



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



CARRERA DE ENFERMERÍA

MODALIDAD DE TITULACIÓN:
DESARROLLO COMUNITARIO

TEMA:

**“PROMOCIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR A
CUIDADORAS NO PROFESIONALES. PARROQUIA
CHARAPOTÓ, CANTÓN SUCRE”**

AUTORES:

Cedeño López Verónica Elizabeth
Gilces Chávez Carlos Alfonso

TUTOR:

Lcda. Narciza Paulina Briones Bermeo, PhD

PORTOVIEJO, MANABÍ

2020

Dedicatoria

Dedico este trabajo con todo cariño y gratitud a:

Mi madre y a mi Ángel del cielo,

Quienes siempre me apoyaron y lo siguen haciendo

Desde el lugar que se encuentren.

A mi esposo, por su infinito amor, apoyo y fortaleza,

A mis hijos, luz de mi vida,

Quienes me dan la fuerza para culminar con éxito esta meta propuesta.

Verónica Elizabeth

Dedicatoria

En primer lugar, doy infinitamente gracias a DIOS, por haberme dado fuerzas y valor para culminar esta etapa de mi vida.

Esta tesis se la dedico a mis padres, que estuvieron siempre a mi lado apoyándome para que llegara a alcanzar mi sueño que hoy se hace realidad.

A mis hermanos y hermanas, por su cariño y amor, porque siempre tuvieron una palabra de aliento para que yo llegue a culminar mi carrera profesional.

A mis abuelitos Manuela Bermúdez y Jacinto Chávez (+) quienes desde el cielo me bendicen y se sienten orgullosos de verme convertido en el profesional que ellos siempre anhelaron.

A todos ellos por haber sido pilares fundamentales durante mis años de formación profesional

Carlos Alfonso

Agradecimiento

Queremos dejar constancia de nuestros sinceros agradecimientos en primer lugar a Dios, Por bendecirnos la vida, guiarnos a lo largo de nuestra existencia, y permitir ver culminado nuestro sueño y propósito.

A la Universidad Técnica de Manabí, Facultad de Ciencias de la Salud y su Escuela de Enfermería y su personal docente y administrativo.

A nuestra Tutora Lcda. Narciza Paulina Briones Bermeo PhD., por su dedicación, y valiosa guía en este trabajo de titulación de intervención comunitaria.

Nuestro agradecimiento, a las autoridades del Centro de Salud de la parroquia Charapotó, a la líder de la comuna El Pueblito, a las cuidadoras no profesionales y familia de los adultos mayores del sitio El Pueblito de la parroquia Charapotó del cantón Sucre.

A nuestra familia y amigos, que nos apoyaron de manera muy significativa en este proceso de superación que hoy se ve culminado.

Los autores



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABI



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERIA

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Lcda. Narciza Paulina Briones Bermeo, PhD, Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí en calidad de Tutora del Trabajo de Titulación.

CERTIFICA

Que, el trabajo de **titulación “PROMOCIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR A CUIDADORAS NO PROFESIONALES. PARROQUIA CHARAPOTÓ, CANTÓN SUCRE”**. Noviembre 2020 - junio 2021, es un trabajo de desarrollo comunitario, original de los egresados: Verónica Elizabeth Cedeño López y Carlos Alfonso Gilces Chávez, el cual ha sido desarrollado y concluido de acuerdo a los requerimientos establecidos en la normativa de los trabajos de titulación y con la orientación y asesoría de mi persona como Tutora.

Atentamente

Dra. Narciza Briones Bermeo

TUTORA DE TRABAJO DE TITULACIÓN



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABI



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERIA

CERTIFICACIÓN DEL REVISOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Lcda..... docente de la escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí en calidad de Revisora del Trabajo de Titulación.

Certifico

Que el trabajo de titulación de Grado titulado, **“PROMOCIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR A CUIDADORAS NO PROFESIONALES. PARROQUIA CHARAPOTÓ, CANTÓN SUCRE”** noviembre 2020 - junio 2021, es un trabajo de intervención con modalidad desarrollo comunitario, original de los egresados: Verónica Elizabeth Cedeño López y Carlos Alfonso Gilces Chávez, ha sido revisada de acuerdo a los requerimientos establecidos

Lcda.-----

REVISORA DEL TRABAJO DE TITULACION

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Declaramos bajo juramento que, todas las ideas, experiencias, hechos, conclusiones y recomendaciones expuestas en este proyecto de investigación son de única, total y exclusiva responsabilidad de los autores.

Verónica Elizabeth Cedeño López

EGRESADA

Carlos Alfonso Gilces Chávez

EGRESADO

Índice

Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
CERTIFICACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	v
CERTIFICACIÓN DEL REVISOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	vi
DECLARACIÓN DE AUTORÍA	vii
Índice.....	viii
Resumen	ix
Summary	x
INTRODUCCIÓN	1
Objetivos:	6
MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	8
Marco Institucional.....	8
Marco conceptual.....	7
Adulto mayor.....	8
Enfermedades crónicas degenerativas del adulto mayor.....	9
Cuidado del adulto mayor.	9
Cuidador no profesional.	10
Elementos principales para establecer la promoción del cuidado del adulto mayor, por parte de cuidadores no profesionales.	11
Prevención de accidentes domésticos en el adulto mayor.....	11
Control de los medicamentos.	13
Úlceras por presión (UPP).....	13
METODOLOGÍA	15
Consideraciones bioéticas.....	16
Reporte de Resultados.	25
Conclusiones.	29
Recomendaciones.....	30
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31
ANEXOS.....	31

Resumen

El personal de enfermería como educador y promotor de la salud debe valerse de estrategias y profesionalismo para llegar a las personas para que puedan cuidar de su vida y salud. El objetivo del presente trabajo fue promocionar el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales en la parroquia Charapotó, contando con doce cuidadoras de adultos mayores de la comuna El Pueblito. Mediante la aplicación de la técnica de informantes claves realizada al personal del Centro de Salud de Charapotó y a la líder de la comunidad, más la entrevista estructurada a las cuidadoras no profesionales se identificó la problemática en estudio, como el escaso conocimiento sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor, el correcto manejo de medicamentos, cuidados en la alimentación, la falta de actividades de recreación y la deficiente información sobre las úlceras por presión. Ante esta carencia de conocimientos se aplicó un plan de intervención educativo dirigido al grupo, contando con la asistencia del 96% en los dos primeros días y el 98% el último día de la capacitación, obteniendo un resultado positivo desde su asistencia y participación. Al concluir el plan de intervención se logró cumplir con los objetivos planteados de manera satisfactoria, así mismo se recomienda a las autoridades de salud y de educación a que se comprometan a la promoción de la misma y a la capacitación de sus promotores respectivamente, sin dejar de lado a este grupo etario como lo son los adultos mayores.

Palabras claves: adulto mayor; cuidadores; prevención de accidentes; promoción de la salud; úlcera por presión.

Summary

Nursing staff as educators and health promoters must use strategies and professionalism to reach people so that they can take care of their life and health. The objective of this work was to promote the care of the elderly to non-professional caregivers in the Charapotó parish, with twelve caregivers of the elderly from the El Pueblito commune. Through the application of the key informant technique carried out on the staff of the Charapotó Health Center and the community leader, plus the structured interview with non-professional caregivers, the problem under study was identified, such as the scarce knowledge about accident prevention in the elderly, the correct management of medications, care in eating, the lack of recreational activities and the deficient information on pressure ulcers. Given this lack of knowledge, an educational intervention plan was applied aimed at the group, with 96% attendance in the first two days and 98% on the last day of the training, obtaining a positive result from their attendance and participation. Upon concluding the intervention plan, it was possible to meet the objectives set in a satisfactory manner, likewise, it is recommended that the health and education authorities commit to promoting it and training its promoters respectively, while continuing to side to this age group as are older adults.

Keywords: health promotion, elderly, caregivers, accident prevention, pressure ulcer.

INTRODUCCIÓN

La enfermería apoya en forma continua a las personas en su proceso de adaptación de una enfermedad, es el acompañante y cuidador del paciente y su entorno (1) es decir que su atención abarca aspectos biológicos, psicológicos, socioculturales, espirituales, etc., beneficiando a las personas que necesitan de sus servicios. En este contexto, la enfermería es la responsable de brindar un cuidado humanizado al paciente, es decir que la atención que brinda la enfermería debe ser de excelencia, suministrando bienestar a la salud del paciente, con respeto a la dignidad y con información clara y oportuna (2). De ahí que, desde la perspectiva de enfermería, la atención y cuidado de una persona mayor o paciente debe orientarse hacia la valoración general, es decir que el profesional de enfermería debe acoger no solo al paciente, sino también a su familia, y efectuar el proceso de compañía hasta lograr que la persona necesitada de cuidados alcance el máximo grado de autonomía y bienestar, mediante el manejo de recursos disponibles en armonía con el ambiente (1). Sin embargo cuando hablamos del cuidado al adulto mayor, nos concentramos en las atenciones que el ancianito/a o personas de la tercera edad necesitan, y nos olvidamos de las personas que los atienden, ya sea este un cuidador particular o familiar.

Como antecedentes se tiene que, el envejecimiento poblacional constituye en la actualidad uno de los retos más importante en la sociedad, pues hablar de adultos mayores, es hablar de personas con riesgo de tener dependencia en su estilo de vida (3). En la actualidad aproximadamente el 7 % de la población mundial es de 65 años y más, y en países desarrollados el porcentaje es mayor (15 %) y continúa creciendo (4).

La OMS (5) deduce que entre el 2000 y 2050, la población a nivel mundial de adultos mayores de 60 años se duplicará, pasando su incremento del 11% al 22%, o sea este grupo etario en números absolutos pasará en el lapso de medio siglo de 605 millones a 2000 millones. Menciona además que el crecimiento poblacional de las personas mayores es debido al avance de la medicina, más las condiciones de vida y la calidad de la alimentación.

En el año 2019, por primera vez en la historia, el número de personas mayores de 65 años en el mundo superó al de niños menores de cinco años (3). Es que el envejecimiento de la población es más rápido en la actualidad que en años precedentes, con una esperanza de vida que ha ido aumentando tanto en los países desarrollados como en los países subdesarrollados (3), empero en países latinoamericanos se observa la disminución del tamaño de las familias, así como la migración a poblaciones urbanas, hechos que influyen en la falta de cuidado y soporte a los adultos mayores (6), lo que incide para que las personas de avanzada edad sean

cuidados por la misma familia, sean estos hijos, parejas o vecinos, tengan o no el conocimiento profesional sobre los cuidados y atenciones que necesitan estas personas.

De ahí que se puede observar según la revisión documental de varios trabajos tanto internacionales como nacionales, la evidencia del rasgo de feminización al cuidado de los adultos mayores en el ámbito familiar.

Los patrones culturales en cada país no varían en porcentajes, pues en la conceptualización que brindan los expertos, delimita que los cuidadores informales no disponen de capacitación, ni son remunerados por su tarea y sobre ellos recae el grado de responsabilidad en los cuidados, siendo las mujeres quienes más apoyan a este grupo de personas etarias, que por estar ligada al papel sociocultural de la mujer en la sociedad las hace más preparada para desempeñar ese rol, ya que el hombre siempre se ha mantenido en el rol de proveedor financiero de la familia. Así se puede observar como la mujer cumple sus roles de madre, hija, esposa y trabajadora (7). Sin embargo, no todas están preparadas profesionalmente en la atención de adultos mayores, y es ahí el peligro de que verse afectada su propia salud personal, pues no solo se dedican a la responsabilidad del cuidado del adulto mayor, sino también de múltiples funciones en el ámbito familiar, laboral y social.

Es así que estudios recientes revelan casos sobre el estado de los cuidadores en adultos mayores, donde se presentan resultados: en México el 3,3% de sobrecarga leve y el 11,1% de sobrecarga intensa. En una investigación realizada en Chile, el 59,7% presentó sobrecarga intensa, mientras que el 23,9% sobrecarga ligera; en Brasil, el 8% reveló sobrecarga moderada tendiente a alta, en Perú el 11,5% presentó sobrecarga leve y el 6,6% sobrecarga intensa (7).

En América Latina y el Caribe más de ocho millones de adultos mayores no pueden realizar de forma independiente ni por lo menos una actividad básica de la vida diaria, como bañarse, comer, acostarse y levantarse de la cama, lo que se conoce como dependencia funcional, que aqueja al 12% de las personas de 60 años o más, y aproximadamente el 27% de los que tienen 80 años o más (8), lo que ha ocasionado que los servicios de protección y cuidados para los adultos mayores sean asumidos en su mayoría por la familia, ya que el estado proporciona una cuota monetaria o jubilación, no obstante ese rubro no satisfacen las necesidades del grupo etario, por lo cual para compensar las falencias algunos son internados en asilos o guarderías, lugares donde muchas veces se evidencia maltratos y los que ofrecen mejores condiciones de vida son muy costosos (6).

En la mayoría de los países latinoamericanos los adultos mayores son cuidados al igual que en países desarrollados por familiares, que en gran parte son mujeres mayores quienes como se

hace referencia a párrafos anteriores que, a más de sus labores diarias cumplen el rol de cuidadoras, labor que en muchos casos no son reconocidos ni remunerados, desmotivándoles del rol que desempeñan y poniendo su salud en deterioro (9).

El rasgo de feminización del cuidado coincidente con lo descrito en la literatura demuestra principalmente que, en estos países subdesarrollados la sobrecarga de trabajo en el cuidador origina cambios en las relaciones familiares, en el trabajo, en lo económico, en el tiempo libre, en el estado de salud y en el estado de ánimo (7), por lo que hace falta capacitaciones a través de cursos teóricos-prácticos de formación dictados por equipos multidisciplinarios e interdisciplinarios de docencia para que las cuidadoras no profesionales pueden brindar una mejor atención al adulto mayor y por ende la salud propia de quienes cumplen este rol de cuidadoras de personas mayores.

En Ecuador, de acuerdo con proyecciones del Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y censos (INEC) (10) viven 1 229 089 adultos mayores con una proporción de mujeres de 53% y un índice de feminidad de 115.

En la provincia de Manabí según el INEC 2010 (11), la población total fue de 1 369.780 hab., correspondiendo a 680.481 al sexo femenino y 689.299 al sexo masculino. La población de adultos mayores fue de 89.254 hab., de los cuales 43.576 son hombres y 45.678 son mujeres.

En el cantón Sucre perteneciente a la provincia de Manabí, la población de la tercera edad en el 2010 fue de 519 hab., y en la parroquia Charapotó existe en la actualidad un total de 160 adultos mayores, entre los cuales 120 sufren algún tipo de discapacidad. Sin embargo, estas personas a pesar de su edad tienen autonomía y todavía pueden cuidarse solos. Según datos del departamento de estadística del Centro de Salud Charapotó, existen 9 adultos mayores con discapacidad entre ellas físicas y auditivas, que van desde el 79-84% de discapacidad, los cuales cuentan con cuidadores no profesionales a su cargo de manera constante¹.

En lo que respecta a la comuna El Pueblito, lugar donde se desarrolló el presente trabajo comunitario, existe un total de 30 adultos mayores, entre los cuales hay 15 adultos mayores con discapacidad. Estos adultos mayores en su mayoría permanecen en sus casas, siendo cuidados por un familiar, que generalmente es la esposa, la hija o hijo, y muy raros casos

¹ Centro de Salud Charapotó. 2015. Partes diarios de atención. Departamento Estadística Centro de Salud Charapotó. Sucre.

pagan a personas particulares para que los cuiden, esto se da generalmente cuando el adulto sufre alguna enfermedad que requiere de cuidados profesionales o alguna atención especial.

El presente estudio bajo la modalidad de trabajo comunitario, busca promocionar el cuidado de los adultos mayores a cuidadoras no profesionales de la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó; debido a que los adultos mayores constituyen un porcentaje considerable de nuestra población y son parte importante en la familia, en donde el deterioro funcional es común en este grupo de personas, debido a que existen causas potenciales como los cambios relacionados con la edad, factores sociales y/o enfermedades; pues son diversos los factores que cobran mayor importancia a esta edad, debido a las enfermedades crónicas y degenerativas, por ejemplo la diabetes, hipertensión arterial, degeneración muscular, demencia, etc., que unidos a condiciones desfavorables en cuidados inapropiados pueden desmejorar el estado de salud del paciente (12).

Este trabajo se considera de vital importancia en su realización, debido al elevado número de personas mayores que son cuidadas en sus hogares por personas que en muchos casos son de la misma edad del paciente, no tienen conocimiento sobre cómo cuidarlos, desinformación en temas como prevención de accidentes (caídas), cuidados en la alimentación y medicina, prevención de las úlceras por presión, ayuda en las actividades básicas de la vida diaria que muchas personas mayores necesitan de ayuda para estas actividades, entre otras enfermedades asociadas al envejecimiento. Por otro lado, está la responsabilidad, el tiempo y dedicación, el gasto de energía por parte del cuidador, quienes muchas veces manifiestan cansancio de su rol en diferentes aspectos físicos, psicológicos, económicos y socioculturales, y que en ocasiones no tienen apoyo de la familia de quienes cuidan.

Con la aplicación del proyecto de intervención educativa propuesto, se ayudará a mejorar la calidad de atención y cuidados no sólo del adulto mayor, sino también de la familia y de las cuidadoras no profesionales, ya que se motivará a las familias de los adultos mayores a formar parte de la intervención educativa que se impartirá a las cuidadoras no profesionales, pues la familia es un pilar fundamental para que los adultos mayores tengan una vida saludable.

El proceso de investigación está proyectado para un período de 8 meses (noviembre 2020 – junio 2021), tiempo que comprende desde la detección de problemas, hasta la aplicación del plan de intervención, siendo el lugar de intervención la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó, la misma que se encuentra a 15 minutos del Centro de Salud de Charapotó en carro.

Se trabajará con una intervención educativa con un grupo de cuidadoras no profesionales de adultos mayores dependientes de más de 80 años del sitio El Pueblito de la parroquia

Charapotó, y que en su totalidad son 12 las que se animaron a participar en este proyecto. Cabe indicar además que el presente proyecto de intervención comunitaria es financiado con recursos propios de los investigadores.

El presente proyecto aportará generando conocimientos y orientación en la calidad de atención y cuidados a las cuidadoras no profesionales, adultos mayores y familiares mediante un programa que integre el trabajo a través de prácticas y atención afectiva.

La línea de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en la que se circunscribe el trabajo de titulación es Salud Pública, y la Sublínea de investigación de la Carrera de Enfermería es Seguridad y atención integral al individuo, familia y comunidad.

En la parroquia Charapotó del cantón Sucre de la provincia de Manabí, existen un total de 160 adultos mayores, entre los cuales 120 sufren algún tipo de discapacidad ya sea física o auditiva, y precisamente enfocándonos especialmente en el sitio el Pueblito, lugar donde se desarrollará la intervención educativa, la mayoría de las personas de la tercera edad viven en casa con sus familiares, son pocos o nada los adultos mayores que asisten a un centro geriátrico o que son atendidos en casa por una enfermera particular con conocimientos o especializada en geriatría¹. En esta comuna existe un total de 30 adultos mayores, de los cuales 15 de ellos tienen discapacidad, siendo la mayor parte adultos dependientes, viven en sus casas y son cuidados por un familiar, como la esposa, hija o hijo¹.

Para diagnosticar la problemática se aplicó la técnica de informantes claves, mediante dos reuniones con el personal de salud de la Unidad Operativa Charapotó (enfermeras y médicos), una reunión con la líder comunitaria del sitio El Pueblito (Anexo 1), y dos reuniones con las cuidadoras no profesionales escogidas para este proyecto comunitario, donde en la primera reunión se socializó el proyecto con las cuidadoras y se conoció a los adultos mayores, y en la segunda reunión se aplicó la entrevista estructurada dirigida a las cuidadoras no profesionales para el diagnóstico de los principales problemas en estudio(Anexo 2).

Con la aplicación de esta técnica y la aplicación del instrumento para recolectar información acerca del grado de conocimientos de las cuidadoras no profesionales se llegó a detectar la problemática como es el desconocimiento o deficiente información relacionada al cuidado de los adultos mayores en diferentes temas como: escaso conocimiento sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor, déficit de conocimientos en el correcto manejo de medicamentos y cuidados en la alimentación, falta de actividades de recreación que ayuden a mejorar habilidades y destrezas en el adulto mayor y de quienes cuidan de ellos e insuficiente información sobre la prevención y cuidados de úlceras por presión.

Cabe indicar que en la primera reunión que se estuvo con las cuidadoras no profesionales, donde se conoció a los adultos mayores, se pudo observar que la mayoría de ellos, un 80% (hablando de forma porcentual), padecen de úlceras por presión, a causa de la postura inmovilizada que tienen que permanecer, algunos de forma prolongada en la cama o en sillas de ruedas debido a lesiones de la médula espinal, derrames, caídas, entre otras causas; otros casos de úlcera por presión que se pudo observar en los adultos mayores fue por la falta de nutrición e hidratación, incontinencia, etc., y conociendo que las cuidadoras no profesionales carecen de los conocimientos necesarios sobre las Upp, se incluyó en las intervenciones educativas la temática sobre la prevención y cuidado de las úlceras por presión.

Por otra parte se pudo conocer que, las cuidadoras en mención además del desconocimiento total o parcial que tienen sobre los cuidados del adulto mayor, atraviesan por problemas como: la negación de los adultos mayores a recibir asistencia por parte de las cuidadoras, la falta de descanso y tiempo libres para poder trabajar o estudiar, el trabajo que realizan no es remunerado por ser parte de la familia, entre otros, generando en las cuidadoras problemas de salud, stress, desmotivación frustración, agotamiento, ansiedad, ira, etc.

De ahí el propósito de este trabajo comunitario, de promocionar el cuidado de los adultos mayores a cuidadoras no profesionales de la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó, que ayude a desarrollar las habilidades de atención y cuidado del adulto mayor basado en conocimiento y valores, para lo cual se realizará una matriz de priorización que se llevará a la práctica en el desarrollo del presente trabajo comunitario.

De lo expuesto se establece la siguiente interrogante.

¿Mediante la promoción educativa sobre el cuidado al adulto mayor dirigido a cuidadoras no profesionales de la parroquia Charapotó, cantón Sucre, mejorará la calidad de atención y cuidados a los adultos mayores?

Objetivos:

General

Promocionar el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales en la parroquia Charapotó del cantón Sucre, provincia de Manabí.

Específicos

1. Educar sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.
2. Capacitar sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

3. Enseñar sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

Marco Institucional

La parroquia urbana Charapotó formó parte de la provincia de Manabí desde su creación, perteneciendo inicialmente a Montecristi y luego se anexó al cantón Sucre a cuya jurisdicción pertenece actualmente. Esta parroquia se encuentra conformada por 24 recintos, siendo el recinto El Pueblito el lugar donde se desarrolló el presente trabajo comunitario.

De acuerdo a los datos proporcionados por el Departamento de Planificación del GAD cantonal de Sucre-Bahía de Caráquez, se indica que el recinto El Pueblito de la parroquia Charapotó tiene 2.319 hab., correspondiendo el 24,75% de esta población a las personas de la tercera edad. (13).

Entre las enfermedades que más afecta a los adultos mayores, (AM) de este recinto están las enfermedades crónicas degenerativas como la diabetes, la hipertensión, demencia senil, alzhéimer, discapacidad, etc., y para recibir atención médica los familiares deben llevar a sus pacientes hasta la parroquia Charapotó debido a que en El Pueblito no hay unidades de salud al igual que en otros recintos como: Nuevo Correagua, Bebedero, San Bartolo, Puerto Cañitas, San Ignacio, y Puerto Salinas, siendo la atención de salud débil y escasa, especialmente por el número limitado de médicos que tiene el Centro de Salud.

Los servicios con los que cuenta el Centro de Salud de Charapotó son: medicina general, medicina familiar, obstetricia, odontología, inmunización, farmacia, y laboratorio de bacteriología. Sin embargo, ante la falta de movilización y los recursos económicos muchos pacientes de El Pueblito y los otros sitios antes mencionados prefieren atenderse en casa con remedios caseros y estar al cuidado de personas con desconocimiento profesional en enfermería¹.

Marco Conceptual

Adulto mayor.

Según la Organización Mundial de la Salud, OMS considera como adulta mayor a toda persona mayor de 60 años (14). Esta definición sirve como punto de partida para el estudio del envejecimiento, pues es esencial tener en cuenta que la situación de salud de cada persona es diferente, y que no se debe usar solamente la edad para su clasificación universal, diagnóstico o tratamiento de enfermedades de la tercera edad.

La problemática del envejecimiento poblacional, hasta no hace mucho, había sido considerada una realidad sólo de los países desarrollados. Sin embargo, en el presente, se ha constatado que el número de AM tiende a crecer con mayor rapidez en los países en vías de desarrollo,

constituyéndose en un problema a resolver (15). Los pacientes geriátricos por lo general padecen con mayor frecuencia de enfermedades crónicas o terminales, y es probable que se encuentren bajo medicación simultánea para controlar otras afecciones (16).

Es importante señalar, que en muchos casos a esta edad se priva al AM de realizarse una valoración geriátrica que ayude a detectar problemas que a veces están ocultos por no sentir malestar, y es bueno prevenir a tiempo enfermedades crónicas y degenerativas que pueden ser tratadas o llevadas con eficacia mejorando la vida de estas personas (17).

Enfermedades crónicas degenerativas del adulto mayor.

Una enfermedad crónica es un problema de salud a largo plazo que puede tener cura. Algunas de estas enfermedades crónicas son: Alzheimer y demencia, artritis, asma, cáncer, diabetes, epilepsia, enfermedades del corazón, VIH/SIDA, trastornos del humor (bipolar, ciclotímico y depresión), esclerosis múltiple, Parkinson, etc.

Vivir con una enfermedad crónica hace mucho daño a la persona, pues ésta se siente sola, y necesita de otras personas para que lo ayuden a afrontar su enfermedad. En el AM, las enfermedades crónicas antes mencionadas se asocian con hábitos tóxicos como el tabaco y el alcohol, también puede darse el caso a una mala alimentación que conlleva a la obesidad o colesterol elevado en la sangre. Otros factores que favorecen la incidencia de enfermedades en el AM son el sobrepeso y la baja actividad física, convirtiéndose en un factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares (principalmente cardiopatía y accidente cerebrovascular), la diabetes, y algunos cánceres (del endometrio, la mama y el colon) (18).

Cuidado del adulto mayor.

La atención y cuidado a los ancianos se hace habitualmente en los llamados Hogares de Ancianos, Centros geriátricos, hogares o domicilios. En estos lugares el cuidador se somete a dar asistencia al paciente; brinda apoyo al personal de enfermería y a los equipos gerontológicos de trabajo, brinda compañía al anciano, aplicando técnicas para evitar la dependencia, previniendo accidentes, ayudando a los discapacitados e investigando indicios de alteraciones físicas o mentales en los ancianos bajo su cuidado (19)

Adaptarse al envejecimiento no es tan fácil para los AM y se necesita de personas que participen en su cuidado. De ahí que la promoción de la salud y prevención de las enfermedades para una vejez de calidad, es que estas personas tengan la menor cantidad de enfermedades posibles o que estas sean controladas y que el AM mantenga su autonomía en

los cuidados básicos con el apoyo y la ayuda de la familia, para tener un envejecimiento digno (14).

Cuidador no profesional.

Se diferencian dos tipos de cuidadores según la literatura científica, el cuidador informal y el cuidador formal. El cuidador informal determina a una persona miembro de la familia del que necesita cuidado, en este caso el AM, el cual brinda atención de forma voluntaria y sin ninguna remuneración económica; mientras que el segundo (cuidador formal) hace referencia a personas que no son parte de la familia de la persona enferma, que pueden estar o no capacitadas profesionalmente para ejercer dicho rol y que, a cambio, reciben una remuneración económica (19).

Los cuidadores informales o no profesionales, son personas que otorgan cuidado al AM sin recibir a cambio un sueldo o gratificación económica, son considerados como principales en el grado de responsabilidad en el cuidado de los AM (20) y son catalogados como la persona que asiste o cuida a un enfermo ya sea que éste/a padezca cualquier tipo de discapacidad, minusvalía o incapacidad que le dificulta o impide el desarrollo normal de sus actividades (14).

La responsabilidad del cuidador provoca consecuencias no solo en su salud, sino que compromete su vida como persona y a la persona que depende de su cuidado; de ahí que la responsabilidad de un cuidador no profesional es de gran carga, pues dedican gran parte del tiempo a la actividad diaria de cuidados de AM tarea necesaria y clave en la vida de los adultos mayores que necesitan de apoyo para desarrollar su accionar diario (15)

Por lo general en el rol de cuidador principal de adultos mayores, siempre es la mujer quien realiza esta acción, que puede ser la esposa, una hija, nieta u otra persona con rasgos familiares, quien asume el rol de cuidador informal y voluntario. De ahí que es importante evaluar a la persona que otorga los cuidados al AM, analizar aspectos como: ¿de qué manera confrontan los cambios de las necesidades del AM?, ¿cómo solucionan sus problemas de salud?, ¿cómo manejan el estrés?, ¿ofrecen sensación de bienestar al adulto mayor? (17).

Dependiendo el grado de responsabilidad de cómo toma su rol y funciones las cuidadoras, éstas pueden experimentar diferentes tipos de emociones, como ira, culpa, frustración, agotamiento, ansiedad, miedo, dolor, tristeza, amor, aumento de la autoestima y satisfacción del trabajo realizado (9).

En síntesis, las y los cuidadores no profesionales son personas que realizan diferentes ocupaciones auxiliando física y emocionalmente a personas enfermas que no pueden valerse por sí mismo, especialmente en AM (21).

Elementos principales para establecer la promoción del cuidado del adulto mayor, por parte de cuidadores no profesionales.

Prevención de accidentes domésticos en el adulto mayor.

La mayoría de los accidentes en el AM ocurren con frecuencia a partir de los 65 años en el hogar, posiblemente por la ausencia laboral y al mayor tiempo de permanencia en casa, los cuales pueden ser prevenidos si se toman las debidas precauciones junto con la familia y los cuidadores (22).

Se debe promocionar los conocimientos necesarios para que los y las cuidadores de los adultos mayores pongan sumo interés en los procesos del cuidado y la comunicación, así como los elementos que influyen de forma positiva en dicho proceso.

Ello significa una actitud que involucre valores como el respeto, responsabilidad, bondad, honradez, y la calidez para brindar cuidados humanitarios al adulto mayor, ya que ellos pueden necesitar ayuda en muchos aspectos relacionados en el orden físico de su vida cotidiana, como es el levantarse y acostarse de la cama, el baño de higiene, cuidado con la piel, la atención en la esfera psicológica, la memoria, controlar y darle medicamentos, realizarle terapia de ejercicios, entre otros. Todos estos tipos de sucesos se pueden prevenir mediante las prácticas que el cuidador brinde a los adultos mayores en los diversos aspectos mencionados (16).

Higiene del sueño: Levantarse y acostarse de la cama. Uno de los problemas que tiene toda persona al llegar a la ancianidad, es la pérdida de sueño, se puede considerar que es un problema especial en la población anciana, de ahí la importancia que el personal de salud deben conocer referencias y evidencias científicas para garantizar una mejor calidad de vida a través de un buen estado de salud, no solo en la alimentación, sino en lo que respecta a la higiene del sueño (23).

Para poder evaluar el insomnio en las personas mayores, se debe tener los conocimientos sobre el sueño y el descanso, comprender cuáles son los cambios fisiológicos que se producen en el proceso del envejecimiento (19), pues existen diferentes causas que por lo general son las que se presentan a esta edad, como: el ruido, temperatura extrema o cambio de dormitorio. También se presentan causas psicológicas como la depresión, donde el paciente pierde el sueño pensando en la soledad, la pérdida de seres queridos, estar enfermo, etc. Otra causa se da cuando el AM toma medicamentos, estimulante del sistema nervioso central, entre otros causas (23).

En lo relacionado al tratamiento sobre los trastornos del sueño, existen muchas alternativas, el cual debe estar dirigido a la causa que produce el trastorno, entre los cuales se pueden citar:

Terapia farmacológica, medidas de higiene del sueño y técnicas psicológicas, etc., siendo la terapia farmacológica la más utilizada en la actualidad, y los ancianos son el grupo de población que más somníferos consume y de forma más continua (24).

Empero, las medidas de higiene del sueño menos agresivas para el AM deben ser aplicadas con disciplina y bajo vigilancia de parte del cuidador o personal de enfermería. Entre estos hábitos de conducta están: tener un horario fijo diario para ir a dormir, merendar algo liviano, como un vaso de leche, un poco de queso o galletas, evitando que contenga azúcar o mucho líquido, de preferencia unas 3 horas antes de dormir, evitar la cafeína y la teína, ducharse con agua tibia antes de dormir.

Otros reglas que pueden aplicarse durante el día es, no permitir que el AM esté en la cama mucho tiempo, que esta solo sea utilizada para dormir, no para ver televisión, escuchar la radio, leer, etc., después del almuerzo debe de hacer una siesta solo de 20 a 30 minutos, practicar algún ejercicio acorde a su edad y estado de salud. Antes de irse a dormir, es importante hacer del aseo una rutina diaria, cepillarse los dientes, ejercicios relajantes, etc., también es importante evitar el exceso de luz y el ruido, entre otros aspectos (24).

El baño de higiene. El aseo personal y el vestuario es lo que debemos proteger diariamente. Entre las acciones principales que se deben realizar para que los adultos mayores mantengan una buena higiene personal está: el aseo diario, el baño por lo menos tres veces a la semana, el lavado de manos siempre antes de comer y siempre después de ir al servicio, afeitado en varones, cuidado del cabello, higiene de la boca y prótesis dentales, lavarlos siempre después de cada comida (25).

El cuidado de la piel. El AM presenta en todos sus órganos y sistemas cambios con el paso de los años. La senectud se ve transformada por enfermedades, hábitos, estilos de vida, factores genéticos etc., que determinarán el estado de los cambios que se presentan en la biología humana (26).

El AM debe tomar beber por lo menos 2,5 litros de agua al día, aumentar la ingesta de frutas y verduras en la dieta, usar jabones suaves para el baño y aseo personal, e hidratar la piel con cremas después del baño (26).

La memoria. La pérdida de memoria parece ser el signo general característico de los cambios cognitivos, durante el envejecimiento. A la persona le resulta difícil evocar sucesos recientes y sufre además pequeños olvidos, por ello se debe mantener una actividad mental con ejercicios de lectura, crucigramas, utilizar listas, agendas, notas, etc., que les permita recordad a las personas mayores sus ocupaciones, responsabilidades o actividades, sin representar para ellos graves inconvenientes (27).

Control de los medicamentos.

La Organización Mundial de la Salud afirma que 50% de los pacientes toman de manera incorrecta los medicamentos prescritos, lo que genera mayor riesgo de hospitalización, incremento en la presencia de reacciones adversas a los medicamentos, así como en el índice de morbilidad y mortalidad (28).

El manejo de la medicación por parte del adulto mayor, es un proceso complejo ya que hay que asegurar su buen uso y cumplimiento. Entre el control que se debe tener está: conocimiento de la medicación, conocer cómo se debe tomar y conocer cómo los puede obtener y el acceso que el AM debe tener a ellos (28).

Es de vital importancia que el AM conozca las indicaciones de cómo se administran los medicamentos, la duración del tratamiento y cómo obtenerlos, para asegurar el cuidado integral, ya que cualquier alteración en la autoadministración, ya sea por dosis inadecuada, incumplimiento en los horarios, etc., puede repercutir y traer consecuencias través al paciente o AM (28).

Terapia de ejercicios. En la vejez el comportamiento sedentario aumenta, convirtiéndose en un factor de riesgo para enfermedades del corazón, la obesidad y la diabetes. La práctica de actividades físicas moderadas puede retrasar o reducir el riesgo de padecer enfermedades crónicas, pues con la práctica de ejercicios el AM obtendrá beneficios en todas sus funciones orgánicas, ya que mantiene y mejora su funcionalidad (27).

Entre los beneficios que se obtiene con la terapia de ejercicios en la tercera edad están: la prevención y reducción de los riesgos de obesidad, diabetes, osteoporosis, cáncer de colon, enfermedad coronaria, depresión y accidentes relacionados con caídas, la reducción de la ansiedad y el estrés, aumento de la confianza y de la autoestima, mantenimiento de un peso saludable y mejoría en la capacidad física, fortalece los músculos y los huesos, mejora el estado de ánimo, ayuda a aliviar el estrés y mejora el sueño, entre otras ventajas. (27).

Atoramiento. Es otro tipo frecuente de accidente en los mayores. Está relacionado con la dificultad para la deglución asociada a diversas enfermedades, al mal estado de las piezas dentarias y a la ingestión de alimentos inadecuados en estas situaciones (22).

Úlceras por presión (UPP).

La mayoría de las úlceras por presión pueden prevenirse, 95% son evitables, por lo que es necesario disponer de estrategias de educación y prevención en programas de capacitación en salud enfocados a las personas cuidadoras para que ellas obtengan herramientas que se transmitan y beneficien al usuario o usuaria.

Una considerada y adecuada creación e implementación de un programa de capacitación en la prevención de úlceras por presión acorde a las necesidades de la población de personas cuidadoras de adultos mayores, disminuye el riesgo de complicaciones asociadas al desconocimiento o atención inapropiada, en cuanto a la prevención de úlceras por presión.

El profesional de enfermería tiene una función primordial en la promoción de la salud, la cual es la estrategia que le permite buscar un estado de salud óptimo para una determinada población, en donde la educación en salud tiene un papel fundamental. Se ha demostrado que las acciones preventivas reducen significativamente el desarrollo de úlceras por presión. Una de las acciones preventivas de mayor impacto resulta ser la educación tanto a personas en riesgo como a sus familiares. (29)

Esta educación debe incluir aspectos relacionados con la anatomía y fisiología de la piel, nutrición, higiene personal, higiene del entorno y otros, pero al mismo tiempo debe garantizarse la provisión de ayudas técnicas apropiadas, incluyendo, por ejemplo: cojines para las sillas de ruedas y el uso adecuado de éstos (30).

La atención en la esfera psicológica. El bienestar psicológico como construcción personal descansa en el desarrollo psicológico de cada individuo, quien tiene la capacidad para interactuar en forma armoniosa con su entorno (31). De allí que es necesario conocer la trayectoria evolutiva del bienestar psicológico en los últimos años de las personas mayores, ya que la vida de este grupo etario siempre estará caracterizada por pérdidas, enfermedades, capacidad para tomar decisiones, adaptación a nuevos estilos de vida, como vivir con hijos, en asilos, etc. (26).

Sin embargo, a pesar de estas y otras circunstancias los adultos mayores se adaptan a los nuevos cambios que les depara la vida, modificando su estilo de vida, proponiéndose metas y desafíos, adaptándolas a sus nuevas capacidades sociales, psicológicas y físicas (31).

Por ello es importante promover la autoestima en el AM, para ayudarles a tener autoconfianza y satisfacción de ellos como personas, que aprendan a valorar sus habilidades, desenvolverse en su entorno, a participar activamente en tareas relacionadas con el cuidado y bienestar de su salud (31).

La autoestima es uno de los elementos psicológicos más esenciales en la vida del AM, lo que demanda especial atención y fortalecimiento en el trabajo diario con ellos. Por tanto, el profesional de enfermería y el cuidador, deben tener la percepción sobre el bienestar de los adultos mayores, ya que conociendo su real situación, se puede intervenir de forma integral con este grupo etario, mejorando la calidad de vida con alta autoestima, con responsabilidad de su cuidado, grados de independencia, y participación dentro de la sociedad (31).

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio bajo la modalidad de titulación desarrollo comunitario de tipo de acción participación con el objetivo de promocionar el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales en la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó del cantón Sucre, provincia de Manabí. Este trabajo se desarrolló desde noviembre 2020 a junio 2021.

Se aplicó la técnica de informantes claves, mediante dos reuniones física con el personal de salud de la Unidad Operativa Charapotó, una reunión con la líder de la comunidad El Pueblito, (Anexo 1), y dos reuniones con las cuidadoras no profesionales, en las cuales la primera reunión fue para la presentación y socialización del proyecto comunitario a realizar, y para observar las características, enfermedades y estilo de vida de los adultos mayores, y la segunda reunión fue para la aplicación de la entrevista estructurada compuesta de 10 preguntas, la misma que estaba dirigida a las cuidadoras no profesionales (Anexo 2), técnicas que ayudaron a identificar los siguientes problemas:

- Escaso conocimiento sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor.
- Déficit de conocimientos en el correcto manejo de medicamentos y cuidados en la alimentación.
- Falta de actividades de recreación que ayuden a mejorar habilidades y destrezas en el adulto mayor y de quienes cuidan de ellos.
- Insuficiente información sobre la prevención y cuidados de úlceras por presión.

Para mejorar el nivel de conocimientos de las cuidadoras no profesionales sobre la problemática en mención se aplicó un plan de intervención educativo, dirigido a un grupo de cuidadoras que atienden a adultos mayores de más de 80 años en el sitio El Pueblito, siendo 28 cuidadoras no profesionales las que se contactaron y de las cuales se trabajó con 12 personas, quienes fueron las que mostraron el interés y la predisposición de adquirir los conocimientos que se impartieron sobre las temáticas en el cuidado del adulto mayor.

La capacitación se la realizó en la Casa Comunal del sitio El Pueblito de la parroquia Charapotó, contando con el respectivo permiso de la líder de la comunidad. Debido a las normas de bioseguridad y autocuidado que se debe mantener por la emergencia sanitaria que se vive a nivel mundial por el Covid 19, se tomó en cuenta las respectivas medidas de bioseguridad emitidas por el COE Nacional y Cantonal como son: distanciamiento social de metro y medio, uso de mascarilla obligatorio, utilización del alcohol, evitando de esta manera el contagio entre los participantes. En las capacitaciones se impartió educación sobre

temáticas relacionadas al cuidado del adulto mayor como: prevención de accidentes, cuidados en la alimentación y medicinas, actividades de recreación, y sobre la prevención de las úlceras por presión, mejorando de esta forma la calidad de atención y cuidado del adulto mayor, de la familia y de las cuidadoras no profesionales.

Los autores del presente proyecto no tuvieron conflicto de interés para la realización del mismo y se comprometieron a entregar una copia del trabajo al líder de la comunidad.

Posteriormente se aplicó el método de Ranqueo para priorizar los problemas detectados, y proceder a trabajar en el desarrollo del plan de intervención educativo que se utilizó como herramienta técnica para el alcance de los objetivos planteados, mediante acciones que proporcionaron conocimientos básicos a las cuidadoras sobre el cuidado de los adultos mayores, planteando además soluciones viables a los problemas identificados en cada etapa del diagnóstico.

Tabla 1. Matriz de priorización de problemas según la técnica de Ranqueo.

Problema	Magnitud	Frecuencia	Gravedad	Factibilidad	Valor total
Problema 1. Escaso conocimiento sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor.	2	2	2	2	8
Problema 2 Déficit de conocimientos en el correcto manejo de medicamentos y cuidados en la alimentación.	2	2	2	2	8
Problema 3. Falta de actividades de recreación que ayuden a mejorar habilidades y destrezas en el adulto mayor y de quienes cuidan de ellos.	2	2	1	2	7
Problema 4. Insuficiente información sobre la prevención y cuidado de úlceras por presión.	2	2	1	2	7

Valoración: 0. Baja 1. Media 2. Alta

Consideraciones bioéticas

Para la realización de este proyecto de desarrollo comunitario se aplicó la técnica de informantes claves, mediante una reunión física con el personal de salud de la Unidad Operativa Charapotó y la líder de la comunidad El Pueblito (Anexo 1), así mismo, la entrevista estructurada dirigida a las cuidadoras no profesionales (Anexo 2).

Esta investigación estuvo enmarcado dentro de los aspectos bioéticos durante todo el desarrollo de la misma y garantizó que las personas objeto de estudio expresen voluntariamente su intención de participar en este proyecto; después de haber comprendido la información acerca de los objetivos, los beneficios y las molestias que pudieran ocasionarles, a través del modelo de consentimiento informado de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UTM (ver Anexo 3), el cual se entregó a cada uno de los involucrados para su debida autorización, haciendo énfasis en que por tratarse de un estudio educativo, no se procederá a realizar ningún tipo de maniobras que involucre el contacto físico.

Todo el proceso de recolección de datos para la identificación de problemas y posterior aplicación de la intervención educativa se realizó bajo estricto cumplimiento de los principios básicos de la bioética: el respeto a las personas, la autonomía, la beneficencia, la no maleficencia y el de justicia (Anexo 4), considerando que solo se recopila información a través del diálogo, la misma que fue de uso exclusivo para el desarrollo del trabajo de titulación. El proyecto fue valorado y aprobado por el Comité de Bioética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí (ver Anexo 5), declarando que los autores de este proyecto no tienen conflicto de interés para su desarrollo (ver Anexo 6).

Se recalca que las actividades de este proyecto de intervención, acción y participación se realizaron en grupos pequeños con distanciamiento de metro y medio, teniendo en cuenta las medidas de bioseguridad, uso de mascarilla obligatorio y lavado de manos, según las indicaciones del COE para evitar contagio del nuevo Covid-19.

Los autores del presente proyecto no tuvieron conflicto de interés para la realización del mismo, y se comprometieron a entregar una copia del trabajo al líder de la comunidad El Pueblito de la parroquia Charapotó, una vez terminado el trabajo (ver Anexo 7). Así mismo la líder de la comunidad mediante oficio (Anexo 8), da la debida autorización para desarrollar el trabajo de titulación en la casa comunal de El Pueblito, alegando que este tipo de intervención educativa beneficia a toda la comunidad.

Tabla 2: Matriz del plan de intervención

Objetivo N° 1.- Educar sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

Indicador. - Al concluir el plan de intervención se logrará educar sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 96%.

Actividades	Lugar	Fecha	Hora	Dirigido a	Objetivo	Recursos	Meta	Responsables
1.1. Charla educativa sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	28 mayo 2021	14H00 14H20	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó, cantón Sucre.	Proporcionar información sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales Papelógrafos Láminas Cámara fotográfica Mascarillas Alcohol Lista de asistencia.	Lograr educar al 97% de cuidadoras no profesionales sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor.	Autores del proyecto Líder de la Comunidad
1.2. Proyección de video sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	28 mayo 2021	14H20 14H40	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó, cantón Sucre.	Mostrar mediante un video para que las cuidadoras no profesionales capten de una manera más fácil sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor.	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales Proyector, Láminas, Afiches, Cámara	Lograr que el 96% de las cuidadoras no profesionales conozcan sobre prevención de accidentes en el adulto mayor.	Autores del proyecto Líder de la Comunidad

						fotográfica, Mascarillas Alcohol		
1.3. Dramatizar un caso de accidente en el adulto mayor (caída en el baño).	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	28 mayo 2021	14H40 15H00	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó, cantón Sucre.	Representar mediante dramatización un caso de accidente en un adulto mayor, para reforzar a los espectadores la temática impartida.	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales sillas mesa bastón Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol	Lograr que el 96% de las cuidadoras no profesionales adquieran conocimientos mediante la simulación de un caso.	Autores del proyecto Líder de la Comunidad
1.4. Conversatorio preguntas y respuestas sobre la temática expuesta.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	28 mayo 2021	15H00 15H15	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de la parroquia Charapotó, cantón Sucre.	Explicar dudas que tengan sobre el tema impartido, mediante preguntas y respuestas.	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol Lista de asistencia.	Lograr que el 98% de las cuidadoras no profesionales no tenga dudas e inquietudes acerca del tema abordado.	Autores del proyecto Líder de la Comunidad

Tabla 3: Matriz del plan de intervención

Objetivo N° 2.- Capacitar sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

Indicador. - Al concluir el plan de intervención se logrará capacitar sobre sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 96%.

Actividades	Lugar	Fecha	Hora	Dirigido a	Objetivo	Recursos	Meta	Responsables
2.1. Charla educativa y proyección de video sobre el tipo de alimentación en el adulto mayor de acuerdo a la enfermedad que tengan y los trastornos a la hora de comer.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	05 junio 2021	14H00 14H30	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de Charapotó	Brindar conocimientos sobre el tipo de alimentación en el adulto mayor de acuerdo a la enfermedad que tengan y los trastornos a la hora de comer.	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales Proyector, Papelógrafos Trípticos Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol Lista de asistencia.	Obtener el 98% de cuidadoras no profesionales capacitadas sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor.	Autores del proyecto Líder de la Comunidad
2.2. Charla educativa y proyección de video sobre consejos básicos de los medicamentos, la importancia y el uso adecuado de los mismos.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	05 junio 2021	14H30 15H00	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de Charapotó	Proporcionar información sobre consejos básicos de los medicamentos, la importancia y el uso adecuado de los mismos.	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores.	Lograr capacitar al 98% de las cuidadoras no profesionales sobre los consejos básicos de los medicamentos, la importancia y el uso	Autores del proyecto Líder de la Comunidad

						Materiales Proyector, Papelógrafos, Tríptico Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol	adecuado de los mismos.	
2.3. Realizar juegos y manualidades que ayuden a estimular la creatividad y fortalecer las habilidades de las cuidadoras no profesionales y así ellos brinden sus conocimientos a los adultos mayores y motivarlos.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	05 junio 2021	15H00 15H45	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de Charapotó	Motivar a las cuidadoras no profesionales a realizar juegos y manualidades con los adultos mayores y sus familiares para estimular y fortalecer las habilidades no solo de los adultos mayores, sino de ellas como responsables de sus cuidados.	Humanos Autores del proyecto. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales Marcador Papel Seda Granos Botellas Plásticas Paletas de helado Lenteja Goma, Tijera Cinta Cámara Fotográfica, Mascarillas Alcohol Lista de Asistencia	Incentivar al 96% de las cuidadoras no profesionales a que realicen juegos y manualidades con los adultos mayores par así estimular la creatividad y fortalezcan las habilidades no sólo del adulto mayor, sino de ellas como personas responsables de sus cuidados.	Autores del proyecto Líder de la Comunidad

Tabla 4: Matriz del plan de intervención

Objetivo N° 3.- Enseñar sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

Indicador. - Al concluir el plan de intervención se logrará enseñar sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 97%.

Actividades	Lugar	Fecha	Hora	Dirigido a	Objetivo	Recursos	Meta	Responsables
3.1 Realizar charlas y entrega de tríptico sobre cómo prevenir y tratar úlceras por presión en personas mayores: Presentación del tema, preguntas y respuestas, y disertación de la temática.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	07 junio 2021	14H00 14H30	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de Charapotó	Capacitar a las cuidadoras no profesionales sobre la prevención y cómo se debe de tratar las úlceras por presión, y reconocimiento de las mismas mediante la representación de imágenes o figuras.	Humanos Autores del trabajo. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales Papelotes, Láminas, Afiches, Trípticos Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol Lista de asistencia.	Capacitar en un 97% a las cuidadoras no profesionales sobre la prevención de las úlceras por presión, aprender a reconocerlas y cómo deben tratarse.	Autores del proyecto. Líder de la Comunidad.
3.2. Proyectar video sobre la prevención de las úlceras por presión.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia	07 junio 2021	14H30 14H45	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de	Lograr mediante video que las cuidadoras no profesionales capten de una manera más fácil sobre la	Humanos Autores del trabajo. Cuidadoras de adultos	Lograr que el 98% de cuidadoras no profesionales capten el contenido que se observa sobre la prevención,	Autores del proyecto. Líder de la Comunidad.

	Charapotó			la comuna El Pueblito de Charapotó	prevención de las úlceras por presión.	mayores. Materiales Proyector, Láminas, Afiches, Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol	localización y cuidado de las úlceras por presión.	
3.3. Dramatización de casos de úlceras por presión.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	07 junio 2021	14H45 15H00	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de Charapotó	Representar mediante dramatización un caso sobre adultos mayores con úlceras por presión, para reforzar el contenido de la temática impartida.	Humanos Autores del trabajo. Cuidadoras de adultos mayores. Materiales sillas sillas de rueda cama Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol	Lograr que el 97% de las cuidadoras no profesionales adquieran conocimientos mediante la simulación de un caso.	Autores del proyecto. Líder de la Comunidad.
3.4. Conversatorio preguntas y respuestas sobre la temática expuesta.	Casa comunal del sitio El Pueblito, parroquia Charapotó	07 junio 2021	15H00 15H15	Cuidadoras no profesionales de adultos mayores de la comuna El Pueblito de	Explicar aquellas dudas que tienen acerca del tema impartido y de las temáticas vistas durante el proceso de capacitación. Clausura de la	Humanos Autores del trabajo. Cuidadoras de adultos mayores.	Lograr que el 98% de las cuidadoras no profesionales no tenga dudas e inquietudes acerca de los temas abordados, motivarlas a mejorar	Autores del proyecto. Líder de la Comunidad.

				Charapotó	capacitación.	Materiales Cámara fotográfica, Mascarillas Alcohol Lista de asistencia.	la atención y cuidados en los adultos mayores.	
--	--	--	--	-----------	---------------	--	--	--

Reporte de Resultados.

Resultado esperado 1:

Objetivo 1: Educar sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

Indicador: Al concluir el plan de intervención se logró educar sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 97%.

Actividad 1.1. Esta actividad se llevó a cabo el día 28 de mayo del 2021, con la asistencia de 10 cuidadoras no profesionales. Se dio una charla de 20 minutos a las asistentes (14:00 a 14:20), sobre los cambios que inducen a las caídas, como: la inestabilidad postural, los mareos o síncope, factores ambientales como: el suelo resbaladizo, las camas altas, escaleras sin barandillas, poca o baja iluminación, objetos mal ubicados, etc.; así mismo se dieron consejos para prevenir los accidentes. Todas las cuidadoras no profesionales que acudieron a la capacitación mostraron interés en la temática expuesta.

Actividad 1.2. En esta actividad se proyectó un video de 20 minutos sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor, para reforzar la charla de la actividad 1.1. Las cuidadoras no profesionales de los adultos mayores quedaron muy motivadas por los conocimientos adquiridos sobre las temáticas de la prevención y caídas en adultos mayores.

Actividad 1.3. Esta actividad consistió en dramatizar un caso de accidente en el adulto mayor. Hubieron tres representaciones: Un grupo representó que el adulto mayor se caía de la silla por estar en mala posición sentado y no cargaba su bastón, otro grupo representó que el adulto mayor se tropezó con juguetes y otros obstáculos tirados en la sala, y el tercer grupo representó una caída porque el adulto mayor estaba solo y sufría de mareos y al levantarse cayó al suelo y estuvo ahí por varios minutos hasta que un niño lo vio caído y fue en busca de ayuda. Los participantes representaron muy bien cada escena, es decir captaron la idea de la charla educativa y del video sobre prevención de accidentes en el adulto mayor. Esta actividad se realizó en 40 minutos.

Actividad 1.4. En esta actividad se realizó un conversatorio para explicar dudas que tuviesen las asistentes a la capacitación sobre el tema impartido. Así mismo las cuidadoras no profesionales realizaron preguntas a los expositores sobre la temática, respuestas que fueron satisfactorias para las asistentes.

Evaluación del objetivo 1. En base a la intervención educativa impartida en la casa comunal, se logró proporcionar conocimientos sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 97%. Se pudo evaluar que las asistentes tenían poco o ningún conocimiento sobre las consecuencias que ocasionan las caídas en los adultos mayores, y con los conocimientos impartidos se pudo evidenciar una adquisición de los

mismos, los cuales ayudarán a prevenir diferentes tipos de accidentes que se dan en el entorno del adulto mayor y cómo manejarlos.

Resultado esperado 2:

Objetivo 2: Capacitar sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

Indicador. - Al concluir el plan de intervención se logró capacitar sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 96%.

Actividad 2.1. En esta actividad se llevó a cabo el 5 de junio desde 14H00 con la asistencia de 10 cuidadoras no profesionales del total de las convocadas. La capacitación consistió en brindar información sobre el tipo de alimentación en el adulto mayor, de acuerdo a la enfermedad que tengan, el trastorno a la hora de comer, etc., mediante afiches, papelógrafos y la proyección de un video. Las asistentes demostraron interés en el tema, quienes realizaron preguntas relacionadas a la alimentación adecuada según los pacientes que ellas les toca cuidar. Se pudo notar el interés de las asistentes a la capacitación.

Actividad 2.2. En esta actividad se proporcionó información a través de una charla y la proyección de un video sobre los conocimientos básicos y la importancia que se debe tener en el manejo de los medicamentos, la posología, el uso racional de los fármacos, las medicinas que más consumen las personas de la tercera edad, y sobre el peligro de la automedicación. Las cuidadoras no profesionales pusieron mucho interés en la temática que se les impartió, así mismo cada una de ellas relató sus experiencias entorno a lo relacionado y al final de la charla se les realizó preguntas de lo abordado.

Actividad 2.3. Esta actividad estuvo dirigida a motivar a las cuidadoras no profesionales a realizar juegos y manualidades que estimulen la creatividad y fortalecer las habilidades de las cuidadoras no profesionales, para que sean transmisores de los conocimientos a los adultos mayores y con ello los motiven. Se realizaron actividades en 3 grupos de 3 personas para realizar diferentes actividades como: cuadros con papel de seda, servilleteros con paletas de helado, portarretratos de cartulina y granos. También se les enseñó canciones y a bailar el juego del sombrerito donde hubo la participación de los asistentes con versos y amorfinos. Se pudo evaluar la participación de las capacitadoras y de las otras asistentes como positiva y motivadora, ya que hubo la participación total, culminando la capacitación a las 15H45.

Evaluación del objetivo 2

Con la capacitación sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor, se logró educar en un 96% a las cuidadoras no profesionales que se dieron cita a la casa comunal de El Pueblito de Charapotó. Las asistentes lograron conocer el tipo de alimentación que deben tener las personas mayores según las enfermedades que tengan y la

importancia de una alimentación balanceada y equilibrada. En lo que respecta al uso de medicamentos conocieron sobre la posología, el peligro de la automedicación y el manejo racional de los fármacos que más consumen las personas de la tercera edad. Y en las actividades de recreación se motivó y concientizó a las cuidadoras no profesionales a realizar juegos y manualidades con los adultos mayores, para de esta manera estimular y fortalecer las habilidades no solo de sus pacientes, sino de ellas como responsables de sus cuidados, mejorando de esta forma la atención y cuidado de toda la familia.

Resultado esperado 3:

Objetivo N° 3.- Enseñar sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales.

Indicador. - Al concluir el plan de intervención se logró enseñar sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 98%.

Actividad 3.1. Esta intervención educativa se realizó el 7 de junio del 2021, iniciándose a las 14H00, con la asistencia de 11 cuidadoras no profesionales.

La primera actividad consistió en impartir charlas sobre la prevención y el tratamiento de las úlceras por presión, se le entregó a cada asistente un tríptico con imágenes referenciales y consejos de cómo evitarlas. Las cuidadoras no profesionales en su mayoría realizaron preguntas respecto al tema tratado, debido al poco conocimiento sobre este problema que aqueja a pacientes mayores de edad y aquellas que utilizan sillas de ruedas o están encamadas.

Actividad 3.2. En esta actividad se proyectó un video sobre las úlceras por presión, luego se analizó y comentó el video, contando con la participación activa de todas las asistentes a la capacitación y dando testimonios de personas con este tipo de lesiones en la piel.

Actividad 3.3. En esta actividad los autores del proyecto dramatizaron un caso de paciente con úlceras por presión, la causa, como empieza, como evitar que esta se complique o pase a la siguiente fase, la forma de cómo tratarlas. Las cuidadoras no profesionales demostraron mucho interés en cuanto al desarrollo de esta dramatización.

Actividad 3.4. En esta última actividad de la capacitación y de la agenda de promoción educativa impartida a las cuidadoras no profesionales, se realizó un conversatorio de preguntas y respuestas con las asistentes relacionadas a las úlceras por presión. Se agradeció la asistencia y el interés puesto en cada capacitación comprometiéndose las cuidadoras no profesionales a poner en práctica las enseñanzas adquiridas en estos eventos educativos de salud.

Evaluación del objetivo 3.

En lo referente a la evaluación del objetivo 3 se logró enseñar sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 98%, cumpliendo con el objetivo propuesto ya que las asistentes demostraron mucho interés en el

tema tratado, en la participación de la dramatización y con preguntas muy importantes respecto a la temática.

Al final de la capacitación de la intervención educativa impartida a las cuidadoras no profesionales se dio los respectivos agradecimientos por la asistencia y el interés puesto en cada actividad realizada de las temáticas expuestas, así mismo ellas de igual manera mostraron se mostraron agradecidas y se comprometieron a poner en práctica los conocimientos adquiridos.

Conclusiones.

Se educó sobre la prevención de accidentes en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 97%, cumpliendo así con el objetivo propuesto.

Se capacitó sobre cuidados en la alimentación, medicinas y actividades de recreación en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 96% y de esta manera se cumple con el objetivo establecido.

Se enseñó sobre la prevención de las úlceras por presión en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales en un 98% por lo cual se cumple con el objetivo planteado.

Recomendaciones

Al Centro de Salud de la parroquia Charapotó, que realicen programas de capacitación y actividades educativas de salud sobre el cuidado del adulto mayor, dirigido a cuidadoras, familiares y adultos mayores, que ayuden a prevenir enfermedades y culturizar en salud a la población de Charapotó y sus comunidades, mejorando así la calidad de vida de este grupo etario y su entorno familiar.

A la Universidad Técnica de Manabí que incentiven y motiven a los/las estudiantes de la Carrera de Enfermería para que realicen este tipo de trabajo de titulación modalidad Desarrollo Comunitario relacionados al adulto mayor dependiente e independiente, para mejorar su calidad de vida y de quienes viven con ellos.

A las autoridades, docentes y estudiantes de la Carrera de Enfermería, que sigan con el desarrollo de este trabajo a modo de continuación, en relación a lo que es educación de este grupo de cuidadoras no profesionales, como responsabilidad de atención primaria, importante para evitar la saturación de los hospitales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Veliz- Rojas L, Bianchetti A. Acompañamiento y cuidado holístico de enfermería en personas con enfermedades crónicas no adherentes al tratamiento. Revista electrónica Enfermería actual en Costa Rica [Internet]. 2017 [citado 29 julio 2021];(32):1–11. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n32/1409-4568-enfermeria-32-00186.pdf>
2. Escobar-Castellanos Blanca, Cid-Henriquez Patricia. El cuidado de enfermería y la ética derivados del avance tecnológico en salud. Acta bioeth. [Internet]. 2018 Jun [citado 2021 Jul 29] ; 24(1): 39-46. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-569X2018000100039&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2018000100039>.
3. Martínez Pérez Teresita, González Aragón Caridad, Castellón León Gisela, González Aguiar Belkis. El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad? Rev. Finlay [Internet]. 2018 [Consultado 28 Dic 2020]; 8(1): 59-65. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000100007&lng=es.
4. Naciones Unidas. Paz, dignidad, igualdad, en este planeta sano [Internet]. Desafíos globales. El Envejecimiento. 2019 [citado 29 julio 2021]. Disponible en: <https://www.un.org/es/global-issues/ageing>
5. Organización Mundial de la Salud. OMS. Envejecimiento y Salud. WHO [Internet]. 2018 Feb [Citado 2021 Ene 25]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
6. El abandono del adulto mayor dentro de su entorno familiar [Internet] Cuenca: Universidad de Cuenca; 2018 [Consultado 2021 Ene 25].Disponible en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/29424/1/Trabajo%20de%20titulación.Pdf>
7. Silva Fhon Jack Roberto, Gonzalez Janampa Judyth Tereza, Mas Huaman Teresa, Marques Sueli, Partezani Rodrigues Rosalina Aparecida. Sobrecarga y calidad de vida del cuidador principal del adulto mayor. Rev. Av Enferm.

- [Internet].2016 [citado 2021 Jun 15]; 34 (3):251-258. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v34n3/v34n3a05.pdf>
8. Cerquera Córdoba, Ara Mercedes, Uribe Rodríguez, Ana Fernanda, Matajira Camacho, Yeferson Jhair, Correa Gómez, Heidy Vanessa, Dependencia funcional y dolor crónico asociados a la calidad de vida del adulto mayor. *Psicogente* [Internet]. 2017; 20(38):398-409. Recuperado <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497555991014>
 9. Banchemo Serrana, Mihoff Mariángel. Personas mayores cuidadoras: sobrecarga y dimensión afectiva. *Psicol. Conoc. Soc.* [Internet]. 2017 Mayo [citado 2021 Ene 03]; 7(1): 7-35. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-70262017000100007&lng=es. Epub 31-Mayo-2017.
 10. Calderón M Diego. Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. *Rev Med Hered* [Internet]. 2018 Jul [citado 2021 Jun 07]; 29(3): 182-191. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2018000300009&lng=es. <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/rmh.v29i3.3408>.
 11. INEC. Base de datos del VII Censo de Población y VI de Vivienda, Instituto Nacional de Estadística y Censos, Ecuador. [Internet] 2010. [Citado 2021 Ene 23]. Disponible en: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/base-de-datos-censo-de-poblacion-y-vivienda/>
 12. Gálvez-Cano Miguel, Chávez-Jimeno Helver, Aliaga-Díaz Elizabeth. Utilidad de la valoración geriátrica integral en la evaluación de la salud del adulto mayor. *Rev. perú. med. exp. salud pública* [Internet]. 2016 Abr [citado 2021 Jul 29]; 33(2): 321-327. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000200018&lng=es. <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2204>.
 13. Gilces Mero, Manuel. Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial-PD Y OT 2015-2019.GAD Municipal del cantón Sucre. [Internet] 2019. [Citado 2021 Ene 07]. Disponible en:http://app.sni.gob.ec/snmlink/sni/PORTAL_SNI/data_sigad_plus/sigadplusdocumentofinal/sucre.pdf.

14. Varela Pinedo Luis F. Salud y calidad de vida en el adulto mayor. Rev. Perú. Med. Exp. Salud pública [Internet]. 2016 Abr [citado 2021 Ene 03]; 33(2): 199-201. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000200001&lng=es. <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2196>.
15. Ramírez Calixto CY, Luna Alvarez HE. La cuidadora de personas discapacitadas en Ecuador: El caso de las beneficiarias del Bono Joaquín Gallegos Lara [Internet]. Universidad y Seguridad. 2018 [citado 29 julio 2021]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202018000300098
16. Perucca Gallegos D, Campos-Romero S, Márquez-Doren F. Experiencia de participar en un programa de apoyo al trabajador/cuidador familiar de adultos mayores dependientes. Gerokomos [Internet]. 2018. [Consultado 2 Nov 2020]; 29(3). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2018000300128
17. Actualización, Manual de Geriatria para médicos [Internet]. Ministerio de Salud, gobierno de Chile. 2019 [citado 29 julio 2021]. Disponible en: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/08/2019.08.13_MANUAL-DE-GERIATRIA-PARA-MEDICOS.pdf
18. Peranovich Andrés Conrado. Enfermedades crónicas y factores de riesgo en adultos mayores de Argentina: años 2001 - 2009. Saúde debate [Internet]. 2016 June [cited 2021 Apr 13]; 40(109): 125-135. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042016000200125&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201610910>.
19. Sevilla Gómez Guadalupe, López Rodríguez del Rey María. Propuesta de preparación para cuidadores asistenciales como promotores de salud. Medisur [Internet]. 2015 Oct [citado 2021 Abr 13]; 13(5): 663-676. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2015000500014&lng=es.
20. Consejo Nacional para la Igualdad Intergeneracional (CNII). Personas adultas mayores, situación y derechos [Internet]. 2019. [Consultado 27 Dic 2020].

Disponible en: <https://www.igualdad.gob.ec/personas-adultas-mayores-situacion-y-derechos/>

21. Ortiz Arriagada Juana Beatriz, Castro Salas Manuel. Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia: contribución de enfermería. Cienc. Enferm. [Internet]. 2009 Abr [citado 2020 Dic 25]; 15(1): 25-31. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532009000100004&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532009000100004>.
22. Moreno Aguado Lenia María, Díaz Calzada Marbelia, Arteaga Prado Yanin. Accidentes en el adulto mayor de un consultorio médico. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2019 Abr [citado 2021 Jul 29] ; 23(2): 204-211. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200204&lng=es.
23. Estrella González Isabel M.^a, Torres Prados M.^a Teresa. La higiene del sueño en el anciano, una labor cercana a la enfermería. Gerokomos [Internet]. 2015 Dic [citado 2021 Abr 14]; 26(4): 123-126. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2015000400002&lng=es.
24. Guías de Práctica clínica en el SNS Ministerio de Sanidad y Política Social; Guía de Práctica Clínica para el manejo de pacientes con insomnio en Atención primaria. 1.^a ed. Madrid: Ministerio de Ciencia e Innovación; 2009. Disponible en: http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_465_Insomnio_Lain_Entr_compl.pdf
25. Quito Cabrera M del C. Capacidad funcional para desarrollar actividades básicas e instrumentales de los usuarios del Centro de atención del Adulto Mayor del IESS Loja [Internet]. Universidad Nacional Loja. 2018 [citado 29 julio 2021]. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20600/3/TESIS%20MARI A%20QUITO.pdf>
26. Villafuerte Reinante Janet, Alonso Abatt Yenny, Alonso Vila Yisel, Alcaide Guardado Yuleydi, Leyva Betancourt Isis, Arteaga Cuéllar Yoleisy. El bienestar y calidad de vida del adulto mayor, un reto para la acción intersectorial. Medisur [Internet]. 2017 Feb [citado 2021 Jul 29] ; 15(1): 85-92.

Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000100012&lng=es.

27. Navarro LF, Castilla JG. Protocolos para el cuidado básico de personas mayores. Sistema de acreditación de servicio social [Internet]. Sociedad Española de Geriátría y Gerontología. 2019 [citado 29 julio 2021]. Disponible en: https://www.segg.es/media/descargas/Protocolos_de_cuidados_basicos_para_personas_mayores_sistema_de_acreditacion_SEGG.pdf
28. Moreno Monsiváis María Guadalupe, Garza Fernández Leticia, Interrial Guzmán Ma. Guadalupe. MANEJO DE LA MEDICACIÓN EN EL ADULTO MAYOR AL ALTA HOSPITALARIA. Cienc. Enferm. [Internet]. 2013 [citado 2021 Abr 14]; 19(3): 11-20. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532013000300002&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532013000300002>
29. Chércoles López Ignacia. Valoración de los conocimientos de las enfermeras sobre úlceras por presión en cuidados intensivos. Gerokomos [Internet]. 2019 [citado 2021 Jul 29] ; 30(4): 210-216. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2019000400210&lng=es. Epub 03-Feb-2020.
30. Carbonell-Fornés Paola, Murillo-Llorente Mayte. Las úlceras por presión en gerontología: prevalencia y variables definitorias de las lesiones y pacientes. Gerokomos [Internet]. 2015 Jun [citado 2021 Abr 06]; 26(2): 63-67. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2015000200006&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2015000200006>
31. Pérez Padilla J, Nunes C. Bienestar psicológico en las personas mayores no dependientes y su relación con la autoestima y la autosuficiencia [Internet]. Ciencia & Saude Colectiva. 2019 [citado 29 julio 2021]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/csc/a/QVKmhLGvNQ7XqjjNrBxJy3x/?lang=es#ModalArticles>

ANEXOS

Anexo 1. Guía para la técnica de informantes clave.

Temáticas tratadas en reunión con el personal de salud de la Unidad Operativa Charapotó y la líder de la comunidad El Pueblito de la parroquia Charapotó, cantón Sucre.

En la parroquia Charapotó, el día martes 22 de diciembre del año 2020, siendo las 14H00 se realizó una reunión con el personal de salud de la Unidad Operativa Charapotó, con el propósito de recolectar información referente a la problemática que existe en la comunidad El Pueblito de la parroquia Charapotó, en relación a los adultos mayores, los cuales de manera muy cordial nos facilitaron con la información requerida.

Posteriormente se reunió con la líder de la comuna de El Pueblito, con el mismo objetivo de recolectar información sobre la problemática referente a los adultos mayores, y a la vez solicitar el respectivo permiso para la posterior capacitación en la casa comunal de esta comunidad, petición que fue aceptada de forma altruista y colaboradora.

Las interrogantes sobre la temática tratada en la reunión fueron:

- ¿Existe en la comunidad personal o cuidadores no profesionales dedicados al cuidado de los adultos mayores?
- ¿En la comunidad las autoridades de salud brindan capacitación sobre el cuidado del adulto mayor?
- ¿En la comunidad, quienes cuidan a los adultos mayores?
- ¿Cuál cree Ud. que serían los problemas que impiden realizar el cuidado de los adultos mayores?
- Conoce Ud. si las personas que están a cargo de cuidar a los adultos mayores tienen conocimientos básicos de salud o están capacitadas sobre:

Conocimiento sobre prevención de enfermedades en adultos mayor, alimentación saludable y nutritiva, prevención de accidentes en el hogar, uso y dosificación de medicamentos, prevención y tratamientos de úlceras por presión actividades de recreación para motivar al adulto mayor, etc.

Anexo 2. Entrevista estructurada



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE ENFERMERÍA



ENTREVISTA ESTRUCTURADA

Tema: “Promoción sobre el cuidado del Adulto Mayor a Cuidadoras No Profesionales. Parroquia Charapotó, Cantón Sucre”	
Lugar: Comuna El Pueblito, parroquia Charapotó	Fecha: Noviembre/2020
Objetivo: Promocionar el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales en la parroquia Charapotó del cantón Sucre, provincia de Manabí.	
Estimado señor (a): Este estudio pretende obtener información relevante con la finalidad de obtener datos confiables en este trabajo comunitario. Se garantiza la confidencialidad de su participación. Su respuesta es de mucho valor, por consiguiente le pedimos que responda de la manera más sincera. . -----	
1. ¿Existe en su comunidad personal o cuidadores no profesionales que realicen esta tarea?	
2. ¿Cuál cree usted que serían los problemas que impiden realizar el cuidado de los adultos mayores? O TIEMPO O RECURSOS MATERIALES O RECURSOS FINANCIEROS	
3. ¿Ha recibido usted en su comunidad educación o capacitación por parte de personal de salud sobre el cuidado de adultos mayores?	
4. ¿Tiene usted conocimiento sobre el cuidado de adultos mayores?	
5. ¿Conoce usted o tiene conocimiento sobre cómo prevenir accidentes en el hogar en los adultos mayores?	
6. ¿Conoce usted sobre que cuidados o consejos son importantes en la alimentación del adulto mayor?	
7. ¿Tiene usted conocimiento sobre la importancia de los medicamentos en los adultos mayores?	
8. ¿Conoce usted sobre la importancia de la realización de actividades de recreación en los adultos mayores para estimular y fortalecer habilidades y destrezas en ellos?	
9. ¿Tiene usted conocimiento sobre la prevención y cuidados de las úlceras por presión en los adultos mayores?	
10. ¿Cree usted que es importante capacitarse en temas relacionados al adulto mayor?	

Anexo 3. Consentimiento informado



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE BIOÉTICA DE LA FACULTAD
DE CIENCIAS DE LA SALUD
(CB-FCS-UTM)**



CONSENTIMIENTO INFORMADO

A través del presente documento se solicita su participación en una investigación. Se le explicará en este documento sobre los objetivos, procedimientos, beneficios y riesgos de la participación en esta investigación con la finalidad que Ud. libremente decida.

Esta investigación está siendo realizada por CARLOS ALFONSO GILCES CHÁVEZ con CI: 131388255-5, y VERÓNICA ELIZABETH CEDEÑO LÓPEZ con C.I.: 131322286-9, estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí, CARRERA DE ENFERMERÍA.

OBJETIVOS Y BENEFICIOS

El objetivo de este estudio es promocionar el cuidado del adulto mayor a las cuidadoras no profesionales de la comunidad El Pueblito de la parroquia Charapotó del cantón Sucre mediante estrategias de educación y la ejecución de un plan de intervención

Se lo invita a participar en el estudio debido a que los adultos mayores de la comunidad el Pueblito de la parroquia Charapotó son una población susceptible ya sea por su estado avanzado de edad o enfermedades que padecen y en donde el rol del cuidador no profesional desempeña un papel muy importante, debido a que son ellos los se encargan de su cuidado. Aproximadamente 12 cuidadoras no profesionales formarán parte de este proyecto de desarrollo comunitario.

La información que se obtenga con esta investigación puede ser de gran utilidad para nosotros como autores del proyecto comunitario ya que nos dará las pautas para actuar y brindar los conocimientos necesarios a las cuidadoras no profesionales de la comunidad el Pueblito de la parroquia Charapotó y de esta manera promover los conocimientos en el cuidado del adulto mayor y sus familiares.

PROCEDIMIENTOS

El proyecto comunitario consiste en promocionar los cuidados en el adulto mayor a las cuidadoras no profesionales mediante la aplicación de una entrevista estructurada para obtener información sobre el cuidado de los adultos mayores y obtener el grado de

conocimientos de los mismos. Posteriormente se realizará una capacitación y educación para fortalecer los conocimientos en las cuidadoras no profesionales

Si hay alguna pregunta en la entrevista que no quiera responder podrá negarse a hacerlo sin ningún problema

RIESGOS, STRESS O INCOMODIDA

Algunas personas pueden sentirse algo incómodo cuando responden a entrevistas.

CONFIDENCIALIDAD Y PRIVACIDAD

La participación de Ud. es confidencial. A cada participante en la investigación se le asignará un código. Sólo el investigador principal tendrá acceso a la lista de nombres con los códigos, esta lista será guardada bajo llave en un lugar seguro.

INFORMACION ADICIONAL

La participación en este estudio es totalmente voluntaria. Es decir, no tiene que participar en este estudio si no lo desea. En el caso que quiera participar se le dará una copia de este documento. Asimismo, si Ud. desea retirarse de la investigación, podrá hacerlo en cualquier momento sin ningún problema, lo importante es que se sienta cómodo(a) y seguro(a) con la decisión sobre su participación en la investigación.

AFIRMACION DEL PARTICIPANTE

Se me ha explicado acerca de esta investigación y autorizo mi participación. Yo tengo la facultad de hacer preguntas. Si tengo alguna pregunta con respecto a la investigación puedo comunicarme con CARLOS ALFONSO GILCES CHÁVEZ y VERÓNICA ELIZABETH CEDEÑO LÓPEZ. Asimismo, si tengo preguntas con respecto a mis derechos como participante, puedo llamar al Comité de Bioética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UTM.

Portoviejo, 18 de enero 2021

Firma del participante

Anexo 4. Carta de Confidencialidad

Portoviejo, 09 de febrero del 2021

Sra. Luz María Sánchez Conforme
Líder de la Comuna El Pueblito de Charapotó. Sucre

CARTA DE CONFIDENCIALIDAD

Nosotros, Carlos Alfonso Gilces Chávez con C.I:131388255-5, Verónica Elizabeth Cedeño López con C.I.: 131322286-9, estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Técnica de Manabí, nos comprometemos a restringir el acceso a la información confidencial solo a aquellas personas vinculadas al proyecto en calidad de investigadores y/o autores del trabajo de titulación y que tengan necesidad de conocer para el desarrollo del proyecto, y por lo tanto a mantener en la más estricta confidencialidad y no revelar a otras personas físicas o jurídicas cualquier información confidencial , en cualquier formato ni con otros fines distintos al proyecto.

Atentamente:



firmado electrónicamente por:
**CARLOS ALFONSO
GILCES CHAVEZ**

Carlos Alfonso Gilces Chávez
Estudiante de enfermería
Correo: cgilces2555@utm.edu.ec

Verónica Elizabeth Cedeño López
Estudiante de enfermería
Correo: vcedeno2869@utm.edu.ec

Anexo 5. Aprobación del Comité de Bioética



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



COMITÉ DE BIOÉTICA FCS-UTM

CONSTANCIA CB-067-21

El Secretario del Comité de Bioética (CB-FCS-UTM) de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UTM hace constar que el proyecto de investigación señalado a continuación fue **REVISADO** por el Comité de Bioética.

Título del Proyecto:

"Promoción sobre el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales. Parroquia Charapotó, Cantón Sucre",

Código de inscripción: **PTE-21-21**

Estudiante(s): CARLOS ALFONSO GILCES CHÁVEZ Y
VERÓNICA ELIZABETH CEDEÑO LÓPEZ

RUTA ADMINISTRATIVA DEL DOCUMENTO: PTE-21-21					
RECEPCIÓN:	18-01-21	ENVÍO A PARES:	18-01-21	REVISIÓN DE PARES:	21-01-21
					29-01-21
ENVÍO A ESTUDIANTES	21-01-21	RECEPCIÓN DE PROYECTO CORREGIDO:	22-01-21	EMISIÓN DE CONSTANCIA:	08-02-21
OBSERVACIONES:					

La revisión incluyó los documentos finales descritos a continuación:

- Protocolo de investigación
- Carta de confidencialidad
- Carta de declaración de no tener conflicto de interés

Concluyendo que cumple con la mayoría de los estándares de la carrera, y de la universidad, los lineamientos científicos y éticos, el balance riesgo beneficio, la confidencialidad de los datos, entre otros.

Cualquier enmienda, desviaciones, eventualidad deberá ser reportada de acuerdo a los plazos y normas establecidas. El estudiante reportará el progreso del estudio y alcanzará un informe al término de este. La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **08 de FEBRERO 2022**. Si aplica, los términos para su renovación deberán iniciarse por lo menos 30 días previos a su vencimiento.

Portoviejo, 08 de febrero de 2021

Secretario del Comité

C.c. Archivo de carrera.

Anexo 6. Carta para declaración de no tener conflicto de intereses



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE BIOÉTICA DE LA FACULTAD
DE CIENCIAS DE LA SALUD
(CB-FCS-UTM)**



CARTA PARA DECLARACIÓN DE NO TENER CONFLICTO DE INTERESES

Los abajo firmantes, autores del proyecto de investigación titulado “PROMOCIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR A CUIDADORAS NO PROFESIONALES. PARROQUIA CHARAPOTO, CANTON SUCRE”, con número de registro Oficio N° 1193 HCD-FCS-UTM, declaramos no tener ningún tipo de conflicto de intereses, ni ninguna relación económica, personal, política, interés financiero ni académico que pueda influir en nuestro juicio. Declaramos, además, no haber recibido ningún tipo de beneficio monetario, bienes ni subsidios de alguna fuente que pudiera tener interés en los resultados de esta investigación.

Asimismo, las personas o instituciones que hayan participado en la recolección y análisis de la información, o en la preparación del manuscrito (en caso de que las hubiera), han sido identificadas en los agradecimientos y han aceptado dicha mención; en caso de tratarse de un estudio con seres humanos, manifestamos que se obtuvo la aprobación del HCD de la Facultad.

Atentamente,

Autor 1

FIRMA:

NOMBRE: Carlos Alfonso Gilces Chávez

DIRECCIÓN: Charapotó

CIUDAD Y PAIS: CHARAPOTO - ECUADOR

TELÉFONO: 0991752545

E-MAIL: cgilces2555@utm.edu.ec



Firmado electrónicamente por:
**CARLOS ALFONSO
GILCES CHAVEZ**

Autor 2

FIRMA:

NOMBRE: Verónica Elizabeth Cedeño López

DIRECCIÓN: Chone

CIUDAD Y PAIS: CHONE- ECUADOR

TELÉFONO: 0997794395

E-MAIL: vcedeno2869@utm.edu.ec



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE BIOÉTICA DE LA FACULTAD
DE CIENCIAS DE LA SALUD
(CB-FCS-UTM)**



Anexo 6. CARTA PARA DECLARACIÓN DE NO TENER CONFLICTO DE INTERESES

Los abajo firmantes, autores del proyecto de investigación titulado “PROMOCIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR A CUIDADORAS NO PROFESIONALES. PARROQUIA CHARAPOTO, CANTON SUCRE”, con número de registro Oficio N° 1193 HCD-FCS-UTM, declaramos no tener ningún tipo de conflicto de intereses, ni ninguna relación económica, personal, política, interés financiero ni académico que pueda influir en nuestro juicio. Declaramos, además, no haber recibido ningún tipo de beneficio monetario, bienes ni subsidios de alguna fuente que pudiera tener interés en los resultados de esta investigación.

Asimismo, las personas o instituciones que hayan participado en la recolección y análisis de la información, o en la preparación del manuscrito (en caso de que las hubiera), han sido identificadas en los agradecimientos y han aceptado dicha mención; en caso de tratarse de un estudio con seres humanos, manifestamos que se obtuvo la aprobación del HCD de la Facultad.

Atentamente,

Autor 1

FIRMA:

NOMBRE: Carlos Alfonso Gilces Chávez

DIRECCIÓN: Charapotó

CIUDAD Y PAIS: CHARAPOTO - ECUADOR

TELÉFONO: 0991752545

E-MAIL: cgilces2555@utm.edu.ec



Firmado electrónicamente por:
**CARLOS ALFONSO
GILCES CHAVEZ**

Autor 2

FIRMA:

NOMBRE: Verónica Elizabeth Cedeño López

DIRECCIÓN: Chone

CIUDAD Y PAIS: CHONE- ECUADOR

TELÉFONO: 0997794395

E-MAIL: vcedeno2869@utm.edu.ec

Anexo 7. Carta de Compromiso

Portoviejo, 09 de febrero del 2021

Sra. Luz María Sánchez Conforme
Líder de la Comuna El Pueblito de Charapotó. Sucre

CARTA DE COMPROMISO

Nosotros, Carlos Alfonso Gilces Chávez con C.I:131388255-5, Verónica Elizabeth Cedeño López con C.I.: 131322286-9, estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Técnica de Manabí, nos comprometemos a entregar a la Comuna El Pueblito de Charapotó, una copia del trabajo final del Proyecto de modalidad Desarrollo Comunitario **“Promoción sobre el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales. Parroquia Charapotó, Cantón Sucre”**

Atentamente:



Firmado electrónicamente por:
**CARLOS ALFONSO
GILCES CHAVEZ**

Carlos Alfonso Gilces Chávez
Estudiante de enfermería
Correo: cgilces2555@utm.edu.ec



Verónica Elizabeth Cedeño López
Estudiante de enfermería
Correo: vcedeno2869@utm.edu.ec

Anexo 8. Autorización de la líder comunitaria para desarrollar el trabajo de titulación

Charapotó 17 de Febrero de 2021

Asunto: Respuesta a oficio N°. 071- VCE-FCS-UTM referente solicitud de autorización para desarrollar trabajo de titulación.

MG. ANGELA BRIONES MERA
VICEDECANA DE LA CARRERA DE ENFERMERIA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

De mi consideración:

Entendiendo a su oficio N°. 071- VCE-FCS-UTM con fecha de 17 de febrero del 2021 dirigido hacia mi persona con la finalidad de solicitar autorización para llevar a cabo proyecto de Desarrollo Comunitario con el tema "**Promoción sobre el cuidado del adulto mayor a cuidadoras no profesionales. Parroquia Charapotó, Cantón Sucre**", tengo a bien comunicar que: la Comuna El Pueblito de Charapotó del Cantón Sucre es una comunidad que necesita este tipo de intervenciones para el beneficio de las personas que los habitan; por consiguiente se autoriza a los estudiantes **Carlos Alfonso Gilces Chávez con C.I.:131388255-5, Verónica Elizabeth Cedeño López con C.I.: 131322286-9** el permiso correspondiente para que puedan asistir a nuestra comunidad a realizar el proyecto anteriormente mencionado.

Con sentimientos de distinguida consideración.

Atentamente:



Sra. Luz María Sánchez Conforme

Líder de la Comuna El Pueblito de Charapotó
C.I.:1303452484

