



Co-funded by
the European Union



Envejecer bien

WP3/ A1, Actividad 2

Módulo 2: Identificación de las necesidades básicas de las personas
mayores

Plan de la lección 2: Evaluación exhaustiva de las necesidades



Resumen del módulo

Comprender las necesidades básicas de los adultos mayores es crucial para que los cuidadores y los educadores de adultos brinden un apoyo eficaz y compasivo. El objetivo de este módulo es presentar métodos de evaluación, herramientas y listas de comprobación que pueden utilizarse para determinar estas necesidades en la práctica diaria. Mediante la comprensión integral de las necesidades de las personas mayores, los cuidadores pueden mejorar su calidad de vida y promover un envejecimiento exitoso.

Partiendo de los modelos conceptuales y de desarrollo básicos para evaluar eficazmente las necesidades de las personas mayores, se explican los tipos de necesidades básicas que tienen los ancianos y se abordan las formas de evaluarlas, así como consejos para abordarlas con éxito.

Esta lección se centra en la realización de una evaluación exhaustiva de las necesidades de las personas mayores, abordando los aspectos físicos, mentales, sociales y medioambientales de su bienestar. A través de actividades interactivas como estudios de casos, juegos de rol y reflexión, los participantes adquirirán habilidades prácticas para evaluar las diversas necesidades de los adultos mayores. El objetivo es dotar a los cuidadores de las herramientas necesarias para identificar las áreas de preocupación y ofrecer intervenciones adecuadas o sistemas de apoyo para las personas mayores.

Plan de la lección 2:

Evaluación exhaustiva de las necesidades

Objetivo:



Realizar una evaluación exhaustiva de las necesidades de las personas mayores, garantizando que se identifican y abordan todos los aspectos de su bienestar.

Duración: 60 minutos en total (incluyendo todas las actividades)

Actividades:

1. Lista de comprobación de la evaluación de necesidades (15 minutos)
2. Ejercicio en pequeños grupos (20 minutos)
3. Juego de rol (15 minutos)
4. Actividad de reflexión individual (10 minutos)

Materiales necesarios:

Para la Actividad 1 (Lista de comprobación de la evaluación de necesidades):

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para los participantes
- Lista de control para la evaluación de las necesidades

Para la Actividad 2 (Ejercicio en grupos pequeños):

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para los participantes

Para la Actividad 3 (Juego de rol):

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para los participantes

Para la Actividad 4 (Actividad de reflexión individual):



- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para los participantes

Resultados del aprendizaje:

- Comprender cómo llevar a cabo una evaluación exhaustiva de las necesidades que abarque aspectos físicos, mentales, sociales y medioambientales.
- Desarrollar la capacidad de identificar áreas de preocupación en personas mayores y proponer intervenciones o sistemas de apoyo adecuados.
- Practicar las habilidades de comunicación en un contexto de cuidado a través de actividades de role-playing.
- Reflexionar sobre los retos que plantea la evaluación de las necesidades de los adultos mayores y obtener ideas para futuros escenarios de prestación de cuidados.

Lista de fuentes y referencias relacionadas con la actividad (estilo APA):

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Prensa de la OMS.
- Maslow, A. H. (1943). Una teoría de la motivación humana. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.



Co-funded by
the European Union



Envejecer bien

WP3/ A1

Actividad 1

LISTA DE COMPROBACIÓN PARA LA EVALUACIÓN DE LAS
NECESIDADES



CARDET, Chipre

ACTIVIDAD 1

Título de la actividad: Lista de comprobación de la evaluación de necesidades

Breve descripción del contexto teórico de la actividad (hasta 150 palabras):

Como todos los grupos de edad, las personas mayores tienen necesidades específicas. Los cuidadores deben conocerlas y ser capaces de identificarlas, clasificarlas y ayudar a abordarlas. Es fundamental realizar una evaluación exhaustiva de las necesidades. Debe incluir aspectos como la salud física, la salud mental, el compromiso social, la seguridad y el entorno.

Fines y objetivos de la actividad:

- Comprender cómo llevar a cabo una evaluación exhaustiva de las necesidades que abarque aspectos físicos, mentales, sociales y medioambientales.

Materiales necesarios:

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para que los participantes tomen notas
- Lista de comprobación de la evaluación de necesidades (véase la Lección 2 - Apéndice 1)

Duración de la actividad: 15 min



Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Empezar destacando la importancia de una evaluación de las necesidades de las personas mayores.

Paso 2: Compartir una lista de comprobación que resuma las áreas críticas que deben cubrirse en una evaluación exhaustiva de las necesidades:

- Salud física: Enfermedades crónicas, medicación, movilidad.
- Salud mental: Estado cognitivo, bienestar emocional.
- Compromiso social: Familia, amigos, participación en la comunidad.
- Seguridad y medio ambiente: Seguridad en el hogar, accesibilidad.

Paso 3: Pida a los participantes que completen la lista de comprobación individualmente, imaginando que están evaluando a una persona mayor a su cargo o a partir de un escenario determinado.

Paso 4: Fomentar el debate plenario sobre los retos de la evaluación de las necesidades de las personas mayores.

Variaciones de la actividad, en su caso: /

Consejos y recomendaciones:

- o Tenga en cuenta que este tema puede tocar aspectos personales o delicados, ya que algunos participantes pueden tener relaciones estrechas con personas mayores que están pasando por dificultades.



- o Anime a los participantes a utilizar ejemplos concretos cuando compartan sus experiencias, ya que esto puede ayudar a identificar soluciones prácticas a los retos debatidos.

Lista de fuentes y referencias relacionadas con la actividad (estilo APA):

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Prensa de la OMS.
- Maslow, A. H. (1943). Una teoría de la motivación humana. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.

Anexo 1: Lista de comprobación para la evaluación de las necesidades

Lista de comprobación para una evaluación exhaustiva de las necesidades de las personas mayores

1. Salud física

- Evaluar afecciones como diabetes, artritis, cardiopatías, etc.
- Revisar la medicación actual y las dosis.
- Compruebe los posibles efectos secundarios e interacciones.
- Evaluar la capacidad de andar y el equilibrio.
- Identificar cualquier necesidad de ayudas para la movilidad (por ejemplo, bastones, andadores).

2. Salud mental

- Realizar evaluaciones de memoria y comprensión.



- Busque signos de confusión u olvido.
- Detectar síntomas de depresión o ansiedad.
- Evaluar los sentimientos de soledad o aislamiento.

3. Compromiso social

- Evaluar la frecuencia y la calidad de las visitas o interacciones familiares.
- Identifique las actividades sociales o clubes en los que participa la persona mayor.
- Evaluar si existen barreras para la participación social (por ejemplo, el transporte).

4. Seguridad y medio ambiente

- Inspeccione en busca de riesgos de caída (por ejemplo, alfombras sueltas, desorden).
- Garantizar el acceso a los servicios de emergencia (por ejemplo, sistemas de alerta).
- Compruebe si es necesario realizar modificaciones (por ejemplo, barras de apoyo, rampas).
- Evalúe la distribución del espacio vital para facilitar los movimientos.

5. Seguimiento y reevaluación

- Programar reevaluaciones periódicas para controlar los cambios en las necesidades.
- Identificar y remitir a servicios de apoyo adicionales según sea necesario (por ejemplo, terapia, programas comunitarios).



Co-funded by
the European Union



Envejecer bien

WP3/ A2

Actividad 2

EJERCICIO EN GRUPOS REDUCIDOS

CARDET, Chipre



ACTIVIDAD 2

Título de la actividad: EJERCICIO EN PEQUEÑO GRUPO

Breve descripción del contexto teórico de la actividad (hasta 150 palabras):

Como todos los demás grupos de edad, las personas mayores tienen necesidades específicas: Necesidades físicas: movilidad, nutrición, estado de salud; necesidades emocionales: soledad, afrontamiento de la pérdida; necesidades sociales: relaciones familiares, participación en la comunidad; y necesidades espirituales: búsqueda de sentido, prácticas religiosas. Es fundamental que los cuidadores sepan evaluar estas necesidades.

Fines y objetivos de la actividad:

Materiales necesarios:

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para que los participantes tomen notas

Duración de la actividad: 20 minutos

Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Divida a los participantes en grupos pequeños y asigne a cada grupo un estudio de caso de una persona mayor con diversas necesidades (por ejemplo, una persona mayor con problemas de movilidad que vive sola, o una con deterioro cognitivo pero con un fuerte apoyo familiar).



Paso 2: Pida a los participantes que trabajen en grupos y lleven a cabo una evaluación exhaustiva de las necesidades utilizando como guía la lista de comprobación facilitada (véase el Apéndice).

Paso 3: Pida a los grupos que se centren en:

- Identificación de ámbitos de preocupación.
- Debatir posibles intervenciones o sistemas de apoyo que puedan abordar estas preocupaciones.

Variaciones de la actividad, en su caso: /

Consejos y recomendaciones:

- o Tenga en cuenta que este tema puede tocar aspectos personales o delicados, ya que algunos participantes pueden tener relaciones estrechas con personas mayores que están pasando por dificultades.
- o Anime a los participantes a utilizar ejemplos concretos cuando compartan sus experiencias, ya que esto puede ayudar a identificar soluciones prácticas a los retos debatidos.

Lista de fuentes y referencias relacionadas con la actividad (estilo APA):

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Prensa de la OMS.
- Maslow, A. H. (1943). Una teoría de la motivación humana. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.



Co-funded by
the European Union



Envejecer bien

WP3/ A3

Actividad 3

ACTIVIDAD DE GRUPO: EXPERIENCIAS PERSONALES



CARDET, Chipre

ACTIVIDAD 3

Título de la actividad: JUEGO DE ROLES

Breve descripción del contexto teórico de la actividad (hasta 150 palabras):

Es fundamental que los cuidadores sepan cómo evaluar las necesidades de las personas mayores. Deben conocer y estar al día de las herramientas, técnicas y estrategias que apoyan la evaluación de las necesidades. El juego de roles es una de las técnicas más útiles sobre el tema en cuestión, que permite obtener resultados eficaces.

Fines y objetivos de la actividad:

- Reconocer las necesidades específicas de las personas mayores (físicas, emocionales, sociales y espirituales);
- Sensibilizar sobre las herramientas, técnicas y estrategias para evaluar eficazmente las necesidades de las personas mayores.

Materiales necesarios:

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para que los participantes tomen notas

Duración de la actividad: 15 min

Descripción del proceso de la actividad:



Paso 1: Pida a los participantes que formen parejas y asuman el papel de cuidador y anciano.

Paso 2: Pida a los participantes que trabajen en parejas, alternando los papeles de cuidador y persona mayor. El cuidador practica la evaluación de las necesidades basándose en la lista de comprobación, mientras que la persona mayor responde basándose en un escenario o en su experiencia.

Paso 3: Rota los papeles para que ambos miembros de la pareja tengan la oportunidad de practicar.

Paso 4: Facilite un debate sobre la experiencia del juego de rol en el marco de este tema.

Variaciones de la actividad, en su caso: /

Consejos y recomendaciones:

- o Anime a los participantes a participar libremente en la actividad de juego de rol, asumiendo ambos papeles.
- o Tenga en cuenta que este tema puede tocar aspectos personales o delicados, ya que algunos participantes pueden tener relaciones estrechas con personas mayores que están pasando por dificultades.
- o Anime a los participantes a utilizar ejemplos concretos cuando compartan sus experiencias, ya que esto puede ayudar a identificar soluciones prácticas a los retos debatidos.



Lista de fuentes y referencias relacionadas con la actividad (estilo APA):

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Prensa de la OMS.
- Maslow, A. H. (1943). Una teoría de la motivación humana. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.



Co-funded by
the European Union



Envejecer bien

WP3/ A1

Actividad 4

REFLEXIÓN INDIVIDUAL

CARDET, Chipre



ACTIVIDAD 4

Título de la actividad: Reflexión individual

Breve descripción del contexto teórico de la actividad (hasta 150 palabras):

Es esencial que los cuidadores sepan cómo evaluar las necesidades de las personas mayores. Deben conocer y estar al día de las herramientas, técnicas y estrategias que apoyan la evaluación de las necesidades. La reflexión individual nos ayuda a identificar los retos de la evaluación de las necesidades de las personas mayores, y es una práctica que los cuidadores deberían incluir más en su día a día, en la dirección de la auto-mejora y el logro de mejores resultados con la evaluación de las necesidades de las personas mayores.

Fines y objetivos de la actividad:

Materiales necesarios:

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para que los participantes tomen notas

Duración de la actividad: 10 min

Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Pide a los participantes que escriban en sus blocs de notas una breve reflexión sobre su experiencia en el juego de rol, abordando:

- Los aspectos más difíciles de la evaluación de las necesidades.
- Información clave sobre las necesidades de la persona mayor y las posibles intervenciones.



Paso 2: Termine debatiendo los dos puntos anteriores en sesión plenaria.

Variaciones de la actividad, en su caso:

Consejos y recomendaciones:

- o Anime a los participantes a participar abiertamente en la actividad de reflexión individual.
- o Tenga en cuenta que este tema puede tocar aspectos personales o delicados, ya que algunos participantes pueden tener relaciones estrechas con personas mayores que están pasando por dificultades.
- o Anime a los participantes a utilizar ejemplos concretos cuando compartan sus experiencias, ya que esto puede ayudar a identificar soluciones prácticas a los retos debatidos.

Lista de fuentes y referencias relacionadas con la actividad (estilo APA):

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Prensa de la OMS.
- Maslow, A. H. (1943). Una teoría de la motivación humana. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.