



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 3: Creación de un plan de evaluación de 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 dota a los participantes de las habilidades necesarias para crear un plan estructurado de evaluación de las necesidades de las personas mayores. Mediante la revisión de plantillas, el trabajo con estudios de casos y la práctica de juegos de rol, los participantes aprenderán a desarrollar planes detallados que aborden una amplia gama de necesidades físicas, emocionales, ambientales y sociales. La sesión hace hincapié en la comunicación clara y la evaluación continua, ayudando a los cuidadores a adaptar su enfoque al bienestar de cada persona.

Plan de la lección 3:

Creación de un plan de evaluación de necesidades

Objetivo:



Crear un plan estructurado para realizar evaluaciones de las necesidades de las personas mayores, garantizando que los cuidadores estén preparados para abordar una amplia gama de necesidades.

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

Actividades:

1. Revisión de la plantilla del plan de evaluación de necesidades (15 minutos)
2. Actividad en grupo (20 minutos)
3. Juego de rol (15 minutos)
4. Actividad de reflexión individual (10 minutos)

Materiales necesarios:

Para la Actividad 1 (Revisión de la plantilla del plan de evaluación de necesidades):

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para los participantes
- Plantilla del plan de evaluación de necesidades

Para la Actividad 2 (Actividad en grupo):

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

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 utilizar plantillas estructuradas para realizar evaluaciones de necesidades.
- Desarrollar un plan integral de evaluación de necesidades que cubra las necesidades físicas, emocionales, ambientales y sociales.
- Comunicar eficazmente el plan de evaluación de necesidades a las personas mayores.
- Reflexionar sobre los retos y los componentes clave de la creación de un plan exhaustivo de evaluación de las necesidades.

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.
- Sociedad americana de geriatría. (2019). Kit de herramientas de evaluación geriátrica integral. *Revista de la sociedad americana de geriatría*.



Co-funded by
the European Union



Envejecer bien

WP3/ A1

Actividad 1

REVISIÓN DE PLANTILLAS

CARDET, Chipre



ACTIVIDAD 1

Título de la actividad: Revisión de la plantilla del plan de evaluación de necesidades

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

Los cuidadores deben estar equipados con las habilidades necesarias para crear un plan estructurado de evaluación de las necesidades de las personas mayores. Los planes detallados que abordan una amplia gama de necesidades físicas, emocionales, ambientales y sociales son importantes para evaluar y abordar eficazmente las necesidades de las personas mayores.

Fines y objetivos de la actividad:

- Identificar las necesidades físicas, emocionales, sociales y espirituales de los adultos mayores.
- Desarrollar habilidades para evaluar y abordar las necesidades insatisfechas de las personas mayores.
- Aplicar el conocimiento de estos modelos en escenarios prácticos de cuidados.

Materiales necesarios:

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores
- Cuadernos o papeles y bolígrafos para que los participantes tomen notas
- Plantilla del Plan de Evaluación de Necesidades (véase el anexo de esta actividad)

Duración de la actividad: 15 min



Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Proporcionar a los participantes un conjunto de plantillas para un plan de evaluación de necesidades, que cubra:

- *Salud física:* Historial médico, problemas de movilidad.
- *Bienestar emocional:* Signos de depresión, soledad.
- *Factores medioambientales:* Seguridad en el hogar, accesibilidad.
- *Compromiso social:* Relaciones familiares, actividades sociales.

Paso 2: Invítales a revisar las plantillas en grupos, explorando cada sección y cómo puede utilizarse durante las evaluaciones.

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.



- Sociedad americana de geriatría. (2019). Kit de herramientas de evaluación geriátrica integral. *Revista de la sociedad americana de geriatría*.

Anexo: Plantilla del Plan de Evaluación de Necesidades

1. Salud física

a. Historial médico

- Medicación actual (lista y dosis):
- Condiciones médicas anteriores:
- Hospitalizaciones o intervenciones quirúrgicas recientes:

b. Problemas de movilidad

- Estado actual de movilidad (independiente, requiere asistencia):
- Dispositivos de ayuda utilizados (por ejemplo, bastón, andador, silla de ruedas):
- Cambios recientes en la movilidad (por ejemplo, caídas, dificultades para caminar):

2. Bienestar emocional

a. Signos de depresión

- Cambios observados en el estado de ánimo (por ejemplo, tristeza, irritabilidad):
- Cambios en los patrones de sueño (por ejemplo, insomnio, sueño excesivo):
- Interés por actividades que antes disfrutaba:

b. Soledad

- Frecuencia de las interacciones sociales (familia, amigos, comunidad):
- Sentimientos de aislamiento (a menudo, a veces, raramente):
- Participación en actividades sociales o aficiones:

3. Factores medioambientales

a. Seguridad en el hogar

- Identifique posibles peligros en el hogar (por ejemplo, alfombras sueltas, desorden):
- Accesibilidad de las zonas esenciales (cocina, baño, dormitorio):
- Disponibilidad de servicios de emergencia o sistemas de respuesta:

b. Accesibilidad

- Modificaciones necesarias para facilitar el acceso (por ejemplo, barras de apoyo, rampas):
- Opciones de transporte público disponibles para las salidas:
- Centros médicos más cercanos (distancia, disponibilidad de transporte):

4. Compromiso social



a. Relaciones familiares

- Frecuencia de las visitas familiares o de la comunicación:
- Calidad de las relaciones familiares (de apoyo, tensas):
- Familiares clave implicados en los cuidados:

b. Actividades sociales

- Participación en actos o grupos comunitarios:
- Aficiones o intereses que fomenten la interacción social:
- Barreras a la participación en actividades sociales (por ejemplo, transporte, salud):

Instrucciones de uso

1. Evaluación: Los cuidadores deben rellenar cada sección observando y hablando con la persona mayor y sus familiares.
2. Seguimiento: Revise y actualice periódicamente la evaluación a medida que cambien las necesidades.
Plantilla del Plan de Evaluación de Necesidades
3. Plan de acción: Basándose en la evaluación, elabore un plan de acción para abordar las necesidades identificadas.



Envejecer bien



WP3/ A2

Actividad 2

ACTIVIDAD DE GRUPO

CARDET, Chipre

ACTIVIDAD 2

Título de la actividad: ACTIVIDAD DE GRUPO

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

Los cuidadores deben estar equipados con las habilidades necesarias para crear un plan estructurado de evaluación de las necesidades de las personas mayores. Los planes detallados que abordan una amplia gama de necesidades físicas, emocionales, ambientales y sociales son importantes para evaluar y abordar eficazmente las necesidades de las personas mayores. La actividad de grupo prevista en esta actividad garantizará que los cuidadores reconozcan la necesidad de un plan eficaz de evaluación de necesidades.

Fines y objetivos de la actividad:

Que los cuidadores reconozcan la importancia y la utilidad de un plan eficaz de evaluación de las necesidades.

Materiales necesarios:

- Pizarra blanca o rotafolio con rotuladores



- Cuadernos o papeles y bolígrafos para que los participantes tomen notas
- Plantilla del Plan de Evaluación de Necesidades (véase el Anexo, en la Actividad 1)
- Estudios de casos/escenarios de personas mayores con necesidades diversas (véase el Anexo, en esta Actividad)

Duración de la actividad: 20 min

Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Divida a los participantes en pequeños grupos y asígneles un escenario de una persona mayor con diversas necesidades (por ejemplo, enfermedades crónicas, aislamiento social).

Paso 2: Cada grupo utiliza las plantillas proporcionadas para crear un plan exhaustivo de evaluación de necesidades para su escenario. Lo harán:

- Identificar las áreas prioritarias de intervención.
- Considerar los recursos y derivaciones necesarios (por ejemplo, fisioterapia, asesoramiento).
- Esbozar un calendario para reevaluar las necesidades de la persona mayor.

Variaciones de la actividad, en su caso: /

Consejos y recomendaciones:

- Anime a los participantes a participar abiertamente en la actividad de grupo.



- 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.
- Sociedad americana de geriatría. (2019). Kit de herramientas de evaluación geriátrica integral. *Revista de la sociedad americana de geriatría*.

Anexo: Escenarios - Tres casos prácticos



Caso práctico 1: Evaluación de las necesidades de la Sra. Johnson

Antecedentes:

La Sra. Johnson es una viuda de 78 años que vive sola en una casa de dos plantas. Tiene antecedentes de cardiopatía y artritis leve, que afecta a su movilidad.

Proceso de realización de la evaluación:

1. **Contacto inicial:** El cuidador programó una visita al domicilio de la Sra. Johnson, se presentó y explicó el propósito de la evaluación de necesidades.
2. **Recopilación de información:** Utilizaron una lista de comprobación para evaluar la salud física, la movilidad, el bienestar emocional y el compromiso social de la Sra. Johnson.
3. **Observaciones:** Durante la visita, la cuidadora observó posibles peligros en su domicilio, como alfombras sueltas y mala iluminación en las escaleras.

Desafíos encontrados:

- **Resistencia:** Al principio, la Sra. Johnson se resistió a hablar de sus problemas de salud, expresando sentimientos de vergüenza por su estado.
- **Deterioro cognitivo:** A veces, le costaba recordar detalles concretos sobre su historial médico y sus medicamentos.

Intervenciones aplicadas:

- **Modificaciones en el hogar:** El cuidador organizó modificaciones en el hogar, como la instalación de barras de apoyo en el baño y la mejora de la iluminación de los pasillos.
- **Apoyo emocional:** Facilitaron las visitas semanales de una trabajadora social para ayudar a la señora Johnson a sobrellevar la soledad y proporcionarle compañía.
- **Control sanitario:** Se elaboró un plan de visitas periódicas de una enfermera para controlar su estado cardíaco y el cumplimiento de la medicación.

Resultados obtenidos:

- **Mayor seguridad:** Tras las modificaciones, la Sra. Johnson dijo sentirse más segura al moverse por su casa.
- **Mejora del bienestar emocional:** Las visitas semanales de la trabajadora social mejoraron notablemente su estado de ánimo y redujeron sus sentimientos de soledad.
- **Mejor gestión sanitaria:** El seguimiento periódico de su salud le ayudó a controlar mejor su enfermedad cardíaca, lo que se tradujo en menos visitas a urgencias.



Caso práctico 2: Evaluación de las necesidades del Sr. Smith

Antecedentes:

El Sr. Smith es un profesor jubilado de 82 años al que se le ha diagnosticado una demencia en fase inicial. Vive con su hija, pero cada vez se muestra más retraído y poco comunicativo.

Proceso de realización de la evaluación:

1. **Participación de la familia:** El cuidador se reunió con el Sr. Smith y su hija para comprender mejor sus necesidades y la dinámica de su relación.
2. **Evaluación estructurada:** Se utilizó una herramienta de evaluación estructurada para evaluar el estado cognitivo, el bienestar emocional y el compromiso social del Sr. Smith.
3. **Observaciones directas:** El cuidador observó al Sr. Smith durante una comida, tomando nota de sus hábitos alimentarios y sus interacciones con su hija.

Desafíos encontrados:

- **Barreras de comunicación:** El Sr. Smith a menudo tenía dificultades para articular sus pensamientos, lo que dificultaba la plena comprensión de sus necesidades.
- **Tensión familiar:** Su hija expresó frustración por su retraimiento y dificultad para gestionar sus cuidados.

Intervenciones aplicadas:

- **Terapia de estimulación cognitiva:** El cuidador recomendó actividades que fomentaban el compromiso cognitivo, como rompecabezas y juegos de memoria.
- **Asesoramiento familiar:** Organizaron sesiones de asesoramiento familiar para mejorar la comunicación y las estrategias de apoyo entre el Sr. Smith y su hija.
- **Participación de la comunidad:** Se proporcionó información sobre los centros de mayores locales que ofrecían actividades sociales adaptadas a las personas con demencia.

Resultados obtenidos:

- **Mayor compromiso:** El Sr. Smith mostró un mayor compromiso con las actividades cognitivas, mejorando su función cognitiva y su estado de ánimo.
- **Mejor dinámica familiar:** Las sesiones de asesoramiento mejoraron la comunicación entre el Sr. Smith y su hija, reduciendo la frustración y fomentando la comprensión.



- **Interacción social:** El Sr. Smith empezó a asistir a actividades en el centro de mayores, lo que le ayudó a restablecer sus relaciones sociales.

Caso práctico 3: Evaluación exhaustiva de la Sra. Thompson

Antecedentes:

La Sra. Thompson es una mujer de 75 años que padece una enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Necesita oxígeno y tiene dificultades para realizar sus actividades cotidianas.

Proceso de realización de la evaluación:

1. **Visita domiciliaria:** El cuidador realizó una minuciosa evaluación domiciliaria, examinando las condiciones de vida de la señora Thompson y su capacidad para realizar las tareas cotidianas.
2. **Revisión sanitaria:** Colaboraron con su médico para revisar su historial médico y su plan de tratamiento actual.
3. **Evaluación de las necesidades sociales:** El cuidador entrevistó a la Sra. Thompson y a su familia sobre su compromiso social y su bienestar emocional.

Desafíos encontrados:

- **Limitaciones físicas:** La Sra. Thompson tenía problemas de movilidad, lo que le dificultaba participar en actividades sociales.
- **Miedo y ansiedad:** Expresó miedo a agravar su estado al salir de casa, lo que la llevó a un mayor aislamiento.

Intervenciones aplicadas:

- **Servicios de apoyo a domicilio:** El cuidador organizó servicios de enfermería a domicilio para ayudar con la gestión de la medicación y las actividades diarias.
- **Recursos comunitarios:** Pusieron a la Sra. Thompson en contacto con un grupo local de apoyo a la EPOC que se reunía virtualmente, lo que le permitía participar sin salir de casa.
- **Plan de preparación para emergencias:** Se elaboró un plan de emergencia para garantizar que la Sra. Thompson tuviera acceso a ayuda en caso de emergencia médica.

Resultados obtenidos:

- **Mejor gestión sanitaria:** El apoyo a domicilio mejoró su adherencia a la medicación y redujo las visitas al hospital.



- **Mayor interacción social:** La participación en el grupo de apoyo virtual ayudó a aliviar los sentimientos de aislamiento y proporcionó apoyo emocional.
- **Mayor confianza:** El plan de preparación para emergencias dio a la Sra. Thompson una mayor confianza en la gestión de su estado de salud, animándola a realizar actividades ligeras en casa.



Envejecer bien



WP3/ A3

Actividad 3

JUEGO DE ROLES

CARDET, Chipre

ACTIVIDAD 3

Título de la actividad: JUEGO DE ROLES

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

Los cuidadores deben estar equipados con las habilidades necesarias para crear un plan estructurado de evaluación de las necesidades de las personas mayores. Los planes detallados que abordan una amplia gama de necesidades físicas, emocionales, ambientales y sociales son importantes para evaluar y abordar eficazmente las necesidades de las personas mayores. El juego de rol previsto en esta lección garantizará que los cuidadores reconozcan la necesidad de un plan eficaz de evaluación de necesidades.

Fines y objetivos de la actividad:

- Sensibilizar sobre la importancia y la utilidad de un plan de evaluación de necesidades tanto para las personas mayores como para los cuidadores.
- Comunicar eficazmente el plan de evaluación de necesidades a las personas mayores.



Materiales necesarios:

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

Duración de la actividad: 15 min

Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Pida a los participantes que representen la puesta en práctica de su plan de evaluación de necesidades. Un participante hace de cuidador, explicando el plan a la persona mayor (interpretada por otro participante).

Paso 2: Que los participantes se centren en una comunicación clara y en asegurarse de que la persona mayor se sienta cómoda y colaboradora durante el proceso.

Paso 3: Invite a los participantes a rotar los papeles para que todos tengan la oportunidad de practicar.

Variaciones de la actividad, en su caso: /

Consejos y recomendaciones:

- Anime a los participantes a participar abiertamente en el juego de rol.
- 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):



Envejecer bien

WP3/ A4

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):

Los cuidadores deben estar equipados con las habilidades necesarias para crear un plan estructurado de evaluación de las necesidades de las personas mayores. Los planes detallados que abordan una amplia gama de necesidades físicas, emocionales, ambientales y sociales son importantes para evaluar y abordar eficazmente las necesidades de las personas mayores. Al igual que en el juego de rol anterior, esta actividad garantizará que los cuidadores reconozcan la necesidad de un plan eficaz de evaluación de las necesidades, así como los retos, haciendo hincapié en dar prioridad al bienestar de las personas mayores.

Fines y objetivos de la actividad:

- Sensibilizar sobre los retos de un plan eficaz de evaluación de las necesidades tanto de las personas mayores como de los cuidadores.
- Reconocer la importancia de dar prioridad al bienestar 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: 10 min

Descripción del proceso de la actividad:

Paso 1: Invite a los participantes a escribir una breve autorreflexión en sus blocs de notas, en el proceso de elaboración del plan de evaluación de necesidades. Las siguientes preguntas pueden ser útiles:

- ¿Qué dificultades surgieron durante la planificación?
- ¿Qué aspectos del plan son más críticos para garantizar el bienestar de la persona mayor?

Paso 2: Concluir con un debate sobre los temas 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 individual y después en el pleno.
- 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.
- Sociedad americana de geriatría. (2019). Kit de herramientas de evaluación geriátrica integral. *Revista de la sociedad americana de geriatría*.