



## **Proyecto de Aprendizaje- Servicio UCM convocatoria 2021-2022**

**TÍTULO DEL PROYECTO:** Formación de agentes de prevención de la soledad: Acompañamiento y fomento de hábitos saludables para personas mayores en situación de soledad no deseada (II)  
(ApS\_Te\_acompañó)

**RESPONSABLE DEL PROYECTO:** M<sup>a</sup> Luisa Delgado Losada

**ÁREA DE CONOCIMIENTO:** Ciencias de la Salud

**CENTRO/S:** Facultad de Medicina

**DEPARTAMENTO:** Psicología Experimental, Procesos Cognitivos y Logopedia

## INDICE

1. Descripción del Equipo del proyecto y recursos humanos.
2. Objetivos de aprendizaje propuestos-actividades /acciones- indicadores de logro
3. Objetivos de servicios propuestos-actividades/acciones-indicadores de logro
4. Cronograma de desarrollo
5. Metodología empleada
6. Evaluación multifocal y resultados
7. Transferencias
8. Conclusiones y propuestas de mejora Anexos
9. Anexos

### 1. Descripción del Equipo del proyecto y recursos humanos

Nombre y apellidos	Función y adscripción (director/a, miembro del equipo, PDI, PAS, estudiante)	Facultad/ Universidad	Departamento/ unidad departamental
María Luisa Delgado Losada	Directora	Medicina, UCM	Psicología Experimental Procesos Cognitivos y Logopedia
Sergio Martínez Zujeros	Miembro, PDI	Medicina, UCM	Psicología Experimental Procesos Cognitivos y Logopedia
M <sup>a</sup> Cruz Rodríguez Rodríguez	Miembro, PDI	Medicina, UCM	Psicología Experimental Procesos Cognitivos y Logopedia

Miriam Suárez Castro	Miembro, PDI	Medicina, UCM	Radiología, Rehabilitación, Fisioterapia
Lucía Cea Soriano	Miembro, PDI	Medicina, UCM	Salud Pública y Materno- Infantil
José Pulido Manzanero	Miembro, PDI	Medicina, UCM	Salud Pública y Materno- Infantil
Alicia García Ferrera	Miembro, PAS	Medicina, UCM	Salud Pública y Materno- Infantil
Alice Helena Delgado Ramos Lima	Miembro, estudiante doctorado	Medicina, UCM	Psicología Experimental Procesos Cognitivos y Logopedia
Celia Nieto Villanueva	Miembro, estudiante doctorado	Psicología, UCM	Psicología Experimental Procesos Cognitivos y Logopedia
Jaime Bouhaben Olmedo	Miembro, estudiante doctorado	Medicina, UCM	Psicología Experimental Procesos Cognitivos y Logopedia
Leonela González Vide	Estudiante doctorado (egresada máster mentora)	Medicina, UCM	Doctorado en Facultad de Óptica
Elena Moreno Toro	Estudiante egresada TO (mentora)	Medicina, UCM	Grado en TO

Dania Asperilla de la Llave	Estudiante egresada TO (mentora)	Medicina, UCM	Grado en TO
Aranzazu Valladolid	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Sandra Arnuero Jurado	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Alicia Muñoz Taboada	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Vanesa A. Andrade	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Celia del Amo Martínez	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Andrea Moreno Nodrid	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Marta de la Huerta Sainz	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Salwa Aktoum el Guemili-Bouzid	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Marina Montañes Sánchez	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Gisela Jamín Sánchez Nuñez	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Cecilia Rumoroso Sanz	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
María Galera Herreros	Estudiante	Medicina, UCM	Grado en TO
Elisa Fernández Alonso	Estudiante	Medicina, UCM	Máster en Salud, Integración y Discapacidad
Carmen Crespo Vidal	Estudiante	Medicina, UCM	Máster en Salud, Integración y Discapacidad

## 2. Objetivos de aprendizaje-actividades-indicadores de logro.

En la siguiente de tabla se trata de relacionar los objetivos de aprendizaje propuestos inicialmente en el proyecto (puede copiarlos del diseño inicial) con las actividades o acciones realizadas para la consecución de los primeros y, en la última columna, enunciar los indicadores que han permitido al equipo valorar como objetivos logrados.

Objetivos de aprendizaje propuestos	Actividades y acciones que los han desarrollado	Indicadores de logro
Fomentar un aprendizaje significativo, directo y activo del estudiantado en el buen trato a las personas mayores	Formación específica sobre soledad y acompañamiento Formación específica en habilidades de trato a personas mayores.	Aplican las habilidades específicas trabajadas en relación al acompañamiento a personas mayores
Adquirir competencias específicas y transversales de la titulación: habilidades de comunicación e intervención con colectivos vulnerables, capacidad de trabajo en equipo, investigación autónoma, pensamiento crítico, comunicación de conocimientos, expresión oral, resolución de problemas, entre otras.	Formación inicial sobre el proyecto, perfil de los participantes mayores. Formación sobre soledad en las personas mayores. Formación sobre habilidades de trato. Formación en aspectos específicos como higiene del sueño, estimulación cognitiva para personas con alta reserva cognitiva. Formación en trabajo en equipo	Ponen en práctica los conocimientos aprendidos en la titulación  Aplican los conocimientos específicos relacionados con el desarrollo del proyecto  Resuelven las situaciones y aplican las habilidades de trato aprendidas en la titulación
Promover una cultura de implicación,	Sesiones grupales de puesta en común de	Reconocen la importancia de su

compromiso y responsabilidad con la atención a las personas mayores, y la sociedad en general.	la experiencia personal	papel como profesional de la salud
Aprender a evaluar las intervenciones y a autoevaluarse en el desarrollo de las mismas.	Sesiones semanales individuales con cada estudiante Sesiones grupales conjuntas entre docentes y estudiantes para seguimiento del grupo en general	Reconocen las necesidades de las personas mayores y aplican los conocimientos necesarios para intervenir. Reconocer sus déficit y trabajan para mejorar sus competencias y habilidades

2.1. Explicar brevemente qué conocimientos y competencias de la asignatura/s, TFGs, TFM, Créditos de libre configuración de la titulación se han vinculado al desarrollo del proyecto (máximo 300 palabras)

El proyecto se enmarca dentro de la asignatura de Envejecimiento y Discapacidad del Máster en Salud, Integración y Discapacidad, y de la asignatura de Práctica Clínica II: Intervención neurocognitiva y social de 4º curso del Grado en Terapia Ocupacional, ambas titulaciones impartidas en la Facultad de Medicina.

Entre los conocimientos y competencias se destacan:

- Aprender a aplicar los conocimientos teóricos y prácticos de la Terapia Ocupacional para mejorar la calidad de vida consiguiendo el máximo nivel de autonomía e integración de la persona.
- Adquirir experiencia práctica sobre los procedimientos básicos de intervención del terapeuta ocupacional en el ámbito de la intervención neuropsicológica y social, de manera que pueda aprender una serie de habilidades necesarias para su futuro profesional.
- Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de

programas, tareas y actividades para mejorar la autonomía de las personas atendidas.

- Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
- Comunicación. Expresarse adecuadamente al exponer un tema y hacerlo de forma clara y escuchar activamente cuando los demás hablan.
- Responsabilidad. Proporcionar ayuda a otros compañeros cuando la solicitan, buscar la colaboración de otros para finalizar actividades, cumplir con lo que se compromete y terminar las tareas que comienza.
- Trabajo en Equipo: Colaborar de forma activa y asumir responsabilidades para contribuir a la consecución de los objetivos marcados.

**3. Objetivos de servicio-propuestos-actividades/acciones-indicadores de logro.** En la siguiente tabla se trata de relacionar los objetivos de servicio propuestos inicialmente en el proyecto (puede copiarlos del diseño inicial) con las actividades o acciones realizadas para la consecución de los primeros y, en la última columna enunciar los indicadores que han permitido al equipo valorar como objetivos logrados.

Objetivos de servicio propuestos	Actividades y acciones que los han desarrollado	Indicadores de logro
Reducir el sentimiento de soledad no deseada, la situación de aislamiento social y vulnerabilidad social de las personas	Comunicación con las personas mayores	Identifican los sentimientos de soledad Aplican las estrategias para acompañar a las personas mayores

mayores acompañadas mediante estrategias ApS.		
Facilitar la generación de vínculos de apoyo intergeneracional a través del acompañamiento y el fomento de hábitos saludables en las personas mayores.	Contactos por whassap y videollamada, mínimo una videollamada semanal para realizar actividades, y contactos frecuentes por whassap	Integran todos los conocimientos adquiridos en la titulación y los específicos del proyecto en sus intervenciones
Ofrecer a las personas mayores acompañadas estimulación cognitiva y funcional en su domicilio por parte de los/as estudiantes y con la supervisión directa de los/as docentes de la universidad mediante el uso de las nuevas tecnologías.	Actividades individualizadas de estimulación cognitiva y funcional realizadas a través de videollamadas. Enseñar a las personas mayores el manejo de nuevas tecnologías, con ordenador y/o whassap	Elaboran y diseñan estrategias, actividades y tareas para realizar ejercicios de estimulación cognitiva, mejorar el estado de ánimo y el estilo de vida saludable.

### 3.1. Descripción de la situación o necesidad social mejorada gracias al proyecto, (máximo, 300 palabras)

El proceso de envejecimiento viene acompañado de cambios relacionados con eventos vitales. La soledad es una realidad y una de las preocupaciones presentes en nuestra sociedad que tiene consecuencias negativas en la calidad de vida, siendo las personas mayores uno de los colectivos más afectados. Existe la necesidad de realizar intervenciones que permitan prevenir y/o paliar el sentimiento de soledad de las personas mayores.

El objetivo del proyecto es poner en marcha una experiencia de ApS dirigida la formación de los/as estudiantes como Agentes de Prevención







**5. Metodología empleada** Describa la metodología empleada que le ha permitido la ejecución del proyecto de acuerdo con los objetivos de aprendizaje y servicio propuestos (250 palabras máximo).

La metodología utilizada ha sido activa y participativa, ha permitido a las estudiantes combinar el aprendizaje de contenidos específicos y la adquisición de competencias propias de la titulación con el servicio a la comunidad.

Se ha fomentado y logrado el desarrollo de habilidades de buen trato a las personas mayores, aprender a detectar necesidades reales, fomentar hábitos de vida saludables, prevenir situaciones de riesgo, e intervenir para mejorar la calidad de vida. Las personas mayores también han mostrado un elevado grado de satisfacción en todas las actividades realizadas.

Se realizó una formación inicial a los/as estudiantes sobre contenidos y conocimientos básicos necesarios y una sesión de presentación entre todas los mayores participantes y las estudiantes. Se asignaron las parejas estudiante joven – persona mayor.

El medio utilizado para la intervención ha sido la videollamada, con una periodicidad semanal, previa detección de las necesidades individuales cada estudiante realizaba sesiones de estimulación cognitiva y funcional, aprendizaje de nuevas tecnologías, apoyo social y acompañamiento... Las estudiantes han estado apoyadas por el equipo docente manteniendo reuniones mensuales para tratar la evolución de la persona atendida y conocer las necesidades e inquietudes de las estudiantes (intervención en deterioro cognitivo, funcional, apatía, soledad...). Además de las sesiones docentes-estudiantes, se depositaron materiales en el campus virtual sobre los temas demandados (estimulación cognitiva, actividad física, higiene del sueño...).

Un aspecto muy importante que estaba en el fondo del proyecto es el fomento de un cambio de actitudes por parte de las estudiantes hacia

las personas mayores y la vejez.

**6. Evaluación multifocal y resultados** Indique si se ha utilizado algún tipo de rúbrica o instrumento de evaluación y si los diferentes actores del proyecto han participado en la evaluación. Describa las reflexiones y resultados de las evaluaciones del servicio realizado y de los aprendizajes conseguidos. Refiera así mismo, los resultados de las evaluaciones de la experiencia como proyecto APS. (250 palabras, máximo).

Dimensiones analizadas en la rúbrica:

Necesidades de los estudiantes: Carencias o dificultades que señalan los/as estudiantes en cuanto a formación o habilidades para las acciones a realizar dentro del proyecto, o necesidades detectadas por los docentes participantes en el proyecto y que invitan a realizar acciones encaminadas a mejorar la situación.

Necesidades de las personas mayores: Carencias o necesidades que señalan las personas mayores y que solicitan o requieren la intervención de los/as estudiantes que participante en el programa.

Sentido del aprendizaje y del servicio: Impacto de la actividad realizada tanto en los/as estudiantes por el aprendizaje que supone como para las personas mayores receptoras, manifestado de forma personal por cada persona (estudiante o persona mayor).

Aprendizaje, adquisición de conocimiento y habilidades: Adquisición espontánea o promovida por los docentes de conocimientos, competencias, conductas y valores en la atención a personas mayores.

Participación: Implicación de los/as estudiantes y personas mayores en las actividades propuestas y realizadas.

Trabajo en grupo: Proceso de apoyo entre los/as estudiantes, y entre los estudiantes y los docentes implicados en la preparación y

desarrollo de las sesiones y las tareas a realizar con las personas mayores en las sesiones.

Reflexión: Análisis y consideración de la experiencia vivida para darle sentido mejorar en cursos sucesivos.

Dimensiones/Nivel de logro	I	II	III
Necesidades de los estudiantes	Ignoradas	Presentadas	Atendidas
Necesidades de las personas mayores	Ignoradas	Presentadas	Atendidas
Sentido del aprendizaje y del servicio	Ignorado	Entendido	Transformador
Aprendizaje, adquisición de conocimiento y habilidades	Ignorado	Espontáneo	Innovador
Participación	Escasa	Aceptable	Compartida
Trabajo en grupo	Escaso	Colaborativo	Cooperativo
Reflexión	Difusa	Puntual	Productiva

Tras la evaluación en cada una de las dimensiones y el análisis realizado el nivel de logro alcanzado en cada una de las dimensiones estaría en el nivel III.

Además se ha realizado una evaluación pre/post sobre los estereotipos de las estudiantes acerca de las personas mayores mediante el cuestionario CENVE, y se constan, además de expresarlo ellas mismas, un cambio positivo en la imagen de la vejez y las personas mayores.

**7. Transferencias** Indique si se han transferidos los resultados y la experiencia en qué foros académicos y educativos (soportes publicaciones, instituciones, etc. (250 palabras, máximo).

En primer lugar, señalar en relación con la transferencia que *Te\_Acompaño* es un proyecto que puede ser transferido a otros entornos de aplicación. El enfoque de problemas, la creatividad, la capacidad de resolución de problemas, la innovación, son habilidades necesarias y aplicables en entornos científicos y sociales, considerando además que los problemas científicos que se abordan en este proyecto tienen una enorme implicación y proyección social. En consecuencia, el proyecto puede desarrollarse en cualquier asignatura o con alumnos de cualquier Grado o Máster relacionado con Ciencias Sociales y Ciencias de la Salud.

Dicho lo anterior destacar que este curso se han podido desarrollar dos Trabajos Fin de Máster con las entidades participantes en el proyecto, aunque no directamente relacionados con el mismo por tratarse de trabajos de otra índole y más centrados en la investigación. Los trabajos han sido elaborados por las 2 estudiantes el Máster en Salud, Integración y Discapacidad que participaban este curso en el proyecto. Ambos trabajos se han centrado en el estudio de la soledad y otras variables asociadas, pero en grupos más grandes de personas que el que ha participado en el proyecto. Uno de los TFM se titula "Estudio de la relación entre el estado de salud, bienestar, apoyo social, percepción del dolor y soledad en un grupo de mayores beneficiarios de un programa de acompañamiento afectivo para paliar la soledad" y ha sido defendido el 28 de junio de 2022 obteniendo una calificación de 9,8 (Sobresaliente). El otro TFM ha sido realizado con el grupo de mayores del cohousing de Trabensol, titulado "Soledad, apoyo social, síntomas depresivos, memoria y atención en personas mayores que viven en un cohousing: un estudio correlacional" defendido el 28 de junio de 2022 obteniendo una calificación de 9,4 (Sobresaliente).

**8. Conclusiones y propuestas de mejora.** Reflexiones en torno a los logros, fortalezas, debilidades y oportunidades del proyecto y

como seguir desarrollando en caso de que siga siendo socialmente necesario con propuestas concretas de mejora (300 palabras, máximo).

Todos los objetivos planteados en el proyecto inicial han sido logrados y todas las actividades planteadas han sido realizadas con elevada satisfacción por parte de todos los colectivos implicados.

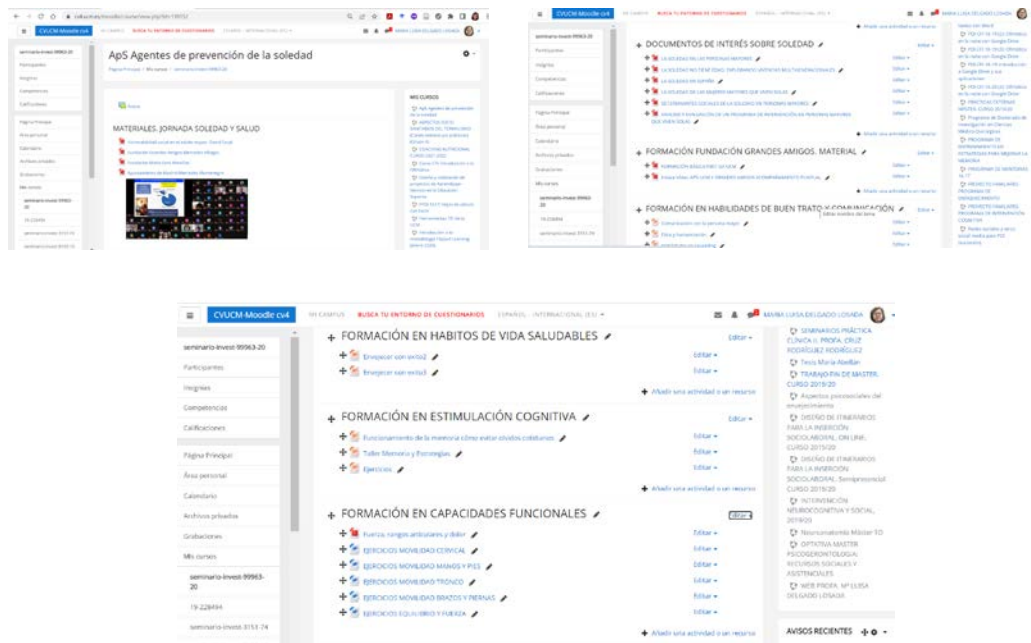
Las estudiantes han puesto en práctica los conocimientos adquiridos en la titulación y han recibido formación específica que ha ayudado a mejorar sus habilidades y capacidades, se ha producido un cambio de actitudes y mirada hacia las personas mayores, la vejez, el proceso de envejecimiento. Y la formación más enriquecedora de todas, es la lección de vida que las personas mayores han dado a las estudiantes, es una experiencia valorada de forma muy positiva por ellas.

El proyecto ha sido desarrollado con un alto grado de implicación por parte de los/as los/as docentes, y un alto grado de satisfacción por parte de las personas mayores acompañadas y las estudiantes participantes, por el aprendizaje recibido durante la ejecución del mismo, el fomento de las relaciones intergeneracionales, y por la lección de vida que les han dado las personas mayores a las que han acompañado durante los meses de duración del proyecto.

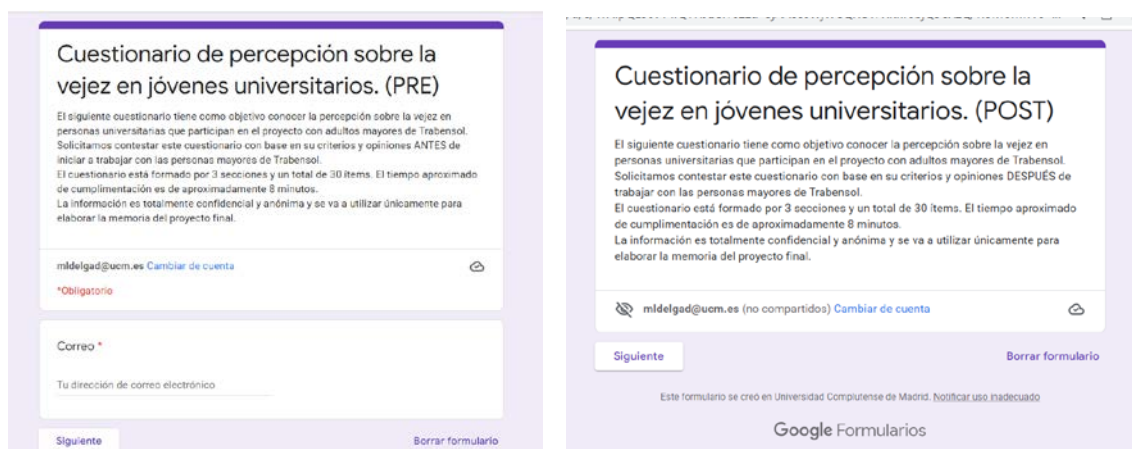
Como propuesta de mejora ha surgido de las propias estudiantes, al igual que sucedió en el curso anterior, el interés en seguir colaborando y manteniendo los lazos de amistad con las personas mayores atendidas, y quieren ser mentoras de los/as estudiantes que participen en el proyecto durante el curso 2023/23. Además, las estudiantes del Grado de Terapia Ocupacional, han propuesto que no sólo se lleve a cabo el proyecto con estudiantes de 4º curso, si no que valoran como muy positivo poder comenzar a participar en 3er curso, porque dicen que así pueden continuar dos curso seguimos participando, dado que consideran que ha supuesto un buen aprendizaje profesional y una gran experiencia profesional, valorando muy positivamente el apoyo

recibido por parte de los docentes y profesionales implicados en el proyecto.

**9. Anexos.** Incluya el material necesario al que el proceso del informe haya referido y es interesante que se incluya material audiovisual que ilustre el proceso.



Materiales de formación depositados en un Seminario de Trabajo en Campus Virtual



Cuestionario pre y post para los estudiantes, valoración del cambio de actitud hacia las personas mayores y el proceso de envejecimiento.





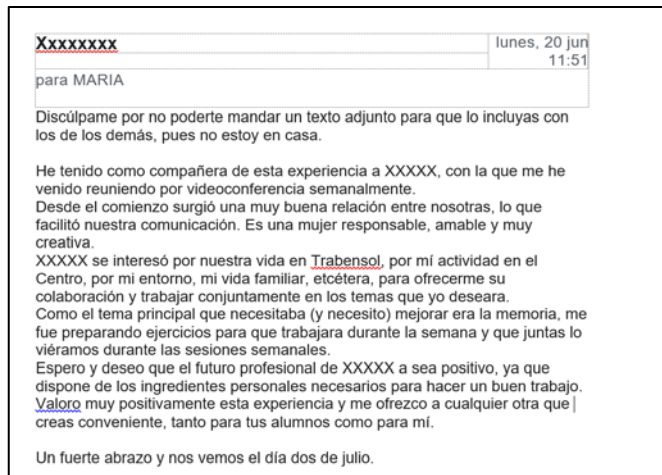
Reuniones con los estudiantes para la formación y seguimiento



Reunión grupal de estudiante-mayores



Imágenes de la reunión final de encuentro presencial entre personas mayores y estudiantes como broche final de la ejecución del proyecto



Muestra de un correo de una persona mayor que ha estado siendo acompañada por una estudiante