

DEPENDENCIA

A continuación, encontrarás una serie de actividades que tienen como objetivo profundizar sobre el ámbito de las personas en situación de dependencia y facilitar el trabajo sobre los vídeos relacionados.

Al final de cada actividad encontrarás un recuadro con pistas metodológicas para sacar más partido a cada propuesta. No obstante, nuestro objetivo es ofrecer una batería variada de actividades para que los educadores las adapten a sus necesidades y posibilidades. Los materiales van dirigidos principalmente a jóvenes de entre 14 y 18 años.

Todo el material está distribuido en dos niveles:

1. **Escucha, reflexiona y actúa:** dinámicas y actividades para realizarse individual o colectivamente después de visualizar un vídeo.

Actividad 1: Falsos mitos

Actividad 2: La crisis y las personas mayores

Actividad 3: En los jardines donde nadie va

Actividad 4: Sobre la dependencia...

Actividad 5: Miradas diferentes

Actividad 6: Llegan las vacaciones: pequeño dilema moral

Actividad 7: ¿Y tú qué puedes aportar?

2. **Para seguir latiendo:** listado de recursos complementarios, como entidades que trabajan el ámbito, webs de referencia, películas interesantes, estudios, canciones, etc.

ESCUCHA, REFLEXIONA Y ACTÚA

1. FALSOS MITOS

Se reparte a cada persona una cartulina verde y otra roja. Entonces se elige una de las frases y se pide que cada uno levante la verde si está de acuerdo y la roja si está en desacuerdo. Se seguirá este procedimiento con cada una de las frases.

Si hay disparidad de opiniones, se puede hacer un debate con argumentos a favor y en contra. Es importante en esta actividad mirar el apartado “Pistas metodológicas” para entender el objetivo que se persigue con cada una de las frases.

	VERDADERO	FALSO
“existe una falta de diálogo intergeneracional”		
“la pérdida de recuerdos hace que la persona deje de ser ella”		
“ las demencias afectan únicamente a nivel cognitivo”		
“ los avances médicos son los que han generado que cada vez haya más personas que lleguen a desarrollar demencias”		
“el colectivo de las personas mayores no tiene nada que aportar a la sociedad en la que vivimos”		
“lo más importante en las personas mayores es la atención de sus problemas de salud”		

PISTAS METODOLÓGICAS

Estas frases están redactadas de manera que generen debate y por lo tanto en algunos momentos pueden resultar confusas en cuanto a la respuesta. Algunas de ellas no tienen una

MATERIAL DIDÁCTICO DEPENDENCIA – OBRA SOCIAL SAN JUAN DE DIOS

respuesta correcta o incorrecta, ya que nos estamos moviendo en el terreno de la opinión personal. Aunque es recomendable leer las consideraciones a tener en cuenta en relación a cada una de las afirmaciones.

- **“Existe una falta de diálogo intergeneracional”:** Verdadero/Falso.

Se trata de una frase que apela a la percepción que tienen los jóvenes sobre la dinámica general de la sociedad, pero que inevitablemente llevará a los adolescentes a plantearse su propia posición. En este sentido, si se considera que la frase no ha generado suficiente controversia, se puede preguntar cual fue la última vez que hablaron un rato largo con alguna persona mayor de 65 años, de qué temas pueden hablar y qué cosas consideran que han aprendido de sus abuelos y abuelas.

- **“La pérdida de recuerdos hace que la persona deje de ser ella”:** Verdadero/ Falso.

El hecho de perder progresivamente los recuerdos no implica la pérdida de dignidad humana ni el derecho a ser tratado como persona. Aunque esta situación puede ser recibida por familiares y personas próximas como si aquella persona ya no fuera ella, es importante tener presente que sigue teniendo la misma esencia y que los valores que han marcado nuestra relación no deberían perderse.

- **“ Las demencias afectan únicamente a nivel cognitivo”:** Falso.

Estos síntomas suelen ser los más conocidos y los que con más facilidad se asocian a las demencias, pero también se ven alteraciones a nivel motriz y cambios de personalidad, entre otros.

- **“ Los avances médicos son los que han generado que cada vez haya más personas que llegan a desarrollar demencias”:** Falso.

Si bien es cierto que los avances médicos han hecho aumentar la esperanza de vida, no se puede establecer una conexión directa entre estos y el aumento de demencias, ya que, entre otras cosas también se han desarrollado técnicas que permiten frenar el avance de esta patología.

- **“El colectivo de las personas mayores no tiene nada que aportar en la sociedad en la que vivimos”:** Falso.

Su experiencia puede servirnos para tener una mayor perspectiva temporal de los hechos que suceden actualmente y permiten poder aprender del pasado. También su tarea en cuidar a nietos y nietas, o su implicación en actividades de voluntariado tienen un efecto positivo en la sociedad, difícil de cuantificar.

- **“Lo más importante en las personas mayores es la atención de sus problemas de salud”.** Falso.

No se puede hablar de una actuación prioritaria en relación a otra, lo importante es una intervención global que permita que las personas mayores sigan teniendo una participación social y mantengan un buen nivel de salud física, mental y emocional.

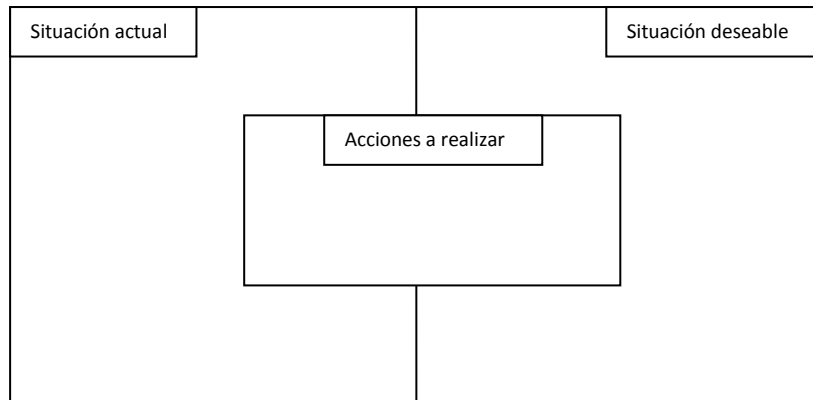
2. LA CRISIS Y LAS PERSONAS MAYORES

Se propone al alumnado la lectura de este artículo del diario El País que tiene como objetivo dar a conocer el impacto que ha tenido la crisis en el colectivo de las personas mayores.

http://ccaa.elpais.com/ccaa/2013/06/18/valencia/1371581952_818066.html

Una vez visto el video se elaborará un documento que recoja por un lado la situación actual de las personas mayores, dónde se quiere llegar y qué se tiene que hacer para conseguirlo.

A la izquierda de la hoja se hará el diagnóstico de la situación actual, agudizada por culpa de la crisis. A la derecha tendrán que escribir cuál sería la situación deseable y en el medio qué acciones se podrían realizar a diferentes niveles para pasar de la situación actual a la deseable.



PISTAS METODOLÓGICAS

Esta actividad es más adecuada para alumnado a partir de 3º de ESO.

A la hora de rellenar el cuadro, es importante que se planteen opciones concretas, y lo más realistas posibles. Así, por ejemplo si la situación actual es que los abuelos y abuelas han de cuidar muchas horas a los nietos/as y la situación ideal es que no les suponga una carga tan grande de trabajo, la propuesta: "Hacer que los padres y madres puedan cuidar de sus hijos"

MATERIAL DIDÁCTICO DEPENDENCIA – OBRA SOCIAL SAN JUAN DE DIOS

sería demasiado general. Así, sería más adecuada una propuesta tipo: “compactar los horarios laborales de los padres y madres para hacer posible conciliar la vida laboral y familiar”.

3. EN LOS JARDINES DONDE NADIE VA

Las personas mayores están muy poco presentes en los medios públicos y a menudo su aparición tiene una connotación negativa. Por este motivo es especialmente importante conocer y reconocer aquellos artistas que han querido ser su voz y denunciar la soledad que padecen las personas mayores.

Se propone al alumnado que escuche la canción “ En los jardines donde nadie va” de Laura Pausini (2011). Antes de escucharla se pide que estén atentos y atentas para elegir una frase que les haya impactado.

<http://www.youtube.com/watch?v=yuGC7WFzhlI>

Acabada la visualización el alumnado compartirá cuál ha sido la frase que más le ha impactado y qué emociones les genera esta canción. Se trata por lo tanto de escucharse a sí mismos y a lo que sienten, y no una reflexión desde el punto de vista racional.

Ya que se trata de cuestiones más personales, se puede hacer también la reflexión en parejas o grupos pequeños y por ejemplo pedir que cada grupo escriba una frase resumen en una cartulina para colocarlas después en un espacio visible.

PISTAS METODOLÓGICAS

Esta actividad quiere conectar al alumnado con sus propios sentimientos en torno a una realidad concreta como es la soledad en las personas mayores. Por tanto, no se está pidiendo que se describa la situación a nivel racional y objetivo, sino que los jóvenes conecten con la emoción que genera el acercamiento a este colectivo.

En función del grupo, es importante buscar la manera y el momento adecuado para realizarla, pues la dificultad de mostrar en público determinadas emociones y sentimientos puede hacer que la actividad quede en un acercamiento muy superficial.

4. SOBRE LA DEPENDENCIA...

En esta actividad el alumando reflexionará sobre el concepto de dependencia y del impacto que tiene para estas personas en su día a día. En primer lugar se leerá el concepto de dependencia formulado por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, de España:

“Estado de carácter permanente en que se encuentran las personas que, por razones derivadas de la edad, la enfermedad o la discapacidad, y ligadas a la falta o a la pérdida de autonomía física, mental, intelectual o sensorial, precisan de la atención de otra u otras personas o ayudas importantes para realizar actividades básicas de la vida diaria o, en el caso de las personas con discapacidad intelectual o enfermedad mental, de otros apoyos para su autonomía personal”.

Entonces se realizarán las siguientes preguntas, que se comentarán en voz alta:

- ¿Alguna vez has vivido una situación de dependencia debido, por ejemplo, a que te hayas roto una extremidad? ¿En cuántas actividades te tenían que ayudar?
- ¿Como te sentiste en aquella ocasión? ¿Qué cuestiones te incomodaban?
- ¿Qué crees que debe preocupar a los padres y las madres de niños y niñas con dependencia?
- ¿Qué diferencias ves entre una dependencia transitoria como la que puedes tener cuando te rompes una pierna, y otra que sea permanente?
- Cuáles crees que son las principales demandas de las personas en situación de dependencia?

PISTAS METODOLÓGICAS

MATERIAL DIDÁCTICO DEPENDENCIA – OBRA SOCIAL SAN JUAN DE DIOS

La intención de esta actividad es acercar el alumnado a la realidad cotidiana de las personas que viven una situación de dependencia y de las personas que las cuidan, a partir de su definición y alguna experiencia personal que ellos o ellas hayan podido tener.

El debate sería recomendable encaminarlo de manera que pudiesen surgir algunos de los siguientes aspectos:

- La pérdida de intimidad
- Sentimiento de impotencia por parte de la propia persona pero también de las personas que la rodean, sobre todo en los casos de dependencia severa
- Necesidad de agradecer constantemente y no poder devolver el servicio que se recibe
- Pérdida de libertad personal
- Confrontación con los propios límites
- ...

Para la última pregunta, es interesante abordar el concepto de dependencia consultando esta web que permite conocer más de cerca las reivindicaciones de las personas que tienen una vida dependiente: <http://ovibcn.org/>

5. MIRADAS DIFERENTES

Esta actividad consiste en el trabajo a partir de algunos textos que abordan diferentes temáticas relativas a la dependencia y las personas mayores. En grupos, los alumnos leerán los textos y contestarán conjuntamente a las preguntas correspondientes.

Después, un portavoz de cada grupo expondrá delante del resto las reflexiones surgidas a partir del trabajo realizado. La puesta en común ha de servir para subrayar las diferentes miradas que existen sobre las personas mayores en nuestra sociedad, también sus principales dificultades o necesidades.

Solo el 26% de los grandes dependientes están en residencias

El País, 15/04/2012, Carmen Morán

http://sociedad.elpais.com/sociedad/2012/04/15/actualidad/1334519868_802559.html

- ¿Sabéis que es la Ley de Dependencia? Si no la conocéis, hacer una pequeña investigación para averiguarlo. ¿Como le explicaríais a un amigo lo que significa?
- ¿Qué dificultades creéis que supone tener que cuidar de una persona dependiente?
- ¿Cuales creéis que tendrían que ser las capacidades, habilidades y actitudes de un cuidador?

Cinco de cada diez abuelos dedican seis horas al día a cuidar a los nietos

Público 29/04/2010, Vanessa Pi

<http://www.publico.es/espana/308950/seis-horas-al-dia-dedicados-al-cuidado-de-los-nietos>

- Nombra y argumenta las ventajas y desventajas de la tarea cuidadora de los abuelos y abuelas.
- ¿Creéis que los nietos son conscientes del esfuerzo y dedicación de sus abuelos? ¿Por qué?
- ¿Qué medidas se tendrían que adoptar para evitar la sobrecarga?
- Pensad maneras a través de las cuales los nietos podrían mostrar agradecimiento a sus abuelos por toda la educación y tiempo que les dedican.

Mejorar la calidad de vida de los enfermos de Alzheimer y sus cuidadores

Fundación Alzheimer España (FAE)

<http://www.alzfae.org/index.php/vivir-alzheimer/enfermedad/actualidad/844-mejorar-la-calidad-de-vida-de-los-enfermos-de-alzheimer-y-sus-cuidadores>

- ¿Qué sabes del Alzheimer? ¿Conoces a alguien que lo padezca?
- ¿Cuáles son las dificultades principales con las que se encuentra un enfermo y su familia?
- ¿Qué medidas creéis que pueden ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas que padecen esta enfermedad?
- ¿Y la de las personas que los cuidan?

Voluntarios contra la soledad de la tercera edad

Organización Amics de la Gent Gran

<http://www.amicsdelagentgran.org/index.php/es/testimonios/testimonios-voluntariado/276-testimoni-elena>

- ¿Como describirías el vínculo que se establece entre los voluntarios y los usuarios?
- ¿En qué aspectos crees que debe haber cambiado Elena en su día a día a partir de la experiencia compartida con Pasión?
- ¿Qué temas de conversación o actividades crees que podrían hacer conjuntamente cuando estaban juntas?

El Atlas de la Memoria Viva

Senderi, Boletín de Educación en Valores

http://www.senderi.org/index.php?option=com_content&view=article&id=106850:Mem%C3%B2ria%20Viva%20Call%C3%BAs&catid=49:experiencies&Itemid=129&lang=es

- ¿Consideráis que el valor de la experiencia de las personas mayores es un bien menospreciado de nuestra sociedad? ¿Por qué?
- ¿Como creéis que se podría aprovechar esta experiencia desde otras generaciones?

PISTAS METODOLÓGICAS

La idea de esta actividad es tener una diversidad de miradas sobre diferentes aspectos relacionados con la dependencia y las personas mayores.

Se pueden trabajar todos los textos en paralelo para tener esta riqueza de puntos de vista, o abordar sólo en alguno de ellos, si hay algún aspecto sobre el que nos resulta más interesante profundizar.

En esta actividad, es especialmente importante haber introducido previamente algunos latidos sobre el ámbito, de manera que ya hayan salido alguna de las cuestiones en las cuales se considere trabajar.

Sería recomendable poder dar al alumnado el texto impreso, de manera que lo tuvieran delante y lo pudieran consultar siempre que lo creyeran conveniente.

6. LLEGAN LAS VACACIONES: PEQUEÑO DILEMA MORAL

Esta actividad consiste en la discusión de un dilema que aborda la relación entre los jóvenes y las personas mayores más próximas, es decir, sus abuelos y abuelas. Se reparte la ficha del dilema que se ha de leer individualmente. Después de valorar que se ha entendido la situación presentada, se trata de que cada uno responda a las preguntas de forma personal. Se tienen que valorar todas las posibilidades y qué implica cada una de ellas.

Seguidamente se hará una puesta en común de las respuestas, que ha de servir para ver cómo se posicionan los alumnos ante una situación como la expuesta, cómo argumentan su postura y reflexionar sobre los efectos de sus comportamientos hacia las personas mayores que les rodean.

Los Castillo son una familia formada por Andrés, el padre de 52 años, Olga, la madre de 50, y sus dos hijos: Julia de 14 y Lucas de 12. La madre de Andrés, Gloria, de 80 años, enviudó hace dos años y vive a 20 minutos de su casa. Tiene una chica que la ayuda en algunas tareas en las que ya no es autónoma como por ejemplo cocinar, pero en general está bastante bien de salud. Se acerca el mes de agosto y están empezando a organizar las vacaciones. Ellos tenían pensado ir un mes de viaje y hacer una ruta en coche por Francia los cuatro. Al planificar la ruta se han dado cuenta que tienen que decidir como pasará las vacaciones la abuela. Ellos son conscientes que la abuela no podría ir con ellos porque no podría aguantar el ritmo de viaje de un mes, aún menos los cinco dentro de un coche y por lo tanto esta opción no es realista. También podrían contratar a alguien para que la cuide, pero tendría que ser una persona diferente de la que la atiende normalmente (ya que estará de vacaciones) y no tienen tiempo de ponerse a buscar a alguien nuevo. Están decidiendo qué harán. ¿Les puedes ayudar?

- Según la información que tienes, ¿cuáles son los aspectos que crees que no se están teniendo en cuenta a la hora de tomar una decisión?
- ¿Cuales crees que serían las posibles alternativas que tienen? (Tenerlas todas en cuenta, aunque de entrada os parezcan poco realistas).

- ¿Cuáles son los puntos a favor y en contra de cada opción?
- Si fueras tú ¿cuál escogerías y por qué?

PISTAS METODOLÓGICAS

Se trata de una situación que puede generar un cierto conflicto y que es posible que alguno de ellos haya vivido alguna vez con su familia.

La cuestión principal es que los jóvenes se den cuenta de que en ningún momento se presenta en el texto cuál es el punto de vista de la abuela, qué opina ella de esta situación. Tampoco se tiene en cuenta en el planteamiento que Gloria posiblemente habrá pasado todo el año en la misma ciudad, en la cual debe hacer mucho calor en verano y que quizás agradecería también poder salir y cambiar de paisaje.

Como en todos los dilemas, no hay una solución válida, y todas las posturas conllevan beneficios y pérdidas. Pero es importante el debate que se genere en torno a la cuestión y la reflexión sobre el derecho de la familia a hacer vacaciones y el derecho de la abuela a ser escuchada.

7. ¿Y TÚ QUÉ PUEDES APORTAR?

Esta actividad consiste en motivar al alumnado a diseñar y llevar a cabo un proyecto de Aprendizaje servicio con alguna entidad que trabaje con personas mayores y/o dependientes. En primer lugar, se puede realizar una pequeña investigación sobre algunos proyectos que están en marcha en este sentido. En todos los casos, el valor de las propuestas radica en el intercambio generacional entre abuelos y niños y en el espacio y tiempo compartido, más que en la actividad concreta que se realiza.

A partir de aquí, se trata de invitar a los jóvenes a averiguar qué centros o entidades que trabajen con este colectivo hay en su barrio. Una vez detectadas, se tiene que elegir una y hacer una propuesta de acción para que la clase colabore haciendo algún servicio a las personas atendidas en este centro. El objetivo ha de ser el diseño de un proyecto de intercambio generacional con tal de fomentar el envejecimiento activo. Recuperar la memoria histórica, compartir actividades lúdicas o culturales, o bien organizar talleres de memoria para los abuelos, pueden ser algunas ideas.

PISTAS METODOLÓGICAS

Esta actividad está muy relacionada con la necesidad de un diálogo intergeneracional que permita valorar el legado de las personas mayores. Por este motivo, antes de iniciarla es importante compartir qué es lo que las personas mayores les pueden aportar y sobre qué creen que pueden aportar ellos.

A modo de ejemplo, puedes consultar esta experiencia intergeneracional en el ámbito de la salud:

http://www.quadernsdigitals.net/index.php?accionMenu=hemeroteca.VisualizaArticuloIU.visualiza&articulo_id=11062&PHPSESSID=f1a55ebfe2450456dc8a6ee0ed1dd74b

O informarte sobre proyectos de Aprendizaje servicio en: <http://aprendizajeservicio.net/>

PARA SEGUIR LATIENDO

Una web

IMSERSO

<https://www.msssi.gob.es/ssi/imserso/home.htm>

Iniciativa del *Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad* en la que se recogen los recursos destinados a las personas de la tercera edad.

Un libro

GÓMEZ CERDÁ, A. (2000): *La última campanada*. Madrid, Bruño.

Un joven que saca malas notas decide ponerse a trabajar en una relojería. Allí conocerá a un hombre mayor con el que aprenderá a valorar su experiencia y valentía.

TONUCCI, F. (2009): *Con ojos de abuelo*. Barcelona, Graó.

Se trata de una recopilación de viñetas de este dibujante y pedagogo italiano que tiene como objetivo mostrar el papel que tienen como educadores las personas mayores en nuestra sociedad

Una película

EL DIARIO DE NOAH

Director: Nick Cassavetes

Año: 2004

Duración: 124 min

Una pareja joven se enamora y es separada por sus padres y por la guerra. Al cabo de los años se encuentran de nuevo: se han hecho muy mayores y las circunstancias han cambiado.

EL HIJO DE LA NOVIA

Director: Juan José Campanella

Año: 2001

Duración: 124 min

Rafael es un hombre de unos 40 años dedicado día y noche a su restaurante. Los pocos ratos libres que tiene los dedica a visitar a su madre, que vive en una residencia y padece Alzheimer en una fase bastante adelantada. Una serie de acontecimientos vitales le harán replantearse

MATERIAL DIDÁCTICO DEPENDENCIA – OBRA SOCIAL SAN JUAN DE DIOS

su vida y la relación con sus padres, amigos y su pareja. Mientras tanto su padre le pide que le ayude a cumplir el sueño de su madre: casarse por la iglesia.

Un material didáctico

Cuando la memoria falla

<http://menteycuerpoenlaterceraedad.blogspot.com.es/2012/10/cuando-falla-la-memoria.html>

Proyecto de Sensibilización Escolar sobre el Alzheimer de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer “Nuestro Ángeles” (AFA Córdoba).

Se trata de un cuaderno de trabajo con unidades que tratan cuestiones como la vejez, el funcionamiento del cerebro o los síntomas de la enfermedad. Está dirigido al alumnado de 2º y 3º de Educación Secundaria.

Un estudio

Propuestas para el desarrollo de las orientaciones del Consejo de la Unión Europea

http://ciudadesamigables.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/2014_0227_propdcconsejoue.pdf

Este documento recoge de forma exhaustiva propuestas de intervención para trabajar con la gente mayor desde todos los aspectos.

Una canción

En los jardines donde nadie va- Laura Pausini (2011)

Esta canción pone de manifiesto la soledad que viven las personas mayores y cuáles son sus sentimientos frente a esa etapa vital.

Una entidad

Fundación Amigos de los mayores

Es una organización de voluntariado que tiene por objetivo paliar la soledad, el aislamiento y las carencias afectivas de las personas mayores que viven solas a través de la puesta en marcha de diferentes actividades de acompañamiento y del trabajo voluntario de muchas personas.

<http://www.amigosdelosmayores.org/>

Solidaridad intergeneracional

Se trata de una organización de personas mayores y familiares del medio rural, de ámbito estatal, nace para prestar servicios integrales a las Personas Mayores y apoyo a las personas cuidadoras.

<http://www.solidaridadintergeneracional.es/public/index.php?pid=somos>

Fundación Caser para la Dependencia

Su objetivo es dar respuesta a una de las más urgentes demandas sociales, derivada del incremento progresivo del número de ciudadanos en situación de dependencia como consecuencia de los cambios demográficos y sociales.

<http://www.fundacioncaser.es/>

Oficina de Vida Independiente

Es una entidad dirigida y gestionada por personas con diversidad funcional y necesidad de asistencia personal vinculadas al Movimiento de Vida Independiente.

<http://ovibcn.org/category/ovi/>