, sin embargo, el aprendizaje es de la misma calidad que cuando se era más joven.

2.6 La edad social

La vejez tiene significados diferentes para cada grupo humano, según su historia, su cultura, su organización social.

Es a partir de estos significados que las personas y los grupos actúan con respecto a la vejez y a las personas adultas mayores.

La vejez es considerada una categoría social, es decir, se agrupa a las personas por los valores y características que la sociedad considera que son adecuadas, las cuales en muchas ocasiones pueden ser equivocadas y hasta injustas. Por ejemplo: para muchos grupos sociales las personas adultas mayores no deben enamorarse, o no deben participar en las decisiones familiares o sociales, etc. Por el contrario, es un grupo social que necesita de los demás, pero que contribuye de manera muy importante tanto en la familia como en la sociedad.

2.7 Las Tecnologías de la Información y Comunicación.

“Las TIC son cambiantes, siguiendo el ritmo de los continuos avances científicos y en un marco de globalización económica y cultural, contribuyen a que los conocimientos sea efímeros y a la continua emergencia de nuevos valores, provocando cambios en nuestras estructuras económicas, sociales y culturales, e incidiendo en casi todos los aspectos de nuestra vida: el acceso al mercado de trabajo, la sanidad, la gestión burocrática, la gestión económica, el diseño industrial y artístico, el ocio, la comunicación, la información, nuestra forma de percibir la realidad y de pensar, la organización de las empresas e instituciones, sus métodos y actividades, la forma de comunicación interpersonal, la calidad de vida, la educación... Su gran impacto en todos los ámbitos de nuestra vida hace cada vez más difícil que podamos actuar eficientemente prescindiendo de ellas” (Salinas, 2004:54)

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, conocidas como TIC, son el conjunto de tecnologías desarrolladas para gestionar información y enviarla de un lugar a otro; abarcan un abanico de soluciones muy amplio, que incluyen las tecnologías para almacenar información pudiendo recuperarla después; enviar y recibir información de un sitio o incluso procesar información para poder calcular resultados y elaborar informes.

Así, se ha creado el término “brecha digital” para definir todas aquellas diferencias y/o separaciones entre los países con acceso a las tecnologías y aquellos que no. Éste también hace referencia a las diferencias entre los distintos grupos sociales a la hora de utilizar las TIC's, partiendo de los niveles de alfabetización sumado a la capacidad tecnológica.

Por otra parte, en México el INEGI (2014) menciona que el porcentaje de la población que hace uso de la computadora en el rango de 55 años o más es del 4.4%. Los datos anteriores evidencian que este sector de la población no utiliza los recursos tecnológicos para comunicarse, socializar, actualizarse o buscar información.

2.8 El bienestar social

El bienestar social es el conjunto de factores o elementos que participan a la hora de determinar la calidad de vida de una persona y que en definitivas cuentas son también los que le permitirán a esta gozar y mantener una existencia tranquila, sin privaciones y con un constante en el tiempo estado de satisfacción.

La población está envejeciendo con tal rapidez que no tiene paralelo en el mundo desarrollado. Es tal la manera que su composición por estado de salud o discapacidad lleva la tendencia a convertirse en un problema grave y desfavorable. Aunado a lo anterior, las familias experimentan una evolución que no les permite suplir la falta de protección social a este sector. Por otra parte, los contextos sociales y económicos de aquellas sociedades en las que se lleva a cabo son determinantes e impactan de manera frontal la salud social.

Por décadas, los utilitaristas han afirmado que el mejor gobierno es aquel que provee el mayor nivel de prosperidad para más ciudadanos. No obstante, frecuentemente comprobamos que en el discurso político el mayor bienestar para la población es un tema recurrente de todos los candidatos a ocupar una posición de elección popular. El punto medular es que no explican el significado de bienestar de una manera transparente, pero menos aún definen cómo se verificará ésta validando así que estará dando resultados en términos de nivel de satisfacción de la población que los elija.

Así, bienestar acaba siendo un concepto subjetivo por el cual una persona se siente satisfecha con su vida, dado que el bienestar está relacionado con las necesidades y los gustos de las personas. Sin embargo, los seres humanos no siempre sabemos qué cosas nos hacen bien, esto complica la definición de este término. Para otros autores, debe separarse entre lo objetivo y lo subjetivo: mientras que el primero incluye todos los elementos extrínsecos que coadyuvan con la satisfacción del individuo, el segundo se refiere a los elementos internos de la persona. En todo caso, se deduce que el bienestar es un estado ideal al cual aspiran, en general, todos los seres humanos.

CAPÍTULO III. MARCO CONTEXTUAL

3.1 El adulto mayor en el ISSSTE

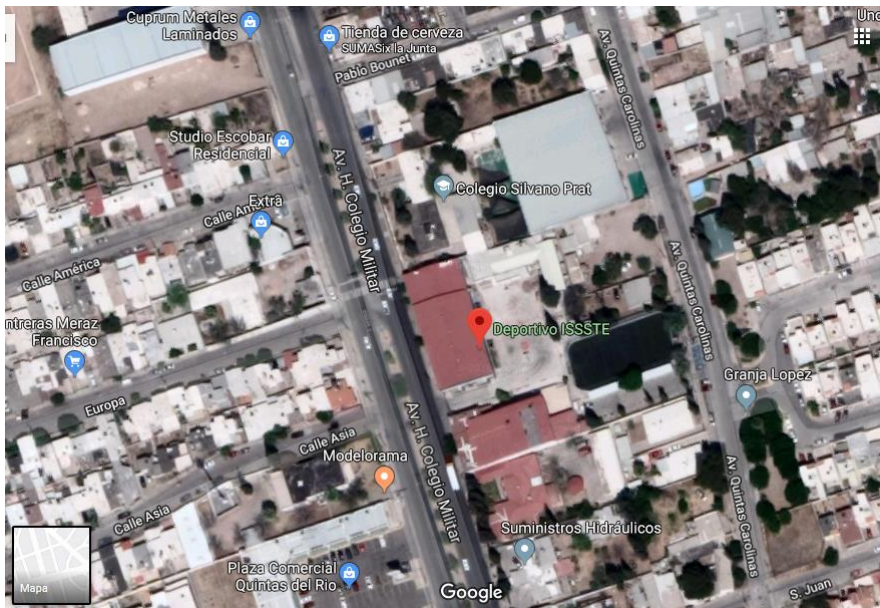
El 28 de agosto, tras la celebración del Día Nacional del Adulto Mayor, el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), implementa una política incluyente con enfoque de atención integral en salud, actividades sociales, culturales, recreativas, así como en prestaciones económicas. Dichas acciones benefician a un millón de jubilados y pensionados del Instituto -que representan 20% del total nacional-, y tienen como objetivo fomentar su autocuidado, funcionalidad, autonomía; de tal suerte que puedan mejorar su bienestar e integración familiar y comunitaria, en condiciones de dignidad y respeto a sus derechos humanos.

Es así que el ISSSTE implementó tres medidas de impacto en la calidad de atención a este grupo: eliminación del pase de vigencia presencial; reducción del tiempo para recibir el primer pago de pensión, que pasó de seis meses a 10 días, creación de Casas de Día en el Distrito Federal, Tlaxcala, Yucatán y Oaxaca y otras entidades como Chihuahua.

3.2 Casa de día para Adultos Mayores

La Casa de Día para Adultos Mayores del ISSSTE se localiza en noroeste de la capital del Estado de Chihuahua, su ubicación está en Avenida Heroico Colegio Militar No. 6300 de la Colonia Nombre de Dios, C.P. 31110 en Chihuahua, Chih. (Ver imagen 1)

Imagen 1. Ubicación



Fuente:

<https://www.google.com/maps/place/Deportivo+ISSSTE/@28.6824986,-106.082432,228m/data=!3m1!1e3!4m5!3m4!1s0x86ea43995f6d9ebd:0x17d500d5ea666936!8m2!3d28.6823778!4d-106.0816248>

3.2.2 Antecedentes

El Programa Iberoamericano de Cooperación sobre la situación de los adultos mayores en la región, integrado por los países de Argentina, Uruguay, Chile, Paraguay, Ecuador, España, Brasil y México con la participación del IMSS, INAPAM e ISSSTE, desde el 2015 se abocaron en estimular la participación de las instituciones mexicanas en los cursos y talleres presenciales y a distancia realizados sobre temas de adultos mayores; asimismo en promover la elaboración y difusión de los boletines informativos; complementando lo que actualmente es la Casa de día del ISSSTE.

3.2.3 Misión del ISSSTE

“Contribuir a satisfacer niveles de bienestar integral de los trabajadores al servicio del Estado, pensionados, jubilados y familiares derechohabientes, con el otorgamiento eficaz y eficiente de los seguros, prestaciones y servicios, con atención esmerada, respeto, calidad y cumpliendo siempre con los valores institucionales de honestidad, legalidad y transparencia.”

3.2.4 Visión del ISSSTE

“Posicionar al ISSSTE como la institución que garantice la protección integral de los trabajadores de la Administración Pública Federal, pensionados, jubilados y sus familias de acuerdo al nuevo perfil demográfico de la derechohabiencia, con el otorgamiento de seguros, prestaciones y servicios de conformidad con la normatividad vigente, bajo códigos normados de calidad y calidez, con solvencia financiera, que permitan generar valores y prácticas que fomenten la mejora sostenida de bienestar, calidad de vida y el desarrollo del capital humano”.”

3.3 Actores que participan en la Casa de Día del ISSSTE

- Directivos de la Casa de Día
- Personal de apoyo conformado por un médico, una enfermera, una nutrióloga, una asistente de cocina.
- Profesores de actividades culturales y deportivas a cargo del Centro Cultural y Deportivo del ISSSTE dentro del cual se ubica la Casa de Día.

3.3.1 Características socioculturales de la población.

Se trató de más tres decenas de adultos mayores, predominantemente jubilados por el ISSSTE, con un nivel económico medio alto en términos generales, en su mayoría dedicados a la educación, con familias nucleares sólidas, con buen

respaldo familiar y que su búsqueda es tener una terapia ocupacional de compañerismo y convivencia.

Fueron 22 mujeres y 9 varones inscritos en la Casa de Día en edades que van de los 58 a los 90 años, siendo la mayor de ellas una mujer de 90 y la más joven una mujer de 58. Diez de ellos no reciben pensión ni seguridad social en el ISSSTE. (ver tabla 1).

Tabla 1. Datos cualitativos y cuantitativos sobre el fenómeno en el medio abordado

| Nombre | Edad | Gustos | Afiliación | Espacios más utilizados |
|---------------------------------|-------------|---------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|
| Alcaraz Bustillos María Dolores | 61 | Guitarra | SNTE | Salón de actos |
| Alvarado López Rosa Manuela | 75 | Guitarra y canto | | Salón de actos |
| Chávez Domínguez María Elena | 72 | Música | SNTE | Salón de actos |
| Domínguez Lira Leticia | 66 | Música | SNTE sección 42 | Salón de actos |
| Escalante Caamal José Alberto | 68 | Música, cachibol, softbol | Derechohabiente SNTE | Salón de actos |
| González Robles Martín | 65 | Música | Derechohabiente (sra. Pizarro esposa) | Salón de actos |
| Hernández Rodríguez Antonio | 63 | Música y natación | SNTE | Salón de actos |

| | | | | |
|---------------------------------|----|--|-----------------------------|-----------------------------------|
| Lozano E. José | 60 | Deporte y artísticos | No derechohabiente | Salón de lecturas, comedor |
| Medina Fernández Carmen Leticia | 67 | Música, canto, baile, natación, lectura y juegos de mesa | SNTE | Gimnasio, salón de actos, alberca |
| Vázquez Robles Rodrigo | 73 | Ejercicio y música | SNTE | Alberca, gimnasio |
| Aguirre Martínez Thelma Isela | 59 | Yoga, natación y lectura | | Gimnasio, salón de lecturas |
| Arenivar Zamarrón Elena | 60 | Computación | No derechohabiente | Salón de lecturas |
| Batista Cadena María De Lourdes | 61 | Actividad física danza | No derechohabiente (Telmex) | Gimnasio, salón de actos |
| Batista Cadena Miguel | 63 | | SNTE | Salón de actos |
| Beltrán Gómez Ofelia | 71 | Todas | No derechohabiente | Salón de lecturas y comedor |
| Cadena González Cecilia | 91 | Físico y relajación | SNTE | Salón de actos |

| | | | | |
|--|----|----------------------|---|------------------------------------|
| Carrasco Rocha Lucina | 58 | Todas | No derechohabi ente | Gimnasio, salón de actos |
| Carrillo Hernández Martha Elena | 59 | Todas | No derechohabi ente | Salón de actos |
| Espinoza Borunda Elva Elena | 63 | Todas | SNTE | Alberca y gimnasio |
| García Barraza María Eusebia | 70 | Todas | Derechohab iente (Correos de México) | Salón de actos y comedor |
| González Espino Alejandrina | 73 | Todas | Derechohab iente | Comedor |
| Luna Landeros Lorenzo | 64 | | No derechohabi ente | Salón de actos |
| Evangelina Martínez Quezada | 81 | | Jubilada | Salón de actos |
| Montes Casas María Del Carmen Monserrat | 64 | | SNTE | Alberca, salón de actos |
| Modesto Luján Rosa María | 59 | Todas | SNTE | Gimnasio, alberca |
| Pérez López Ma. De Los Ángeles | 73 | Natación y música | No derechohabi ente | Alberca, salón de actos |
| Prieto Sosa Ana María | 61 | Todas | SNTE | Sala de lectura, salón de actos |
| Simental Cabrera Leticia Armida | 58 | Ejercicio físico, | SNTE | Alberca, salón de actos |

| | | | | |
|-----------------------|----|----------------------------|--|----------------------------------|
| | | acuаerobics, todas | | |
| Valdez García Socorro | 90 | Activación física y dominó | Derechohabiente. (Alzheimer, débil visual, 12 hijos 38 nietos) | Salón de actos |
| Chávez Reyes Pablo | 89 | | No derechohabiente | Salón de actos y comedor |
| Díaz Rodríguez Jaime | 68 | Ajedrez, música, lectura | No derechohabiente | Salón de actos y sala de lectura |

Fuente: Información obtenida a través de entrevistas (2019)

3.3.2 Acciones previas para atenderlo

Dentro de las políticas institucionales para la atención integral a los adultos mayores, el ISSSTE estableció preservar la funcionalidad y limitar las repercusiones individuales, en la familia y sociedad, haciendo corresponsables y partícipes del autocuidado al familiar y los cuidadores de estos pacientes, para mejorar calidad de vida y su bienestar. Para conseguirlo diseñó el portal oficial <http://www.issste.gob.mx/adultosmayores/> a efecto de fomentar la salud social entre los adultos mayores que reciben atención en las Casas de Día a Nivel Nacional.

La Casa de Día para adultos mayores tiene la infraestructura física para que sus miembros interactúen con las TIC's; teniendo 6 computadoras en un recinto nombrado "Sala de Cómputo", mismo que carece de asientos suficientes para los equipos de cómputo. El servicio que se brinda a los usuarios es en un horario de

8:00 a 15:00 horas, lunes miércoles, viernes de 16:00 a 18:30 horas y sábados de 12:30 a 16:30 horas; sin embargo, se carece de servicio de internet, y no existe un instructor en la materia. Véase imagen 2

Imagen 2. Sala de cómputo (2019)



CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación que se llevó a cabo fue la descriptiva debido a que se describieron las características más representativas de la Casa de Día para resolver el problema de la salud social.

4.1 Nivel de investigación

En la investigación descriptiva, se buscó describir las características más importantes de un determinado objeto de estudio con respecto a su aparición y comportamiento o las maneras o formas en que éste se parece o diferencia de él mismo en otra situación o contexto dado. De esta aproximación no se pudieron obtener conclusiones generales, ni explicaciones, sino más bien descripciones del comportamiento de un fenómeno dado.

4.2 Tipo de investigación

Fue a través del enfoque cualitativo. Dado que éste tiene entre sus características que explorar los fenómenos en profundidad, se conduce básicamente en ambientes naturales, los significados se extraen de los datos, no se fundamenta en la estadística. Asimismo, su proceso puede ser inductivo, recurrente, analiza múltiples realidades subjetivas y no tiene secuencia lineal.

De acuerdo con Hernández (2010) la investigación cualitativa se enfoca a comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto.

El enfoque cualitativo se selecciona cuando se busca comprender la perspectiva de los participantes (individuos o grupos pequeños de personas a los que se investigará) acerca de los fenómenos que los rodean, profundizar en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados, es decir, la forma en que los participantes perciben subjetivamente su realidad. También es recomendable seleccionar el enfoque cualitativo cuando el tema del estudio ha sido poco explorado, o no se ha hecho investigación al respecto en algún grupo social específico.

4.3 Población y muestra

4.3.1 Tipo de muestreo

El tipo de muestreo fue no probabilístico con un muestreo intencional o de conveniencia; en el cual el investigador seleccionó de manera intencional o directa a los individuos que mejor representan a la población de estudio y a aquellos a quienes se tiene fácil acceso.

4.3.2. Tamaño de la muestra

La muestra fue de 31 adultos mayores, los cuales participan más activamente en las actividades de la Casa de Día en un período de 1 año.

4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

El instrumento que se llevó a cabo fue la entrevista y la observación.

En cuanto a la entrevista se aplicó a los adultos mayores con el objetivo de identificar los conocimientos que tienen con respecto a las Tecnologías de la información y comunicación.

Asimismo, se identificaron los cursos, talleres y conferencias que hay en el portal del ISSSTE y que eran de interés para los adultos mayores.

4.4.1 Guion de entrevista

1. Conocimiento del uso de la computadora en programas de Office
2. Habilidades para realizar búsqueda de información en internet
3. Uso de exploradores en la web

Frente a la computadora se le enseñó al adulto mayor el portal del ISSSTE y se le explicaron los cursos, talleres y conferencias que existen para identificar cuál de ellos era de su interés. Asimismo, se indagó por qué eligió esos cursos y cómo le gustaría que le fueran impartidos.

Con respecto a la observación se llevó a cabo junto con el personal de la institución para analizar el Portal del ISSSTE y evaluar cuál de los cursos y talleres eran viables para los adultos mayores de la Casa de Día considerando la infraestructura y recursos de la institución, el conocimiento y los intereses de los adultos mayores.

4.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el análisis de la información se identificó los temas a desarrollar para posteriormente analizar y sintetizar la información más relevante que se obtuvo durante la entrevista y la observación.

4.6 Aspectos administrativos

4.7 Recursos materiales empleados en la investigación.

| Proporcionado por la Institución | Proporcionados por la alumna |
|---|-------------------------------------|
| Energía eléctrica para equipo de cómputo | Computadora personal |
| Servicio de internet en las instalaciones | Cañón proyector |
| Impresora | Memoria USB |
| Insumos de papelería como papel bond, folders, clips, discos DVD | Vehículo particular para traslado |
| Libros, revistas | Gasolina para transporte |
| Mesas de trabajo | Alimentación |
| Insumos para ambigú | |

4.8 Recursos humanos

Desarrolladora comunitaria

El personal directivo de la Casa de Día

El personal de apoyo de la Casa de Día

Los adultos mayores registrados en la Casa de Día

El jefe del Departamento de Acción Social, Cultural y Deportivo

El Subdelegado de Prestaciones y asesor externo asignado por el ISSSTE

4.9 Recursos financieros

| | |
|--------------------------|-------------|
| Gasolina | \$ 2,100.00 |
| Afinación para vehículo | \$ 600.00 |
| Alimentación para alumna | \$ 2,600.00 |
| Imprevistos | \$ 500.00 |

Durante los 3.5 meses, se invirtieron \$ 2,100.00 (Dos mil cien pesos 00/100 M.N.) en gasolina y alimentos de colación.

CAPÍTULO V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1 Curso: Apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas



Consta de los siguientes apartados:

- Presentación
- Introducción
- El cuidado y el cuidador
- Cuidados físicos
- Cuidados psicológicos y sociales
- Cuidados ambientales
- Cuidados espirituales
- Cuidado del cuidador

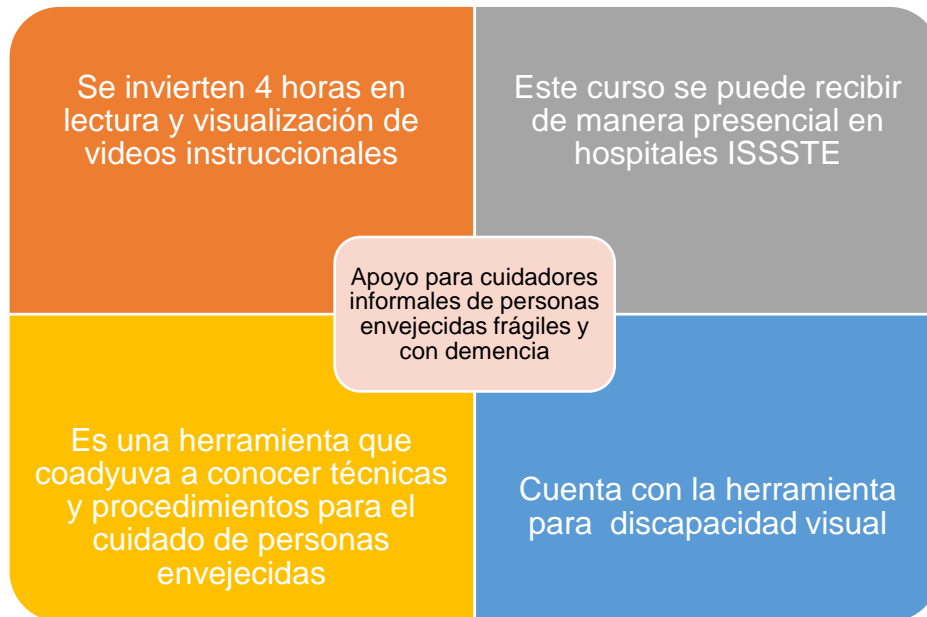
El curso está diseñado para ser consultado por cualquier individuo interesado en el tema de los cuidados y debe estudiarse en orden, pues la secuencia lógica permite conseguir un aprendizaje significativo.

El curso es en sí una herramienta que coadyuva a conocer técnicas, procedimientos e información útiles para la mejor realización del cuidado de personas envejecidas.

Asimismo, el portal recuerda que este curso, el de Cuidado de las Personas con Demencia, el Cuidado de las Personas Frágiles y el Programa de Cuidadores pueden recibirse de manera presencial en cualquier clínica ISSSTE y anima a la población para inscribirse en ellos.

De lo mencionado en el párrafo anterior, se destaca que la iniciativa de presentar estos cursos de forma presencial a los miembros de la Casa de Día no sólo es inviable, sino que ya se cuenta con programas y recursos enfocados a realizar estos cursos de forma presencial, por tanto, se suple gestionándolo para los miembros y se aprovecha la experiencia que el personal de salud del ISSSTE ya posee en este tema.

5.2 Curso: Apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas frágiles y con demencia.



Su contenido está dividido en: Presentación, introducción, demencia y fragilidad, cuidados físicos, ayudas y técnicas, cuidados del cuidador y recomendaciones y sugerencias.

El curso enseña, que cuidar de una persona envejecida, representa un esfuerzo físico, emocional y económico extraordinario. Por ello, para aquellos que se dedican a cuidar –sea por decisión propia o imposición familiar- al dedicar tiempo al cuidado trae aparejado un cambio tanto en la forma de vivir, distribuir su tiempo y hasta la forma en que se relaciona con los otros y con él mismo.

En este contexto, el curso resalta la importancia que tiene el que el cuidador cuente con información sobre su autocuidado, para evitar alguna enfermedad y para no experimentar la sobrecarga del cuidador.

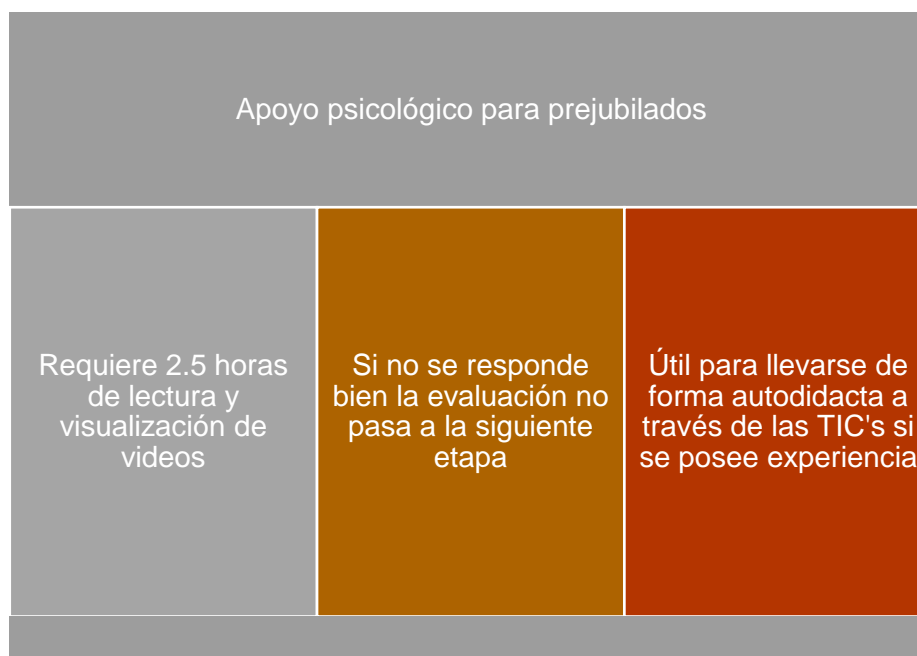
Asimismo, está diseñado en un orden tal que permita comprenderse a través de videos tutoriales que enseñarán procedimientos, lecturas sobre temas específicos, acompañamiento a ligas que amplían información y éste puede ser consultado todas las veces que se requiera.

Todos los apartados cuentan con herramienta para escuchar en lugar de leer, pero requiere que una persona esté acompañando a quien toma el curso y unos audífonos para percibir mejor la grabación.

Los videos instruccionales son prácticos y hasta didácticos, cualquier persona sin preparación académica podría adquirir habilidades para realizarlos en beneficio de personas frágiles y envejecidas.

No obstante, se considera viable que sean los propios adultos mayores quienes tomen esta preparación, pues ellos son quienes podrían hallarse en esta situación y conocer todo lo que un cuidador debe hacer para resguardar la integridad de ellos.

5.3 Curso: Apoyo psicológico para prejubilados.



Consta de 6 etapas. Si no se termina una etapa no permite avanzar a la siguiente. Sus apartados son: Bienvenida, hablemos de jubilación, qué debo saber antes de iniciar el proceso de jubilación, herramientas para afrontar el proceso, aspectos que debo repensar y mi plan de vida.

El curso hace un recorrido entre aquellos que tienen la intención de cerrar su ciclo de vida laboral y las situaciones más comunes a las que se enfrentan. Es un curso introspectivo que permite ubicar cuan comunes son las situaciones que presentan en los individuos que la viven, indistintamente de su grado de preparación académica, plan de vida, estado de salud y/o trabajo que desempeñan.

Presenta de manera amena y reflexiva las distintas etapas y es relativamente fácil para un autodidacta y con dominio general de TIC's llevarlo a cabo. En general es útil para cualquier persona, pero aquellos que se encuentran en esa etapa no tienen la apertura para buscar ayuda en ese tema, pues se encuentran –entre otras cosas– viviendo un duelo.

Con todo de aparentar ser útil, también subjetivo pues no están discernidos los beneficios pensionarios dependiendo del régimen de pensión de cada trabajador, sino que establecen la regla general que por haber laborado por muchos años en

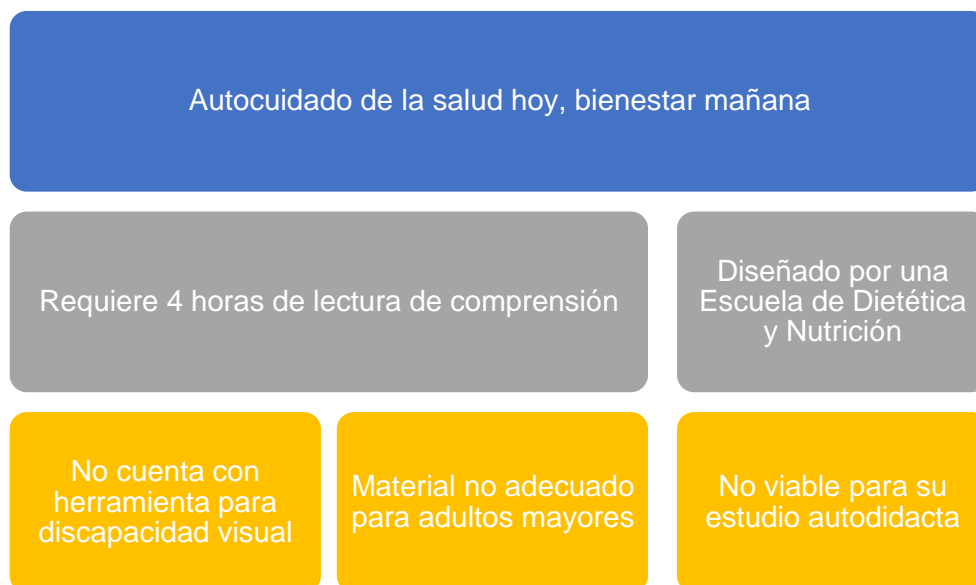
alguna Dependencia o Entidad del gobierno federal pueden obtener una pensión, estabilidad y certidumbre económica, pero la realidad nos evidencia que no es una regla general.

Es así que cuando se interroga al público abierto acerca de qué significa para ellos la jubilación, las respuestas son tan variadas, pero prevalece una: “*disfrutar más de la familia*”. No obstante, este hecho presenta un nuevo reto; en ocasiones esa familia no la conocemos a fondo, ni nos conoce a nosotros pues el tiempo de convivencia ha sido reducido.

Aquella persona próxima a jubilarse se enfrenta al reto de no saber disponer del tiempo, pues mientras laboraba se preparaba para competir, destacar, trabajar; sin embargo, en la etapa de jubilación no sabe hacer un uso adecuado del ocio y del tiempo libre. Es así que la falta de preparación para estos dos últimos conceptos podría desencadenar una sensación de vacío.

Por ello, la jubilación puede ser el camino para disfrutar del tiempo libre, contribuir a la autorrealización personal, favorecer la salud y hasta propiciar la participación social.

5.4 Curso: Autocuidado de la salud hoy, bienestar mañana



Para el estudio autodidacta de este curso, se ocupan de forma continua 4 horas. El mismo fue diseñado por la Escuela de dietética y Nutrición “Dr. José Quintín Olascoaga Moncada”. El abarca: Introducción, ¿qué sabes sobre la obesidad?, ¿Sabes qué es la alimentación saludable?, ¿Sabes medir el tamaño adecuado de los alimentos?, ¿Cómo planificar el menú?, ¿Sabes cómo leer una etiqueta nutrimental? Y ¿Cómo realizar un plan de actividad física?

Este curso enseña que todas las acciones que las personas realizan para establecer y mantener la salud y prevenir la aparición de enfermedades, es autocuidado.

No obstante, éste engloba varios factores como lo son la higiene, alimentación, estilos de vida, factores ambientales y factores socioeconómicos que podrían intervenir en la prevención de enfermedades crónicas degenerativas.

El curso invierte 4 horas de tiempo continuo de lectura de comprensión, revisión de videos y reflexión de imágenes que muestran cómo tomar decisiones en el buen comer o la lectura de etiquetas nutrimentales. No obstante, lo anterior, los miembros de la Casa de Día tienen algunos débiles visuales, otros no cuentan con anteojos adaptados para leer letras de tamaño normal, menos las pequeñísimas que se encuentran en las etiquetas de alimentos.

Particularmente este curso no tiene la herramienta para ser escuchado y sólo puede ser leído el material escrito que presenta. Este es un obstáculo para los miembros de la Casa de Día, pues no todos cuentan con la capacidad para realizarlo. Además de lo anterior, escuchar los videos requiere del uso de audífonos, herramienta inexistente en el centro de cómputo de la Casa de Día.

Por otra parte, el curso incluye material descargable como Guía de Autocuidado en la Etapa Adulta, misma que fue tomada en base a la Guía de Promoción de la Salud del Instituto Mexicano del Seguro Social y hace referencia –entre otros temas- al cuidado dental; sin embargo esta guía no se adecuaba a las condiciones de un adulto mayor, pues éstos sufren de pérdidas dentales en esa edad y la guía de autocuidado no lo incluye:

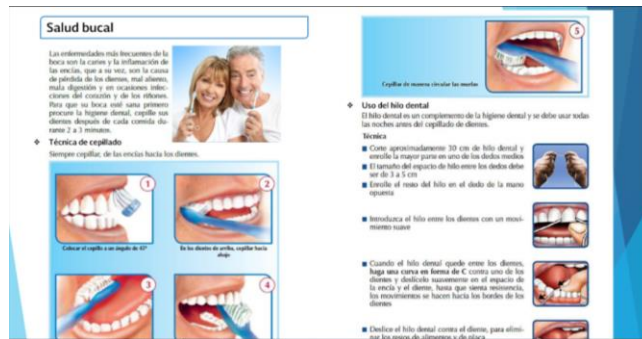


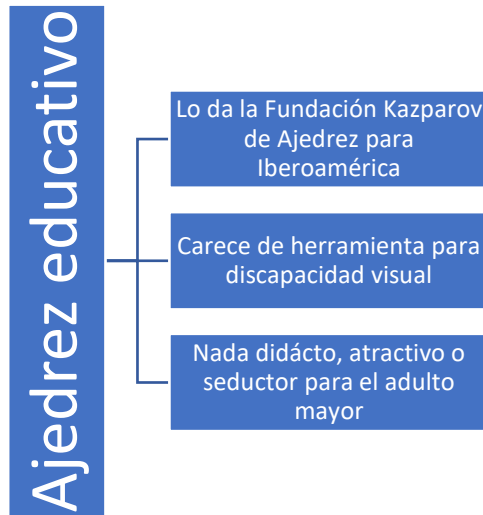
Imagen recuperada de:

http://www.issste.gob.mx/adultosmayores/cursoautocuidado/tema1/guia_autocuidado.pdf

Al explicar este tema a los adultos de la Casa de Día resultó incómodo, pues todos se encontraban en la situación de pérdidas dentarias y la explicación de este apartado mostró apatía por parte de éstos ya que no tiene ninguna relación con su realidad.

Otro aspecto a resaltar es que, en caso de enfermedad, el escenario económico para el trabajador y su familia se vería minado en caso que el trabajador se encuentre en determinado régimen de pensión. Sin duda, aunque el curso lleva una buena intención, presenta una verdad a medias que no siempre puede cristalizarse en recibir lo que el trabajador próximo a concluir su ciclo laboral espera.

5.5 Curso: Ajedrez educativo para adultos mayores, jubilados y pensionados.



Este curso está elaborado en base a un convenio de colaboración realizado entre el ISSSTE y la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica.

El curso carece de herramienta para escuchar y se basa únicamente en lectura poco cautivadora y presentaciones de power point elaboradas con pobre diseño creativo.

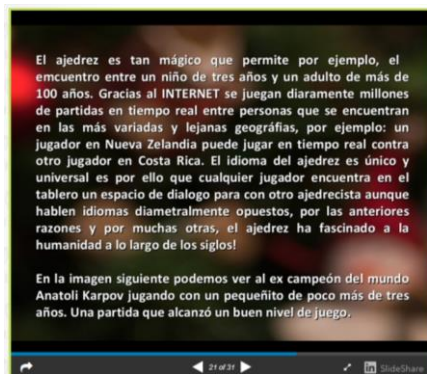


Imagen obtenida de:

<https://www.menteactivakasparovissste.org/>

La iniciativa es extraordinaria y es partiendo del hecho que el ajedrez es una actividad social, es una actividad pedagógica, andragógica y terapéutica que desarrolla el pensamiento crítico y el pensamiento matemático, lógico, estratégico, táctico. Se crearon 1,300 profesores que tomaron un curso para enseñar ajedrez

para tener quién los ayude a promover la enseñanza del ajedrez que no se encuentra en todo el país.

La lectura de comprensión y visualización de videos en lenguaje no ciudadano confunde y podría crear la idea que sólo “los inteligentes” aprenderán el ajedrez y que quien no lo haga “no es capaz de formar parte de un grupo selecto e inteligente”. De alguna forma el curso va diseñado más hacia la niñez que a los adultos mayores y podría crear frustración entre los adultos mayores de la Casa de Día.

Asimismo, el curso consta de ocho apartados que se conforman por:

- Adultos mayores
- Ajedrez y formación del carácter
- Surgimiento y breve historia del ajedrez
- Las piezas del ajedrez
- Captura y valor de las piezas
- El jaque, jaque mate y formas de empatar
- Anotación de las jugadas

Si entendemos el juego como una herramienta que nos ha acompañado de la mano, es una herramienta educativa y divertido pues el ajedrez tiene aristas deportivas, científicas, artísticas. Es así que el ajedrez con la vida tienen intrínscica relación, porque enseña al niño, al joven y al adulto a tomar decisiones.

El ajedrez enseña a resolver problema y a enfrentar el problema de un modo distinto.

5.6 Conferencia: La ciencia de la felicidad



Esta conferencia no cuenta con absolutamente ningún video instruccional ni literatura, sino frases cortas y un registro fotográfica de dónde se han realizado esas conferencias. Entre ellas está Chihuahua, pero no detalla ni el material que se brindó, ni el ponente ni los resultados de ella.



Imagen obtenida de:

<http://www.issste.gob.mx/adultosmayores/lacienciadelafelicidad/>



CDMX
EDO. DE MEX.
MORELOS
HIDALGO
CHIHUAHUA
QUERÉTARO
GUANAJUATO
SINALOA
OAXACA
MICHOCÁN
NUEVO LEÓN

Imagen obtenida de:

<http://www.issste.gob.mx/adultosmayores/lacienciadelafelicidad/>

5.7 Curso: Empodérate una nueva etapa



Trata de un curso multimedia que requiere la intervención de 3.5 horas continuas de lectura de comprensión y visualización de videos. Está conformado por:

- Video de bienvenida
- ¿A qué llamamos viejismo?
 - Y tú ¿qué tan viejista eres?
 - Imágenes de la vejez
 - Prejuicios y estereotipos
 - Mitos sobre la vejez

- Empoderamiento y vejez
- Poder para estar y sentirme bien
- Prever y asegurar el futuro
- Tomar mi vida en mis manos.

El curso crea una profunda reflexión acerca de cómo la sociedad fomenta el “viejismo” que refiere a dar un trato inferior a alguna persona por sus características, rasgos o condición.

Es así, que los adultos de la tercera edad, tienden a vivir una discriminación por el solo hecho de haber envejecido. Puede ser cualquier actitud, acción o estructura institucional que subordina a cualquier individuo o grupo de ellos por el solo hecho de envejecer. Se trata de cualquier acto de rechazo, negación, tendencia a marginar, maltrato o agresión hacia los individuos envejecidos o hacia la vejez en general.

Viejismo es una práctica tan cotidiana que sin percibirlo todos la llevamos a cabo incluso sin darnos cuenta, pero resulta en un daño hacia aquellos que envejecen pues les afecta en forma directa tanto en su autoestima como en el concepto que de sí mismo tiene. El viejismo debería combatirse socialmente pues provoca que las generaciones más jóvenes vean a los viejos como seres distintos a ellos.

Este curso carece de herramienta audible y sólo puede realizarse a través de lectura, por lo que los adultos mayores de la Casa de Día no mostraron interés en explorarlo, sin embargo es uno de los cursos más interesantes que he explorado en este proyecto. Este curso concientiza acerca de la importancia de la salud social entre los adultos mayores indistintamente si se encuentran en una Casa de Día u otro sitio de la comunidad.

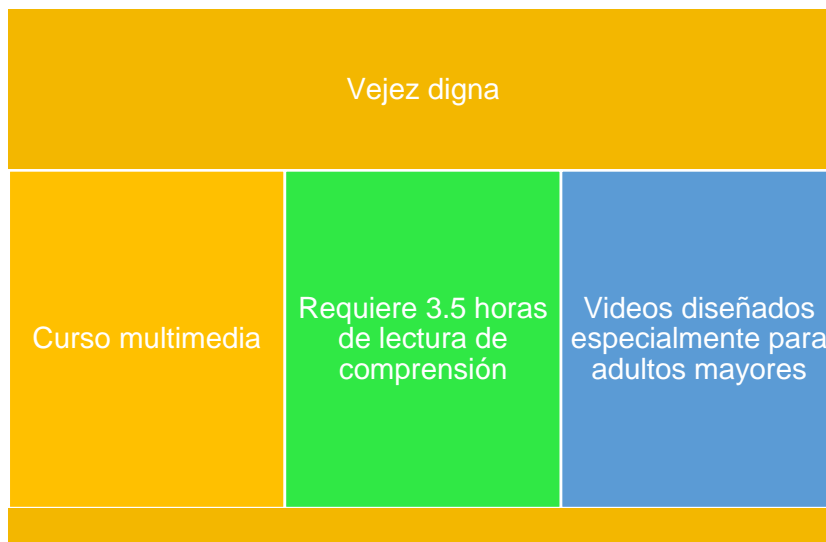
Por ello, el envejecimiento activo considera aspectos que van involucrados con la salud y en la que influyen factores como sociales, laborales, educativos y busca promover la participación de éstos tomando en cuenta el capital social que poseen explotándolo al máximo para que sean lo suficientemente capaces de participar en

cualquier ámbito de la vida social e identificarse como ciudadanos activos con derechos plenos y reconocidos por la sociedad.

El término “poder” al que se aborda en este curso refiere a la búsqueda del incremento de la autonomía y del auto concepto coadyuvando así al ejercicio de roles, funciones y derechos que pudieron haberse difuminado o que antes no fueron posibles.

Y es que la falta de recursos económicos legendariamente ha impedido que hombres y mujeres envejecidos tengan la posibilidad de decidir con libertad qué quieren hacer, a dónde quieren ir, dónde quieren vivir o qué nuevo proyecto desean emprender.

5.8 Curso: Vejez digna



Está conformado por:

- Bienvenida
- ¿Qué es una vejez digna y con autonomía?
- Género, envejecimiento y dignidad
- Derechos humanos de las personas mayores
- Identidad
- Familia ISSSTE

Es uno de los cursos más cuidados que el ISSSTE presenta en su portal del Adulto Mayor, pero su comprensión está sujeta a una mente abierta, receptiva, heterónoma y dispuesta a asumir lo que corresponde.

El mismo carece de herramienta para ser totalmente auditivo y se requiere de una visión cabal, pues es una generosa lectura la exposición de los temas.

Ahora bien, ¿a qué edad envejecemos? De acuerdo a la postura médica envejecemos desde el instante mismo de la fecundación, es decir, desde que sólo somos células. No obstante, desde el Desarrollo Comunitario para el envejecimiento y la gerontología la idea es un tanto opuesta, pues se considera que el envejecimiento comienza alrededor de la quinta década de vida del individuo (alrededor de los 45 años)

Envejecer y llegar a la vejez son aspectos estereotipados y que ha llevado siglos comenzar a derrumbarlos; sin embargo, a través de la difusión, reflexión y puesta en marcha de cursos de esta índole se colabora al bienestar común y al rompimiento de paradigmas de lo que comúnmente se considera vejez.

5.9 Miembros de la Casa de Día

A continuación se presenta la relación de los miembros de la Casa de Día

| NO. | NOMBRE | EDAD |
|------------|---------------------------------|-------------|
| 1 | Alcaraz Bustillos María Dolores | 61 |
| 2 | Alvarado López Rosa Manuela | 75 |
| 3 | Chávez Domínguez María Elena | 72 |
| 4 | Domínguez Lira Leticia | 66 |
| 5 | Escalante Caamal José Alberto | 68 |
| 6 | González Robles Martín | 65 |
| 7 | Hernández Rodríguez Antonio | 63 |
| 8 | Lozano E. José | 60 |
| 9 | Medina Fernández Carmen Leticia | 67 |
| 10 | Vázquez Robles Rodrigo | 73 |
| 11 | Aguirre Martínez Thelma Isela | 59 |

| | | |
|----|---|----|
| 12 | Arenivar Zamarrón Elena | 60 |
| 13 | Batista Cadena María De Lourdes | 61 |
| 14 | Batista Cadena Miguel | 63 |
| 15 | Beltrán Gómez Ofelia | 71 |
| 16 | Cadena González Cecilia | 91 |
| 17 | Carrasco Rocha Lucina | 58 |
| 18 | Carrillo Hernández Martha Elena | 59 |
| 19 | Espinoza Borunda Elva Elena | 63 |
| 20 | García Barraza María Eusebia | 70 |
| 21 | González Espino Alejandrina | 73 |
| 22 | Luna Landeros Lorenzo | 64 |
| 23 | Evangelina Martínez Quezada | 81 |
| 24 | Montes Casas María Del Carmen Monserrat | 64 |
| 25 | Modesto Luján Rosa María | 59 |
| 26 | Pérez López Ma. De Los Ángeles | 73 |
| 27 | Prieto Sosa Ana María | 61 |
| 28 | Simental Cabrera Leticia Armida | 58 |
| 29 | Valdez García Socorro | 90 |
| 30 | Chávez Reyes Pablo | 89 |
| 31 | Díaz Rodríguez Jaime | 68 |

Fuente: Dirección de la Casa de día, 2019

5.10 Entrevistas

Al realizar las entrevistas se destacó que estos no están en la lista de los miembros que se obtuvo en dirección; sin embargo, estos acuden activamente a las actividades que se encuentran en la casa de día.

5.11 Habilidades de Cómputo

La mayor parte de los entrevistados no utiliza la computadora a pesar de que tienen en casa. Esta situación se debe a que algunos de ellos son débiles visuales lo que dificulta el uso de esta herramienta.

Tal es el caso de Cristina de 71 años quien comenta: *“tengo años batallando con mi vista y tengo descompuesto mi vehículo porque no lo uso, no he encontrado ningún mecánico que me lo eche a volar por la falta de uso. Yo estoy aquí en el deportivo desde 1994 participé en aerobics, baile latino y música pero el problema visual me ha aislado porque antes de ese problema fui instructora de trenzado para el cabello pero ahora sólo estoy en espera de unas cirugías para las cataratas de mis ojos”*

Por otra parte, la mayor parte de los entrevistados no sabe utilizar los programas de Office, buscadores y no tiene habilidades en cómputo.

5.12 Curso en línea que prefieren los entrevistados

La mayor parte de los entrevistados prefirió el curso de Ajedrez educativo para adultos mayores, jubilados y pensionados, como bien expresa Candelario de 52 años *“Mi predilección por los cursos es porque soy aficionado al ajedrez, además que todos vamos a ser viejos y el autocuidado es importante para mí porque recientemente tuve un derrame cerebral, del cual –aunque la libré- hizo una pausa en mi vida y el ajedrez sería una forma útil para mantenerme ocupado en algo que me divierta e interese”*.

Al igual que Casilda de 75 años *“Recientemente estuve en la CdMx donde radica mi único hijo y éste quiso enseñarle ajedrez a mi nieta y me pareció tan interesante que pensé ¿podré aprender a esta edad ajedrez? Yo creo que sería un reto para mí, además el curso que dijo llamado “empodérate” me pareció muy interesante pero no sé usar computadora, no me interesa aprender y me gustaría que fuera presentado de otra manera que lo comprendiera mejor”*.

Asimismo, hubo opiniones sobre los cursos acerca de autocuidados de la salud y alimentación donde María de 65 años comentó *“Pues sí es interesante saber más de la alimentación pues de allí se derivan problemas como la obesidad u otras*

enfermedades, pero eso ya nos lo enseñan en el hospital del ISSSTE cada vez que vamos a revisión”

Por su parte Trini de 52 años consideró que los cursos de autocuidados de la salud son importantes debido a una situación personal que paso con su esposo *“de julio de 2018 a febrero de 2019 fue cuidadora informal de mi esposo que es 15 años mayor que yo por un derrame cerebral. Él también es miembro de la casa de día dando clases de música. Cuando me enseñó usted el curso que habla de “el cuidado de los cuidadores” lo considero indispensable para sobrellevar esa difícil etapa, porque empíricamente saqué adelante a mi esposo y estoy aquí porque casi estallo de tanto estrés de estar encerrada cuidándolo, pero aquí andamos, pues también estoy inscrita en natación para liberarme un poco de tanto enclaustramiento”*

Por otra parte, la mayoría de los entrevistados prefirió que los cursos se den de manera presencial a pesar de que algunos de ellos han tomado cursos en línea; Tal es el caso de Fabiola maestra de 52 años de educación secundaria que aún labora en la federación aunque hace cuatro años se jubiló como maestra estatal.

“Llevo un 80% de un curso de computación que por obligación tuve que tomar para realizar mi trabajo como docente en la secundaria, sin embargo para aprender prefiero mil veces que sea de manera presencial porque así es mi personalidad porque tengo un niño de 12 años y debo estar siempre encima de él. Es más –dices tan importante la convivencia que en las pasadas vacaciones de semana santa no pagué el internet para que mi hijo conviviera con nosotros porque se la pasa en la tablet o el celular y pues ¡no se vale! Yo creo que es vital la convivencia porque debemos unirnos. Fíjese mi abuelo es de Zacatecas y cuando él era niño no había ni luz donde vivía y él platica que duraban tanto tiempo observando las estrellas, jugando en el río, platicando con sus hermanos, trabajando con sus papás, pero siempre muy felices y eso que no había ni luz, menos internet”.

5.13 Observaciones de la Casa de Día

1. La Casa de Día aún no tiene oficializadas sus normas, procedimientos y procesos y ello dificulta la realización de este proyecto.
2. El ambiente relajado por un lado generó un ambiente de confianza, pero por otro no consiguió capturar la debida atención de los adultos mayores.
3. La Casa de Día es utilizada más como centro comunitario y la rotación de los miembros es constante.
4. La falta gestoría por parte de mi asesor externo, directivos y funcionarios del ISSSTE para que la Casa de Día sea realmente la plataforma para brindar apoyo y protección a adultos mayores de la comunidad fue notable.
5. Existe duplicidad de funciones en distintos centros de trabajo del ISSSTE pues las clínicas brindan de manera presencial los cursos de apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas y el de apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas, frágiles y con demencia y el portal oficial del adulto mayor lo señala con toda claridad.
6. Expectación en lo que presentado en el portal electrónico del adulto mayor y lo que existe físicamente pues aunque posee un edificio propio con infraestructura suficiente para su operación, es frágil ante precipitaciones pluviales llegando a presentar daños materiales y estructurales en detrimento del servicio, los empleados y sus usuarios.

5.14 Curso en línea preferido por los entrevistados:

Conocimiento del uso de la computadora en programas de Office. De las personas claves entrevistadas, que representan el 2.5% del total de los miembros inscritos sólo uno de ellos poseía las capacidades, habilidades y gusto por recibir cursos en línea. Sin embargo, un gran número de ellos poseía discapacidades visuales, intelectuales, así como paciencia.

Habilidades para realizar búsqueda de información en internet. Ninguno de las personas claves entrevistadas poseía habilidades suficientes para búsqueda de

información en internet. Además, la constancia, paciencia y disposición a adquirir conocimientos para realizar búsquedas de información en internet era nula.

Uso de exploradores en la web. El uso de exploradores en la web no fue dominado por ninguno de los miembros y no se captó la atención de éstos con la exhibición de los cursos, talleres y conferencias en el portal del adulto mayor del ISSSTE.

Para ello, frente a la computadora se enseñó a cada uno de los entrevistados claves los cursos, talleres y conferencias disponibles en el portal electrónico del ISSSTE guiándolos a identificar cuál de ellos era de su agrado e interés.

Al expresarles que los cursos, talleres y conferencias estaban disponibles en línea fue unánime el rechazo, pues la presencia de distintas discapacidades propias de la edad como la osteoartrosis articular que impide que éstos permanezcan por mucho tiempo en una sola posición, la artritis reumatoide que atrofia la fisonomía y movilidad de las manos o la debilidad visual que les impedía estar frente a la computadora aunque aducían conocer el uso de ésta hizo inviable tomar los cursos talleres o conferencias en línea, pero también que la autora de este proyecto los implementara para llevarse a cabo de manera presencial. No obstante, lo anterior, al mostrarles el video de un juego de ajedrez vivencial en una Casa de Día de otra entidad mostraron su interés que ése existiera en esta Casa de Día que les permitiera: desarrollar estrategias, jugar en grupo y divertirse pues podrían moverse en un ambiente seguro y vigilado tanto por empleados como miembros de la Casa de Día.

A continuación presento imágenes propias obtenidas en las entrevistas guiadas a personas claves de la Casa de Día en Chihuahua:



5.15 Conclusiones de capítulo

Los cursos talleres y conferencias disponibles en el portal del ISSSTE no fueron viables para llevarse a cabo en la Casa de Día debido a:

1. El curso de apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas se proporciona idóneamente en clínicas ISSSTE dispersas en toda la Entidad por profesionales de la salud; por tanto su presentación para ser tomado de manera virtual no sólo es inviable sino que representa un aprendizaje menos significativo pues no se pueden realizar las prácticas

de cuidado y en las clínicas ISSSTE sí se cuenta con maniqués de tamaño real para practicar los cuidados de personas envejecidas.

2. El curso de apoyo para cuidadores informales de personas envejecidas frágiles y con demencia de la misma manera se proporciona idóneamente en clínicas ISSSTE dispersas en la Entidad por profesionales de la salud. Por ello, este curso en línea evita que el alumno realice las prácticas por la falta de materiales y/o herramientas para el cuidado de las personas frágiles y con demencia.
3. Ninguno de los miembros de la Casa de Día contaba con conocimientos suficientes de navegación de internet, buscadores, explorador de Windows.
4. Resultó poco atractivo acudir a un recinto para encerrarse por 3 o 4 horas a leer sin interactuar con sus miembros.
5. Dado que la Casa de Día se encuentra en el interior de un Centro Cultural y Deportivo se ha vinculado el servicio que brinda con esos temas (culturales y deportivos) pero hacia adultos mayores, por tanto servicios de otra índole no eran recibidos en forma amigable, pues es como colocar un estudio en el interior de un parque de diversiones lleno de personas jugando, divirtiéndose y disfrutando.
6. Los temas educativos para adultos mayores no son adecuados al contexto en el que está diseñada la Casa de Día.
7. Prevalecen actividades de compañerismo, festejo, ejercicios para adultos mayores, culturales y no así a lo educativo.
8. Incluso la biblioteca que se encuentra en el interior no era muy visitada por la discapacidad visual que prevalece entre sus miembros; por tanto leer en una computadora es aún más complicado para ellos.
9. Es más sencillo abordar estos temas desde una clínica por profesionales de la salud, pues en general el adulto mayor –principalmente los varones– niegan hallarse en una condición de vulnerabilidad y acudir a la Casa de Día lleva principalmente la intención de dispersarse, no de lidiar con los problemas que acompaña la edad.

Por ello, el análisis tanto de los cursos, como las entrevistas realizadas arrojaron los siguientes resultados:

1. No obstante que la Casa de Día opera desde julio de 2018, empleados, directivos y miembros de ésta desconocían la existencia de los cursos, talleres y conferencias en el portal oficial del ISSSTE. Desconocían además la existencia de un portal del adulto mayor que brinda información útil no sólo a adultos mayores derechohabientes del ISSSTE, sino al público en general.
2. Tanto la persona que fungía como directora, así como la responsable de psicología avanzaban en el servicio diario a través de planeaciones semanales susceptibles de moverse y/o como complemento de las actividades culturales y deportivas programadas en el Centro Cultural y Deportivo dentro del cual se encuentra la Casa de Día.
3. Ninguno de los empleados y directivos conocía el portal del adulto mayor y se mostraban asombrados de su existencia pues -reconocían- sería muy útil para la operación diaria de la Casa de Día.
4. Prevalció la expectación en lo que existe actualmente en la Casa de Día y lo que presenta el portal, pues en general se posee un edificio propio con infraestructura aparentemente suficiente para su operación, pero cada vez que hay precipitaciones pluviales sufrieron el deterioro mayúsculo de muebles, paredes e instalaciones sanitarias, hecho que sólo aumentó la ansiedad y angustia pues no había protección del Estado ya que ha ocurrido en 5 ocasiones que llovía y se derrumbaban los preparativos de eventos programados con antelación.
5. No se identificó claramente el objetivo de la Casa de Día pues se desconocían la misión y visión de ésta, por tanto cada uno le da una interpretación subjetiva de su permanencia.
6. Para la aplicación del guión de entrevistas se realizó un llamado a los 31 miembros pero la expectación propició tiempos muertos; no obstante prevaleció el interés por el ajedrez educativo y más aún cuando éstos observaron la manera que se juega en otras casas de día dispersas en

otras entidades y se convirtió en tema para compartir en la clase de manualidades de los miércoles a las 18:00 horas.

7. La generalidad expresó desconocer cómo se juega el ajedrez y solamente uno de sus miembros dominaba las reglas, hecho que propició acaparar el único ajedrez físico que existe en la Casa de Día y lo usó para sobresalir de sus compañeros, pues lejos de compartir sobre él, se ostenta superior *“por dominar el arte de la estrategia de guerra que expresa el ajedrez”* – expresó-.
8. El objetivo de la Casa de Día se prestaba parcialmente y el análisis de los cursos, talleres y conferencias contra las entrevistas confirmó que el rediseño de éstos por parte de esta alumna no tenía objeto y representaba un derroche de recursos.

Rediseñar los cursos para brindarlos de manera presencial por parte de esta alumna no resolvía la problemática general de la Casa de Día; por lo que era más viable gestionar a través de la Fundación Kazparov la capacitación presencial, formación de especialistas y conseguir la dotación de un tablero gigante con piezas tamaño humano (1.5 metros) para la Casa de Día y con ello fomentar la salud social.

CAPÍTULO VI. INTERVENCIÓN COMUNITARIA

6.1 Introducción

De acuerdo a las conclusiones del proyecto de investigación se identificó que un elevado número de miembros de la Casa de Día tuvo el genuino interés de aprender a jugar ajedrez, pero no a través del medio habitual. Bajo ese contexto encontré la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica que presenta el curso “Ajedrez educativo para adultos mayores, jubilados y pensionados” en el portal oficial del ISSSTE y representa una opción para instalar un monitor del programa de ajedrez, que éste fuera capacitado por la Fundación y dotado de un tablero gigante de ajedrez para la Casa de Día del ISSSTE que en conjunto coadyuven a fomentar la salud social.

6.2 Justificación

El ajedrez es una actividad social y su incorporación lúdica a través del programa que brinda la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica fomentaría la salud social entre los adultos mayores de la Casa de Día pues es una actividad terapéutica, desarrolla el pensamiento crítico, desarrolla el pensamiento matemático, lógico, estratégico y táctico.

Existen indicios científicos sólidos que afirman que la práctica del ajedrez retrasa el envejecimiento cerebral y consecuentemente retrasa la aparición de patologías como el Alzheimer.

En palabras de Leontzo García, periodista y experto en ajedrez *“Ya sabíamos que el ajedrez es fantástico para los niños como herramienta pedagógica, pero ahora sabemos también que es un magnífico gimnasio mental para los adultos de cualquier edad”*.

6.3 Marco institucional

El Instituto de Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, Entidad creado en 1959 y puesto en marcha en enero de 1960 fue la institución que comenzó sus actividades como un organismo público descentralizado, con personalidad jurídica

y patrimonio propio, para administrar los seguros, prestaciones y servicios de los empleados públicos.

La sociedad creció y con ella sus demandas, por ello el 31 de marzo de 2007 la Ley del ISSSTE fue reformada ampliando la prestación de las prestaciones a trabajadores, pensionados y sus familiares derechohabientes.

Así, como parte de la Política Integral de Atención al Adulto Mayor, la Dirección de Prestaciones Económicas, Sociales y Culturales del ISSSTE creó las Casas de Día utilizándose como espacios de convivencia, en que las personas de la tercera edad cuentan con actividades físicas, diversas expresiones artísticas, áreas para comer y compartir; registro médico, apoyo psicológico y nutrimental, así como de la elaboración de productos que apoyen su economía. Todo ello se otorga en ambientes seguros y amables que operan durante el tiempo de una jornada normal de trabajo. De esta manera el ISSSTE empodera a sus derechohabientes en la vejez tendientes a conservar su autonomía y funcionalidad, además que coadyuva en garantizar la plena integración de los adultos mayores en la sociedad moderna, fomenta la salud social, la cultura de respeto, así como del trato digno a esta población vulnerable.

6.4 Objetivos de la intervención

6.4.1 Objetivo general de la intervención

Fomentar la salud social en la Casa de Día de adultos mayores a través de la incorporación al programa “Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores” que brinda la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica.

6.4.2 Objetivos específicos

1. Gestionar la designación de un monitor responsable del programa en la Casa de Día.
2. Coadyuvar en la capacitación, incorporación e instalación del programa a través de la dotación de un tablero gigante.

6.5 Metas

1. Conseguir en la Casa de Día un monitor-responsable del programa de ajedrez.
2. Concluir la capacitación del monitor responsable que permita la incorporación e instalación definitiva del programa de ajedrez en la Casa de Día de adultos mayores.

6.6 Beneficiarios directos

Adultos mayores inscritos en la Casa de Día.

6.7 Beneficiarios indirectos

Directivos, personal médico, administrativo y de servicios, así como población de la comunidad que atraídos por la actividad lúdica novedosa se incorpore a la Casa de día fomentando así su salud social.

6.8 Localización física y cobertura espacial

La intervención se realizó en la Casa de Día para adultos mayores, ubicada en el interior del Centro Cultural y Deportivo del ISSSTE, en la ciudad capital de Chihuahua, Chih. Se trata de una construcción de tipo permanente con pisos y paredes de materiales aparentemente durables, techo de plafón, amplias ventanas y puertas de aluminio anodizado, con todos los servicios públicos como son agua, drenaje y luz, telefonía y en algunas áreas internet inalámbrico.

La cobertura espacial es sólo para los individuos que participaron como usuarios, personal administrativo, de servicios, médico o directivo de la Casa de Día para adultos mayores descrita anteriormente.

6.9 Método y acciones

A fin de ver cristalizado el objetivo de este proyecto de intervención, fue utilizado el método ABC pues éste permite asegurar que el trabajo se realice lo más congruente posible en tiempo, previendo en todo tiempo complicaciones previsibles.

Este diseño fue oportuno porque se utiliza en oficinas, proyectos o departamentos. Para conseguirlo fue necesaria la elaboración de un calendario de actividades y tareas que señalan fechas de inicio y término incluyendo en éstas los medios suficientes para que la realización de cada actividad se realice en el tiempo previsto. (ver tabla 3)

Tabla 2. Sesión aplicativa

| OBJETIVO GENERAL DE LA INTERVENCIÓN | OBJETIVOS ESPECÍFICOS | METAS | ACCIONES | MÉTODO | TÉCNICA | MATERIALES | RECURSOS | TIEMPO | OBSERVACIONES |
|---|---|--|---|--|--|--|--|---|--|
| Gestionar la incorporación al programa "Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores" brindado por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica a la Casa de Día de adultos mayores en Chihuahua, Chihuahua para fomentar la salud social. | Gestionar la designación de un monitor responsable del programa en la Casa de Día. | Conseguir en la Casa de Día un monitor-responsable del programa de ajedrez. | En coordinación con los directivos de la Casa de Día, designar un monitor que brinde seguimiento al programa. | Programación ABC (Ander-Egg, 2000, págs. 81) | Se considerará la lógica de secuencias, duración de las actividades, ruta crítica de holguras y programación. (Ander-Egg, 2000, págs. 81 y 82) | Laptop, mesa de trabajo y sala de cómputo de la Casa de Día para adultos mayores | Humano: Directivos, personal administrativo y de servicios de la Casa de Día Material: Instalaciones de la Casa de día, insumos de papelería e impresión | El programado semanalmente en la duración del PT2 | Existirán tiempos optimistas y pesimistas para los objetivos planteados. |
| | Coadyuvar en la capacitación, incorporación e instalación del programa a través de la dotación de un tablero gigante. | Concluir la capacitación del monitor responsable que permita la incorporación e instalación definitiva del programa de ajedrez en la Casa de Día de adultos mayores. | Transigir asertivamente en la obtención del monitor capacitado que devenga en la incorporación e instalación del programa de ajedrez. | Programación ABC (Ander-Egg, 2000, págs. 81) | Se considerará la lógica de secuencias, duración de las actividades, ruta crítica de holguras y programación. (Ander-Egg, 2000, págs. 81 y 82) | Laptop, mesa de trabajo y sala de cómputo de la Casa de Día para adultos mayores | Humano: Directivos, personal administrativo y de servicios de la Casa de Día, así como la estudiante de PT2 Material: Instalaciones de la Casa de día, insumos de papelería e impresión | El programado semanalmente en la duración del PT2 | Existirán tiempos optimistas y pesimistas para los objetivos planteados. |

6.10 Indicadores de evaluación

Tratándose de un proyecto que involucró gestión de una Institución a través de una estudiante que realizó un proyecto de intervención, hacia una Fundación, los indicadores son los siguientes:

- Nombramiento de un monitor.
- Conclusión del curso.

6.11 Factores externos condicionantes

Atención, supervisión y seguimiento por parte de directivos de la Casa de Día.

Vigilancia y gestión por parte del supervisor externo.

Diligente acceso por parte de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica.

6.12 Monitoreo

El monitoreo fue en este proyecto de intervención el indicativo del ejercicio entre la gestión, la retroalimentación y la comprobación del desarrollo y avance en los objetivos. Su principal función fue brindar una administración interna del proyecto mientras que la evaluación representó todas aquellas agencias externas que se realizan en torno al proyecto.

Monitoreo representó el seguimiento y refirió a una posición estática, pero implicó al mismo tiempo involucrarse en el proceso. Éste dio constancia de si fue aprovechado el tiempo invertido en nuestro proyecto.

Las acciones, indicadores y medios de verificación planteados en la tabla No. 4 estuvieron sujetos a la realización del paso previo en cada acción.

Tabla 3. Monitoreo

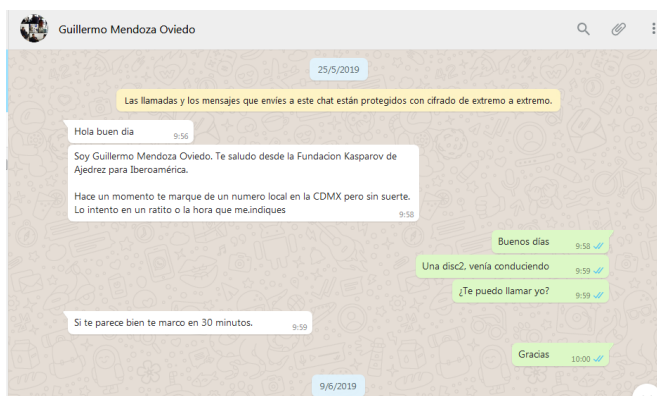
| META | ACCIÓN | INDICADOR | MEDIO DE VERIFICACIÓN | | JULIO | | | | | AGOSTO | | | | | |
|--|---|--------------------------|---|------|--------|----|----|----|----|------------|---|---|----|----|--|
| | | | | | 15 | 17 | 22 | 24 | 31 | 5 | 7 | 9 | 12 | 14 | |
| Conseguir en la Casa de Día un monitor-responsable del programa de ajedrez. | Gestionar con directivos la designación del (los) monitor (es) | Nombramiento del monitor | Comunicados escritos | PLAN | | | | | | | | | | | |
| | | | | REAL | | | | | | | | | | | |
| | Designar un monitor que brinde seguimiento al programa. | | Oficio-comisión | PLAN | | | | | | | | | | | |
| | | | | REAL | | | | | | | | | | | |
| META | ACCIÓN | INDICADOR | MEDIO DE VERIFICACIÓN | | AGOSTO | | | | | SEPTIEMBRE | | | | | |
| | | | | | 15 | 17 | 22 | 24 | 31 | 5 | 7 | 9 | 12 | 14 | |
| Concluir la capacitación del monitor responsable que permita la incorporación e instalación definitiva del programa de ajedrez en la Casa de Día de adultos mayores. | Recibir capacitación por parte de la Fundación Kasparov de Ajedrez para Iberoamérica. | Conclusión del curso | Constancia de conclusión emitida por la Fundación Kasparov. | PLAN | | | | | | | | | | | |
| | | | | REAL | | | | | | | | | | | |
| | Supervisión del programa. | | Evidencia periodística, fotográfica y video | PLAN | | | | | | | | | | | |
| | | | | REAL | | | | | | | | | | | |
| | Seguimiento del programa por parte del monitor elegido. | | Rol de inscripción de participantes. | PLAN | | | | | | | | | | | |
| | | | | REAL | | | | | | | | | | | |

La meta 2 no fue realizada, por tanto, queda únicamente en el plan, porque la realidad de no haber conseguido el contacto con los directivos de la Fundación Kasparov deja en blanco el cumplimiento de la meta.

6.13 Ejecución del proyecto

Desde el inicio del proyecto de investigación existió un acercamiento con la Fundación Kasparov de Ajedrez para Iberoamérica; a ésta le siguió una invitación a tomar un curso en línea el 09 de junio de 2019, por lo tanto presento evidencia del curso tomado y pantallas de los mensajes escritos a través de la red social WhatsApp

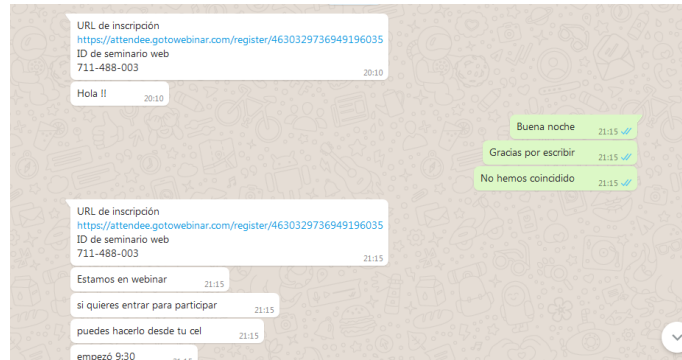
Imagen 1



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla de conversación. Recuperado el 20 de agosto de 2019 de: <https://web.whatsapp.com/>

En esta impresión de pantalla se comprobó que desde el 25 de mayo de 2019 Guillermo Mendoza Oviedo de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica tuvo un contacto con esta estudiante desde un número local de CdMx.

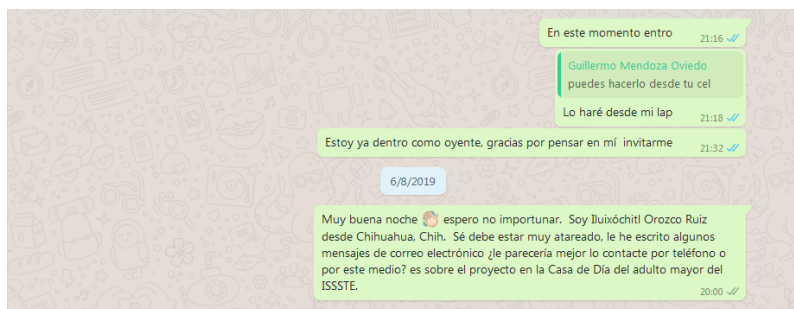
Imagen 2



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla de conversación. Recuperado el 20 de agosto de 2019 de: <https://web.whatsapp.com/>

En esta imagen se confirmó que el 09 de junio de 2019, la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica invitó de cortesía a esta estudiante para participar en el curso en línea que brinda la fundación a efecto de participar. Este acercamiento fue evidencia del interés que la Fundación Kazparov imprimió en el proyecto de investigación y posteriormente en el de intervención.

Imagen 3



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla de conversación. Recuperado el 20 de agosto de 2019 de: <https://web.whatsapp.com/>

Imagen 4



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla curso Fundación Kazparov. Recuperado el 09 de junio de 2019 de: <https://attendee.gotowebinar.com/register/4630329736949196035>

La imagen representó el inicio del curso brindado por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica que incluyó varios módulos y fueron: Ajedrez e inteligencia emocional, ajedrez terapéutico y social, transferencia del ajedrez educativo, cultura y ajedrez, así como scrabbledrez. Aquí el periodista Leontxo García Olasagasti expresó *“sobran las ventajas que para nuestro cerebro tiene el ajedrez. Un juego que estimula la actividad cerebral de los niños y ayuda a prevenir el envejecimiento en los ancianos. El ajedrez y la neurociencia me han permitido durante estos últimos 40 años jugar, ejercer el periodismo y ser conferenciante”*

Imagen 5



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla curso Fundación Kazparov. Recuperado el 09 de junio de 2019 de: <https://attendee.gotowebinar.com/register/4630329736949196035>

En esta imagen el Alejandro Olivas explica al auditorio como jugar al scrabbledrez, juego interesante y que pone a prueba a creatividad de participantes.

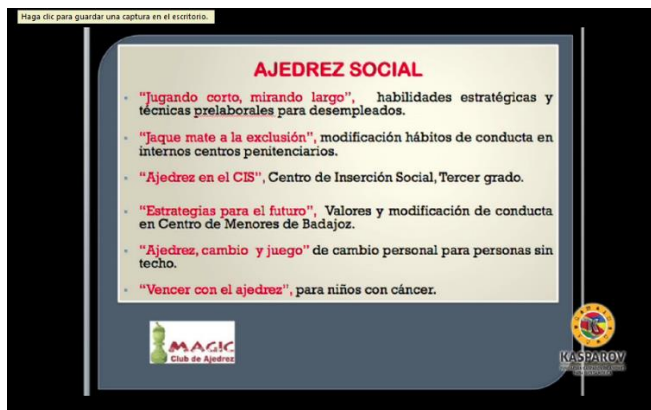
Imagen 6



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla curso Fundación Kazparov. Recuperado el 09 de junio de 2019 de: <https://attendee.gotowebinar.com/register/4630329736949196035>

En esta imagen Lorena García nos comparte las ventajas del ajedrez y la inteligencia emocional a través de una charla amena y participativa con el auditorio.

Imagen 7

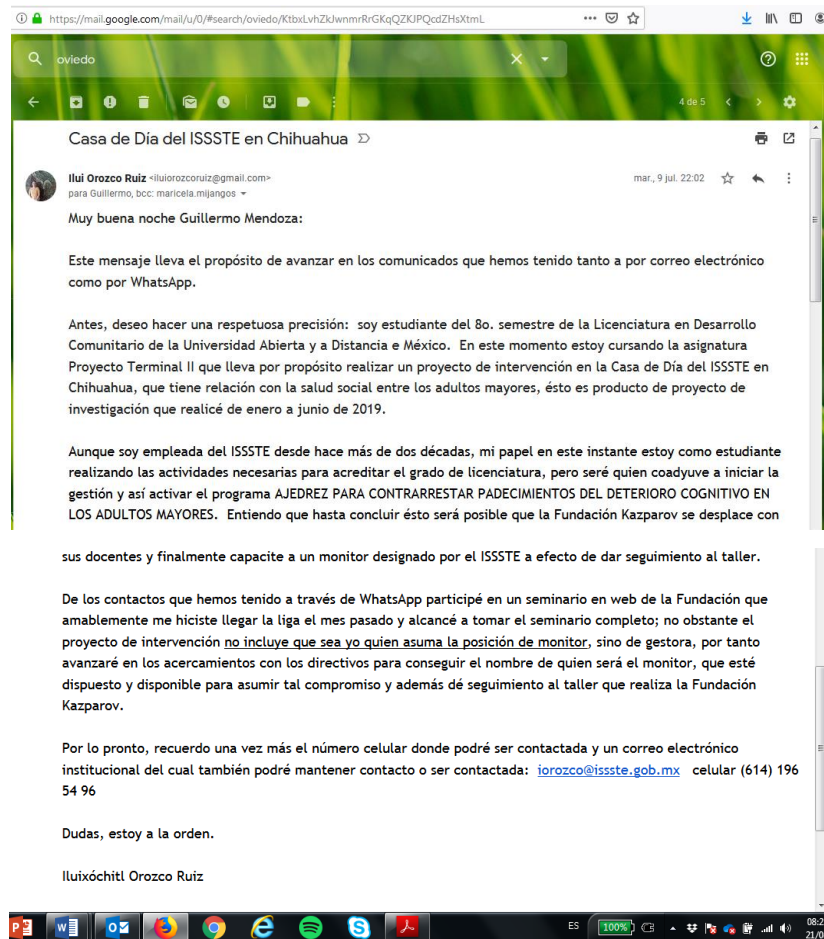


Orozco I. 2019. Impresión de pantalla curso Fundación Kazparov. Recuperado el 09 de junio de 2019 de: <https://attendee.gotowebinar.com/register/4630329736949196035>

En esta imagen se presentan las ventajas que trae el ajedrez a la inteligencia emocional en distintos ámbitos, circunstancias y personas.

Como parte de las gestiones fueron remitidos diversos correos electrónicos a través de las cuentas luiorozcoruiz@gmail.com, lluixochitl.orozco@nube.unadmexico.mx y de lluixochitl.orozco@issste.gob.mx presento evidencia:

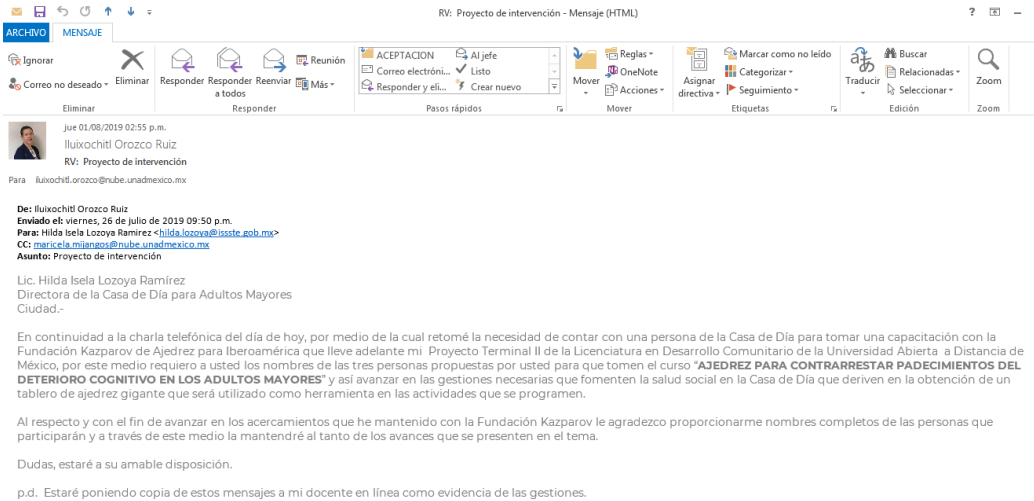
Imagen 8



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla correo electrónico Gmail. Recuperado el 20 de agosto de 2019 de: <https://mail.google.com/mail/u/0/#search/quillemo+oviedo/KtbxLvHcKrKLhTDRszNhfdHtbqDgLfjfwgw>

El 09 de julio de 2019 desde correo electrónico Gmail escribí a la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica se realizaron precisiones en torno al proyecto de intervención.

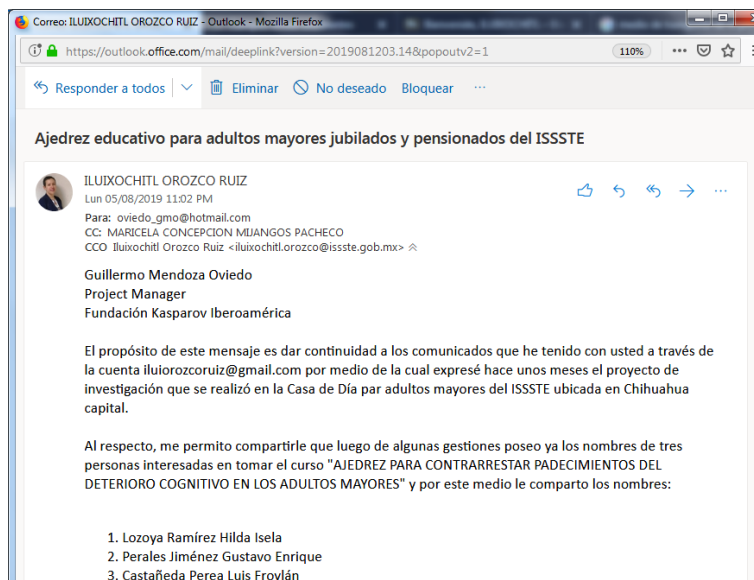
Imagen 9



Orozco I. 2019. Impresión de pantalla correo electrónico ISSSTE. Recuperado el 20 de agosto de 2019 de: <https://outlook.office365.com/mail/search/id/AAQkADFIn2FjMWY1LWE5YTQtNDZINC1hZWY3LTUwOTdlODBiYzFIZAAQAPBFUeUcIEYtO%2BiCx04ztM%3D>

En esta imagen se requirió a través del correo electrónico oficial iluixochitl.orozco@issste.gob.mx a la directora de la Casa de Día los nombres de quienes fungirían como monitores del curso “Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores”.

Imagen 10



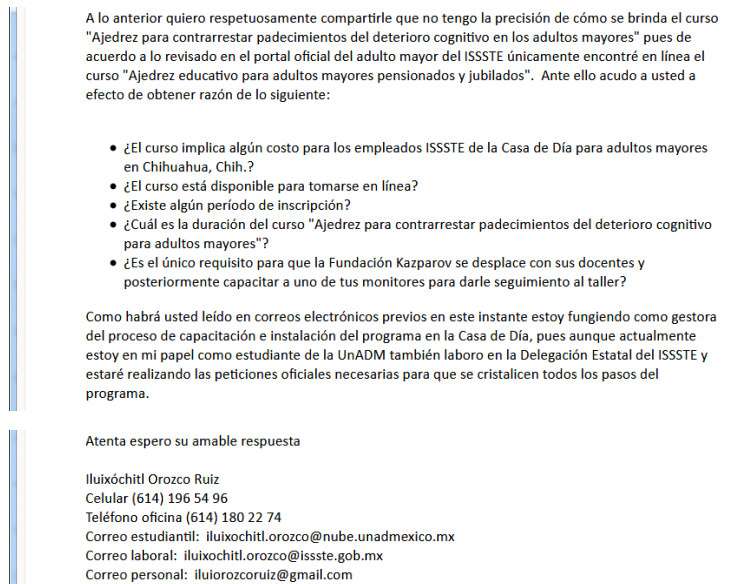


Imagen 36. Orozco I. 2019. Impresión de pantalla correo electrónico UnADM. Recuperado el 20 de agosto de 2019 de:

<https://outlook.office.com/mail/search/id/AAQkADNhMzI3NjUyLTUxOWQ0NDc4Ni1hOTJhLTdiYTAXNGQ3MjJINwAQADrILBgrXIFOldHg5raEADs%3D>

En esta imagen se escribe desde la cuenta de correo iluixochitl.orozco@nube.unadmexico.mx a la Fundación Kazparov copiando a la docente en línea y a la cuenta de correo electrónico ISSSTE.

6.14 Reflexión

Durante la intervención existieron algunos obstáculos, unos fueron superados:

1. La directora de la Casa de Día infirió sería la estudiante responsable de esta intervención el monitor que capacitaría pondría en marcha el programa a través de la Fundación Kazparov.
2. Luego de distintas entrevistas y precisiones sobre el tema se definió la importancia que la Casa de Día designara personas que recibieran la capacitación.
3. Conseguir que la directora de la Casa de Día comunicara a través de un correo electrónico institucional los nombres de los propuestos y que entre ellos apareciera ella misma fue algo valioso, pues garantizaría supervisión del programa.

4. No obstante, lo anterior, los comunicados entre el supervisor externo, la docente de PT2, el Project Manager de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica, por un período largo no existió confirmación de la instalación del Programa de Ajedrez Educativo en la Casa de Día para Adultos Mayores, por lo que la planeación tuvo que ser ajustada a los eventos que se fueron presentando.
5. Aún y cuando existió de inicio evidencia de interés por parte de la Fundación Kazparov para llevar a cabo las gestiones suficientes para que se capacitara un monitor, se instalara el programa y se dotara de un tablero de ajedrez gigante, no se contó oportunamente con certeza durante unos meses del tiempo del proyecto de intervención.

No es a partir de los cimientos del pesimismo que realicé esta reflexión, sino desde la banqueta del realismo: el proyecto de investigación entusiasmó a los miembros de la Casa de Día; sus directivos –aún escépticos- observaron el avance, pero llegar al proyecto de intervención con las bolsas llenas de esperanza y recibir un baño de realidad, es aquello necesario para cualquier diseñador de proyectos de intervención identifique sus limitantes y comprenda que serán pocas las cosas que estén bajo su control. La ejecución del proyecto de intervención ocurrió en una etapa particularmente compleja del ISSSTE pues el panorama político, social y económico de este noble instituto ha sido trastocado por la mancha de la denominada “estafa maestra” donde millonarias erogaciones se realizaron con cargo al gobierno federal, con proveedores contratados por el ISSSTE. La situación ha permeado a nivel nacional, sin embargo específicamente en esta entidad, en la que el exdirector nacional del ISSSTE José Reyes Baeza Terrazas exgobernador de Chihuahua le dio un tono más álgido pues se congelaron los movimientos de plazas para ocupar espacios vacantes, prevaleció un subejercicio en todos los rubros que el ISSSTE utilizó tanto en estancias infantiles, hospitales, centros deportivos, almacenes estatales y qué decir de las casas de día que no contaban con clave presupuestal para sostenimiento de sus operaciones.

A ello se suma la postura intransigente de la nueva figura del “súper delegado” en la entidad, quien más allá de aportar solución a las problemáticas críticas, politiza los hechos y mediatiza cualquier hallazgo. Este hecho trajo una desarticulación entre los funcionarios de primer del ISSSTE pues ni reciben el apoyo y confianza de sus superiores, ni los liquidan, además que deben administrar –en la pobreza- las cada vez más grandes exigencias de población derechohabiente.

La suma de estos y otros factores podría inferirse como apatía al proyecto de intervención, por parte de mi asesor externo, pero no así de los empleados de la casa de día y sus usuarios.

A esto añado el pobre seguimiento profesional de Director de Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica, quien luego de distintos comunicados fue omiso en atender las solicitudes, informes y precisiones relativo al proyecto de intervención. Es así que el 23 de agosto de 2019 a las 14:30 horas marqué al teléfono celular de éste desde un número de teléfono oficial del ISSSTE, pero luego de varios intentos no hubo éxito.

Con una dosis exacta de realismo se identificó que de acuerdo al tiempo proyectado no fue posible ver cristalizado el proyecto. Ya lo dice el poema de Benedetti “*vos los sabías nuestro amor fue desde siempre un niño muerto*” por analogía presento al proyecto de intervención como la definición de amor pues siendo este mi primer proyecto de intervención lo asocio como algo vivo -por eso la figura del niño- sin embargo, la experiencia es útil en todos los ámbitos.

6.15 Evaluación de la intervención

Por ser el más adecuado para este proyecto, fue realizado como evaluación un balance social. Éste realiza valora la relación entre los medios, los fines y su nivel de cumplimiento.

Para ello resalto que los actores sociales principales son los monitores elegidos por la Casa de Día para ser capacitados por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica con el curso presencial Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores.

En este orden, fue necesario obtener confirmación por parte de los involucrados como: directora de la Casa de Día, Project Manager de la Fundación Kazparov y el funcionario ISSSTE responsable quien además es el asesor externo de este proyecto de intervención.

Así, el grado de cumplimiento se constata a través de fotografías y escritos oficiales que se generaron y evidencian las gestiones de este proyecto de intervención por el cual se consigue:

1. Involucrar a la Subdirección de Capacitación del ISSSTE en la Ciudad de México, instancia responsable del acuerdo de colaboración entre la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica y las Casas de Día a nivel nacional. Si bien este último no ha sido considerado como meta en el proyecto de intervención, la conversación sostenida a través de la red social WhatsApp con el Project Manager de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica guio a esta estudiante a realizarlo pues complementa las acciones realizadas localmente en la Casa de Día y eleva al siguiente nivel las gestiones a efecto que el proyecto sea una realidad en Chihuahua capital.
2. Nombrar oficialmente a los monitores para ser capacitados presencialmente por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica presentándoles un esbozo del proyecto de investigación y posteriormente el de intervención en el cual son elegidos para cristalizarlo en la Casa de Día donde laboran.
3. Remitir copia de todos los oficios generados al Project Manager de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica a efecto que éste continúe en las gestiones en la Subdirección de Capacitación. Dado que la gestión fue realizada por la estudiante responsable del proyecto de intervención el comunicado escrito de este punto fue suscrito por la estudiante.

De acuerdo a los tiempos y condiciones del proyecto, la evaluación se enfocó en evaluar el cumplimiento de las metas planteadas, por lo tanto, se ilustra a través del siguiente cuadro:

Tabla 4. Evaluación

| Meta | Indicador | Medio de verificación | Se cumplió la meta | | Recomendación |
|--|--------------------------|--|--------------------|----|--|
| | | | Si | No | |
| Conseguir en la Casa de Día un monitor-responsable del programa de ajedrez. | Nombramiento del monitor | Comunicados escritos | X | | Se realizaron los oficios de comisión y se entregaron a los destinatarios, evidencia presentada en anexos. |
| Concluir la capacitación del monitor responsable que permita la incorporación e instalación definitiva del programa de ajedrez en la Casa de Día de adultos mayores. | Conclusión del curso | Constancia de conclusión del curso. Evidencia periodística, fotográfica y video. Rol de inscripción de los participantes | | X | La capacitación presencial, así como la difusión de la conclusión del curso presencial está en proceso de gestión. Por la reciente reestructura orgánica del ISSSTE esa responsabilidad se descentraliza y los recursos asignados a ese rubro dejan de ser prioridad. La Fundación Kazparov de manera supletoria patrocinará curso en línea en su portal oficial para los tres monitores y esta estudiante en próximas fechas. |

Los indicadores de evaluación de este proyecto reúnen las características de independencia, verificabilidad, validez y accesibilidad comprobables con la evidencia que presentaré a continuación:

En las fotografías 1, 2 y 3 se puede evidenciar la reunión oficial para entrega de oficios de comisión de monitores elegidos para recibir capacitación presencial por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica.

Fotografía 1. Reunión



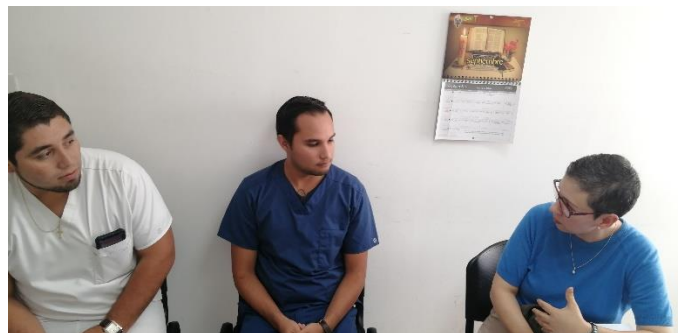
Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 2. Reunión



Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 3. Reunión



Fuente: Colección personal, 2019

En las fotografías 4, 5 y 6 Luis Froylán Castañeda Perea, titular de terapia física y rehabilitación y monitor elegido para capacitación presencial recibe oficio de comisión para ser capacitado presencialmente por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica y se evidencia la recepción del mismo con firma plasmada en la hoja 2 del oficio.

Fotografía 4. Recepción de oficio de comisión



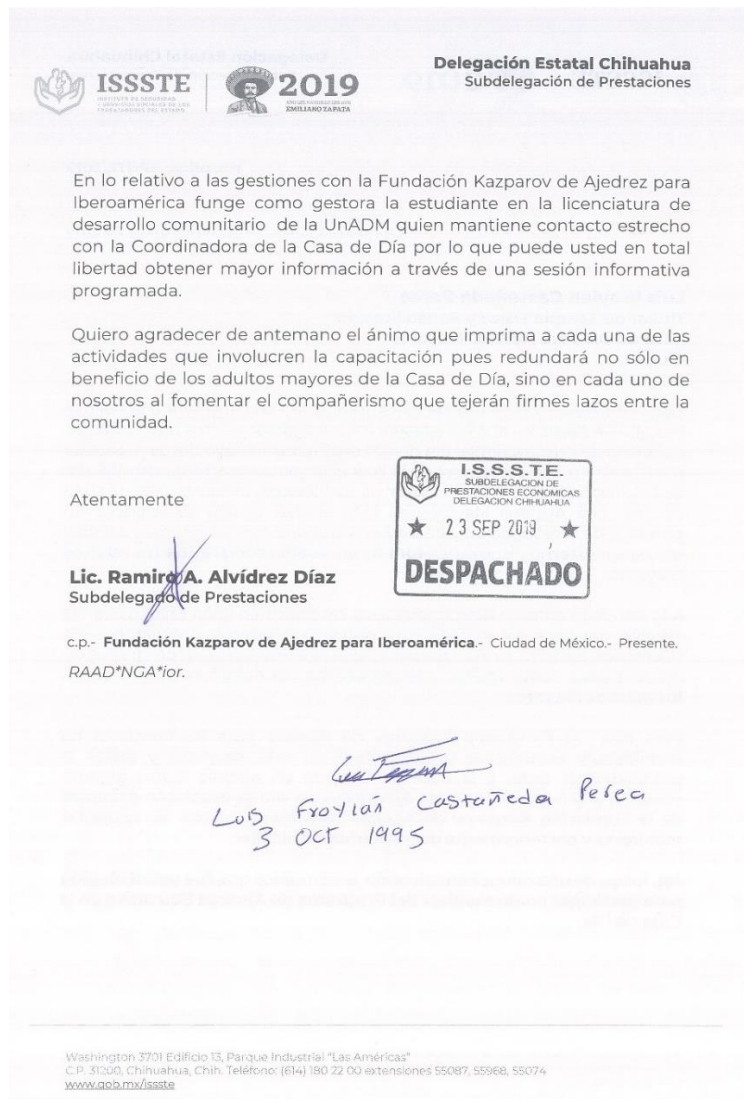
Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 5. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 6. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

En las fotografías 7, 8 y 9 Gustavo Enrique Perales Jiménez, enfermero de la Casa de día y monitor elegido para capacitación presencial recibe oficio de comisión para ser capacitado presencialmente por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica y se evidencia la recepción del mismo con firma plasmada en la hoja 2 del oficio.

Fotografía 7. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 8. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

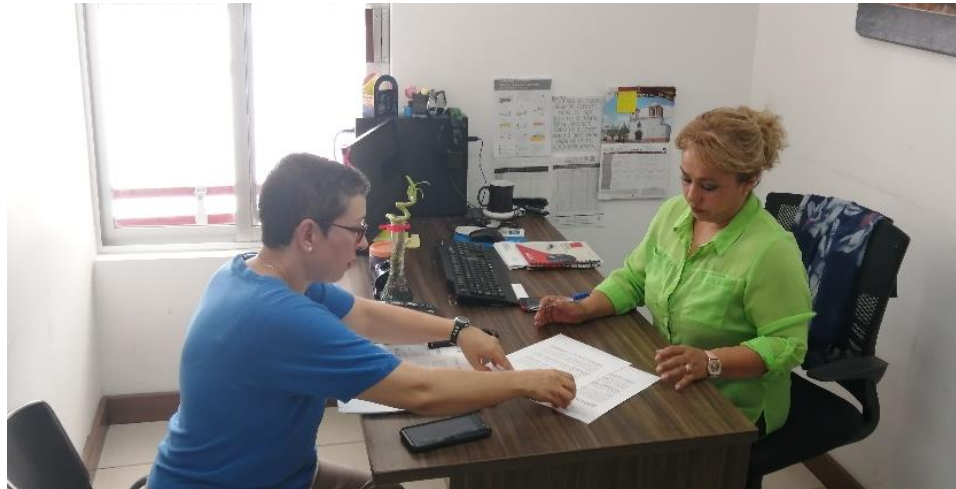
Fotografía 9. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

En las fotografías 10, 11 y 12 Hilda Isela Lozoya Ramírez, directora de la Casa de día y monitor elegido para capacitación presencial recibe oficio de comisión para ser capacitado presencialmente por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica y se evidencia la recepción del mismo con firma plasmada en la hoja 2 del oficio.

Fotografía 10. Recepción de oficio de comisión



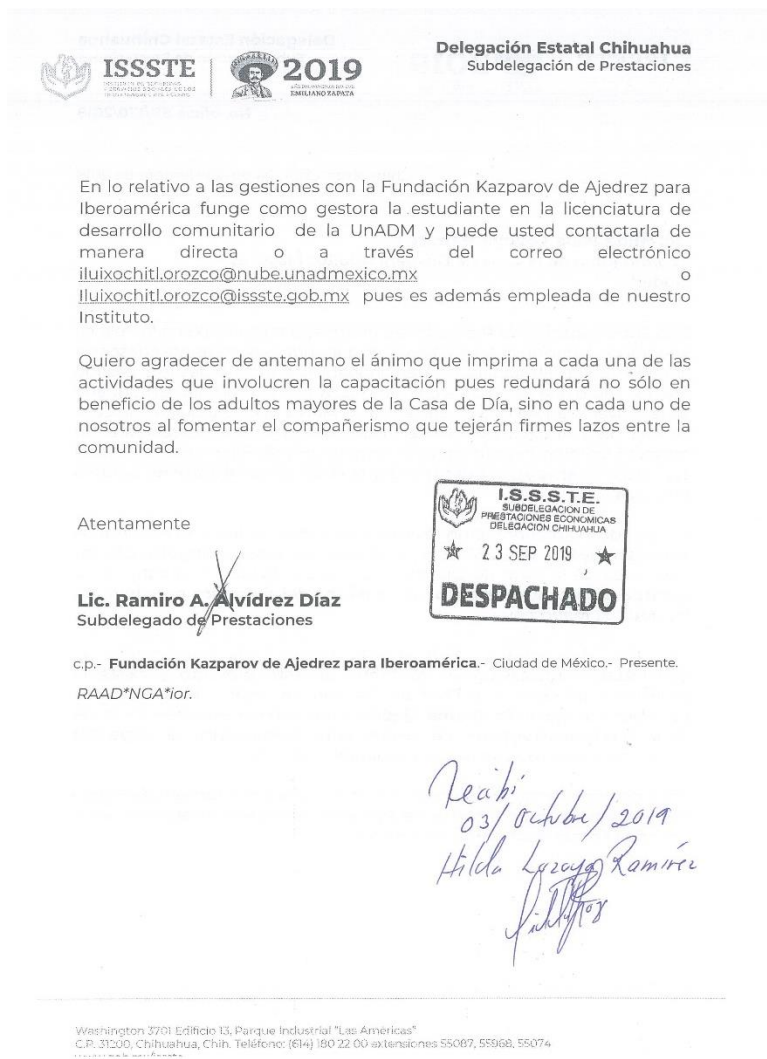
Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 11. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

Fotografía 12. Recepción de oficio de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

En la fotografía 13 concluye reunión oficial de entrega de oficios de comisión a monitores elegidos para capacitación presencial por la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica por parte de la estudiante encargada del proyecto de intervención.

Fotografía 13. Conclusión de entrega de oficios de comisión



Fuente: Colección personal, 2019

En las fotografías 14 y 15 se remite oficialmente por parte de mi asesor externo y Subdelegado de Prestaciones del ISSSTE en la Delegación Chihuahua al encargado de la Subdirección de Capacitación del ISSSTE en la Ciudad de México una breve reseña del proyecto de investigación y de intervención a efecto que se avance en las gestiones con la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica para la instalación del Programa de Ajedrez Educativo.

Fotografía 15. Petición oficial a oficinas centrales del ISSSTE

 **Delegación Estatal Chihuahua**
Subdelegación de Prestaciones

No. oficio SP/169/2019

1. Hilda Isela Lozoya Ramírez
2. Gustavo Enrique Perales Jiménez
3. Luis Froylán Castañeda Rivera

Por todo lo expresado, pongo a su amable disposición la cuenta de correo electrónico iluixochitl.orozco@issste.gob.mx y la red 55074 a efecto de concretar la instalación del Programa de Ajedrez entre nuestros adultos mayores de la Casa de Día por parte de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica y con ello fomentar la salud social entre ellos y así contribuir a la Política Integral de Atención al Adulto Mayor propuesta por la Dirección Normativa de Prestaciones Económicas, Sociales y Culturales.

Sin más me pongo a sus órdenes ante cualquier aclaración o duda que al respecto usted requiera.

Atentamente


Lic. Ramiro A. Alvidrez Díaz
Subdelegado de Prestaciones

c.p.- **Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica**- Ciudad de México.- Presente.
RAAD*NGA*ior.

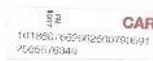


Washington, 3701 Edificio T5, Parque Industrial "Las Américas"
C.P. 31200, Chihuahua, Chih. Teléfono: (614) 180 22 00 extensiones 55087, 55968, 55074
www.gob.mx/issste

Fuente: Colección personal, 2019

En fotografía 16 se evidencia envío de copia de todos los oficios presentados con antelación al Project Manager de la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica por parte de la estudiante responsable del proyecto de intervención a efecto que éste avance en las gestiones ante las instancias involucradas.

Fotografía 16. Remisión de oficios a Fundación Kazparov



Chihuahua, Chih., 07 de octubre de 2019

Lic. Guillermo Mendoza Oviedo
Project Manager
Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica
Manuel M. Ponce No. 233
Col. Guadalupe Inn, Delegación Álvaro Obregón
Ciudad de México C.P. 01020
Presente.-

En atención a los distintos comunicados que hemos sostenido en los últimos meses, adjunto estoy remitiendo a usted copia de oficios SP/169/2019, SP/170/2019, SP/171/2019 y SP/172/2019 generados con motivo del Proyecto de Intervención que estoy realizando dentro de la Casa de Día para Adultos Mayores en esta ciudad capital para fomentar la salud social como estudiante de la Universidad Abierta y a Distancia de México.

Al respecto he de agradecerle permanecer atento a las gestiones que permitan se cristalice la capacitación a los tres monitores elegidos del curso Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores por parte de personal de esa Fundación y así sea dotado esta Casa de Día con un tablero de ajedrez gigante para el Programa de Ajedrez Educativo presentado en la liga <https://www.menteactivakasparovissste.org/> que tanto el ISSSTE como la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica establecieron.

Dudas o comentarios, estoy a sus órdenes a través de los medios de comunicación previamente establecidos.

Respetuosamente,

Iluixóchitl Orozco Ruiz
Estudiante de la Licenciatura en Desarrollo Comunitario
Universidad Abierta y a Distancia de México
iluixochitl.orozco@nube.unadmexico.mx
iluixochitl.orozco@issste.gob.mx
Teléfono (614) 196 54 96

CONCLUSIONES DEL PROYECTO

Sólo una de las metas fue cumplida en su totalidad y la segunda en proceso por gestiones que aún se están realizando. El proyecto de intervención dejó entre los involucrados el deseo de eliminar la anomia dentro de la Casa de día dejando de asumir una posición pasiva cambiándola por una participativa, comprometida y proactiva.

A pesar que únicamente se establecieron dos metas, durante la intervención surgieron aspectos no previstos que llevó a realizar más acciones que enriquecieron las metas. Una de ellas implicó la gestión ante la Subdirección de Capacitación de la Dirección Normativa de Prestaciones Económicas a través de un oficio que narrara de manera general tanto el proyecto de investigación como el de intervención y que dicho oficio allane el camino para que la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica obtuviera los recursos necesarios para la realización de la capacitación presencial del curso “Ajedrez para contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores” y posteriormente instalar el programa de Ajedrez educativo dentro de la Casa de día.

Bajo este contexto se identificó en febrero de 2019 el ISSSTE vivió una reestructura orgánica que eliminó puestos de alto nivel; entre ellos la Subdirección de Capacitación de la Dirección Normativa de Prestaciones Económicas en la Ciudad de México, por lo que es un Jefe de Servicios de dicha Subdirección quien funge como encargado de la Subdirección y jefe de Servicios.

A la par de lo anterior, se tuvo conocimiento hasta inicios de octubre de 2019 a través de entrevista sostenida con el Titular del Departamento de Personal en la Delegación Estatal del ISSST en Chihuahua que el procedimiento administrativo para conseguir que la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica se traslade a capacitar de manera presencial a tres monitores está lejano de su cristalización por la reducción y austeridad presupuestal impulsada por la 4ª. Transformación que ha llegado al límite de restringir viáticos para pacientes y familiares a procedimientos médicos, adquisición de estudios médicos subrogados

de especialización, adquisición de prótesis y órtesis en pacientes que llevan más de 2 años en lista de espera, etcétera. Con ello no asevero la imposibilidad que la gestión rinda sus frutos, sino que su posibilidad se encuentra en un horizonte sujeto a la disposición de recursos para su realización.

Además de lo aquí señalado, fue al final del proyecto de intervención que la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica compartió con esta estudiante videos testimoniales de los beneficios de los cursos de ajedrez educativos en las distintas casas de día donde se ha instalado el programa. Estos videos no testimonian la instalación del programa de ajedrez educativo en la Casa de Día en Chihuahua, sino en otras entidades.

BIBLIOGRAFÍA

- Antioquía, U. d. (2015). *Programa Integración de Tecnologías a la Docencia*. Obtenido de Las TIC como apoyo a la educación: <http://aprendeonline.udea.edu.co/lms/investigacion/mod/page/view.php?id=3118>
- Desconocido. (2019). *Salud Social*. Obtenido de <http://quierovivirsano.org/salud-integral/salud-social/>
- Estado, I. d. (2019). *Portal del Adulto Mayor*. Obtenido de <http://www.issste.gob.mx/adultosmayores/>
- Estado, I. d. (2019). *Portal del Adulto Mayor*. Obtenido de Activa tu mente. Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica: <https://www.menteactivakasparovissste.org/>
- Estado, I. d. (2019). *Promueve el ISSSTE bienestar de adultos mayores a través de casas de día y módulos gerontológicos*. Obtenido de <https://www.gob.mx/issste/prensa/promueve-el-issste-bienestar-de-adultos-mayores-a-traves-de-casas-de-dia-y-modulos-gerontologicos-205323>
- Felipe, V. M. (2019). *Idea País*. Obtenido de Política Integral para la Vejez: http://ideapais.cl/wp-content/uploads/2017/11/Politica_Integral_Para_la_Vejez.pdf
- Jesús, G. V. (2019). *Hacia un nuevo sistema de indicadores de bienestar*. Obtenido de https://unadmexico.blackboard.com/bbcswebdav/internal/courses/DC-CPT1-1901-B0-003/announcements/_299974_1/bienestar%20y%20calidad%20de%20vida.pdf
- José, A. E.-A. (s.f.). *Cómo elaborar un proyecto*. Obtenido de Guía para elaborar proyectos sociales y culturales: <http://abacoenred.com/wp-content/uploads/2017/05/Como-elaborar-un-proyecto-2005-Ed.18-Ander-Egg-Ezequiel-y-Aguilar-Id%C3%A1%C3%B1ez-MJ.pdf.pdf>
- México, I. p. (2019). *¿Quién es la persona mayor?* Obtenido de <http://data.copred.cdmx.gob.mx/por-la-no-discriminacion/personas-adultas-mayores/>
- Omnia. (2019). *Entregó Loera lista de ex funcionarios de confianza en ISSSTE*. Obtenido de <http://www.omnia.com.mx/noticia/117077#.XV9d-Zlvk1E.whatsapp>
- OPS/OMS. (2000). *Declaración de México*. Obtenido de Quinta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud:

https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/mexico/en/hpr_mexico_report_sp.pdf

ANEXOS



Orozco I. 2019. Colección personal. Recuperado el 12 de octubre de 2019 de: <https://photos.google.com/>

Fachada exterior de la Casa de Día para adultos mayores del ISSSTE en Chihuahua, Chih.



Orozco I. 2019. Colección personal. Recuperado el 12 de octubre de 2019 de: <https://photos.google.com/>

Reunión con miembros de la Casa de Día explicándoles la nobleza de fomentar la salud social entre los adultos mayores.



Imagen obtenida de: <https://www.menteactivakasparovissste.org/>

El Instituto de Seguridad y Servicios Sociales para los Trabajadores del Estado y la Fundación Kazparov de Ajedrez para Iberoamérica tienen establecido un convenio de colaboración por medio del cual capacitan a los miembros de las Casas de Día de toda la República Mexicana en el curso “Activa tu mente” coadyuvante en contrarrestar padecimientos del deterioro cognitivo en los adultos mayores.



Orozco I. 2019. Colección personal. Recuperado el 01 de noviembre de 2019 de: <https://photos.google.com/>

Observación pasiva del festejo del día de muertos en la Casa de Día por parte de los miembros de la rondalla.