



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TÍTULO DEL TRABAJO

**PRÁCTICA PSICOPEDAGÓGICA PARA EL
DESARROLLO EMOCIONAL DE ADULTOS MAYORES**

AUTOR

Lic. Ángela Rosario Flores Tomalá

TRABAJO DE TITULACIÓN EN MODALIDAD

EXAMEN DE CARÁCTER COMPLEXIVO

**Previo a la obtención del grado académico en
MAGÍSTER EN PSICOPEDAGOGÍA**

TUTORA

Ph.D. Lianet Alonso Jiménez

Santa Elena, Ecuador

Año 2025



UPSE

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**Ing. Michell Garzón Fuentes. Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**Ph.D. Lianet Alonso Jiménez
TUTORA**

**Ph.D. Marcia Ullauri Carrión
ESPECIALISTA 1**

**Ph.D. Joseph Taro.
ESPECIALISTA2**

**Abg. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN:

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por la Maestrante Ángela Rosario Flores Tomalá, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Psicopedagogía.

Atentamente,

PhD. Lianet Alonso Jiménez
C.I. 0959359902
TUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Ángela Rosario Flores Tomalá

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, “**PRÁCTICA PSICOPEDAGÓGICA PARA EL DESARROLLO EMOCIONAL DE ADULTOS MAYORES**”, previo a la obtención del título en Magíster en Psicopedagogía, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 14 días del mes de mayo del año 2025

Lic. Ángela Flores Tomalá
C.I. 0918672627
AUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, Ángela Rosario Flores Tomalá

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de la investigación con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este informe de investigación dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 14 días del mes de mayo del año 2025

Lic. Ángela Flores Tomalá
C.I. 0918672627
AUTOR

ÍNDICE

TÍTULO DEL TRABAJO	I
MAGÍSTER EN PSICOPEDAGOGÍA	I
TRIBUNAL DE GRADO	II
DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD	IV
AUTORIZACIÓN	V
CERTIFICACIÓN DE ANTIPLAGIO	VI
ÍNDICE	VII
AGRADECIMIENTO	X
DEDICATORIA	XI
RESUMEN	XII
ABSTRACT	XIII
1. INTRODUCCIÓN	1
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
OBJETIVO GENERAL	3
Objetivos específicos	3
2. REVISIÓN DE LA LITERATURA	3
1.1 Práctica psicopedagógica	3

2.1. Práctica psicopedagógica en el contexto del envejecimiento.....	5
1.2 Desarrollo Emocional.....	6
1.3 Desarrollo emocional en adultos mayores	7
1.4 Adulto mayor.....	7
Envejecimiento activo	8
INVESTIGACIONES EMPÍRICAS.....	9
Contexto Internacional	9
Contexto Nacional.....	9
3. METODOLOGÍA.....	10
3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	11
Instrumentos y técnicas de investigación.....	12
-Observación:	13
Población y Muestra.....	13
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	15
Resultado 4: Discusión de los resultados.....	21
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	24
Conclusiones.....	24
Recomendaciones	25
ANEXOS.....	29
Anexo 1. Guía de entrevista.....	29
Anexo 2. Guía de observación.....	30

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Método para realizar el trabajo	14
Tabla 2. Estructura de la Práctica Psicopedagógica Integradora	17
Tabla 3. Actividades programadas.....	19

AGRADECIMIENTO

Agradezco de todo corazón a Dios, por iluminar mi camino y brindarme inteligencia y sabiduría para continuar cada día de la mejor manera posible.

A mi familia, y en especial a mis hijos, quienes han sido el motor principal en mi vida y una fuente constante de motivación para alcanzar mi anhelado ideal de superación profesional.

A la PhD. Lianet Alonso Jiménez, por su valiosa orientación y los conocimientos impartidos durante la realización del presente trabajo de titulación.

Al Instituto de Posgrado y a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, por brindarme la oportunidad de continuar formándome en este noble camino de la educación.

A los adultos mayores, por permitirme trabajar con ellos y enriquecerme con sus experiencias y sabiduría.

Angela Flores Tomala.

DEDICATORIA

A Dios, por haber sido mi guía, por darme la sabiduría y la fuerza necesarias para realizar el presente trabajo de investigación y llegar a este momento tan importante en mi formación profesional.

A mi madre Sofia Tomalá y a mi padre, Hermógenes Flores Catuto, quien, aunque no está físicamente conmigo, sé que desde el cielo me envía su bendición.

A toda mi familia, y en especial a mis hijos, Kelvin y Denny Rosales, por ser mi inspiración durante este tiempo de estudio, por acompañarme siempre y brindarme su apoyo incondicional en todo momento.

A todas las personas que, de una u otra forma, me motivaron cuando por alguna razón sentía que quería rendirme y dejar todo atrás.

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo abordar de manera integral dos variables relacionadas con el bienestar de adultos mayores: la práctica psicopedagógica y el desarrollo emocional. En el contexto actual, marcado por un notable incremento demográfico de adultos mayores a nivel global, se vuelve esencial comprender cómo las estrategias psicopedagógicas pueden influir en el desarrollo emocional de adultos mayores.

La práctica psicopedagógica es la combinación de estrategias pedagógicas y psicosociales que constituye un rol importante en el desarrollo emocional del adulto mayor, es decir que al implementar una práctica psicopedagógica con elementos educativos y psicosociales favorecen en el bienestar del desarrollo emocional de los adultos.

La práctica tiene como objetivo mejorar la estimulación del desarrollo emocional del adulto mayor, del barrio paraíso cantón salinas, mantener la autoestima positivo, mejorar la autoconfianza ante los desafíos que se enfrentan, motivando a la participación activa de este grupo etario.

Palabras claves: Desarrollo Emocional Adulto Mayor, Estimulación.

ABSTRACT

The research aimed to comprehensively address two variables related to the well-being of older adults: psychopedagogical practice and emotional development. In the current context, marked by a significant global demographic increase in older adults, it becomes essential to understand how psychopedagogical strategies can influence their emotional development.

Psychopedagogical practice, as a combination of pedagogical and psychosocial strategies, plays a key role in the emotional development of older adults. Implementing such practices with educational and psychosocial elements contributes to the well-being of their emotional development.

The practice aims to enhance the stimulation of emotional development in older adults from the Paradise neighborhood, Salinas canton, by fostering positive self-esteem, improving self-confidence in facing life challenges, and encouraging active participation among this age group.

Keywords: Emotional Development, Older Adults, Stimulation

1. INTRODUCCIÓN

La presente investigación tiene como objetivo abordar de manera integral dos variables relacionadas con el bienestar de adultos mayores: la práctica psicopedagógica y el desarrollo emocional. En el contexto actual, marcado por un notable incremento demográfico de adultos mayores a nivel global (Organización Mundial de la Salud, 2021), se vuelve esencial comprender cómo las estrategias psicopedagógicas pueden influir en el desarrollo emocional de adultos mayores.

Según (Pérez y Gómez, 2022) la práctica psicopedagógica es la combinación de estrategias pedagógicas y psicosociales que constituye un rol importante en el desarrollo emocional del adulto mayor, es decir que al implementar una práctica psicopedagógica con elementos educativos y psicosociales favorecen en el bienestar del desarrollo emocional de los adultos.

El presente trabajo desarrolló una práctica psicopedagógica, esta práctica tiene como objetivo mejorar la estimulación del desarrollo emocional del adulto mayor, del barrio paraíso cantón salinas, mantener la autoestima positivo, mejorar la autoconfianza ante los desafíos que se enfrentan, motivando a la participación activa de este grupo etario.

García y López (2020) manifiestan que la implementación de prácticas psicopedagógicas beneficia en forma positiva a los adultos mayores ante los desafíos que surgen durante su proceso de envejecimiento, la práctica es una herramienta que facilita el desarrollo de resiliencia, permitiendo que los adultos además de superar barreras sociales también se integren activamente en el entorno comunitario.

La aplicación de una práctica psicopedagógica destinada a estimular el desarrollo emocional implica reflexionar detenidamente acerca los modelos de intervención. Las destrezas están enfocadas a identificar las necesidades de esta población, promoviendo la autonomía e impulsando una participación activa en la sociedad.

El desarrollo emocional es un proceso dinámico e integral que se inicia en la infancia y se consolida a lo largo de la vida. Es decir que es el proceso por el cual una persona adquiere la capacidad para reconocer, comprender, expresar y regular sus propias emociones, al mismo tiempo que identifica y responde adecuadamente a las emociones de los demás. Este conjunto de habilidades es fundamental para establecer relaciones interpersonales saludables, fortalecer el autoconcepto y favorecer el crecimiento personal y social (Saami, 1999).

Estudios de Fernández y Extremera, (2004) han evidenciado que el desarrollo emocional influye en la adaptación social y en el bienestar psicológico de los

individuos, lo que subraya su importancia en el ámbito educativo y en la formación de relaciones interpersonales saludables.

De la misma forma el desarrollo emocional se ve afectado en la persona adulta mayor cuando a pesar de sentirse activos dependen obligadamente de otras personas para realizar actividades de la vida diaria, esto debido a su estado de salud. Esta percepción de pérdida de autonomía afecta directamente de manera negativa su autoestima (Zambrano y Delgado, 2022).

La implementación de actividades basadas en prácticas psicopedagógicas permite el mejoramiento de la estimulación del desarrollo emocional en adultos mayores representando una estrategia fundamental para prevenir alteraciones emocionales fomentando un envejecimiento activo asegurando el bienestar individual y social. (Martinez y García, 2022).

Al respecto, García y López (2020) resaltan que la participación en programas diseñados para mejorar la estimulación emocional en los individuos puede reducir significativamente los síntomas de depresión. Asimismo, se observa que fortalecer las habilidades como la resiliencia y la comunicación asertiva contribuye a una mayor satisfacción personal y a un mejor manejo de las adversidades propias del proceso de envejecimiento.

Por ello, es fundamental implementar prácticas psicopedagógicas integrales, ya que estas estrategias no solo facilitan la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades, sino que también fortalecen la capacidad emocional y la resiliencia. En definitiva, una intervención psicopedagógica beneficia a los adultos mayores permitiendo que mantengan su autonomía, sientan que son valorados y participen activamente en la sociedad, lo que repercute de manera positiva en su bienestar integral y calidad de vida.

En el contexto ecuatoriano las prácticas basadas en las psicopedagogías orientadas al desarrollo emocional de los adultos mayores se han sido tomado como programas comunitarios, buscando promover el manejo de emociones, construyendo vínculos afectivos. Este enfoque reconoce la importancia que tiene el desarrollo emocional en fomentar bienestar integral y autonomía en las personas adultas mayores siendo resilientes con los cambios que enfrentes asociados al envejecimiento (Tenreiro et al., 2020). Además, el enfoque basado en la participación activa de los adultos permite potenciar la capacidad para regular sus emociones mejorando el desarrollo emocional. La evidencia sugiere que, cuando se favorece la interacción social y el intercambio de experiencias, se reducen significativamente los sentimientos de soledad y exclusión. Sin embargo, en regiones específicas como el cantón Salinas se ha observado una baja participación en estos espacios, lo que podría agravar sentimientos de aislamiento y debilitar la salud emocional de los adultos mayores (Ramírez, 2020).

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso Cantón Salinas?

OBJETIVO GENERAL

Valorar la contribución de una práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas.

Objetivos específicos

- Fundamentar teóricamente la contribución de la práctica psicopedagógica al desarrollo emocional de adultos mayores.
- Caracterizar el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso del Cantón Salinas.
- Elaborar una práctica psicopedagógica con actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso del Cantón Salinas.
- Aplicar una práctica psicopedagógica orientada realizara actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores en el barrio Paraíso del Cantón Salinas.

2. REVISIÓN DE LA LITERATURA

1.1 Práctica psicopedagógica

Carrasco (2019) define la práctica psicopedagógica como “un conjunto de estrategias y técnicas diseñadas para facilitar el aprendizaje y el desarrollo personal” p. (45). Alineado con esta definición, Meyer (2003), argumenta que estas prácticas deben ser adaptativas y centradas en el individuo, promoviendo un ambiente de aprendizaje positivo.

Según Mauri et al. (2004) la práctica psicopedagógica abarca un conjunto de estrategias y acciones que los especialistas en el área implementan para favorecer y perfeccionar los procesos de aprendizaje, tanto a nivel individual como colectivo. Las actividades psicopedagógicas se fundamentan en el entendimiento de las dinámicas emocionales y sociales contribuyen de manera positiva en el aprendizaje, también permite detectar y abordar problemáticas presentadas eventualmente.

Para incentivar la estimulación del desarrollo emocional en los adultos mayores, es importante que se implementen varias actividades que promuevan la interacción social, la creatividad y el bienestar integral Lizano S. (2014) destaca las siguientes:

- **Juegos de Mesa y Cartas:** En los juegos de mesas se encuentra el ajedrez, las damas, el domino, las cartas, bingos, con estas actividades favorecen a la estimulación emocional y el desarrollo de habilidades sociales.
- **Actividades Artísticas:** En esta área se realizan trabajos hechos con pinturas, dibujos, manualidades, permitiendo resaltar la expresión creativa y emocional.
- **Actividades Musicales:** Incluyen el canto, así como también escuchar música, la musicoterapia estas actividades permite recordar emociones positivas y recuerdos significativos.
- **Juegos de Estimulación Cognitiva:** Ejercicios como crucigramas, sudokus, rompecabezas y juegos de memoria, que potencian la agilidad mental y la concentración.

La integración de estas actividades no solo enriquece la experiencia diaria de los adultos mayores, sino que también contribuye de manera significativa al fortalecimiento de su desarrollo emocional y a la mejora de su calidad de vida.

Por ello, Pérez y Gómez (2023) destacan la importancia de personalizar estas estrategias para atender las necesidades específicas de cada individuo, lo que incrementa la eficacia de aplicar actividades que estimulen el desarrollo de adultos mayores a mediante la práctica psicopedagógica.

En esta línea las actividades en prácticas psicopedagógicas deben considerar la diversidad de experiencias y contextos de los adultos mayores, fundamental implementar actividades prácticas lúdicas, cognitivas y emocionales, así como la capacitación de profesionales en metodologías psicopedagógicas específicas para la tercera edad (Sánchez y Morales, 2022).

Así mismo es importante la colaboración entre instituciones educativas, de salud y organizaciones comunitarias resulta importante para establecer estrategias integrales que aporten de forma positiva el impacto en el mejorar la estimulación del desarrollo emocional en los adultos mayores (Torres , 2021).

De igual forma la integración de la práctica psicopedagógica para estimular el desarrollo emocional constituye una estrategia prometedora para enfrentar los desafíos del envejecimiento (Torres , 2021). Las intervenciones basadas en este enfoque no solo facilitan el aprendizaje y la actualización de conocimientos, sino que también

fortalecen la capacidad de autorregulación emocional, reducen el aislamiento y promueven la autonomía en este grupo etario.

2.1. Práctica psicopedagógica en el contexto del envejecimiento

La práctica psicopedagógica en la educación no formal está totalmente consolidada, se conoce bien el perfil de los profesionales, psicólogos, psicopedagogos y pedagogos que desarrollan el asesoramiento psicopedagógico en la educación, y se han llegado a desarrollar marcos legales sobre las funciones y roles (Font et al., 2014)

Hernández (2021) indica que las prácticas psicopedagógicas deben adaptarse a las particularidades de cada individuo, considerando su historia de vida, su nivel de autonomía y sus contextos socioculturales. Esta adaptación es fundamental para obtener un aprendizaje positivo, ya que permite que se reconozca a los adultos mayores como personas que aportan en el cambio y no solamente como personas que reciben de forma pasiva la información.

Pérez y Gómez (2023) promueven un enfoque que se centra en la persona y que combinan estrategias pedagógicas con intervenciones psicosociales, lo que facilita la actualización en conocimientos y adquirir habilidades emocionales.

Según Alonso et al. (2021) la aplicación de actividades psicopedagógicas basadas en estrategias educativas adaptadas favorece la adquisición de habilidades cognitivas y sociales. Estas actividades, que incluyen talleres, dinámicas grupales y ejercicios de autorreflexión, se han mostrado eficaces para mejorar la autoestima y la sensación de pertenencia a la comunidad. En línea con esta perspectiva, Jiménez y Rodríguez, (2021) señalan que el fortalecimiento del desarrollo emocional es logrado mediante intervenciones que promueven la gestión de emociones y la construcción de vínculos afectivos, reduciendo los síntomas de ansiedad y depresión de la población adulta mayor.

Al aplicar estos enfoques permiten obtener resultados positivos de una visión integral del bienestar del adulto mayor, la educación y el apoyo emocional se combinan para promover un desarrollo holístico. Es decir que el envejecimiento activo de las personas adultas mayores no solo se orienta en la salud física, sino que también afecta la salud mental, emocional y social. A través de la implementación de prácticas psicopedagógicas, como se menciona en los estudios de investigación, favorece de forma positiva que se aborden las necesidades específicas que presentan los adultos mayores. Al fomentar un aprendizaje significativo y la adquisición de habilidades cognitivas y sociales, se empodera a los adultos mayores para que sigan siendo miembros activos y valiosos de la sociedad.

Luque-Reca et al., (2016) afirman que durante el envejecimiento las personas presentan cambios importantes en el aspecto emocional, en esta etapa que se evidencia

las emociones, las mismas que pueden ser experimentadas en los últimos años de vida del adulto mayor. Al respecto, Delhom (2019) indica que las emociones negativas se observan con menor frecuencia y estas pueden ser controladas.

La integración de la práctica psicopedagógica y el desarrollo emocional permite abordar de forma holística las problemáticas que enfrentan los adultos mayores. Al potenciar sus capacidades emocionales y cognitivas, estas intervenciones favorecen, a largo plazo, la resiliencia, reducen los niveles de aislamiento y promueven una mayor integración social, aspectos fundamentales para alcanzar un envejecimiento pleno y satisfactorio (Martínez y García, 2022).

El desarrollo emocional aquel proceso que acompaña a las personas durante toda su vida desde niño hasta llegar a la edad adulta. Durante este proceso las personas aprenden a identificar y expresar sus emociones como lo indican Bowlby J (1969) y Saarni (1999). Es decir, no solo identifican sus estados emocionales sino de los demás estableciendo relaciones estables y adaptarse a su entorno social.

Cabe destacar que el desarrollo emocional no es un fenómeno aislado, sino un sistema interdependiente que fusiona lo biológico, lo psicológico y lo social, actuando como eje articulador de la experiencia humana. Su análisis revela que, más allá de ser un constructo teórico, es una herramienta vital para navegar desafíos individuales y colectivos.

1.2 Desarrollo Emocional.

Bowlby (1969) y Saarni (1999) mencionan que el desarrollo emocional es un proceso que abarca la capacidad de reconocer, expresar, regular y comprender las emociones propias y ajenas, desde la infancia hasta la adultez. Esto se construye a través de relaciones sociales, experiencias personales y factores biológicos, es esencial para el bienestar psicológico y la adaptación al entorno, es decir que el desarrollo emocional es un pilar importante para fortalecer la autorregulación y la conexión social. Este estudio integra perspectivas evolutivas, cognitivas y socioculturales.

El desarrollo emocional se sostiene en la empatía, es aquello que permite ponerse en el lugar del otro, de esta manera comprender con más claridad las emociones y perspectivas, así fortalecer la base para establecer vínculos positivos y fomentar relaciones interpersonales estables. También, este crecimiento emocional se manifiesta desde la etapa infantil, y continúa a lo largo de toda la vida, donde cada experiencia, relación y situación aporta desafío, así como oportunidades únicas para el beneficio personal. (Centro Multidisciplinar. Areté, 2023).

El desarrollo emocional, está estrechamente vinculado con la empatía permitiendo establecer relaciones interpersonales positivas, así como también la regulación emocional y la toma de decisiones. Este proceso permite desarrollar competencias

socioemocionales adaptándose a entornos dinámicos, atractivos, fortaleciéndoles para enfrentar situaciones difíciles. En este sentido, el desarrollo emocional debe considerarse un pilar fundamental en la formación las personas, impulsando el bienestar personal y social durante su etapa de vida.

1.3 Desarrollo emocional en adultos mayores

El desarrollo emocional en la tercera edad se ha convertido en una variable central en las investigaciones de gerontología y psicología, ya que influye directamente en la calidad de vida y el bienestar integral de los adultos mayores (Ramírez, 2020). Además, el envejecimiento se asocia con sentimientos de soledad, depresión y ansiedad, los cuales son consecuencia tanto de cambios biológicos como de la pérdida de roles sociales y la disminución de la red de apoyo (Zambrano y Delgado, 2022).

Fortalecer el desarrollo emocional se vuelven parte primordial para evitar efectos negativos frente al asilamiento y dependencia, utilizar estrategias que vayan orientadas en la regulación emocional y resiliencia permitiendo mejorar su autoestima y mantener relaciones interpersonales (Martínez y García , 2022). Por otra parte, se evidencia que la intervención temprana y la aplicación de actividades prácticas aportan a disminuir el riesgo de deterioro emocional, contribuyendo a un envejecimiento activo (Torres , 2021).

Las investigaciones con enfoque teóricos indican que el desarrollo emocional es proceso bidireccional en la que se evidencian factores internos (referido a la personalidad y estados emocionales) y externos (ambiente familiar y comunitario). Esta perspectiva integral permite comprender que la intervención con prácticas psicopedagógicas en el área emocional debe ir acompañada de habilidades que fortalezcan tanto las destrezas personales en el entorno social de los adultos mayores (Sánchez y Morales, 2022).

1.4 Adulto mayor

Erikson (2000) plantea que la etapa de la vejez inicia desde los 65 años en adelante y además que ha contemplado elementos personales y culturales. En su teoría el autor señala que las personas enfrentan situaciones de integridad y la desesperación, donde los adultos desarrollan cualidades importantes ante situaciones adversas manteniendo la prudencia y una sabiduría que permite comprender de forma positiva ante cualquier situación.

Según Olaya (2008) la vejez es una de las etapas de la vida, la última, en la que el ser humano ha desarrollado plenamente su vínculo con el mundo. En este periodo, ha alcanzado una madurez integral gracias a la acumulación de experiencias vividas y momentos disfrutados.

Rodríguez K (2011) señala:

La etapa de vejez el ser humano ha sido el resultado del desarrollo del proceso del ciclo vital, el cual ha estado enmarcado por las características de lo que ha vivido a lo largo de sus etapas a nivel individual, social, desde su historia de salud y de los determinantes de ésta estilos de vida, biología, sistemas de salud, ambiente. (p. 1)

Desde la perspectiva de Papalia et al (2009), es importante adoptar una perspectiva positiva sobre la vejez, reconociéndola como una etapa natural de desarrollo que conlleva tanto desafíos como oportunidades. De modo que no debe ser asumida como una enfermedad, aun cuando su llegada implica, en la generalidad de los casos, el natural deterioro de condiciones físicas y emocionales, esta fase también implica la posibilidad de adquirir nuevas habilidades intelectuales y disfrutar mayor tiempo libre, en lugar de ser considerada una enfermedad la vejez debe ser visualizada como un periodo de adaptación, experiencias vividas al largo de la vida.

Según Uribe et al. (2007), durante el periodo de envejecimiento es importante considerar aspectos que vayan relacionados con la salud. Al comparar la relación que existe entre la adultez mayor destacan, la concepción de envejecimiento saludable entendida como una adaptación progresiva y positiva a los cambios propios de la edad. Esto quiere decir que la persona adulta mayor debe adaptarse a los cambios internos de esta etapa evolutiva, que incluyen aspectos físicos, cognitivos y psicosociales.

Envejecimiento activo

Según la Organización Mundial de la Salud (2015), el envejecimiento activos se refiere a la oportunidad que tienen estas personas para mejorar su salud, la participación y la seguridad, con el objetivo de mantener una calidad de vida a medida que envejecen. Este enfoque resalta que la participación en actividades recreativas es importante para mantener la autonomía y fomentar la integración social, aspectos que están relacionado de manera directa en el bienestar emocional.

Esta conceptualización es importante porque promueve al envejecimiento como una etapa activa del ser humano, enfatiza en que la participación en actividades recreativas es fundamental, las cuales no solo favorecen la autonomía individual, sino que también promueven la integración social. Además, enfatiza que el envejecimiento debe ser entendido desde una dimensión biológica, social y psicológica, y no solamente en aspectos físicos.

Según la teoría de Atchley (1989), el envejecimiento presenta una continuación de las etapas evolutiva previas, donde el comportamiento de las personas adultas mayores está influenciado una persona en este momento estaría condicionado por las

habilidades desarrolladas. Una persona mayor puede encontrarse con situaciones sociales diferente, su estilo de vida en esta etapa está determinado por los hábitos, patrones de comportamiento que han adoptado durante su trayectoria de vida.

INVESTIGACIONES EMPÍRICAS

Contexto Internacional

Investigaciones realizadas en España por Herrero y Mucientes (2018), se analizaron los resultados de un programa de intervención psicopedagógica que utilizó herramientas como la musicoterapia, el objetivo fue mejorar las habilidades socioemocionales en personas adultas mayores. El estudio se realizó con 50 personas, obteniendo como resultado que la aplicación de actividades musicales, reminiscencia, expresión artística y ejercicios de relajación favorecen de manera positiva a mejorar la regulación emocional, la autoconciencia y la perspectiva de vida, demostrando así las ventajas positivas que tiene la aplicación de la práctica psicopedagógica para estimular el desarrollo emocional en la población adulta mayor.

En Estados Unidos estudios realizados por investigadores como Woods et al. (2005), han identificado que técnicas terapéuticas y las sesiones de musicoterapia ayudan a disminuir de manera significativa en las personas de indicadores de estados depresivos y ansiedad, al mismo tiempo que fortalecen la autoestima y los vínculos en su entorno con personas mayores. Estos estudios han evidenciado que, al integrar elementos emocionales y cognitivos, no solo promueven una mejor regulación de las emociones, sino que también estimulan la capacidad al adulto mayor de recordar experiencias positivas vividas y el fortalecimiento de interacciones sociales.

Es decir que estos estudios resaltan la importancia de diseñar programas de intervención psicopedagógica enfocadas al desarrollo emocional en la población de adultos mayores. Esto significa que se tendrá facilidad de identificar y manejar las emociones lo cual fortalece el autoconocimiento; lo que a su vez incrementa la comprensión personal. Al promover competencias emocionales mejora la gestión afectiva, permitiendo una comunicación más efectiva y estableciendo relaciones interpersonales significativas. Además, se fomenta la integración social y una adaptación eficaz a los cambios propios del proceso de envejecimiento.

Contexto Nacional

En Ecuador, Ortiz Gavilanes et al (2024) investigaron la efectividad de un plan de intervención basado en la psicología positiva, orientado a mejorar tanto la calidad de vida como el desarrollo emocional de adultos mayores. La investigación la población objetivos la conformaron 101 personas adultas mayores en la provincia de

Tungurahua, y el estudio tuvo como objetivo evaluar el impacto de actividades que combinaban técnicas de reminiscencia, expresión artística y mindfulness. Al finalizar los resultados fueron positivos en indicadores como la autoestima, la resiliencia y regulación emocional, evidenciando que la implementación de la práctica psicopedagógica aportó beneficios para la estimulación del desarrollo emocional.

Investigaciones realizadas por Alonso et al (2021) fundamentan la importancia de planificar programas enfocados en responder necesidades de la población que envejece rápidamente y que requiere asistencia personalizadas. El estudio se llevó a cabo en el Hogar San José de Guayaquil (Ecuador) y se centró en una muestra de 75 adultos mayores con edades entre 65 y 80 años. La investigación adoptó un enfoque cualitativo, utilizando métodos teóricos (inductivo-deductivo, análisis-síntesis y el histórico lógico) junto con técnicas empíricas (observación, encuestas y revisión bibliográfica) para evaluar el impacto de las actividades lúdicas en la población de adultos mayores. La práctica psicopedagógica con actividades lúdicas personalizadas mejora la estimulación del desarrollo emocional en los adultos mayores, los juegos fomentan un armonía y confianza entre los adultos, permitiendo fortalecer la regulación emocional

Los resultados más recientes de investigaciones empíricas en prácticas confirman la efectividad de estas intervenciones en prácticas psicopedagógicas implementadas en España y Ecuador. Estos estudios evidencian que, al adaptar las metodologías a las particularidades socioculturales de cada región, se maximiza la efectividad de las estrategias orientadas a promover significativamente a mejorar el desarrollo emocional. En este sentido, el presente análisis apunta a que la práctica psicopedagógica y el fomento del desarrollo emocional en adultos mayores constituyen ejes esenciales para el diseño de intervenciones innovadoras y culturalmente relevantes. La investigación subraya la necesidad de seguir profundizando en enfoques interdisciplinarios que integren tanto la evidencia empírica reciente como las experiencias acumuladas en el campo, estableciendo así una base sólida para futuras prácticas y políticas destinadas a estimular a través de actividades el desarrollo emocional, y esto a su vez permite que mejore la calidad de vida de las personas adultas mayores.

3. METODOLOGÍA

La experiencia de la práctica psicopedagógica se realizó en el barrio Paraíso, ubicado en el cantón Salinas, provincia de Santa Elena, Ecuador. El estudio se realizó en el último trimestre del año 2024, se realizaron actividades lúdicas y personalizadas enfocadas a estimular el desarrollo emocional de la población adulta mayor que se encuentran en edad de 65 y 75 años.

Para cumplir los objetivos propuesto en la investigación, se realizó con un enfoque cualitativo, lo que permitió responder a las interrogantes específicas dónde, cuándo y cómo se realizó la experiencia de la práctica psicopedagógica, en la fase inicial,

Para alcanzar los objetivos propuestos, se adoptó un enfoque cualitativo que permitió responder a las preguntas fundamentales de dónde, cuándo y cómo se realizó la experiencia práctica. En la fase inicial se ejecutó un diagnóstico a través de la aplicación de entrevistas semiestructuradas y observación directa con el fin de caracterizar su desarrollo emocional. Esta información sirvió de base para, en una segunda fase, diseñar una práctica de actividades lúdicas y personalizadas adaptado a sus intereses y capacidades de los adultos mayores.

En la investigación al utilizar el enfoque cualitativo permite entender las situaciones complejas de los seres humanos, receptando las experiencias vividas, percepciones y significados que los adultos mayores atribuyen a las prácticas psicopedagógicas relacionados al desarrollo emocional. Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) la investigación cualitativa se sustenta en un enfoque para comprender el significado de las acciones de los seres humanos interpretativa centrada en el entendimiento del significado de las acciones de seres vivos, sobre todo de los humanos y sus instituciones.

Por último, en durante las fases de implementación y evaluación, a través de este enfoque se indagó, de manera más profunda, la contribución de una práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Este estudio adoptó un diseño de estudio de caso, que, según Hernández et al. (2018), corresponde a un tipo de investigación cualitativa centrada en analizar de manera profunda y contextualizada una situación, de un grupo específico dentro de su entorno.

Al utilizar el tipo de investigación cualitativa permitió explorar de manera general cómo la implementación de una práctica psicopedagógica orientada en actividades lúdicas y personalizadas contribuyeron a mejorar la estimulación del desarrollo emocional de los adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas. Al trabajar con esta herramienta, permite obtener información del contexto y las experiencias de los participantes facilitando entender la eficacia de realizar estas actividades desde un enfoque multidimensional

Adicionalmente, este estudio tiene un torreso porque, como señala Sampieri (2018), además de describir las características de un fenómeno, en este caso, el desarrollo emocional de los adultos mayores, se detalla la práctica psicopedagógica basada en

actividades lúdicas y personalizadas realizada y su contribución al desarrollo emocional de esta población. Este tipo de estudio se limita a medir la presencia, características de un fenómeno en una población en un determinado tiempo o espacio. En este sentido al evaluar los beneficios que se obtiene en la aplicación de una práctica psicopedagógica específica orientada a una población de 8 adultos mayores (hombres y mujeres) describiendo de manera detallada las características y resultados que se obtuvieron en la implementación de la práctica.

Debido que la investigación es de enfoque cualitativo, se define el alcance como descriptivo enfocado en:

- Dejar documentado las experiencias individuales de los adultos mayores durante la intervención.
- Identificar patrones que surgen al realizar el análisis de la interacción en la implementación de las estrategias aplicadas y las respuestas emocionales que demuestran los participantes.
- Contextualizar la información obtenida dentro de las características cultural y social del grupo etario

Al profundizar el alcance de una investigación, se busca obtener información relevante e importante sobre el problema planteado, lo que permitiendo orientar futuras investigaciones de manera más precisa, identificando variables relevantes y relaciones potenciales que ayuden en posteriores estudios (Hernández et al., 2018).

Instrumentos y técnicas de investigación

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación, se utilizó técnicas e instrumentos que permitieron un análisis profundo de los aspectos más importantes con el desarrollo emocional, considerando los siguientes:

- Expresión de emociones (identificar las manifestaciones de alegría, tristeza, nostalgia, frustración que presenta la población)
- Regulación emocional (estrategia que se utiliza para manejar el estrés, la ansiedad o situaciones adversas presentadas)
- Interacción social (relacionada a la frecuencia de relaciones que mantiene con otros).
- Respuesta ante estímulos del entorno (adaptabilidad a cambios y disposición hacia nuevas experiencias).

Entre los principales instrumentos utilizados se encuentran:

-Entrevistas semiestructurada

En la fase diagnóstica se aplicó una entrevista semiestructurada que aborda de manera integral los aspectos clave del desarrollo emocional: Expresión de emociones (manifestaciones de alegría, tristeza, nostalgia, frustración), Regulación emocional (estrategias para gestionar estrés, ansiedad o situaciones adversas), Interacción social (calidad y frecuencia de relaciones interpersonales) y Respuesta ante estímulos del

entorno (adaptabilidad a cambios y disposición hacia nuevas experiencias) de los adultos mayores participantes. Cabe recalcar que la aplicación de la entrevista estuvo dividida en dos momentos: la primera fue previo a la realización de la práctica psicopedagógica denominada (diagnóstico inicial) segunda se ejecuta (diagnóstico final), permitiendo realizar un análisis comparativo de los cambios que tuvieron las personas, en la entrevista las preguntas fueron realizadas de formuladas para generar un dialogo de confianza con el adulto mayor, la información obtenida permitió tener una base sólida para caracterizar en qué estado se encontraban al inicio los adultos mayores y asimismo que cambios mostraron al finalizar la práctica psicopedagógica. Al aplicar esta entrevista en las fases de diagnóstico inicial y final, se logró obtener una visión detallada y comparativa del impacto de las actividades lúdicas y personalizadas en el desarrollo emocional de los adultos mayores, cumpliendo así con los objetivos propuestos en la investigación.

-Observación:

Esta técnica se implementó para caracterizar detalladamente el desarrollo emocional de adultos mayores en su entorno habitual, evaluando aspectos claves: la expresión de emociones (manifestaciones observables de alegría, tristeza, nostalgia y frustración), la interacción social (calidad, como empatía y reciprocidad, y frecuencia, como contactos diarios y participación grupal) y la respuesta ante estímulos del entorno (adaptabilidad a cambios y disposición ante nuevas experiencias). Para obtener información precisa se realizó la observación en tiempo real, registrando las conductas que mostraban las personas cuando compartían en grupos.

Población y Muestra

La población con la que se trabajó estuvo conformada por ocho adultos mayores, cuyas edades se encontraban entre los 65 y 75 años, habitantes del barrio Paraíso, ubicado en el Cantón Salinas. Para selección de los participantes se tuvieron en cuenta la predisposición de cada uno para colaborar en la investigación y que puedan compartir experiencias con personas de sus mismas edades. La participación de población fue fundamental ya que permitieron cumplir con los objetivos que se plantearon en la investigación, analizando de manera más profunda el desarrollo emocional de la población en edad adulta.

Al ser la población un grupo solo de 8 adultos mayores permitió un ambiente de confianza entre los participantes, compartieron experiencias de su vida. Esto permitió una comprensión más profunda del desarrollo emocional. con las dinámicas planteadas permitió a los adultos intercambiar demostrando más confianza.

La población de adultos mayores con los que se realizó la práctica psicopedagógica, estuvo conformada por ocho personas quienes de forma voluntaria decidieron participar. Dos de ocho adultos mayores presentaron niveles socioeconómicos medios – bajo, derivados de apoyo familiar, mientras que seis de ocho se ubicaban en un nivel bajo, dependiendo de pensiones gubernamentales (Pensión adulto mayor) un ingreso que, si bien es vital, resulta insuficiente para cubrir todas sus necesidades.

En lo que respecta composición del hogar cinco de ocho adultos mayores viven solos mientras que tres de ocho viven con algún familiar. En lo que respecta a la

participación en su comunidad, seis de ocho adultos mayores indicaron que no se involucran en actividades grupales, factores que inciden limitaciones físicas, desmotivación, falta de interés. Pero entre quienes sí participan demuestran actitudes solidarias, ayudando a sus vecinos, la información obtenida de manera detallada permitió conocer las experiencias emocionales y así diseñar la implementación de la práctica psicopedagógica con actividades lúdicas y personalizadas.

Método para realizar el trabajo

El trabajo de investigación se dividió en cinco fases principales, las mismas que se presentan a continuación en la siguiente tabla

Tabla 1 Método para realizar el trabajo

Fase	Actividad	Tareas
1. Selección de participantes	Identificación de adultos mayores (65-75 años) dispuestos a participar.	- Asegurar la confidencialidad y voluntariedad. - Verificar disponibilidad para asistir a las sesiones. - Conformar un grupo para la intervención
2. Diagnóstico inicial	Aplicación inicial de entrevistas semiestructuradas para caracterizar el desarrollo emocional.	- Identificación de expresiones de emociones: (alegría, tristeza, nostalgia, frustración).
	Aplicación inicial de la Observación directa del desarrollo emocional (en reuniones grupales, visitas domiciliarias)	- Caracterización de la Regulación emocional, la Interacción social, y la Respuesta ante estímulos del entorno
3. Diseño de la Intervención	Selección y preparación de actividades según el tipo: Actividades lúdicas: - Juegos de mesa (p. ej., cartas, dominó). - Dinámicas grupales (ejercicios estructurados como <i>círculos de conversación</i> actividades de <i>reminiscencia</i> Actividades de Reminiscencia: - Terapia de reminiscencia guiada (uso de fotografías, objetos personales).	- Seleccionar juegos que requieran interacción social y estimulen el desarrollo emocional. - Diseñar dinámicas con reglas adaptadas a las capacidades físicas y emocionales de los participantes (ej.: tiempo extendido para respuestas). - Preparar materiales sensoriales que activen recuerdos (ej.: álbumes fotográficos temáticos, grabaciones de sonidos ambientales). - Estructurar sesiones con preguntas abiertas para guiar la narración de experiencias (ej.: "¿Qué le hace sentir esta canción?").
4. Implementación	Realizar sesiones Programadas: - Ejecutar las sesiones de las prácticas psicopedagógicas diseñadas, garantizando fidelidad al protocolo y adaptabilidad.	- Ejecutar actividades según el cronograma establecido en el diseño (ej.: dos sesiones en horarios establecidos de 14h00 a 15h00). - Aplicar instrumentos de registro in situ: (participación activa de los adultos mayores) registrar (reacciones no verbales, comentarios espontáneos). - Monitorear respuestas en tiempo real para ajustar dinámicas
5. Análisis de resultados	Aplicación final de la entrevista y observación para valoración de la contribución de la práctica psicopedagógica al desarrollo emocional de los adultos mayores. Elaboración de Informe de resultados.	- Identificación de expresiones de emociones y caracterización de Regulación emocional, Interacción social y Respuesta ante estímulos del entorno luego de la intervención para valorar cambios en qué dimensiones e indicadores se dieron.

Elaborado por: Ángela Flores Tomalá.

A partir de la evaluación detallada del desarrollo emocional de los adultos mayores, centrada en los aspectos clave ya declarados, se diseña e implementa una práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional en estos sujetos

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados se presentan de acuerdo con el siguiente orden. Primero, los resultados del diagnóstico inicial. Segundo, el diseño de la práctica psicopedagógica como resultado y aporte práctico. Tercero, los resultados de la implementación y el diagnóstico final. Cuarto, la discusión de los resultados, contrastándolos con estudios previos.

Resultado 1: Caracterización inicial del desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas.

El diagnóstico inicial se refirió al análisis cualitativo de la información recolectada a través de la aplicación de la entrevista a los ocho adultos mayores (4 hombres, 4 mujeres) en edad entre 65 a 75 años, que residen en el barrio paraíso del cantón salinas los resultados fueron heterogéneos respecto al desarrollo emocional.

En lo que respecta expresión de emociones, los resultados que se obtuvieron indican que cuatro de ocho adultos mayores muestran emociones de nostalgia o tristeza vinculadas a la soledad, mientras que dos de ocho muestran sentimientos de alegría asociados a que mantienen una comunicación familiar que mantienen recuerdos alegres que aportaron a su vida de manera positiva, mientras que dos de ocho adultos mayores expresaron frustración o ansiedad vinculadas a la pérdida de autonomía física o problemas económicos. Es decir que mediante los resultados obtenidos de evidencia que en la población adulta mayor hay un predominio de emociones negativas (nostalgia, tristeza, frustración), las cuales están relacionadas con desafíos psicosociales como el aislamiento, el duelo por roles perdidos (actividades que por su edad ya no pueden realizar) también sucede cuando sienten que requieren ayuda para realizar alguna actividad diaria.

También cinco de ocho adultos mayores indicaron no integrarse en espacios grupales donde se desarrollan actividades recreativas, la limitada participación de los adultos mayores con grupos de su misma edad, no les permite expresar abiertamente sus emociones.

En lo que respecta la regulación emocional, la información obtenida revela que los adultos mayores utilizan estrategias para controlar el estrés, la ansiedad o situaciones que se presenta en su vida diaria. Indicando lo siguiente: Cuatro de ocho adultos mayores indicaron que realizaban ejercicios físicos saliendo a caminar todas las mañanas, también realizan rutinas de movilidad de articulación muscular de acuerdo a su estado físico.

Con la aplicación de la entrevista tres de ocho adultos mayores indicaron recurrir al apoyo social informal: conversar con su familia, vecinos o amigos de confianza, para desahogarse ante situaciones emocionales

Dos de ocho utilizaban actividades de distracción pasiva, como ver programas de televisión, escuchar música o leer cuentos, para desviar la atención de sus preocupaciones.

De este modo, se observa el uso minoritario de estrategias de regulación de tipo activas y centradas en el comportamiento (ejercicio físico y búsqueda de apoyo social). Así mismo, en cuanto a la práctica de la oración o la meditación espiritual y actividades de distracción pasiva. En cuanto a las estrategias cognitivas de reestructuración (p. ej., replantear pensamientos negativos) y el uso de técnicas formales de relajación se observaron en esta fase diagnóstica inicial.

En cuanto a la interacción social, dos de ocho adultos mayores reportaron participación esporádica en actividades comunitarias, atribuida a barreras físicas (movilidad reducida). Aunque las relaciones familiares actuaron como redes de contención, en cinco de ocho adultos se observó fragilidad en estos vínculos, reflejada en interacciones breves, con predominio de conversaciones instrumentales sobre diálogos emocionalmente significativos. En cuanto a respuesta ante estímulos del entorno, la resistencia a integrarse en nuevos espacios (ej. centros de reunión) y la preferencia por rutinas predecibles en tres de ocho adultos indicaron baja adaptabilidad a cambios y disposición limitada hacia nuevas experiencias.

El estudio identificó inestabilidad emocional en adultos mayores del barrio Paraíso, manifestada en dificultades para regular emociones (seis de ocho adultos mostraron temor al rechazo y poco uso de actividades lúdicas), predominio de emociones negativas (cuatro de ocho: nostalgia/tristeza, dos de ocho: frustración/ansiedad) y escasa interacción social (solo dos de ocho participaban en actividades comunitarias, cinco de ocho indicaron tener vínculos con familiares). Estos hallazgos permitieron identificar herramientas para fortalecer su desarrollo emocional. De ahí la necesidad de diseñar prácticas psicopedagógicas integradoras de actividades lúdicas y personalizadas que estimulen el desarrollo emocional.

Resultado 2: Diseño de la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas.

En la Tabla 2, se detalla la estructura de la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas.

Tabla 2. Estructura de la Práctica Psicopedagógica Integradora

Componente	Descripción del componente	Propuesta
Objetivo general	Meta principal que se desea alcanzar al final de la práctica psicopedagógica	Estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso Cantón Salinas mediante la implementación de la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas.
Objetivos específicos	Metas concretas que se deben alcanzar para lograr un objetivo general.	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementar la expresión de emociones positivas. • Incorporar estrategias saludables para el manejo del estrés, la ansiedad o situaciones adversas. • Incrementar la frecuencia y calidad de las relaciones con otros. • Incrementar recursos adaptativos para enfrentar estímulos del entorno.
Fundamentos teóricos	Revisión de fundamentos teóricos para la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas.	La fundamentación teórica se basa en los principios esenciales de la práctica psicopedagógica, tal como lo exponen Pérez y Gómez (2023) y Alonso et al. (2021). Este enfoque orienta el diseño de la intervención hacia la optimización del desarrollo emocional en adultos mayores.
Tipos de actividades	Clasificación de actividades lúdicas y personalizadas apropiadas para la estimulación del desarrollo emocional en adultos mayores.	<ul style="list-style-type: none"> -Aplicar juegos de mesa (cartas, dominó, jengas), dinámicas grupales. -Realizar actividades artísticas, escuchar música. -Actividades de reminiscencia guiada: terapia guiada con objetos personales, pintura, modelado.
Contenidos	Conocimientos o habilidades sobre desarrollo emocional y sus aspectos clave.	<ul style="list-style-type: none"> - Emociones y su expresión. - Estrategias para el manejo del estrés. - Recuerdos significativos y memoria autobiográfica. - Autoestima y vínculos sociales.
Métodos	Metodología empleada dentro de la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas.	<ul style="list-style-type: none"> - Método vivencial y participativo. -Aprendizaje basado en la experiencia. -Participación activa y colaborativa.
Resultados esperados	Cambios o beneficios esperados en desarrollo emocional de los participantes como consecuencia de la intervención.	<ul style="list-style-type: none"> - Mayor expresión emocional positiva. - Incorporación de estrategias saludables para el manejo del estrés, la ansiedad o situaciones adversas. - Incremento de la frecuencia y calidad de las relaciones con otro. Incremento de los recursos adaptativos para enfrentar estímulos del entorno.
Alcances	Nivel de impacto o proyección esperada de la práctica psicopedagógica.	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecimiento del desarrollo emocional de los adultos mayores. - Posibilidad de replicar la intervención en otros sectores comunitarios. - Generación de datos para futuras investigaciones.
Evaluación	Estrategias e instrumentos para valorar el logro de los objetivos y la contribución de la práctica en el desarrollo emocional de los adultos mayores.	<ul style="list-style-type: none"> - Observación participante. - Entrevistas semiestructuradas.

Elaborado por: Ángela Flores T.

El trabajo se planificó para realizar la práctica psicopedagógica, combinando estrategias de actividades lúdicas y personalizadas. A través de dinámicas como juegos de mesa, también se realizaron trabajos de reminiscencia guiada, se buscó potenciar el desarrollo emocional de los adultos mayores.

La práctica psicopedagógica para mejorar el desarrollo emocional en personas adultas mayores se fundamentó en los principios de (Pérez y Gómez, 2023; Alonso et al., 2021). En primer lugar, se adoptó el principio de que la práctica debe estar centrada en el sujeto, lo que permitió reconocer y valorar la historia, las experiencias y las necesidades individuales de cada persona adulto mayor. En segundo lugar, se incorporó el principio de individualización, mediante el cual se diseñaron estrategias personalizadas que responden a las capacidades y contextos particulares de los adultos. Además, se destacó la participación activa y colaborativa, fomentando un ambiente en el cual los adultos mayores sean protagonistas de su propio proceso cuanto a mejorar su desarrollo emocional. En tercer lugar, se trabajó con un enfoque integrador para lograr mejorar la estimulación y el bienestar emocional en adultos mayores, por último, se realiza evaluación y retroalimentación para identificar los avances la práctica psicopedagógica.

Estos fundamentos teóricos respaldan un diseño orientado a potenciar el desarrollo emocional, facilitando un aprendizaje significativo que fortalece la expresión emocional, la regulación emocional, la interacción social y la respuesta ante estímulos del entorno.

La práctica psicopedagógica diseñada se estructuró en tres ejes metodológicos para potenciar el desarrollo emocional de los adultos mayores participantes. Primero, se consideraron dinámicas lúdicas mediante juegos de mesa adaptados (cartas, dominó, jengas), para estimular la interacción social activa, la comunicación espontánea, la regulación emocional, la respuesta a estímulos y la expresión emocional en un entorno seguro. Segundo, se incluyeron actividades de reminiscencia guiada con apoyo de fotografías, fueron orientadas a estimular dimensiones clave del desarrollo emocional en los adultos mayores, como la identidad emocional, la autoestima y la regulación afectiva, estas se centraron en la reconstrucción de narrativas personales a través del recuerdo de vivencias significativas. Tercero, se concibieron espacios de diálogo reflexivo centrados en el intercambio de experiencias y la escucha activa, para procesar emociones pasadas, fortalecer la regulación emocional y desarrollar habilidades interpersonales.

Se apostó por abordar multidimensionalmente la experiencia emocional en la vejez, combinando herramientas que activan la memoria, la socialización y la reflexión crítica para mejorar la estimulación del desarrollo emocional en las personas adultas mayores. Considerando que la articulación de metodologías participativas y afectivas optimiza la comprensión y el fortalecimiento de las dimensiones emocionales en esta población.

En cuanto a las actividades estas fueron prácticas y orientadas a estimular el desarrollo emocional en adultos mayores, priorizando dimensiones clave como la expresión de emociones, regulación emocional, la interacción social y la respuesta a estímulos. La Tabla 3 sintetiza las actividades programadas, sus objetivos específicos y los resultados esperados.

Tabla 3. Actividades programadas

Actividad	Objetivos específicos	Resultados esperados
Juegos de mesa	Promover la regulación emocional al manejar frustración/éxito en un contexto lúdico. Fomentar la cohesión grupal mediante interacciones cooperativas o competitivas saludables. Reforzar la autoestima a través del logro de metas	- Control de impulsos: Menor irritabilidad ante pérdidas. - Empatía: Celebración de los triunfos ajenos. - Autoconfianza: Crear diálogos en como "Aprendió a mantener la calma".
Actividades de reminiscencia	Facilitar la revitalización de recuerdos significativos para fortalecer la identidad personal.	-Fortalecimiento de la identidad. - Mejora en la regulación emocional. - Aumento de la conexión personal, evidenciando un mayor reconocimiento y valoración de la propia trayectoria vital.
Actividades y Expresión Artísticas	Fomentar la creatividad y la autoexpresión emocional mediante técnicas artísticas (pintura, dibujo, música).	- Desarrollo de la imaginación y la innovación. - Mejora de la autoestima a través del proceso de plasmar emociones en obras artísticas. - Revalorización de la identidad personal y colectiva mediante proyectos creativos que integran la experiencia individual en un contexto grupal.

Elaborado por: Ángela Flores Tomalá.

Las actividades se programaron a razón de dos sesiones semanales de 60 minutos (8 sesiones durante dos meses), y cada sesión fue diseñada bajo un enfoque flexible considerando como posibilidad la adaptabilidad de los contenidos a las características individuales de los adultos.

Se realizó un trabajo enfocado en lo vivencial y participativo. Considerando espacios de diálogos estructurado para la práctica de la escucha activa y el intercambio de experiencias entre los participantes, estos encuentros no solo permitieron fortalecer la capacidad de procesar emociones, también aportan de manera positiva la reflexión y el aprendizaje grupal. Al compartir sus experiencias de las estrategias para sobrellevar situaciones emocionales, las personas adultas mayores pueden crear mecanismos que le ayudan en su bienestar psicosocial y su estabilidad emocional.

Paralelamente, se previó la evaluación y seguimiento continuo del mejoramiento de desarrollo emocional de los adultos mayores. Es decir, las actividades propuestas combinaban una planificación estructurada y posibilidades de ajuste personalizado para garantizar que implementación de la práctica estuviese alineada a las necesidades de cada adulto mayor o las contingencias que pudiesen presentarse.

Resultado 3: Resultados de la implementación de la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas para estimular el desarrollo emocional de adultos mayores del barrio Paraíso, Cantón Salinas (diagnóstico final).

Al finalizar la práctica psicopedagógica, se realiza evaluación final para identificar y caracterizar los aspectos importantes del desarrollo emocional en los adultos mayores, verificando cuales fueron resultados positivos en cuanto a la estimulación con las actividades lúdicas y personalizadas que se realizó con este grupo etario.

Mediante las entrevistas semiestructuradas a los adultos mayores, se obtuvo información valiosa acerca de los cambios que presentaron en cuanto a la expresión emocional, la regulación y la interacción social. Esta información fue triangulada por medio de la observación directa donde se identificaron, sobre todo, cambios en la interacción social y expresiones emocionales.

En expresión emocional, siete de los ocho participantes avanzaron en reconocer y expresar emociones complejas como nostalgia y tristeza. Además, las técnicas de reminiscencia guiada permitieron que seis de ocho participantes mostraran una notable reducción en la manifestación de emociones negativas, evidenciando el incremento en el uso de vocabulario emocional positivo; y siete de ocho participantes presentaron mayor frecuencia de sonrisa espontánea durante el proceso.

También, en el ámbito emocional, se observó una marcada disminución referente a la tristeza, donde solo dos participantes mantuvieron esta emoción, situación que se asoció principalmente a procesos de duelo no resueltos. Se observó en cinco de ocho adultos mayores una mayor conciencia y expresión de estados emocionales como alegría, comentarios de satisfacción en actividades. La frustración y nostalgia fueron gestionadas con mayor claridad, destacándose narrativas de autoconocimiento.

En cuanto a la regulación emocional, seis integrantes de ocho adoptaron estrategias de manejo emocional como técnicas de respiración o solicitud de apoyo. En situaciones adversas, se registró disminución de reacciones impulsivas y aumento de soluciones mediadas por el lenguaje manejo ante situaciones de conflictos. Además, se implementó una rutina regular de actividades como caminar, realizar estiramientos suaves y ejercicios de baja intensidad en tres de ocho adultos mayores. Esta práctica contribuyó a reducir los niveles de estrés, mejorar el estado de ánimo y manteniendo la movilidad.

Otra estrategia entrenada fue la realización de actividades recreativas. Se la implementó como una actividad que combinó la escucha de música y la resolución de crucigramas en tres de ocho adultos mayores, lo cual favoreció momentos de relajación y distracción frente a situaciones adversas.

Así mismo, la implementación de actividades de expresión artística como la pintura y la elaboración de collages con recuerdos positivos, fomentaron la expresión emocional. Al incorporar esta estrategia, dos de ocho adultos mayores, además de distraerse, experimentaron emociones positivas como alegría frente a la tristeza que sentían. Estas actividades funcionaron como un contrapeso emocional al generar episodios de alegría

y distensión, lo que permitió atenuar temporalmente los estados de tristeza asociados al aislamiento.

A diferencia de las anteriores estrategias, la de escucha activa y comunicación, se entrenó con el cien por ciento de los participantes. La experiencia compartida entre los adultos generó un ambiente de confianza, constituyendo una de las estrategias clave para fortalecer vínculos y fomentar la participación.

En cuanto a la interacción social, los resultados evidenciaron que las dinámicas grupales con juegos de mesa generaron impactos significativos en la dimensión social del desarrollo emocional, se evidenció más participación en actividades grupales en cuatro de ocho adultos mayores siendo esto un resultado favorable de la práctica psicopedagógica.

En lo referente a la percepción subjetiva de participación grupal siete de ocho adultos mayores manifestaron experimentar un ambiente de confianza con los demás participantes.

Como resultado colateral positivo, se registró un aumento seis de ocho adultos mayores en la participación voluntaria en actividades grupales, lo que demuestra que los beneficios obtenidos trascendieron el contexto inmediato de las actividades con la práctica psicopedagógica. Estos hallazgos confirman la efectividad de las dinámicas lúdicas grupales como estrategia para fortalecer la expresión emocional y la regulación emocional, así como la integración social en la población adulta mayor.

Finalmente, en lo que refiere las repuesta ante los estímulos, los resultados indican que siete de los ocho adultos mayores se adaptaron positivamente a los cambios planteados en las actividades, además mostraron una actitud positiva hacia nuevas experiencias. La capacidad de enfrentar situaciones novedosas sin ansiedad desmedida y con una actitud positiva en la autoconfianza y en la gestión emocional. En este sentido, la respuesta favorable a los estímulos externos se convierte en un indicador relevante de progreso en el desarrollo emocional integral de los adultos mayores.

Antes los resultados obtenidos luego de la implementación de la práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas, puede indicarse que contribuye a la estimulación del desarrollo emocional y los aspectos claves que lo integran.

Resultado 4: Discusión de los resultados.

Los datos y resultados que se obtuvieron después de realizar la práctica psicopedagógica, donde se combinó actividades lúdicas y personalizadas, demuestran que contribuyen positivamente a mejorar la estimulación del desarrollo emocional en

las personas adultas mayores, estos hallazgos coinciden con lo que señala (Torres , 2021) quien indica que las intervenciones fortalecen la capacidad de autorregulación emocional, promueven la autonomía, favoreciendo el desarrollo personal de los adultos mayores.

En cuanto a la combinación de metodologías participativas y vivenciales, adaptadas a las necesidades individuales y grupales, este estudio evidenció su utilidad para potenciar la expresión emocional, la interacción social y la regulación emocional. Esto es consistente con lo apuntado por Bisquerra (2003), quien señala que las metodologías activas y experienciales favorecen el desarrollo emocional al involucrar a las personas de manera integral, promoviendo tanto la reflexión como la vivencia emocional en contextos grupales e individualizados.

Asimismo, la aplicación de actividades lúdicas, artísticas y personalizadas, como las que menciona Lizano (2014) entre ellas los juegos de mesa, actividades musicales y ejercicios de estimulación, actividades personalizadas de reminiscencia resultó efectiva para fomentar la participación, la expresión emocional y la conexión social entre los adultos mayores participantes. Esto se refleja en el incremento del ánimo, la autoestima y el deseo de participar en nuevos espacios de interacción, tal como también lo evidencian los estudios de Herrero y Mucientes (2018).

Al contrastar los resultados de la práctica psicopedagógica con estudios previamente realizados, se evidencia coincidencia con aquellas investigaciones que resaltan la importancia de las intervenciones psicopedagógica en adultos mayores (Pérez y Gómez, 2023) estas investigaciones recalcan que incorporar dinámicas grupales incluidos los juegos, no solo favorece las relaciones sociales, sino que permite un mejoramiento en la autoestima de las personas. En consecuencia, se destaca como las prácticas psicopedagógicas fundamentadas en actividades lúdicas y enfoques personalizadas aportan en forma

Impacto de la actividad práctica psicopedagógica en el desarrollo emocional de adultos mayores.

Los resultados que se obtuvieron indican que la práctica psicopedagógica enfocada en actividades lúdicas y personalizadas ejerce un impacto positivo em beneficio de los adultos mayores, en el barrio paraíso se evidenciaron mejoras significativas en expresiones emocional, regulación emocional e interacción social. Estos hallazgos muestran concordancia con las investigaciones de Mucientes (2018) y Ortiz Gavilanes et al. (2024) quienes sostienen que la implementación de metodologías personalizadas favorece al bienestar emocional de los adultos mayores. El presente trabajo aplicado en el barrio paraíso corrobora utilizar estrategias personalizadas aportan a mejorar el desarrollo emocional de los adultos mayores.

Al realizar el análisis de la estructura y metodología de la práctica psicopedagógica desarrollada con la combinación de juegos de mesas (dominó, jengas, cartas, etc.) pintura, reminiscencia guiada, estas dinámicas realizadas según la necesidad de los adultos mayores, permitieron cumplir con los objetivos planteados en el trabajo, los resultados evidenciaron que seis de ocho adultos manifestaron mejoras en la capacidad de recordar momentos felices vividos y poder regular emociones de carácter negativas. Este resultado se alinea con los principios de Hernández (2021) quien considera que los enfoques personalizados fortalecen el desarrollo emocional en esta población.

La adaptación metodológica en las actividades de prácticas psicopedagógicas orientadas a las capacidades de los adultos mayores fue un factor positivo en los resultados. La personalización de las actividades fue importante porque favoreció en el desarrollo emocional a través de experiencias significativas. Este hallazgo se sustenta en los postulados de Pérez y Gómez (2023) quienes establecen que las intervenciones ajustadas a las particularidades cada adulto fortalece la vinculación con la metodología aplicada y las necesidades individuales de esta población.

Al comparar estas estrategias con diversas intervenciones psicopedagógicas se evidenció que las actividades adaptadas e individualizadas generaron un mayor compromiso y una respuesta emocional más valioso en los adultos mayores. Es decir que los resultados enfatizan la importancia de planificar actividades prácticas enfocadas en la población adulta mayor y que sean con enfoque personalizados de acuerdo a cada necesidad identificada.

Al realizar la combinación de los juegos de mesas, dinámicas grupales, actividades de reminiscencias personalizadas promueven un ambiente de confianza logrando una interacción social con los participantes. La implementación de estos componentes permitió fortalecer la resiliencia y la autoconfianza, así lo demostraron los resultados obtenidos durante la aplicación de la práctica orientada a mejorar la estimulación del desarrollo emocional de los adultos mayores.

La práctica psicopedagógica realizada en el barrio paraíso permitió entender la importancia que tienen porque ayudan de manera significativa a los adultos mayores con respecto a la dimensión emocional, los resultados que se obtuvieron en esta actividad permitirán tomar en cuenta la importancia de implementar programas que vayan orientados a fortalecer el desarrollo emocional de personas adultas mayores a través de actividades lúdicas y personalizadas.

La información que se recolectó a través de las entrevistas, observaciones permitieron validar los resultados obtenidos y recalcar la importancia de aplicar las prácticas psicopedagógicas orientadas a mejorar el desarrollo emocional del adulto mayor reconociendo sus derechos a una vida plena.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

El diagnóstico inicial reveló un panorama heterogéneo con predominio de emociones negativas, uso limitado de estrategias activas para manejar el estrés, la ansiedad o situaciones adversas, interacción comunitaria muy reducida y poca adaptabilidad a cambios y limitada disposición hacia nuevas experiencias. Esta caracterización permitió identificar con precisión los vacíos afectivos y sociales que la práctica debía abordar.

Los fundamentos teóricos de la práctica se sustentaron en principios esenciales de la práctica psicopedagógica de Pérez y Gómez (2023) y Alonso et al., (2021) siendo esenciales el enfoque centrado en la persona, la singularización de actividades y una visión holística integradora dimensiones emocionales y sociales.

La práctica psicopedagógica partió del diagnóstico inicial y se estructuró a partir de componentes que integraban actividades lúdicas y personalizadas como juegos de mesa adaptados, sesiones de reminiscencia y espacios de diálogo, todos con métodos vivenciales y participativos orientados a fomentar emociones positivas, estrategias de afrontamiento y vínculos sociales.

La implementación de la práctica psicopedagógica se desarrolló durante ocho semanas, con dos sesiones semanales de 60 minutos en centro y domicilio, período durante el cual se monitorearon los avances de los participantes en los aspectos claves del desarrollo emocional: Expresión de emociones, Regulación emocional, Interacción social y Respuesta ante estímulos del entorno.

La práctica psicopedagógica integradora de actividades lúdicas y personalizadas contribuyó positivamente a la estimulación del desarrollo emocional y los aspectos claves que lo integran en los adultos mayores residentes del barrio Paraíso en el Cantón Salinas.

Recomendaciones

Promover la implementación de prácticas psicopedagógicas dirigidas para adultos mayores enfocadas en estimular el desarrollo emocional desde un enfoque lúdico y personalizadas.

Fomentar en los barrios iniciativas de actividades en las que integren prácticas de intervención emocional y social con enfoque psicopedagógico en beneficio de los adultos mayores.

Realizar seguimientos continuos para evaluar los beneficios obtenidos y realizar los ajustes necesarios en las actividades realizadas, asegurando su efectividad en el tiempo.

REFERENCIAS

- Alonso, J., Pérez, M., & Rodríguez, L. (2021). Prácticas Psicopedagógicas en la Intervención de los Adultos Maayores. *Revista de Psicopedagogía y Gerontología*, 45-62.
- Alonso, M., Pérez, G., & Rodriguez, L. (2021). Psicología del envejecimiento, Retos y perspectivas. *Revista Iberoamericana de Psicología*.
- Atchley, R. C. (1989). Una teoría de la continuidad del envejecimiento normal. *The Gerontologist*, 182-190.
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar*. Práctica.
- Bowlby, J., & Saarni, C. (1969, 1999). *Attachment and loss Attachment. Basic Books.- The development of emotional competence*. Guilford Press.
- Centro Multidisciplinar. Areté. (21 de Septiembre de 2023). *¿Qué es el desarrollo emocional?* <https://www.aretcentro.com/blog/desarrollo-emocional/>.
- Chao, L. (2010). *Evaluación de programas de arte intergeneracional para adultos mayores: un estudio de caso en Japón*. *Journal of Creative Nursing*, 17 (2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1043454210365640>
- Córdova , L., & Sánchez , M. (2019). Juego y Emociones en la Vejez: Una revisión sistemática. *Revista de Gerontología aplicada* .
- Delhom, I. (2019). *Inteligencia Emocional durante el envejecimiento*. Universidad de Valencia .
- Erikson, E. E. (2000). *El ciclo vital completado*. Barcelona: Paidós.
- Fernández , B., & Extremera , M. (2004). La inteligencia emocinal y la educación de emociones desde el modelo de Mayer y Solery . *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* 18 (3), 63-93.
- García , M., & López , R. (2020). *Prácticas psicopedagógicas y desarrollo en la tercera edad*. Editorial Salud y Educación.
- Goleman , D. (1995). *Inteligencia emocional: por qué puede importar más que el coeficiente intelectual*. Libros gallo.
- Goleman , D. (2000). *Inteligencia Emocional*. Santiago de Chile: Javier Vergara.
- Hernández , S., Fernández, C., & Bautista , P. (2018). *Metodología de la investigación* . McGraw-Hill: (6ta. ed).
- Hernández, C. (2021). El envejecimiento activo: Un estudio sobre prácticas psicopedagógicas. *Revista Estudios Gerontologicos* (7(2)), 66-84.
- Herrero, B., & Mucientes, B. (2018). Intervención psicopedagógica a través de la musicoterapia en adultos mayores: Una aproximación integradora. *Revista de Gerontología*,(12(2)), 45–56.
- Jimenez , P., & Rodríguez, A. (2021). La Psicopedagogía como herramienta para la integración social en adultos mayores. *Revista Latinoamericana de Psicología* , 9(1), 33-50.
- Lizano S, M. (2014). *La actividad lúdica y su influencia en el adulto mayor en el hogar de ancianos "Sagrado Corazi'n de Jesús"*. Ambato : Tesis de maestría, Universidad de Ambato .

- Luque, R., Augusto, L., J. M., & Pulidos, M. (2016). Emotional intelligence and depressive symptoms in Spanish institutionalized elders: does emotional self-efficacy act as a mediator? *PeerJ Hubs*. <https://doi.org/10.7717/peerj.2246>
- Martinez, J., & García, L. (2022). Estrategias psicosociales para el fortalecimiento emocional en adultos mayores. *Revista de Gerontología y Salud Mental*(10(2)), 102-118.
- Mauri, T., Monereo, C., & Badia, A. (2004). *La práctica psicopedagógica en la educación no formal*. Universitat Oberta de Catalunya. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=890625>
- Olaya, A. (2008). La florecer de la vida. Pensemos en el adulto. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 24(2). <https://revistas.udea.edu.co/index.php/fnsp/article/view/257>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. OMS.
- Ortiz, G., & S, G. (2024). *Propuesta de intervención para la calidad de vida en adultos mayores desde la psicología positiva*. Universidad Católica del Ecuador.
- Papalia, D., Sterns, H., Feldman, D., & Camps, C. (2009). *Desarrollo de adulto y vejez*. Editorial McGraw-Hill. <http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/0764.%20Desarrollo%20del%20adulto%20y%20vejez.pdf>
- Pérez, L., & Gómez, M. (2023). Intervenciones psicopedagógicas y bienestar emocional en la tercera edad. *Revista de Estudios en Psicopedagogía* (13(1)), 20-37.
- Ramírez, J. (2020). *Análisis del Impacto emocional en adultos mayores durante la pandemia*. Ecuador: SciELO Ecuador 18(3).
- Rodríguez, K. (2011). *Vejez y Envejecimiento*. Editorial Universidad del Rosario. https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/3286/Documento%2012_ARTES%20FINALES
- Saarni, C. (1999). The development of emotional competence. Guilford Press. En G. Press., *The development of emotional competence*. (p. 381). Guilford Press. [https://books.google.com.ec/books?id=nHRqbmVgQK4C&dq=Saarni,+C.+\(1999\).+The+development+of+emotional+competence.+Guilford+Press.&lr=&hl=es&source=gbs_navlinks_s](https://books.google.com.ec/books?id=nHRqbmVgQK4C&dq=Saarni,+C.+(1999).+The+development+of+emotional+competence.+Guilford+Press.&lr=&hl=es&source=gbs_navlinks_s)
- Salud, O. M. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. El cuidado de tu familia en las mejores manos: <https://cuideo.com/blog/envejecimiento-activo-compromiso-rol-sociedad/#:~:text=El%20concepto%20E2%80%9Cenvejecimiento%20activo%20E2%80%9D%20fue,medida%20que%20las%20personas%20envejecen>.
- Sánchez, R., & Morales, E. (2022). Impacto de la psicopedagogía en la Salud Emocional de los adultos mayores. *Revista de envejecimiento y educación*, 12(3), 134-150.

- Tenreiro, C., Rodríguez, M., & Pérez, E. (2020). INVESTIGACIÓN Y PRÁCTICAS PSICOPEDAGÓGICAS: SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJES. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicada* , 126-132.
- Torres , M. (2021). Prácticas psicosociales para el fortalecimiento emocional en la vejez. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 9(2), 112-130.
- Uribe, A., Valderrama, L., & Molina , J. (2007). Salud objetiva y salud psíquica en adultos mayores colombianos . *Scielo* (10(1)), 12-23.
- Vogotsky , L. (1978). *Mind in society* . Harward University Press.
- Woods, B., Spector, A., Jones, C., Orell, M., & Davies, S. (2009). *terapia de reminiscencia para la demencia (Revisión)*. Base de datos Cochrane de revisiones sistemáticas.
- Zambrano, M., & Delgado , G. (2022). *Carencia afectiva y Desarrollo Emocional en Adultos Mayores del Centro geriatrico Futuro Social* . Revista Científico-profesional.
- Zambrano, M., & Delgado , P. (2022). Cambios emocionales en la vejez: Un estudio sobre la soledad y la depresión. *Revista de Gerontología y Psicología*, 45-60.

ANEXOS

Anexo 1. Guía de entrevista.

Datos Personales y de Contexto

Nombre (opcional):

Edad:

Género:

¿Con quién vive actualmente?

¿Participa en actividades del barrio o de la comunidad? (Si la respuesta es sí, ¿cuáles actividades realiza?)

Expresión de Emociones

¿Qué emociones (como alegría, tristeza, frustración o nostalgia) experimenta con mayor frecuencia en su rutina diaria?

¿Qué hace cuando experimenta emociones intensas, como frustración o enojo? ¿Las expresa abiertamente o busca contenerlas?

¿Ha notado algún cambio en cómo se siente en los últimos tres meses ¿Podría contarme más?

Manejo de las Emociones

¿Qué estrategias suele utilizar para regular esas emociones?

¿Cómo influyen sus relaciones con familiares, amigos o cuidadores en la manera de manejar esas emociones? ¿Busca apoyo activamente o prefiere resolverlo por su cuenta?

¿Qué acciones concretas realiza para recuperar su equilibrio emocional?

Relaciones e Interacción Social

¿Con qué frecuencia se reúne o conversa con familiares, amigos o vecinos?

¿Cómo describiría la calidad de estas relaciones?

¿Se siente acompañado y apoyado?

¿Existen dificultades para participar en actividades sociales?

¿Qué tan importantes son para usted las relaciones sociales en su día a día?

Anexo 2. Guía de observación

Guía	Si	No
Expresión Emocional		
Muestra emociones positivas (alegría, gratitud, entusiasmo)		
Expresa de forma verbalmente sus emociones con claridad		
Comparte experiencias personales con otras personas de su misma edad.		
Interacción Social		
Participa en actividades físicas o recreativas.		
Demuestra resiliencia ante situaciones adversas		
Inicia conversaciones con otros participantes		
Adaptabilidad y Participación		
Se adapta fácilmente a las actividades que se realizan		
Participa con entusiasmo en actividades lúdicas y personalizadas		