



## CARRERA DE ENFERMERIA

### TEMA:

“CONOCIMIENTOS, HABILIDADES Y DESTREZAS DEL CUIDADOR DEL CENTRO GERONTOLOGICO HOGAR MIGUEL DE LEON”

### AUTOR:

LUIS ENRIQUE GUAMAN SALTO Y NANCY SAMANTHA GARZON IÑIGUEZ  
TRABAJO DE TITULACION PREVIO A LA OBTENSION DEL TITULO DE:

### TECNICO EN ENFERMERIA

### TUTOR:

- MD. CATIA ARGUDO. O.

CUENCA – ECUADOR, 2024

**CONOCIMIENTOS, HABILIDADES Y DESTREZAS DEL  
CUIDADOR DEL CENTRO GERONTOLÓGICO HOGAR MIGUEL DE LEÓN**

*Trabajo presentado para optar al titulo de XXXX*



Proyecto de grado presentado por:  
Samantha Garzón y Luis Guamán  
Carrera: Enfermería  
Línea de Investigación  
Tutor académico: Md. Catia Argudo. O.

Cuenca, 08 de abril del 2024

## DERECHOS DE AUTOR

---

Los derechos de esta obra son irrenunciables y corresponden a Garzón Iñiguez Nancy Samantha y Guamán Salto Luis Enrique, incluido sus derechos patrimoniales. El **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** tiene licencia gratuita e intransferible sobre esta obra para uso no comercial, de necesitar uso comercial requiere autorización de su titular.



**CARRERA DE ENFERMERIA**  
**CERTIFICACIÓN DEL TUTOR**  
**Aprobación del Trabajo de Titulación**

Doy fe que el trabajo desarrollado por el/la/los estudiantes: **Garzón Iñiguez Nancy Samantha**, con el título “**Conocimientos, habilidades y destrezas del Cuidador del Centro Gerontológico Hogar Miguel de León**”, cumple con los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

Atentamente,



Md. Catia Argudo.O.

CI. 0104957691



## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO

Yo, **Garzón Iñiguez Nancy Samantha**, estudiante del **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en **Enfermería**, declaro en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre **“Conocimientos habilidades y destrezas del Cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León ”** así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría de la compareciente, quien ha realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al remitirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido expuesto.

Atentamente,



Garzón Iñiguez Nancy Samantha

**Cédula:** 0151217759



## DERECHOS DE AUTOR

---

Los derechos de esta obra son irrenunciables y corresponden a Garzón Iñiguez Nancy Samantha y Guamán Salto Luis Enrique, incluido sus derechos patrimoniales. El **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** tiene licencia gratuita e intransferible sobre esta obra para uso no comercial, de necesitar uso comercial requiere autorización de su titular.



[www.sudamericano.edu.ec](http://www.sudamericano.edu.ec)

Bolívar y Manuel Vega - San Blas

(593 7) 2838323 - 2843619

0996976449

info@sudamericano.edu.ec



**CARRERA DE ENFERMERÍA**  
**CERTIFICACIÓN DEL TUTOR**  
**Aprobación del Trabajo de Titulación**

Doy fe que el trabajo desarrollado por el/la/los estudiantes: **Guaman Salto Luis Enrique** y **Garzón Iñiguez Nancy Samantha**, con el título “ **Conocimientos habilidades y destrezas del cuidador del centro gerontológico Hogar Miguel De León periodo abril-junio 2024, Cuenca-Ecuador**”, cumple con los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

Atentamente,



Md. Catia Argudo O.

NOMBRES APELLIDOS DEL TUTOR.

C.I 0104957691



[www.sudamericano.edu.ec](http://www.sudamericano.edu.ec)

Bolívar y Manuel Vega - San Blas (593 7) 2838323 - 2843619 0996976449

[info@sudamericano.edu.ec](mailto:info@sudamericano.edu.ec)

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO

Yo, **Guamán Salto Luis Enrique**, estudiante del **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en **Enfermería**, declaro en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre **“Conocimientos habilidades y destrezas del cuidador del Centro Gerontológico Hogar Miguel De León”** así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría de la compareciente, quien ha realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al remitirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido expuesto.

Atentamente,



Guamán Salto Luis Enrique

Cédula: 0106120421



[www.sudamericano.edu.ec](http://www.sudamericano.edu.ec)

Bolívar y Manuel Vega - San Blas (593 7) 2838323 - 2843619 0996976449

[info@sudamericano.edu.ec](mailto:info@sudamericano.edu.ec)

## ÍNDICE

ÍNDICE.....	3
ÍNDICE DE TABLAS.....	10
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES .....	10
RESUMEN.....	12
ABSTRACT.....	14
INTRODUCCIÓN.....	15
Objetivos de la investigación .....	15
Preguntas de investigación (entre 5 a 10).....	17
Justificación.....	17
Determinación de hipótesis.....	17
Capítulo I: Problemática .....	19
Capítulo II: Marco Referencial.....	20
Marco Teórico .....	20
Marco Contextual .....	24
Marco Conceptual .....	24
Capítulo III: Metodología de Investigación .....	26
Enfoque de investigación .....	26

Tipo de investigación .....	26
Corte de la investigación.....	27
Instrumentos y técnicas para el levantamiento de la información.....	27
Metodología de trabajo .....	28
Capítulo IV: Análisis e Interpretación de los Resultados .....	30
Capítulo V: Propuesta de Investigación .....	35
Cronograma de actividades .....	36
Conclusiones .....	37
Recomendaciones.....	38
A nivel institucional.....	38
A nivel técnico .....	38
A nivel teórico.....	38
BIBLIOGRAFÍA - WEBGRAFÍA.....	39

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Necesidades médicas del paciente. ....	30
Tabla 2 Síntomas de emergencia. ....	30
Tabla 3 Medicamentos y tratamientos del paciente.....	31
Tabla 4 Administración de medicamentos. ....	31
Tabla 5 Vendajes y cuidado de heridas. ....	32
Tabla 6 Comunicación con el paciente y sus familiares. ....	32
Tabla 7 Ayuda en la movilización del paciente. ....	33
Tabla 8 Dieta del paciente.....	33
Tabla 9 Emociones salud del cuidador. ....	34
.Tabla 10 Cronograma de actividades .....	36

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Encuestas a cuidadores .....	39
Ilustración 2 Firma de acta en hogar miguel de León.....	39
Ilustración 3 Firma de consentimiento informado .....	39

Ilustración 4 Hablar con ellos del cómo se sienten mental y físicamente .....	39
Ilustración 5 Preguntas abiertas hacia el cuidador .....	39
Ilustración 6 Firma de las encuestas.....	39

## **DEDICATORIA**

Dedicamos este proyecto de grado a nuestros docentes y a nuestros padres que han realizado un sacrificio muy grande al darnos la oportunidad de estudiar, gracias a ellos conocemos lo que es la enseñanza, la educación y los valores éticos aprendidos desde casa, todos sabemos que la vida nos da regalos muy grandes, el principal es la salud y la vida misma, crecer como personas aprendiendo de nuestros errores, y asimilar que no estaremos solos, que siempre habrá la oportunidad de cambiar nuestras opiniones, y ampliar nuestros horizontes.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios principalmente que es nuestro Padre Omnipotente que nos regala un día más de vida y nos brinda la salud para seguir adelante en nuestros proyectos de vida, dándonos la sabiduría necesaria para afrontar los problemas del día a día, haciendo así que crezcamos personalmente y espiritualmente.

Agradecemos infinitamente a nuestros padres por brindarnos la educación y ser un pilar fundamental en nuestro crecimiento personal y profesional, ya que el esfuerzo realizado por nuestros padres es de mucha ayuda para nuestras vidas.

Gracias por estar en el trascurso de este proyecto a la docente Md. Catia Argudo. O. Por guiarnos en toda esta etapa académica ya que gracias a su esfuerzo hemos culminado exitosamente nuestra profesión como Técnicos en Enfermería

## RESUMEN

Basado en nuestro tema los conocimientos habilidades y destrezas del cuidador, la problemática y la pregunta que nos interesó bastante fue cuales son las complicaciones que pueden tener los cuidadores en el área gerontológica, y las respuestas fueron pautadas, la principal es; la vida del adulto mayor y ampliar su salud a lo largo de su tercera edad, evaluar sus patologías que a veces dejan al paciente inmovilizado, otorgar el conocimiento de habilidades y destrezas, como puede ser las actividades, bioterapia, manualidades, esto mejorara su autoestima. Estar al mando y servicio de un adulto mayor es un rasgo del alto riesgo para el enfermero principal. La carga laboral tanto emocionalmente como físicamente, está encargado por el profesional al mando y cansancio, pero si el cuidador sabe ser un buen profesional sabrá lidiar con ello. Como objetivo principal tenemos la evaluación y necesidad psicológica, factores de estrés y hábitos nocivos que tienen los cuidadores al estar encargados de cuidar a su paciente, se ve afectado principalmente su estado físico, dolor en el cuerpo, ya que bien sabemos que todo ser humano tiene un peso el cual varia. La metodología tiene como principal función evaluar el área donde trabajan los cuidadores, investigar cómo se desenvuelven con ellos, que consejos nos pueden brindar para realizar un trabajo correcto, los adultos mayores como bien sabemos cuándo llegan a la tercera edad no les gusta realizar varias actividades para mantenerse bien, no les gusta asearse, cambiarse, entre otras variantes más, aquí es donde se necesita el apoyo del cuidador porque él tiene voz de mando, esto no quiere decir que ellos maltratan al adulto mayor, solo que alzan la voz y realizan su trabajo porque ellos en la mayoría de veces no hacen caso son muy tercos. Para concluir el 89% de los adultos mayores realizan las actividades sin dificultad mientras que el 11% son dependientes y tienen que guiarse mediante el cuidador.

## ABSTRACT

Based on our topic, the knowledge, skills and abilities of the caregiver, the problem and the question that interested us a lot was what are the complications that caregivers can have in the gerontological area, and the answers were guided, the main one being; the life of the older adult and expand their health throughout their senior years, evaluate their pathologies that sometimes leave the patient immobilized, provide knowledge of skills and abilities, such as activities, dance therapy, crafts, this will improve their self-esteem . Being in charge and service of an older adult is a high-risk trait for the primary nurse. The workload, both emotionally and physically, is carried out by the professional in charge and fatigue, but if the caregiver knows how to be a good professional, they will know how to deal with it. As our main objective we have the evaluation and psychological need, stress factors and harmful habits that caregivers have when they are in charge of caring for their patient, their physical condition, pain in the body is mainly affected, since we well know that every human being It has a weight which varies. The main function of the methodology is to evaluate the area where the caregivers work, investigate how they deal with them, what advice they can give us to do a correct job, older adults, as we well know, when they reach old age, they do not like to carry out various activities. to stay well, they do not like to clean themselves, change clothes, among other variants, this is where the support of the caregiver is needed because he has a voice of command, this does not mean that they mistreat the older adult, it just means that they raise their voice and do their work because most of the time they don't pay attention and are very stubborn. To conclude, 89% of older adults perform activities without difficulty while 11% are dependent and have to be guided by their caregiver.

## INTRODUCCIÓN

Desempeñarse como cuidador de personas mayores es una labor noble y gratificante, que, a su vez, exige una serie de aptitudes esenciales para brindar la mejor atención posible. Las habilidades de un cuidador de ancianos van más allá del conocimiento físico o médico; incluyen el apoyo emocional, la paciencia y la capacidad para manejar situaciones difíciles.

Las habilidades de cuidador pueden ayudar a preservar las habilidades del cuidador ayudan a restaurar la resistencia e independencia del paciente. Recordar que el adulto mayor tiene una fuerte carga emocional, ellos son más propensos a la debilidad y vulnerabilidad. Por ejemplo, tener habilidades en la administración de medicamentos puede favorecer la salud, mientras que ser flexible y comprensivo puede ayudar a darle a la persona un sentido de autonomía y respeto.

El cuidador como base al cuidado del adulto mayor pone empeño en practicar sus destrezas aprendidas a lo largo de su carrera, realizando un énfasis del cómo tratar correctamente no solo al adulto mayor también a los compañeros de trabajo, y a dar lo mejor de él, si comete un error, tener cuidado la próxima vez, y que le quede como una experiencia de vida, tener respeto también a las autoridades empatía, solidaridad al que lo necesita.

Es esencial saber cómo trata al adulto mayor, algunas veces se comprende que es difícil, porque algunos no son del todo tolerables, pero siempre hacerlo con una buena actitud, recordar que también ellos son personas que también sienten son más vulnerables, débiles por el aspecto de comprender que son adultos mayores.

Por más que el cuidador se sienta cansando, agobiado, o no tuvo un buen día, no alterarse con las demás personas de su área de trabajo o con el adulto mayor, seguir adelante con la empatía y la comunicación, sentarse a charlar con el adulto mayor también puede ayudar a desatar el estrés que sienta en ese momento tomemos en cuenta que al igual que nosotros ellos también tienen muchas historias que compartir.

## **Objetivos de la investigación**

### **Objetivo general**

Observar la salud mental del adulto mayor, el apoyo psicológico, factores personales y mando profesional que tienen los cuidadores.

### **Objetivos específicos**

- Detectar y abordar de manera precoz la aparición de enfermedades o complicaciones que pueden llegar a tener los cuidadores
- Aprender e instruirnos sobre los hábitos del adulto mayor y aprender a como dar una buena atención al momento de brindar nuestros servicios como personal de salud. Instruir sobre que complicaciones puede causar por atender a un adulto mayor.
- Proporcionar información o actividades recreativas y desarrollar destrezas como Cuidador gerontológico. Pausa activa

## **Preguntas de investigación**

Cuáles son los conocimientos de los cuidadores en el Centro Gerontológico Hogar Miguel De León.

## **Justificación**

En este estudio pretendemos conocer las complicaciones que tienen los cuidadores, conocer las complicaciones que tienen los cuidadores del adulto mayor dependiente en la zona geriátrica e indagar la religión existente, como el análisis de la ayuda mental y física del profesional a cargo del servicio de los pacientes inmovilizados en nuestra zona de salud, y detectar las posibles carencias existentes, así como la evaluación de la repercusión psíquica y física en el cuidador principal del hecho de cuidar. Es un tema debatible en Azuay lugar situado en centro del cantón cuenca, en donde podemos adquirir información, la desarrollaremos enfocándonos principalmente en Cuidadores del área de Gerontología.

El motivo por el cual fue escogido este lugar fue porque hay demasiados adultos mayores, por lo cual hay más cuidadores a los que podemos dar a conocer los riesgos que pueden presentar si no se cuidan del desgaste físico, preguntar también como es su experiencia con el trabajo que han realizado en Hogar Miguel De León.

Con esta investigación pretendemos coincidir con el ambiente sanitario de las personas de la tercera edad, indagar sus medidas económicas, y bienes diarios, el examen de la ayuda necesaria psíquica y física el profesional al momento del apoyo al adulto mayor. Las tareas que son complacer y ayudar al paciente en todas sus actividades diarias.

Nuestro principal objetivo es fomentar conocimiento respectivo, para que el adulto tenga una vida adecuada al momento de socializar con otras personas y beneficios que pueden llegar a tener si ayudan al momento en el que el cuidador necesita realizar sus tareas que son: Mantenimiento de la medicación con sus debidos tratamientos también se dialoga mucho sobre la dieta y su alimentación saludable. (UAEM, mayo 2024)

También pretendemos identificar los conocimientos que poseen todos los cuidadores del Centro Gerontológico Hogar Miguel De León, sobre los estados que presenta en un paciente en este caso los adultos mayores, con esto optimizar el tratamiento y lograr una mejor y pronta recuperación. Los factores socioculturales del cuidador son muy complicados al ser un profesional de la salud,

para el adulto mayor, ya que tienen distintos tipos de cultura, razas y religiones, esto complica al cuidador en la forma de realizar sus actividades.

### **Determinación de hipótesis**

Si corresponde. No es indispensable

## CAPÍTULO I: PROBLEMÁTICA

¿Qué complicaciones pueden tener los cuidadores en el área de Gerontología?

La población ascendente del adulto mayor, tiene la fe y la línea de tiempo de la salud y su bienestar con sus diferentes patologías sin cura, pero con tratamiento, incrementados a los adultos mayores dependientes o llamados pacientes inmovilizados.

El grado de salud y autoestima mejora rápidamente en su salud emocional, ellos quieren ser comprendidos, y también pueden ser atendidos por la comunicación con el cuidador o el profesional en el área de psicología. Está afectada su salud mental y psicológica.

Dar a conocer cuáles son los riesgos que pueden presentar los cuidadores, al igual que toda patología implica diferente tratamiento y que puede ser de largo o corto tiempo.

Lo que vamos a realizar son unas encuestas a base del cuidador, conocer un poco más sobre ellos, que fue lo que los inspiró al seguir esta carrera del cuidado a los pacientes, conocer sus experiencias mediante una capacitación que se llevó a cabo el día martes 25 de junio del 2024, ellos nos hablaron sobre sus experiencias en el ambiente de la salud y el apoyo que brindan al adulto mayor.

También nos comentaron como es el ambiente entre sus compañeros, siempre fomentando el respeto que viene desde casa, nos brindaron atención y nos capacitaron en el que algunas personas piensan que tratan mal al adulto mayor cuando eso no es así, ellos como están en una edad avanzada, pues se descuidan mucho personal y físicamente, no quieren cambiarse, bañarse, tomar sus medicamentos, entonces por esa situación ellos tienen que levantar un poco la voz.

Realizamos una actividad dinámica en la que, todos los cuidadores participaron, para quitar el estrés, distraerse un rato de su área de trabajo, la actividad que se realizó fue la bailoterapia, tenemos que aprender a siempre ver el lado bueno y positivo a las cosas, salir de su zona de confort es muy bueno, platicarnos de alguna experiencia que también nos comentaron es una buena forma de desahogarse, la salud mental es parte fundamental del ser humano y también debe ser trabajada. Para poder trabajar en un ámbito estable tenemos que en el ámbito profesional debemos trabajar con ética, valores enseñados desde casa, cambiar de opiniones llegar a un acuerdo y debemos pensar más allá de solo lo que estamos acostumbrados a ver.

## CAPÍTULO II: MARCO REFERENCIAL

### **Marco Teórico de los servicios institucionales para el adulto mayor**

Abarcada a la información sobre lo que un cuidador brinda como servicio y las necesidades al adulto mayor. Como primer punto el nivel socioeconómico al trabajar con personas de mayor edad. La seguridad y la salud es lo más importante. El adulto mayor se acompleja mucho por su apariencia física y su proceso de envejecimiento.

El análisis que se realizara a continuación se centra en un aspecto que menos se habla, pero es indispensable es la economía, en los adultos mayores. Para estos efectos debemos realizar una investigación sobre la economía a nivel nacional y diferenciar con otros países como en América latina y el caribe. (Ramirez, 15 de mayo)

Hay inestabilidad en la política de la región la resultante que da diferencias respecto al sector público comenzó a expandirse como consecuencia de los caminos generados por procesos de modernización no exentos de las contradicciones.

La igualdad social es muy importante para la sociedad. No todos están contribuyendo a este valor, por esta cuestión hay la inestabilidad del adulto mayor descendente. Tomemos en cuenta que son personas que no pueden valerse por sí solos, son dependientes, esto quiere decir que no pueden hacer sus necesidades y actividades diarias si no es con alguien de apoyo. (L, 2022)

Evaluar las características en el desarrollo y como organizan a la ciudadanía, para llegar a un acuerdo con los adultos mayores:

En **primer término**, ante un modelo integral de desarrollo los políticos con el objetivo de no resaltar conflictos, a nivel del profesionalismo, y la ética de las personas trabajadoras, hay recursos notables de desnivel, responsabilidad. Los altos funcionarios tienen un grado bajo de control, coordinación para llegar algún acuerdo con el estado de la tercera edad.

**Segundo termino**, la ausencia de los ciudadanos para la participación de decisiones, no pueden llegar a ese lugar apropiado para resolver los temas de interés, más bien siguen armando más conflicto para la socioeconómica del adulto mayor.

**Tercer término**, promover la profesionalización de los servicios con participantes en el área administrativa, para llegar a un acuerdo, en los pañales el adulto mayor, sus servicios necesarios, la alimentación saludable que necesitan, entre otras cosas.

**Cuarto término**, de acuerdo con los criterios de las clases sociales o trabajadores. En la situación socioeconómica. La región tiene que mejorar sus criterios en los centros urbanos, y rurales que presentan serias diferencias y desigualdades.

Los cuidadores realizan su deber con estar al tanto con los servicios del adulto mayor deben priorizar la vida, el vivir bien se puede resumir o entender como el vivir en armonía con la naturaleza, buscando retomar los principios ancestrales de las culturas de la religión. Estas consideraban que el ser humano pasa un segundo plano frente al medio ambiente. Lo que busca el pueblo.

Es importante entender el buen vivir tanto de los adultos mayores como del cuidador, priorizar el cuidado en ambos ámbitos de la salud del adulto mayor y el apoyo del cuidador, con tal de que el practicante se sienta satisfecho con su trabajo.

Llegar a una conclusión, que aplique que toda persona tiene derecho a opinar y a tener diferencias, al momento de dialogar concluir en un punto neutral, que no moleste tanto a las personas del debate y no creen conflictos socioeconómicos.

Priorizar los valores aprendidos desde casa, respetar al adulto mayor a los compañeros de trabajo, familiares y al público en general, en el caso del cuidador sería validar las opiniones diferentes de sus compañeros en el área del trabajo, respetar al momento de ellos hablar, y realizar debates a favor o en contra sobre alguna idea expresada siempre con respeto. (Luzuriaga, 2017)

La seguridad social es un derecho humano y social fundamental, razón por la cual es reconocido universalmente, siendo estado garante.

Por consiguiente, la seguridad social es un sistema de protección, fundado legalmente, orientado a garantizar a las personas, bajo condiciones favorecedoras una existencia humana y digna.

El propósito es contribuir a lograr un envejecimiento saludable y una vejez satisfactoria, en esto abarcamos la, promoción, prevención, asistencia y rehabilitación del adulto mayor y todo esto se dará gracias a los cuidadores y el equipo de coordinadores en el área geriátrica.

Los pilares de la protección esenciales son, la salud física, salud física, familiar y social tanto en el cuidador como en el adulto mayor. (UCH, 2018)

Verificaremos si los cuidadores están de acuerdo con estas prácticas en el centro gerontológico

**Promoción:** Desarrollo de prácticas de autocuidado y estilo saludable del adulto mayor

**Preventivo:** Salud física, salud psicosocial, salud ambiental.

**Recuperativa:** Responsabilidad a las enfermedades crónicas del paciente transmisibles y no transmisibles.

**Rehabilitación:** Apoyar al adulto mayor con discapacidades o secuelas, de accidentes o vicios en el transcurso de la vida violencia (referidos al nivel competente).

**Recrear contenido:** social, afectivo, recreativo, animado para el adulto mayor

Lo que queremos lograr con este proyecto es, controlar la enfermedad y sus riesgos, prevenir enfermedades secundarias, secuelas, complicaciones que puedan surgir, mejorar la capacidad funcional, mejorar capacidades residuales, facilitar las tareas diarias

También investigaremos las diversas enfermedades que puede tener el adulto mayor, entre ellas existen dolor agudo en el pecho y se puede dar por las arterias coronarias, que llevan la sangre oxígeno al corazón. Es lo que se conoce como angina de pecho es la causa más común de muerte en el adulto mayor, un infarto ocasiona un dolor de intensidad variable en el pecho que se puede irradiar al brazo y al hombro izquierdo y en ocasiones hasta el abdomen o la espalda.

Fluidos corporales como el sudor, agitación, palidez en la cara y labios amoratados, suelen acompañar el ataque de angina de pecho o de infarto de miocardio.

Si algunas de estas enfermedades se dan a conocer, debemos conservar la calma, pedir ayuda, no alterarse porque puede correr riesgo el adulto mayor. Mientras llega el doctor o el encargado, colocar al adulto mayor en reposo, en una superficie cómoda y plana, aflojar prendas del paciente, una corbata, sacarle los zapatos, desabrochar su camisa, todo lo que le cuestione respirar, evitar el consumo de alimentos si es propenso a úlceras gástricas o problemas gástricos, abrir espacio para la ventilación al paciente. (UCB, Agosto 2015)

Accidentes caseros:

Los adultos mayores son particularmente débiles, al riesgo de caídas, verificar como el cuidador trabaja con esta situación que es muy frecuente y estos riesgos de caídas son muy graves por lo que el adulto mayor tiene los huesos más frágiles y son más propensos a romperse. Esto se da por la edad los huesos se deterioran ya que su colágeno disminuye y sus cavidades Oseas empiezan a desgastarse.

Ayudar al adulto mayor a bajar gradas, porque son propensos a sufrir caídas, ya que no mantienen equilibrio, tendrá miedo si alguna vez se a caído antes, devolver la confianza, realizar unos ejercicios para su circulación y actividades para que se mantenga ocupado y se sienta útil. Ayudarla a caminar para que no se vuelva una persona sedentaria.

### **Principales emergencias del adulto mayor:**

Asegurarse que los pisos estén enserados para no correr riesgo de caída.

Los pisos y gradas deberán estar bien iluminadas, recoger obstáculo.

Encontrar fácil los apagadores de la iluminación.

Revisar alfombras no tenga orillas gastadas o algún objeto donde el adulto se pueda tropezar.

Las chimeneas deberían tener una reja protectora y los calefactores de petróleo deberán estar en un lugar donde no haya riesgo de tropezarse y tirarlo.

Todo material de uso para gas, hornillas de cocina estar alejados del lugar donde se encuentre el adulto mayor.

Cuartos con ventilación.

Revisar diariamente las medicinas, asegurar que el adulto mayor no escoja las medicinas también las hornillas para evitar un accidente.

### **Recomendaciones para épocas de frío:**

Comprender que el adulto mayor tiene que estar abrigando a que su temperatura varía, tener en cuenta que el adulto mayor tiene que vivir en una habitación climatizada para las épocas de frío, tenemos que vestir al adulto mayor con diferentes prendas de vestir

Si está el adulto mayor solo, llevarle algo de comer y brindarle atención.

Cortar inmediatamente cualquier lugar donde entre frío.

Visitar siempre al adulto mayor para verificar que se encuentra bien.

### **Los accidentes más frecuentes:**

La falta de actividad física, que favorece a la descalcificación de los huesos.

Consumo de alcohol y sedantes, que disminuyen la atención de obstáculos y aumentan la imprudencia y el desequilibrio.

Daño cerebral, que causa la torpeza o debilidad del movimiento y falta de cuidado por imprudencia.

Defectos de la vista, especialmente si se asocia a la falta de iluminación.

Los sitios más peligrosos en la casa son los baños y la cocina, riesgo a resbalarse en la ducha o riesgo a quemaduras en la cocina.

Procura asistencia médica o enfermería.

No colocar medicamentos ni ninguna sustancia sin indicación médica.

Las intoxicaciones son accidentes frecuentes, se debe a medicamentos, falta de ventilación, al uso de envases de alimentos o bebidas para guardar sustancias tóxicas.

Si tiene sustancias tóxicas advertirlo con los compañeros de trabajo para tener en cuenta al adulto mayor. (MSP, 2011)

### **Marco Contextual**

El día jueves, 6 de junio, en la ciudad de Cuenca, provincia del Azuay, se entregó los consentimientos informados a la encargada del centro Gerontológico Hogar Miguel de León, con los cuales podremos realizar las encuestas a los cuidadores y proporcionar evidencia de las encuestas.

En este centro se dedican a la atención integral de niñas y adolescentes como también en adultos mayores y a la educación, este centro Gerontológico se encuentra por (Simón Bolívar 1458 y Coronel Talbot), en el mapa de CUENCA Azuay.

### **Marco Conceptual**

Población senescente: es la población de Adultos Mayores, cabe destacar que un adulto mayor se considera desde los 62 años de edad (Instituto Nacional del Cáncer, SF)

Diversas enfermedades que puede tener el adulto mayor: Alzheimer, ictus, infarto, artrosis y artritis, hipertensión arterial, Pákinson. (Fundación Atilano Sánchez Sánchez, SF)

Angina de pecho: Dolor en el pecho reduce el flujo de sangre al corazón. (Mayo Clinic, 2022)

Infarto de miocardio: sucede cuando un coágulo de sangre obstruye la irrigación sanguínea hacia el corazón. (Clínica Universidad de Navarra, 2024).

Descalcificación de los huesos: El cuerpo puede reabsorber calcio y fósforo de los huesos en el lugar de conservar

Estos minerales en ellos.

Daño cerebral: es una lesión adquirida a un daño cerebral causado por sucesos ocurridos después del nacimiento, y no por un trastorno genético o congénito. (Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas, 2024).

Embolia pulmonar: La embolia pulmonar se produce por un coágulo de sangre hacia una arteria en los pulmones. (Mayo Clinic, 2023)

Úlcera: Es una herida dentro del estómago que tiene una mucosa. (MedlinePlus información de salud para usted, 2023).

Asfixia: Es una condición que varía anormalmente en el cuerpo dando así una respiración menor a 16 respiraciones por minuto (Primero auxilios, SF).

Trastorno genético: Alteración en un gen. Varía de varios factores (Children's Minnesota, SF).

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN**

Nuestra investigación se basa en el conocimiento de los cuidadores hacia el adulto mayor, como se siente al trabajar en esa área y como emplea sus habilidades y destrezas sobre ellos, realizamos encuestas sobre las actividades que realizan en su trabajo y para finalizar realizaremos una capacitación en donde hablaremos de consecuencias que puede presentar el cuidador al estar encargado de un adulto mayor, la salud mental tanto del cuidador como del adulto mayor. En esta capacitación sacamos la conclusión que los cuidadores lo único que rinden en su trabajo es responsabilidad y servicio.

Los adultos mayores están en una edad avanzada en la cual empiezan a no cuidarse y asearse ellos mismos, los cuidadores con su voz de mando deben dar la autoridad al adulto mayor a seguir con su mismo cuidado, el aseo personal principalmente, como por ejemplo al adulto mayor tienen que bañarle, vestirle, cortarles las uñas de los pies y de las manos, en caso de los varones afeitarlos, en las mujeres pintarles las uñas, esto ayudara a subir su autoestima. (Azulay, 2011)

### **Enfoque de investigación**

La presentación de nuestro tema de investigación es cualitativa lo cual verifica el análisis y la recopilación de datos realizados en el Centro Geriátrico Hogar Miguel de León, para realizar el enfoque de habilidades y destrezas del cuidador para el adulto mayor, esto nos ayudara a verificar como los cuidadores tratan al adulto mayor y como se sienten laborando en su trabajo.

No puede ser una investigación cuantitativa porque trabajamos especialmente con 7 cuidadores del área de geriatría y gerontología, lo cual no es una cantidad mayor, si hubiéramos colocado más encuestas y trabajaríamos con todo el personal que al menos son unas 37 personas ahí deberíamos cambiar la metodología y volverla mixta, en este caso no había suficientes cuidadores a los cuales podíamos realizar encuestas.

### **Tipo de investigación**

El tipo de investigación que socializamos es la metodología de campo, esto conlleva a la práctica realizada en el lugar en donde se encuentra el adulto mayor y laboran los cuidadores realizando diferentes actividades durante todo el día y diariamente, esto nos

ayuda a nosotros a conocer las diferentes prácticas laboradas por ellos y sus diferentes actividades.

Las actividades y cronogramas que ellos realizan también ayuda al adulto mayor a distraerse siempre tenemos que llamarlos por su nombre, estar con ellos para lo que necesiten, ellos solo necesitan a alguien para conversar, para sentirse importantes, últimamente en estudios realizados se ha descubierto que el 92% de los adultos mayores sufren de enfermedades de salud mental, ya que esto conlleva a ellos sentirse débiles, inútiles, y si tienen una condición física o patología a diagnosticada baja muchísimo más su autoestima, lo que nosotros como cuidadores o enfermeros nos toca hacer es brindar el apoyo en sí, con las actividades que cambian constantemente en el mes, las actividades como al ver y presenciar eventos llenan un poco ese vacío que llevan dentro en su corazón de alegría.

### **Corte de la investigación**

El corte de nuestra investigación es transversal ya que, a medida que vamos poniéndonos al corriente de nuestro tema, varían nuestras ideas, para mejorar el ámbito donde realizaremos la investigación, realizaremos una capacitación con diferentes destrezas, para que el cuidador nos diga cómo se siente mentalmente en el trabajo, si le gusta lo que hace o si quiere mejorar algún aspecto.

### **Instrumentos y técnicas para el levantamiento de la información**

Nuestra investigación fue también evaluada con encuestas, en las cuales 6 cuidadores que conforman parte de geriatría nos ayudó poniendo en práctica sus conocimientos aprendidos basándose en sus años de experiencia y como se ha sentido durante el mismo. Los cuidadores tienen distintos horarios en su área de trabajo esto quiere decir que no todos los días están en su área de trabajo, en el mes cambian mucho sus horarios ellos trabajan en matutino, vespertino nocturno, velada u horas extras, trabajan una media hora y así constantemente.

## Metodología de trabajo

Las reglas que nosotros seguimos, fue realizar lo principal tener una propuesta y llevarla al Centro Gerontológico Hogar Miguel de León, esto se realizó el 11 de abril del 2024 esperamos aproximadamente de una a dos semanas para una respuesta, recibimos la respuesta el 25 de abril del 2024, cuando nos aceptaron nos dirigimos a preguntar si nos pueden ayudar los cuidadores y nos enviaron un manual de a quienes laboran en esta área esto fue desde el 02 de mayo del 2024 hasta el 31 de mayo del 2024, todos los jueves o el día en el que ellos estaban disponibles concordábamos una fecha para llegar con ellos a que nos ayuden llenando los consentimientos informados y aprovechamos también a que nos ayuden llenando unas encuestas .

Para concluir con este trabajo desde principios de junio empezamos a basarnos en una capacitación vimos los materiales que utilizaremos, en este caso fueron diapositivas y música para una pequeña actividad con los cuidadores, en la cual hablamos sobre la salud mental tanto en el cuidador, como en adulto mayor, consecuencias y riesgos tanto en el área de trabajo a nivel profesional, cual es la relación con los compañeros de trabajo. También brindamos una charla en la cual ellos nos contaban desde su experiencia como se ha sentido trabajar con los adultos mayores, como lidiaron en sus días de estrés, y por último hablamos de cómo mejorar la situación en su lugar de trabajo. (Bolanos.A.I, 2021)

Los cuidadores muy respetuosos nos colaboraron con el hacer silencio, brindarnos atención, tener paciencia con la capacitación que brindamos, realizaron todas las actividades que teníamos en mente. La coordinadora del área muy gentil nos colaboró también con la trabajadora social, la que nos ayudó a ver horarios y hablar con los cuidadores para que nos ayude con las actividades programadas que pudimos realizar, brindó su tiempo para nosotros y las cosas que podíamos realizar con ella al mando. (B.C., 2017).

Para concluir con la investigación en esta estancia enviaremos un enlace para realizar las últimas encuestas vía digital, esto nos ayudara a tabular más encuestas, y hablaremos también sobre el área de trabajo de los cuidadores que papel empeñan como puede ser, cambios de ánimo en el cuidador y en adulto mayor, como lidiar en estos momentos a quien acudir. El rol que desempeña el cuidador. Esto lo realizaremos en google forms. Este link los enviaremos a la trabajadora social encargada de los cuidadores y no tomara más de 5 minutos en realizarla es corto, sobre lo que ya hablamos anteriormente todo lo que se debe entre el rol de cuidador cómo lidiar con sus pacientes no solo con adultos mayores con el público en general. Fuimos de una a dos veces por semana, ya que los cuidadores tenían diferentes horarios, o capacitaciones, siempre estuvimos pendiente a los trabajos que teníamos, íbamos con nuevas ideas.

Lo que se acabó de realizar durante todo este periodo de la tesis fue hablar con las personas tantos coordinadores del área del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano, como también coordinadores del Centro Gerontológico Hogar Miguel De León. Para los consentimientos informados, firmas de los cuidadores que nos quieren apoyar, intercambiar ideas con la Trabajadora social, la que nos ayudó a tomar cinco minutos de cada encuesta, coordinamos el día de la capacitación y concluimos con las últimas encuestas de google forms

## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

### 1. ¿Entiendo las necesidades médicas del paciente que estoy cuidando?

7 respuestas

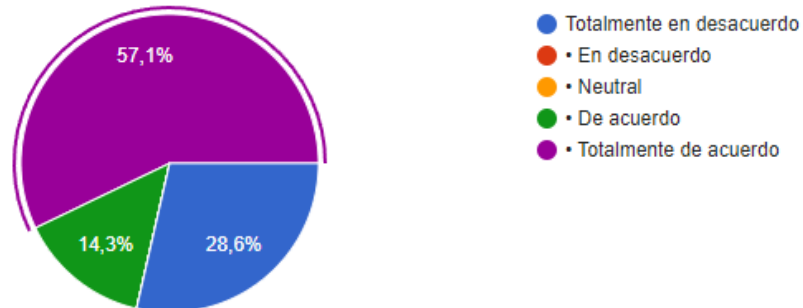


Tabla 1 Necesidades médicas del paciente.

-En esta grafica resalta que la mayoría de cuidadores del Hogar Miguel De León entienden las necesidades médicas del paciente al que cuidan con un 57,1%, de 4 cuidadores, con un 14,3% de cuidadores que solo están de acuerdo, el 28,6% de los cuidadores están totalmente en desacuerdo.

### 2. ¿Puedo reconocer los síntomas de emergencia y actuar en consecuencia?

7 respuestas

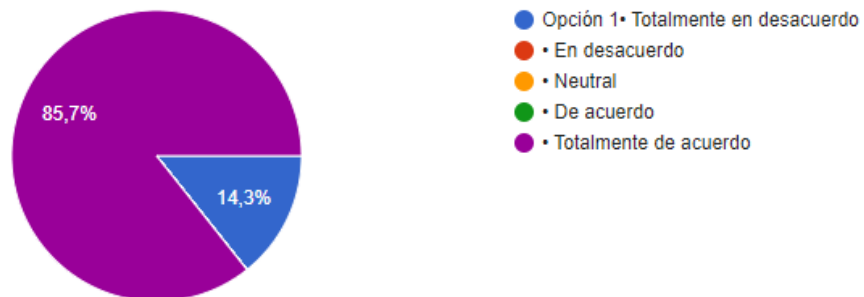


Tabla 2 Sintomas de emergencia.

-Con un 85,7% de respuestas de totalmente de acuerdo, nos demuestra que la mayoría de los cuidadores pueden reconocer los síntomas de emergencia y actuar en consecuencia y con un porcentaje de 14,3% que están en totalmente en desacuerdo.

### 3. ¿Estoy al tanto de los medicamentos y tratamientos del paciente?

7 respuestas

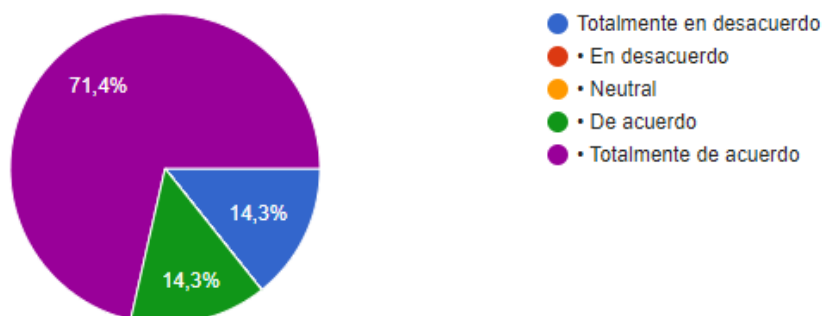


Tabla 3 Medicamentos y tratamientos del paciente.

-Con un 71,4% de los cuidadores nos dicen que están totalmente de acuerdo con los medicamentos y tratamientos del paciente, mientras que el 14,3% de los demás cuidadores están solo de acuerdo, el 14,3% de los últimos cuidadores están en totalmente en desacuerdo.

Habilidades: Indica tu nivel de habilidad en las siguientes áreas

### 4. Administración de medicamentos

7 respuestas

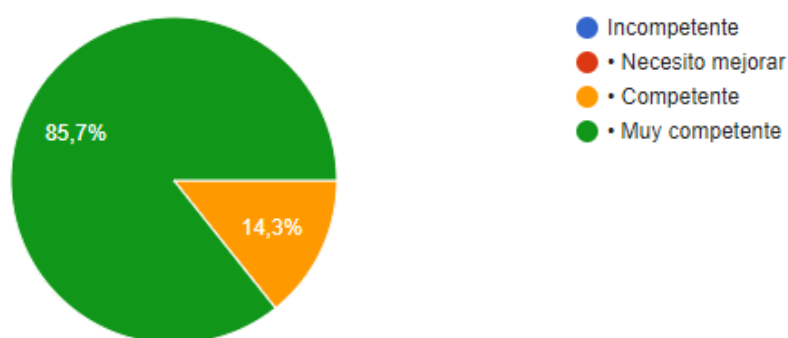


Tabla 4 Administración de medicamentos.

Los 6 cuidadores de Hogar Miguel De León que representan un 85,7% están muy competentes con la administración de medicamentos, mientras que el ultimo participante con un 14,3% solo esta competente.

## 5. ¿Cambio de vendajes y cuidado de heridas?

7 respuestas



Tabla 5 Vendajes y cuidado de heridas.

-Con un 57,1% de respuesta muy competente representa a 4 cuidadores que saben cambio de vendajes y cuidado de heridas, mientras que los otros 3 cuidadores con un porcentaje de 42,9% nos dice que solo están competentes.

## 6. ¿Comunicación con el paciente y sus familiares?

7 respuestas

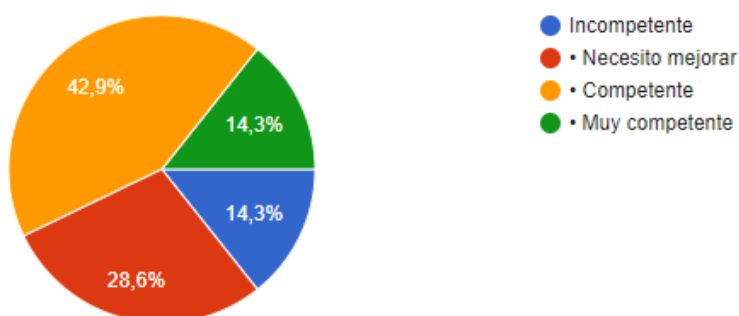


Tabla 6 Comunicación con el paciente y sus familiares.

-En esta grafica representa que el 42,9% que equivalen a 3 cuidadores tienen comunicación con el paciente y sus familiares y son competentes, el 14,3% que equivale a un cuidador es muy competente, el otro 14,3% de un cuidador nos dice que es incompetente, y por último el 28,6% que son dos cuidadores necesitan mejorar.

## 7. ¿Ayuda en la movilización del paciente?

7 respuestas

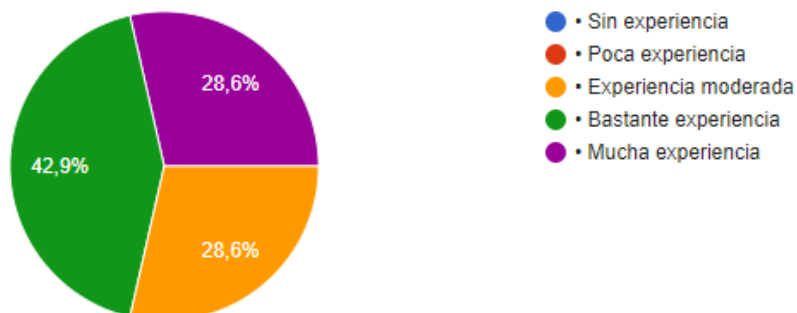


Tabla 7 Ayuda en la movilización del paciente.

-En esta grafica el 42,9% que equivale a 3 cuidadores respondieron que tiene bastante experiencia en la movilización del paciente, mientras que el 28,6% que son de 2 cuidadores tienen mucha experiencia, los dos restantes con 28,6% tienen experiencia moderada. +

## 8. ¿Preparación de comidas nutritivas y adaptadas a las necesidades del paciente?

7 respuestas

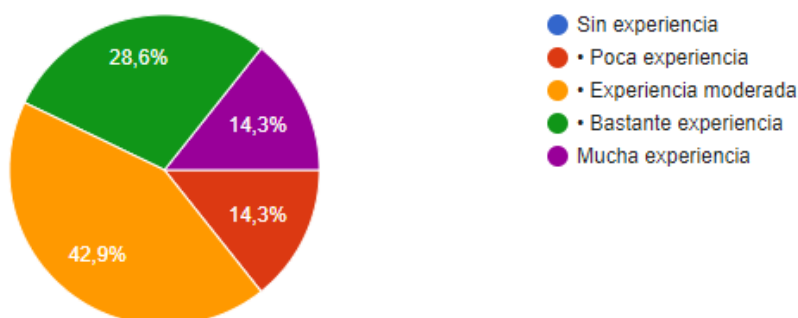


Tabla 8 Dieta del paciente.

-Con un 28,6% de cuidadores que son 2 cuidadores tienen bastante experiencia con la preparación de comidas nutritivas y adaptadas al paciente, mientras que el 14,3% tiene mucha experiencia un solo cuidador, el 13,3% seguido es decir solo un cuidador que tiene poca experiencia, la mayoría de cuidadores con un porcentaje de 42,9% que equivale a 3 cuidadores tienen una experiencia moderada.

9. ¿Manejo del estrés y el cuidado personal mientras cuida al paciente?

7 respuestas

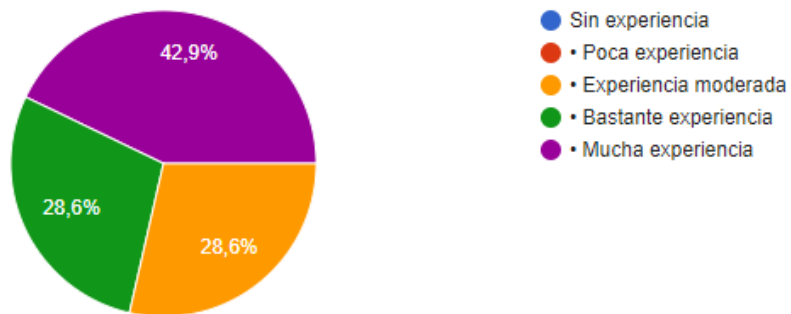


Tabla 9 Dieta del paciente.

-La mayoría de cuidadores de Hogar Miguel De León con un porcentaje de 42,9% tiene mucha experiencia son 3 cuidadores, con un porcentaje de 28,6% tiene bastante experiencia esto equivale a la respuesta de 2 cuidadores, el 28,6% como respuesta de 2 cuidadores respondieron que tienen una experiencia moderada.

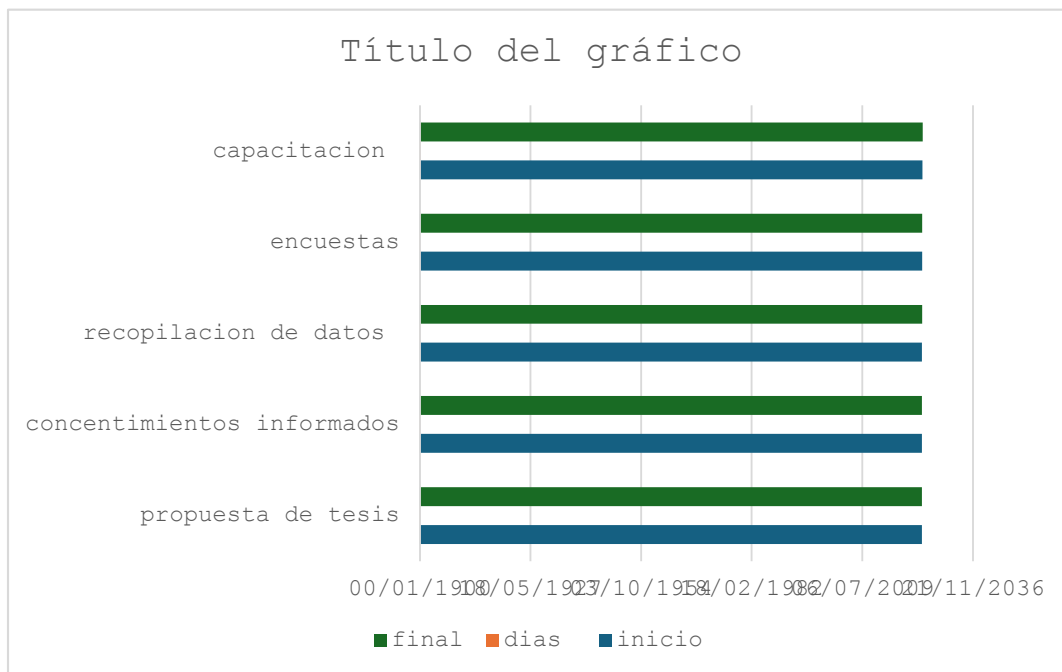
## CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN

Nuestro proyecto tiene como propósito evaluar a los cuidadores mediante encuestas, sobre sus conocimientos a lo largo de su carrera profesional como cuidador o cuidadora del personal del Centro Gerontológico Hogar Miguel de León, antes de realizar las encuestas se les otorgó un consentimiento informado en donde aceptan ayudarnos con nuestro tesis, realizaremos una capacitación sobre su salud mental y consecuencias que han tenido durante su experiencia en el área de Gerontología, después las encuestas se tabularan en Google Forms, en las encuestas que les proporcionamos estaban detalladas preguntas acerca de su relación con el paciente, o si han tenido dificultades al momento de cuidar a un adulto mayor, con estos resultados realizaremos una capacitación para hacerles saber cómo pueden guardar la compostura o saber las consecuencias que podrían tener en un futuro, seguido de eso vamos a realizar la evaluación para determinar los resultados de la capacitación, para saber si la presentación de nuestro proyecto cubrió con sus dudas, sus preguntas que tenían en base a la los conocimientos que tienen en su carrera profesional. (cuidador, 2024)

Elaboramos un folleto en donde colocamos toda la información importante de nuestro tema, uno para el instituto y otro para el Centro Gerontológico Hogar Miguel De León.

El rol del cuidador es mantener siempre la debida ética con su paciente, apoyarlo en las necesidades básicas, para implementar psicológicamente alegría y energía al adulto mayor para que se sienta útil y que puede llegar a ser sus actividades diarias de manera normal, hacer ejercicio en poca cantidad, mantener la alegría en el sitio de trabajo. (Lopez.J., 2009).

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



.Tabla 10 Cronograma de actividades

## CONCLUSIONES

Para finalizar nosotros estamos encarecidamente agradecidos con el Centro Gerontológico Hogar Miguel León. Por apoyarnos en este proyecto, aprendimos a como la ayuda es esencial en los adultos mayores, como convivir con ellos y como nosotros en un futuro expresar nuestros conocimientos aprendidos, el cuidador pilar fundamental de este tema servicial, respetuoso, en constancia nos genera inspiración para seguir adelante con nuestra carrera de enfermería. Aprender que a un profesional no se consigue solo con un título.

También se ha observado que a través de la investigación de campo y mediante la utilización de métodos cualitativos, se ha visto que el cuidador necesita apoyo psicológico y físico, para poder afrontar su arduo trabajo con el adulto mayor, como por ejemplo el traslado de un lugar a otro con el paciente, así como también ayudarles a que puedan realizar sus necesidades biológicas.

Los cuidados en el paciente de la tercera edad también están vinculados a una alimentación dieta que es estricta y debe ser valorada por los cuidadores para el buen servicio que necesitan recibir la persona de la tercera edad.

El personal encargado de los pacientes, deberían ser cautelosos al momento de administrar medicamentos, ya que al tratar con personas vulnerables hay que ser cuidadosos, en este sentido. El apoyo que debe dar el cuidador en el aspecto psicológico y emocional al adulto mayor debe ser idóneo y estar acorde con la metodología psicológica que necesita el paciente.

## **RECOMENDACIONES**

¿Cuáles recomendaciones pueden darse para ayudar a solucionar el problema?

### **A nivel institucional**

Nosotros como estudiantes de la carrera de enfermería, pedimos encarecidamente que todo lo acordado desde un principio no cambie a última hora, tanto en encuestas como en folletos, nosotros no tenemos problema por realizarlo, pero las personas de otros centros necesitan con anterioridad todas las actividades que tenemos que realizar, para poder concientizar con los trabajadores del área y que nos brinden cinco minutos de su valioso tiempo ya que; ellos también están ocupados.

### **A nivel técnico**

La información que nos han brindado constantemente han sido de gran ayuda, como los nombres de los trabajadores y cuidadores del área geriátrica y gerontológica, pudimos aprender más de ellos como concientizan su trabajo y como se desempeñan cuidando a sus pacientes en este caso los adultos mayores.

### **A nivel teórico**

Lo que podemos indagar a nivel teórico basado en leyes, opiniones, entre varias temáticas más, podemos decir que el respeto y la puntualidad ha sido base esencial para nosotros poder realizar las actividades anteriores, esto quiere decir que mientras nosotros teníamos inquietudes por resolver ellos muy amablemente lo hicieron con responsabilidad y paciencia debemos estar agradecidos mediante esta parte.

## BIBLIOGRAFÍAS

Azulay, H. (2011). *Residencia de Enfermería en el cuidado del adulto mayor. Enfermería en cuidados del adulto mayor. Recuperado de:*

<https://search.app.goo.gl/rnTHWj7>

Bermejo, L. (noviembre, 2022). Marco teórico de referencia *para residencias de personas mayores en situación de dependencia. Eurosocia*. Consultado el 23 de abril del 2024:

<https://eurosocia.eu/biblioteca/doc/marco-teorico-de-referencia-para-residencias-de-personas-mayores-en-situacion-de-dependencia/>

Catalina (Ramírez pág. 2-6; s/a). *Marco teórico del envejecimiento*. Consultado en 15 de mayo:

<https://catalina.udlap.mx>

Chalco Quezada S. (cuenca-ecuador 2016) Apuntes geronto-geriatricos. temas compartidos para conocer mejor el proceso del envejecimiento

Children's. (S.F). *Enfermedades Genéticas. Materiales educativos para pacientes y familiares.*

Recuperado de:

<https://www.childrensmn.org/educationmaterials/childrensmn/article/16992/enfermedades-geneticas/>

Clínica Universal de Navarra. (2023). Infarto agudo de miocardio. Recuperado de:

<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/infarto-miocardio>

Él rincón del cuidador (2024). Como cuidar a una persona adulta mayor. Manual práctico para el cuidado. Recuperado de:

<https://www.elrincondelcuidador.es/otros-cuidados/como-cuidar-persona-mayor>

ELSEVIER. (noviembre, 2006). El anciano dependiente y el desgaste físico y psíquico de su cuidador. Recuperado de:

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-el-anciano-dependiente-el-desgaste-13096073>

F.A.S.S. (2024). Las 10 principales enfermedades que sufren las personas mayores.

Recuperado de:

<https://www.fundacionfass.org/general/las-10-principales-enfermedades-que-sufren-las-personas-mayores/>

MAYOCLINIC. (2023, febrero). Embolia pulmonar. Recuperado de:

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/pulmonary-embolism/symptoms-causes/syc-20354647>

MAYOCLINIC. (2022, mayo). Angina de pecho. Recuperado de:

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/angina/symptoms-causes/syc-20369373>

MedlinePlus. (2020). Información de salud para usted. Qué causa la pérdida ósea. Recuperado de:

<http://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000506.htm>

MedlinePlus. (2023, febrero). Úlcera péptica. Recuperado de:

<https://medlineplus.gov/spanish/pepticulcer.html>

MSP. (2011). *Manual para cuidadores de la persona adulta mayor dependiente*. Recuperado de:

<https://search.app.goo.gl/fz8e9Tg>.

NIH. (S.F.). Instituto nacional del cáncer. Senescencia. Recuperado de:

<https://www.cancer.gov/espa%C3%B1ol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/senecencia>

SciELO. (2010, marzo). Las consecuencias del cuidado familiar sobre el cuidador: Una valoración compleja y necesaria. Recuperado de:

<https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci>

SciELO. (2021, septiembre). salud mental y psicológica del cuidador primario de adultos mayores dependientes. Recuperado de:

slideshare. (SF). diapositiva sobre la asfixia inst. Primeros auxilios:

<https://es.slideshare.net/slideshow/diapositiva-sobre-la-asfixia-inst-fernando-leon-de-vivero-pptx/269810826>

TEXAS. (2024). Comisión de salud y servicios Humanos de Texas. Lesión cerebral adquirida.

Recuperado de:

<https://www.hhs.texas.gov/es/services/disability/lesion-cerebral-adquirida>

UAEM. (2014, marzo). *Capacidades personales y existenciales en cuidadores primarios de adultos mayores, residentes de la ciudad de Toluca, Estado de México*. Recuperado de:

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/65428/Tesis%20Capacidades%20personales%20y%20existenciales%20en%20cuidadores%20primarios%20de%20adultos%20mayores,%20residentes%20de%20la%20ciudad%20de%20Toluca,%20Estado%20de%20M%20C%20A%20xico..pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjVrLy09cWGAXWySzABHbCfB9Y4HhAWegQIEBAB&usg=AOvVaw1l-jb3Asxu3J9wg7Vr6lK7>

UCB. (2015, agosto). *Calidad de vida en la tercera edad*. Recuperado de:

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://enfermeria.fcm.unc.edu.ar/enfermeria-del-adulto-y-del-anciano/&ved=2ahUKEwjVrLy09cWGAXWySzABHbCfB9Y4HhAWegQICB9Y4HhAWegQICB&usg=AOvVaw0u\\_-VtDFd68MNTpRn9BF5n](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://enfermeria.fcm.unc.edu.ar/enfermeria-del-adulto-y-del-anciano/&ved=2ahUKEwjVrLy09cWGAXWySzABHbCfB9Y4HhAWegQICB9Y4HhAWegQICB&usg=AOvVaw0u_-VtDFd68MNTpRn9BF5n)

UCH (2018) *Sobrecarga en cuidadores del adulto mayor dependiente en distritos de lima norte*.

*Tesis UCH*. Recuperado de:

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v13n2/v13n2a03.pdf&ved=2ahUKEwjd8\\_OX9cWGAXVkroQIHZLJD5M4ChAWegQIBxAB&usg=AOvVaw1JAN0ZddwY-zzGm5IyRfBu](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v13n2/v13n2a03.pdf&ved=2ahUKEwjd8_OX9cWGAXVkroQIHZLJD5M4ChAWegQIBxAB&usg=AOvVaw1JAN0ZddwY-zzGm5IyRfBu)

## ANEXOS



*Ilustración 1 Encuestas a cuidadores*



*Ilustración 3 Firma de acta en hogar miguel de León*



*Ilustración 2 Firma de consentimiento informado*



*Ilustración 4 Hablar con ellos del cómo se sienten mental y físicamente*



*Ilustración 5 Preguntas abiertas hacia el cuidador*



*Ilustración 6 Firma de las encuestas*



*Ilustración 7 Capacitación en área geriátrica*



*Ilustración 8 Brindamos información sobre lo que debe ser ético en el área del cuidador*



*Ilustración 9 Información de cómo lidiar con el paciente adulto mayor en el ámbito laboral ejerciendo salud mental del cuidador*

Cuenca, 6 de Junio de 2024

**Sra. Pineda Pérez Ana Marlene**

Cuidadora.

Cuenca.

**Asunto:** Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.

Estimada Ana Marlene Pineda Pérez

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de la carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente:

**Samantha Garzón y Luis Guamán**

**Estudiantes de la carrera de Enfermería**



[www.sudamericano.edu.ec](http://www.sudamericano.edu.ec)

Bolívar y Manuel Vega - San Blas ☎ (593 7) 2838323 - 2843619 📞 0996976443



✉ [info@sudamericano.edu.ec](mailto:info@sudamericano.edu.ec)

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

06/06/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 **pertenecientes al 4to ciclo de la carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.**



.....

**NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE**

Cuenca, 6 de Junio de 2024

**Sra. Pangol Campoverde Mónica Estefanía**  
Cuidadora.  
Cuenca.

Asunto: Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.

Estimada Mónica Estefanía Pangol Campoverde

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de la carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente:

**Samantha Garzón y Luis Guamán**  
Estudiantes de la carrera de Enfermería



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

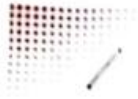
Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

06/06/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 **pertenecientes al 4to ciclo de la carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.**



.....  
**NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE**



Cuenca, 16 de Mayo de 2024

**Sr. Lata Corte Darío Javier**

Cuidador.

Cuenca.

Asunto: Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.

Estimado Darío Javier Lata Corte.

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de la carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente:

**Samantha Garzón y Luis Guamán**

**Estudiantes de la carrera de Enfermería**



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

16/05/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 **pertenecientes al 4to ciclo de la carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.**



.....  
**NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE**

Cuenca, 16 de Mayo de 2024

**Sra. Cedillo Quizpe María Elena**  
Cuidadora.  
Cuenca.

Asunto: Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.

Estimada María Elena Cedillo Quizpe

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de la carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente:



**Samantha Garzón y Luis Guamán**

**Estudiantes de la carrera de Enfermería**



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

16/05/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 pertenecientes al 4to ciclo de la **carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.**



.....

**NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE**



Cuenca, 6 de Junio de 2024

**Sra. León Macancela Rosa Janneth**

Cuidadora.

Cuenca.

Asunto: Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.

Estimada Rosa Janneth León Macancela

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de la carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

*Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.*

Atentamente:

**Samantha Garzón y Luis Guamán**

**Estudiantes de la carrera de Enfermería**



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

06/06/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 **pertenecientes al 4to ciclo de la carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.**



.....  
**NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE**



Cuenca, 16 de Mayo de 2024

**Sra. Espinoza Carchipulla Dolly Fabiola**  
Cuidadora.  
Cuenca.

Asunto: Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.


Estimada Dolly Fabiola Espinoza Carchipulla.

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de la carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente:

  
**Samantha Garzón y Luis Guamán**

**Estudiantes de la carrera de Enfermería**



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

16/05/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 **pertenecientes al 4to ciclo de la carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.**

.....*Allyka...*.....

**NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE**

Cuenca, 16 de mayo de 2024

**Sra. Barsallo Sánchez Paola Alexandra**

Cuidadora.

Cuenca.

Asunto: Autorización para la realización de proyecto de grado de la carrera de Enfermería.

Estimada Paola Alexandra Barsallo Sánchez

De nuestras consideraciones, Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 y Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 de carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano, solicito a ustedes de la manera más comedida, se otorgue la autorización para la realización del proyecto de titulación denominado: Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León: durante el periodo abril-junio 2024 en su prestigiosa institución.

Se les socializará previamente el documento de consentimiento informado al individuo o representante legal para su aprobación.

Por la acogida a mi petición, desde ya mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente:



**Samantha Garzón y Luis Guamán.**

**Estudiantes de la carrera de Enfermería**



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO**

Centro Gerontológico Hogar Miguel de León

16/05/2024

**Participación al proyecto de grado denominado:** Conocimientos, habilidades y destrezas del cuidador en el Centro Gerontológico Hogar Miguel de León; **el cual será ejecutado por los estudiantes:** Luis Enrique Guamán Salto con número de cédula 0106120421 y Nancy Samantha Garzón Iñiguez con número de cédula 0151217759 pertenecientes al 4to ciclo de la carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano como actividad para el proceso de titulación.

Pedro Berzullo

NOMBRE Y APELLIDO DEL PARTICIPANTE

0106070980

## ¿Cómo cuidar la salud mental de cuidadoras y cuidadores?

Los adultos que tienen a cargo el cuidado y protección de niños, adolescentes y jóvenes son personas que no solo tienen esa responsabilidad, sino que, además, asumen otros roles, por ejemplo, son empleados, trabajan como independientes, asumen un rol de pareja, de hijos, o amigos, y esto es importante reconocerlo.



## Recomendaciones básicas para el cuidador

1. Tener hábitos de vida saludable: madres, padres y cuidadores deben realizar ejercicio o alguna actividad física, cuidar su alimentación e hidratación, así como incluir momentos de descanso y espacios de calma y relajación. La práctica de yoga puede ser un camino.
2. Incluir momentos de socialización: es necesario que las y los cuidadores tengan espacios de socialización donde compartan con sus amigos y familiares, ello para que a través de actividades culturales y artísticas se fortalezcan vínculos, al tiempo que tengan un momento de calma y tranquilidad.



## Retos del cuidador

- ✓ Responsabilidad de cuidado colectivo y reconocer la importancia de la salud mental.
- ✓ Los cuidadores sean conscientes que son merecedores de cuidado, es decir, que ellos y ellas también deben recibir afecto, amor y el apoyo de otras personas.
- ✓ Es necesario avanzar en políticas públicas locales, departamentales y nacionales, para impulsar estrategias de salud mental dirigidas a las familias para que no haya barreras de atención y así prevenir y tratar afectaciones en la salud mental.



## La salud mental en el adulto mayor

Los adultos mayores contribuyen a la sociedad como miembros de la familia y la comunidad, y muchos son voluntarios y trabajadores.

Aunque la mayoría goza de buena salud, muchos corren el riesgo de presentar afecciones de salud mental como depresión y ansiedad.



A edades más avanzadas, la salud mental viene determinada no solo por el entorno físico y social, sino también por los efectos acumulativos de las experiencias de vida anteriores y los factores estresantes específicos relacionados con el envejecimiento.



## Los factores de riesgo en un adulto mayor son:

La exposición a la adversidad, la pérdida significativa de la capacidad intrínseca y una disminución de la funcionalidad pueden provocar angustia psicológica.

Los adultos mayores tienen más probabilidades de experimentar eventos adversos como el duelo, una reducción de los ingresos o un menor sentido de propósito con la jubilación.

El aislamiento social y la soledad, que aquejan a cerca de una cuarta parte de las personas mayores, son factores de riesgo clave para padecer afecciones de salud mental en etapas posteriores de la vida.



## Promoción y prevención para un envejecimiento saludable

- Medidas para reducir la inseguridad financiera y la desigualdad de ingresos.
- Programas para garantizar viviendas, edificios públicos y transportes seguros y accesibles.
- Apoyo social a los adultos mayores y a sus cuidadores.



CUENCA - ECUADOR

**Elaborado por:**

Luis Guamán.

Samantha Garzón

Estudiantes de la carrera de Enfermería

**Tutora:**

Katia Argudo

