

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO”

FACULTAD DE HUMANIDADES

CARRERA DE PSICOLOGÍA



Práctica Institucional (P.I.)

**APOYO PSICOLÓGICO A ADULTOS MAYORES
INSTITUCIONALIZADOS EN EL HOGAR SANTA TERESA DE JORNET
DE LA CIUDAD DE TARIJA**

Por:

Jhanet Dalila Quispe Vargas

Práctica Institucional sometida a consideración de la UNIVERSIDAD AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO”, como requisito para obtener el Grado Académico de Licenciatura en Psicología.

Tarija-Noviembre

2014

APROBADO POR:

Msc. Lic. Silvia Echenique
**DOCENTE DE LA MATERIA ACTIVIDAD
DE PROFESIONALIZACIÓN III – PSICOLOGÍA CLÍNICA Y GENERAL**

Msc. Lic. Javier Bládes Pacheco
**DECANO DE LA FACULTAD
DE HUMANIDADES**

Msc. Lic. Rosario Molina Gareca
**VICEDECANA DE LA FACULTAD
DE HUMANIDADES**

Msc. Lic. SusanaSchmiedl H.
DIRECTORA DE LOS DEPARTAMENTOS DE PSICOLOGÍA

TRIBUNALES:

TRIBUNAL 1
Lic. María De los Ángeles Rivero

TRIBUNAL 2
Lic. Luisa Gonzales

TRIBUNAL 3
Lic. Silvia Echenique

El tribunal calificador de la presente Práctica Institucional (P.I.) no se solidariza con la forma, términos, modos y expresiones utilizadas en el mismo, siendo únicamente responsabilidad de la autora.

Agradecimientos

Primeramente a Dios por regalarme la vida, llenarme de dicha y bendición en cada momento, más ahora que cumplí una de mis metas sólo con la ayuda de Dios.

A DIOS, porque No me dio la oportunidad de conocer a mis abuelitos, pero que HOY me dio la oportunidad de conocer a otros abuelitos que están en el Hogar, los mismos que ahora se convirtieron parte de mi vida.

A mi maravillosa familia por la paciencia y comprensión que me tuvieron en esta etapa tan importante en mi vida.

De manera en especial a mi papá Germán Quispe, por ser mi mejor amigo y que además quien con su ejemplo me enseñó a amar a Dios sobre toda las cosas.

Gracias papá...!!!

A mi mamá Francisca Vargas quien fue la que me apoyó incondicionalmente en la decisión de estudiar Psicología.

Gracias a ti mamá...!!!

Agradezco a mis hermanos por la compañía y el apoyo, en especial a Fidel y René quienes siempre estuvieron conmigo durante todo este caminar.

A las “Hermanas de los Hermanos Desamparadas” del asilo Santa Teresa de Jornet por abrirme las puertas del hogar y brindarme la oportunidad de adquirir esta experiencia que me será útil para hacer frente a las dificultades del ejercicio de mi profesión.

A todos mis pacientes por haber depositado en mí su fe y confianza, para hacerle ver que nunca es tarde para volver a empezar.

A todos mis docentes que han aportado con sus conocimientos y enseñanzas a mi formación como persona y profesional.

Dedicatoria

Con mucho amor y cariño le dedico todo mi esfuerzo y trabajo puesto para la realización de esta tesis.

A mis padres Germán Quispe mi papito y Francisca Vargas mi mamita quienes estuvieron conmigo para darme animo en momentos difíciles y me enseñaron a nunca darme por vencida y luchar siempre por mis metas y objetivos.

Quienes además son pilares fundamentales en mi vida. Sin ellos, jamás hubiese podido conseguir lo que hasta ahora. Su perseverancia y lucha insaciable han hecho de ellos el gran ejemplo a seguir y destacar, no solo para mí, sino para mis hermanos y familia en general.

A todos los Adultos Mayores Institucionalizados por ofrecerme su amor, cariño, conocimientos y sonrisas en el hogar.

A nuestros queridos ancianos, que algún momento fueron niños y fueron jóvenes en función de hijos, padres y ahora abuelitos, que se educaron y nos educaron en base al ejemplo, en la dedicación y amor por cuidarnos.

En general a todos aquellos, que aún gozan de la suerte de contar con sus abuelitos: para que los cuiden, aprendan y respeten.

A todos aquellos niños, adolescentes y jóvenes que aún pueden gozar de su niñez, adolescencia y juventud, pero que en algún momento de la vida llegarán a ser parte de este grupo etario que está siendo olvidado cada vez más y más.

Cuando Sea Viejo

La edad trae una etapa en la vida que no siempre es fácil de llevar, y donde tenemos que ser más comprensivos que nunca.

El día que esté viejo y ya no sea el mismo, ten paciencia y compréndeme.

Cuando derrame comida sobre mi camisa y olvide cómo atarme mis zapatos, recuerda las horas que pase enseñándote a hacer las mismas cosas.

Si cuando conversas conmigo, repito y repito las mismas palabras que sabes de sobra como termina, no me interrumpas y escúchame. Cuando eras pequeño (a) para que te durmieras tuve que contarte miles de veces el mismo cuento hasta que cerrabas los ojitos.

Cuando estemos reunidos y sin querer haga mis necesidades, no te avergüences y compréndeme que no tengo la culpa de ello, pues ya no puedo controlarlas. Piensa cuantas veces cuando niño (a) te ayude y estuve paciente a tu lado esperando a que terminaras lo que estabas haciendo.

No me reproches porque no quiera bañarme; no me regañes por ello. Recuerda los momentos que te perseguí y los mil pretextos

que te inventaba para hacerte más agradable tu aseo. Aceptame y perdóname. Ya que soy el niño ahora.

Cuando me veas inútil e ignorante frente a todas las cosas tecnológicas que ya no podré entender, te suplico que me des todo el tiempo que sea necesario para no lastimarme con tu sonrisa burlesca. Acuérdate que yo fui quien te enseñó tantas cosas. Comer, vestirse y tu educación para enfrentar la vida tan bien como lo haces, son producto de mi esfuerzo y perseverancia por ti.

Cuando en algún tiempo mientras conversamos me lleve a olvidar de que estamos hablando, dame todo el tiempo que sea necesario hasta que yo recuerde, y si no puedo hacerlo no te burles de mí; tal vez no era importante lo que hablaba y me conforme con que me escuches en ese momento.

Si alguna vez ya no quiero comer, no me insistas. Sé cuánto puedo y cuánto no debo. También comprende que con el tiempo ya no tengo dientes para morder ni gusto para sentir.

Cuando me fallen mis piernas por estar cansadas para andar, dame tu mano tierna para apoyarme como lo hice yo cuando comenzaste a caminar con tus débiles piernas.

Por último, cuando algún día me oigas decir que ya no quiero vivir y solo quiero morir, no te enfades. Algún día entenderás que

esto no tiene que ver con tu cariño o cuánto te amé. Trata de comprender que ya no vivo sino que sobrevivo, y eso no es vivir.

Siempre quise lo mejor para ti y he preparado los caminos que has debido recorrer. Piensa entonces que con el paso que me adelanto a dar estaré construyendo para ti otra ruta en otro tiempo, pero siempre contigo.

No te sientas triste o impotente por verme como me ves.

Dame tu corazón, compréndeme y apóyame como lo hice cuando empezaste a vivir. De la misma manera como te he acompañado en tu sendero te ruego me acompañes a terminar el mío.

Dame amor y paciencia, que te devolveré gratitud y sonrisas con el inmenso amor que tengo por ti.

Atte: Tu viejo

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL.....	1
1.2. JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL	4

CAPÍTULO II

CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN BENEFICIARIA

2.1. HISTORIA.....	7
2.2. MISIÓN	7
2.3. VISIÓN	8

CAPÍTULO III

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS DE LA PRÁCTICA

3.1. OBJETIVO GENERAL.....	9
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	9

CAPÍTULO IV

MARCO TEÓRICO

4.1 ADULTO MAYOR	10
------------------------	----

4.1.1 Concepto	10
4.2 ALGUNAS DEFINICIONES SOBRE EL ENVEJECIMIENTO	10
4.3 CARACTERISTICAS DE LA ETAPA.....	12
4.4 TIPOS DE ENVEJECIMIENTO	13
4.4.1 Envejecimiento Cronológico.....	13
4.4.2 Envejecimiento Biológico.....	14
4.4.3. Envejecimiento Psicológico.....	16
4.4.4 Envejecimiento Social.....	16
4.5. MITOS Y CONCEPCIONES ERRÓNEAS SOBRE LA VEJEZ.....	18
4.6. LA SALUD Y ENFERMEDAD EN EL ADULTO MAYOR	19
4.6.1 Salud Física	20
4.6.1.1 Enfermedades de mayor incidencia en la población adulta	21
4.6.2 Salud Volitiva	22
4.7. PATRONES DE CAMBIO.....	24
4.7.1 Creatividad.....	24
4.7.2 Sexualidad.....	25
4.7.3Autoestima	26
4.7.3.1 Componentes de la autoestima.....	27

▪ El componente cognitivo.....	27
▪ El componente afectivo.....	27
▪ Componente connotativo o intencional.....	27
4.7.3.2. Niveles de autoestima	28
4.8. DEPRESIÓN.....	30
4.8. Depresión	32
a) Causas	33
b) Síntomas.....	33
c) Tratamiento	33
4.9. ANSIEDAD	34
4.9.1. Causas que Producen Ansiedad	35
4.9.2. Clasificación de los Síntomas de Ansiedad	35
▪ Síntomas físicos	35
▪ Síntomas psicológicos.....	36
▪ Síntoma conductual.....	36
▪ Síntoma intelectual.....	36
▪ Síntoma asertivo.....	36
4.10 INGESTA DE SUBSTANCIAS PELIGROSAS PARA LA SALUD DE LOS ADULTOS MAYORES	36
4.10.1 Alcohol.....	37
4.10.2 Tabaco.....	38
4.10.3 Coca	39

4.11 TEORÍAS SOBRE EL ENVEJECIMIENTO Y FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PERCEPCION QUE TIENE EL ADULTO MAYOR SOBRE SÌ MISMO.....	40
4.12 SÍNDROMES.....	42
4.12.1 Síndrome de Nido Vacío.....	42
4.13 APOYO PSICOLÓGICO.....	43
4.14.1. Programa de Intervención.....	44
4.13.2. Intervención Psicológica.....	44
4.14. INSTITUCIONALIZACIÓN DEL ADULTOR MAYOR EN UN ASILO.....	44
4.15 HOGAR SANTA TERESA DE JORNET DE LA CIUDAD DE TARIJA.....	45

CAPÍTULO V

DISEÑO METODOLÓGICO

5. METODOLOGÍA.....	47
5.1. ÁREA.....	47
5.2 TIPIFICACIÓN DE LA P.I.....	47
5.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	48
5.3.1 Población.....	48

5.3.1.1 Detalle de la población beneficiaria	48
5.3.2 Muestra.....	49
5.3.2.1 Detalle de la muestra de la Práctica Institucional	50
5.4 MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	
EMPLEADOS EN LA P.I.....	50
5.4.1. Métodos.....	50
▪ Métodos teóricos	50
▪ Expositivos.....	51
▪ Activos y participativos.....	51
▪ Grupales	51
5.4.2. Técnicas.....	51
▪ Relajación.....	51
▪ Dinámicas.....	51
▪ Control de pensamientos negativos.....	52
▪ Expresión de sentimientos	52
5.4.3. Instrumentos	52
5.4.3.1 Cuestionario de Enrique Rojas para valorar la ansiedad.....	52
5.4.3.2. Escala de depresión de Beck	53
5.4.3.3. Cuestionario de autoestima 35B.....	53
5.5 PROCEDIMIENTO	55
5.5.1 Descripción Sistémica del Desarrollo de la P.I.....	55

▪ Primera fase: Selección y aproximación de la población.....	55
▪ Segunda fase: Aplicación de los instrumentos.....	55
▪ Tercera fase: Diagnóstica.....	55
▪ Cuarta fase: Ejecución del programa de intervención.....	56
▪ Quinta fase: Evaluación final	56
5.5.2 Contraparte Institucional.....	56
5.6. DESCRIPCIÓN SISTEMATIZADA DEL DESARROLLO DE LA P.I	57

CAPÍTULO VI

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	59
6.1. PRIMERA FASE: DIAGNÒSTICA.....	59
Ansiedad: Fase diagnóstica.....	62
Depresión: Fase diagnóstica.....	65
Autoestima: Fase diagnóstica.....	68
6.2. SEGUNDA FASE: DESARROLLO Y SISTEMATIZACIÓN DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN	70
6.2.1. Unidad I. Ansiedad.....	72
✓ Conclusión de la unidad I Ansiedad.....	83
6.2.2. Unidad II. Depresión.....	84
✓ Conclusión de la unidad II Depresión.....	97
6.2.3. Unidad III. Autoestima.....	98
✓ Conclusión de la unidad III Autoestima.....	109

6.3. TERCERA FASE: EVALUACIÓN.....	110
Ansiedad: Fase Evaluación.....	112
Depresión: Fase Evaluación.....	114
Autoestima: Fase Evaluación.....	117

CAPÍTULO VII

INFORME TÉCNICO

7.1. INFORME TÉCNICO DE LA INSTITUCIÓN.....	120
---	-----

CAPÍTULO VIII.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

8.1. CONCLUSIONES.....	122
8.2. RECOMENDACIONES.....	127

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro I. Ansiedad: Fase diagnóstico.....	62
Cuadro II. Depresión: Fase diagnóstico.....	65
Cuadro III. Autoestima: Fase diagnóstico.....	68
Cuadro IV. Ansiedad: Fase evaluación.....	112
Cuadro V. Depresión: Fase evaluación.....	114
Cuadro VI. Autoestima: Fase evaluación.....	117

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica I. Ansiedad: Fase diagnóstico	62
Gráfica II. Depresión: Fase diagnóstico.....	65
Gráfica III. Autoestima: Fase diagnóstico	68
Gráfica IV. Ansiedad: Fase evaluación.....	112
Gráfica V. Depresión: Fase evaluación.....	115
Gráfica VI. Autoestima: Fase evaluación.....	117

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I. “Cuestionario de la Ansiedad de Rojas”	1
Anexo II. “Escala de depresión de Beck”	7
Anexo III. “Cuestionario de Autoestima 35B”	14
Anexo IV. “Lista de los adultos mayores”	19
Anexo V. “Imágenes del “Hogar Santa Teresa de Jornet”	20
Anexo VI. Cuadros y Matriz de datos.....	34
Anexo VII. Programa de Intervención de la Práctica Institucional.	43