



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL



**INFORME FINAL DEL PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN**

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN:
MENCIÓN CULTURA FÍSICA**

TEMA:

**INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD
EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO
GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016.**

AUTOR:

CEVALLOS VERA RAQUEL MARIBELL

TUTOR:

MARCO FUENTES LEÓN. Msc.

LECTORA:

KARLA RODRIGUEZ M. MSC.

Babahoyo – Los Ríos

2016



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL

Yo, **RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA**, portadora de la cédula de ciudadanía **120527354-1**, en calidad de autor(a) del Informe Final del Proyecto de Investigación, previo a la Obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación Mención **CULTURA FISICA**, declaro que soy autor(a) del presente trabajo de investigación, el mismo que es original, auténtico y personal, con el tema:

INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016.

Por la presente autorizo a la Universidad Técnica de Babahoyo, hacer uso de todos los contenidos que me pertenecen.

CEVALLOS VERA RAQUEL MARIBELL
C.I 120527354-1

Egresada



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL
INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
PREVIA A LA SUSTENCIÓN.**

Babahoyo, Octubre 2016

En mi calidad de Tutor del Informe Final del Proyecto de Investigación, designado por el Consejo Directivo con oficio **CCF-0-101**, con **11 julio del 2016**, mediante resolución **CD-FAC.C.J.S.E-SO-006-RES-002-2016**, certifico que el Sr. (a) (ta) **RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA**, ha desarrollado el Informe Final del Proyecto titulado:

INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016.

Aplicando las disposiciones institucionales, metodológicas y técnicas, que regulan esta actividad académica, por lo que autorizo al egresado, reproduzca el documento definitivo del Informe Final del Proyecto de Investigación y lo entregue a la coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar el Tribunal de sustentación designado para la defensa del mismo.

MSC. FUENTES LEON MARCO ANTONIO
Docente Tutor
DOCENTE DE LA FCJSE.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL



**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL LECTOR DEL
INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
PREVIA A LA SUSTENCIÓN.**

Babahoyo, octubre 2016

En mi calidad de Lector del Informe Final del Proyecto de Investigación, designado por el Consejo Directivo con oficio **CCF-0-101**, con **11 julio del 2016**, mediante resolución **CD-FAC.C.J.S.E-SO-006-RES-002-2016**, certifico que el Sr. (a) **(ta)RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA**, ha desarrollado el Informe Final del Proyecto de Investigación cumpliendo con la redacción gramatical, formatos, Normas APA y demás disposiciones establecidas:

INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016.

Por lo que autorizo al egresado, reproduzca el documento definitivo del Informe Final del Proyecto de Investigación y lo entregue a la coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar el Tribunal de sustentación designado para la defensa del mismo.

MSC. KARLA GUISELA RODRÍGUEZ MORA
Docente Lector
DOCENTE DE LA FCJSE.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL



INFORME DE RESULTADO DE URKUND

URKUND		Lista de fuentes	Bloques
Documento	TESIS- RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA.docx (D23736666)	<input type="checkbox"/>	arias.martinez.adriana.alejandra.docx <input type="checkbox"/>
Presentado	2016-11-23 18:44 (-05:00)	<input type="checkbox"/>	http://www.monografias.com/trabajos77/ba.. <input type="checkbox"/>
Presentado por	mayranarcisaonofrevera@gmail.com	<input type="checkbox"/>	https://marinodanceshow.wordpress.com/c... <input type="checkbox"/>
Recibido	afuentes.utb@analysis.orkund.com	<input type="checkbox"/>	TESIS GARCEZ CASADA CARMEN ALICIA.docx <input type="checkbox"/>
Mensaje	TESIS- RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA Mostrar el mensaje completo	<input type="checkbox"/>	http://www.monografias.com/trabajos77/ba.. <input checked="" type="checkbox"/>
	10% de esta aprox. 17 páginas de documentos largos se componen de texto presente en 7 fuentes.	<input type="checkbox"/>	https://es.wikipedia.org/wiki/M%C3%BAsica... <input checked="" type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstre... <input checked="" type="checkbox"/>

MSC. MARCO FUENTES LEON, con número de cedula 120303023-2 tutor de la Tesis de Grado, informo que despues de realizar el analisis del documento de Tesis del Egresado **RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA** con número de cedula 120527354-1, de la carrera de CULTURA FÍSICA en la herramienta Antiplagio URKUND por segunda ocasión, estos fueron los resultados: 10%

Babahoyo,Noviembredel 2016

Atentamente

Msc. Marco Fuentes León.

TUTOR



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado de manera muy especial a Dios, porque me ha brindado salud, vida y sobre todo fuerzas para seguir adelante y poder culminar con éxito mi objetivo planteado.

A mi familia ya que siempre me ha apoyado con sus sabios consejos, amor, paciencia, para poder alcanzar y lograr un desarrollo profesional. A mi hijo Ángel Bazán Cevallos por ser mi motivo para seguir adelante con mis deseos de superación, para que me tenga como ejemplo y no se dejen vencer por ningún obstáculo.

A mis compañeras de aula ya que con ellas nos hemos ayudado mutuamente en la elaboración de trabajos individuales y grupales y tareas e investigaciones tanto dentro como fuera del aula.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la salud y vida para así poder alcanzar con éxito mi objetivo.

A mi familia por brindarme su apoyo y comprensión ya que sin su ayuda no habría podido hacer realidad este sueño de poder convertirme en una futura profesional.

A mi hijo por tenerme la paciencia necesaria y su comprensión por tener que dejarlo mientras me preparaba para que así el pueda sentirse orgulloso y vea en mí un ejemplo de superación.

INDICE

PORTADA	i
HOJA DE CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA.	ii
HOJA DE CERTIFICACIÓN DEL DOCENTE TUTOT.	iii
HOJA DE CERTIFICACIÓN DEL DOCENTE LECTOR.	iv
DEDICATORIA.	Vi
AGRADECIMIENTOS	Vii
INDICE GENERAL	Viii
RESUMEN	lx
CAPÍTULO I	
INTRODUCCIÓN	1
IDEA O TEMA DE INVESTIGACIÓN	4
MARCO CONTEXTUAL DE LA INVESTIGACIÓN	5
SITUACIÓN PROBLÉMICA	8
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
PROBLEMA GENERAL O BÁSICO	12
SUB-PROBLEMAS O DERIVADOS	12
DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	13
JUSTIFICACIÓN	14
OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	18
OBJETIVO GENERAL	18
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	18
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	19
MARCO CONCEPTUAL	26
MARCO REFERENCIAL	35
ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.	35
POSTURA TEÓRICA.	37
HIPÓTESIS	42
HIPÓTESIS GENERAL O BÁSICA	42
SUB-HIPÓTESIS O DERIBADA.	42
VARIABLES	43
CAPÍTULO III	
METODOLOGÍA DE TRABAJO	46
TIPO DE INVESTIGACIÓN	48
POBLACIÓN Y MUESTRA DE TRABAJO	44
INSTRUMENTOS Y RECOLECCIÓN DE DATOS	49
CAPÍTULO IV	
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	51
CONCLUSIONES	71
RECOMENDACIONES	72
CAPÍTULO V	
PROPUESTA DE APLICACIÓN DE LOS RESULTADOS	73
JUSTIFICACIÓN.	73
OBJETIVOS.	74
OJETIVO GENERAL.	74
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.	74
DESARROLLO	75
RECURSOS	77
BIBLIOGRAFÍA	78
ANEXOS	79



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESUMEN

En el presente proyecto pretende demostrar la incidencia de la bailoterapia en la estabilidad emocional de los adultos mayores del centro gerontológico de la ciudad de Babahoyo donde se pudo detectar los problemas existentes. El objetivo es lograr un envejecimiento más activo y saludable y finalmente ser cuantificados por medio de variables o indicadores, no obstante recalcar la importancia de acciones de mejora que también se ha incluido en el presente trabajo.

Para ello se ha empezado por la recopilación del contenido científicos que ayudaran a entender la problemática existente y sus medidas para mejorar la situación. Así mismo se detalla la metodología, es decir la modalidad, el tipo de investigación, la población, muestra y las técnicas de recolección de la información; las misma que también fueron medidas por medio de diferente herramientas de investigación.

Por último se determina El diseño de un Programa o talleres de ejercicios adaptados para los adultos mayores con dificultades, para que los objetivos estratégicos puedan ser aplicables y medibles en tiempo real.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



Summary

The present project aims to demonstrate the incidence of dance therapy in the emotional stability of the elderly in the gerontological center of the city of Babahoyo where the problems could be detected. The objective is to achieve a more active and healthy aging and finally be quantified by means of variables or indicators, nevertheless to emphasize the importance of improvement actions that has also been included in the present work.

To this end, it has begun by collecting the scientific content that will help to understand the existing problem and its measures to improve the situation. It also details the methodology, ie the modality, type of research, population, sample and information collection techniques; the same ones that were also measured by means of different research tools.

Finally, it is determined. The design of a program or workshops of adapted exercises for the elderly with difficulties, so that the strategic objectives can be applicable and measurable in real time.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESULTADO DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE

INVESTIGACIÓN

EL TRIBUNAL EXAMINADOR DEL PRESENTE INFORME DE

INVESTIGACIÓN TITULADO: INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016

DE LA SRA. RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERA

OTORGA LA CALIFICACIÓN DE:

EQUIVALENTE A:

TRIBUNAL

DELEGADA DECANO

PROFESORA ESPECIALISTA

**DELEGADA H. CONSEJO
DIRECTIVO**

**AB. ISELA BERRUZ MOSQUERA
SECRETARIA FAC. CC. JJ. SS. EE.**

INTRODUCCIÓN

El deporte físico es un papel importante para incentivar el desarrollo y sirve como verificador en estado no solo de ánimo del adulto mayor que presenta dificultad, al momento de realizarlo por lo que siendo la clase de Educación Física “baile terapia” el espacio ideal ya que sus beneficios no se limitan solamente al cuerpo, sino que ayuda a denar el estrés si no que ayuda a mejorar el ánimo.

En el presente proyecto pretende demostrar la incidencia de la bailoterapia en la estabilidad emocional de los adultos mayores al momento de realizar la misma. La idea que tiene la sociedad en nuestro país, es de ver a los adultos mayores es como personas débiles, enfermas, dependientes, desgastadas e incapacitadas, pero esta mala idea ha evolucionado gracias al estado ecuatoriano, por cuanto ha elaborado proyectos y leyes que proclaman la inserción del adulto mayor en la sociedad.

Dado que el conocimiento por la bailoterapia es dinámico, hablar de tácticas implica ser creativo para elegir entre varias vías para obtener la más adecuada o inventar otras nuevas para responder a las situaciones que se presenten. El uso de estrategia implica el dominio de la estructura conceptual del baile, así como grandes dosis de creatividad e

imaginación, que permitan descubrir nuevas amistades o nuevos sentidos en relaciones ya conocidas. Entre las estrategias más utilizadas en las bailoterapias está el uso de los ritmos de salsa, merengue, cumbia y reggaetón movido, etc. De los cuales los adultos mayores encuentran la estimación, la unión, para afrontar su decadencia o su ánimo.

Después de analizar la diferente información obtenida a través de los instrumentos de investigación, se plantearán estrategias que permitan llegar a la solución del problema planteado, las cuales serán aplicadas posteriormente. En cada una de las estrategias se analizarán los resultados obtenidos para determinar si contribuyeron o no a la solución del problema.

En el siguiente informe de tesis de licenciatura contiene cinco capítulos que dan una noción general de lo que se ha realizado para poder alcanzar los objetivos propuestos.

En el primer capítulo, evidenciamos las situaciones en que se desarrollan las actividades y la aplicación de ejercicios físicos en los adultos mayores con dificultades a nivel nacional, regional y local, en este caso en la institución a investigarse.

En el segundo capítulo, se hace una recopilación de contenidos científicos que ayudaran a entender la problemática existente y sus medidas para mejorar la situación.

En el tercer capítulo, se detalla la metodología, es decir la modalidad, el tipo de investigación, la población, muestra y las técnicas de recolección de la información.

En el cuarto capítulo, se hace referencia a la tabulación, análisis e interpretación de los datos, comprobación de la hipótesis, conclusiones y recomendaciones.

En el quinto capítulo se evidencia la propuesta alternativa, El diseño de un Programa o talleres de ejercicios adaptados para los adultos mayores con dificultades.

En el capítulo seis, se detalla el marco administrativo

En el capítulo siete, se encuentra la bibliografía que respalda el contenido científico utilizado y los anexos.

CAPITULO I

1. TEMA DE INVESTIGACIÓN

INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERENTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016.

2. MARCO CONTEXTUAL

Conocer la realidad social, política y económica de nuestro país en la actualidad, la misma que conlleva, a una educación saturada de antivalores y deshumanizada nos ha encerrado en paradigmas que benefician al modelo vigente, al punto de considerar que los profesional de cultura física solamente podían desempeñarse en la docencia en los Establecimiento de Educación Formal del estado.

El conocimiento que se ha mantenido por la sociedad es que solo en los establecimientos educativos se puede mantener una cultura deportiva o a su vez en ciertos grupos de persona y de edad de todo el país. El valor del ejercicio físico se lo ha reconocido universalmente como una esencia fundamental en el cuidado del cuerpo y la salud, sino también de la mente en todas las poblaciones, sin importar su edad.

En el ecuador se cree que los adultos mayores son personas débiles, enfermas, dependientes, desgastadas e incapacitadas, pero esta mala idea ha evolucionado gracias al estado ecuatoriano, por cuanto ha elaborado proyectos y leyes que proclaman la inserción del adulto mayor en la sociedad por medio de la bailoterapia en los tiempos libres.

La bailoterapia y por hoy es la mejor opción atractiva para el uso del tiempo libre, por cuanto ha ido ganado aceptación en los adultos mayores y sobre todo como personas con ciertas enfermedades, por cuanto desean sentirse mejor y eliminar el estrés y el poco estado de ánimo que lo aquejan.

En la provincia de Los Ríos existe investigación que aborda este tema, en los últimos años provincia ha dado importantes y rápidas transformaciones Culturales, Económicas, Políticas y en especialmente en el ámbito social, que determinan la aparición de problemas asociados con el cambio empleado en el estilo de vida.

Es notorio que el contra-frente fundamental dentro de la sociedad es la estabilidad emocional, siendo importante en los adultos mayores, en efecto las autoridades deben fijar la atención en la salud emocional en el cual se forma el verdadero carácter de la persona.

La implementación de la investigación y propuesta es un paso elemental en el análisis de la incidencia de la bailoterapia en la estabilidad emocional de los adultos mayores, en la actualidad no existe un proyecto específico donde se aplique la bailoterapia como recurso para el mejoramiento del entorno social y emocional en los adultos mayores. El Centro Gerontológico, a diferencia de muchas instituciones de nuestra

localidad y provincia, cuenta con aéreas determinada para la realización de esta actividad, facilitando el trabajo en el mismo.

3.- SITUACION PROBLEMÁTICA

La vejez, es uno de los factores que inciden en la población convirtiéndose en uno de los grandes desafíos dentro de la sociedad. A comienzos del siglo XXI, el envejecimiento ha tenido mayor relevancia a nivel mundial ya que la misma impondrá antecesoras exigencias tanto económicas como sociales en todos los países.

El INEC estima que : “Para el año 2014 la población de adultos mayores de 65 años o más ascenderá a 228.546”, esta amplia población se enfrentará a su realidad de envejecimiento en medio de una sociedad excluyente, acelerada e individualista; es probable que viva la etapa de su jubilación y retiro como una situación de pérdida y minusvalía, como una especie de marginación social. (INEC, 2014)

En la actualidad la población ecuatoriana, ve a los adultos mayores, como personas frágiles que no pueden desempeñar alguna actividad específica de manera normal. Las diversas críticas que emiten las personas hacia los adultos mayores, cada vez más, afecta a la psicología de los mismos, provocando la desmotivación.

En este contexto, hoy en día la sociedad ha ido evolucionado gracias a la labor del estado ecuatoriano, que elabora una serie de programas y leyes que promulgan la inclusión del adulto mayor en la sociedad.

los talleres de recreación, las distintas actividades físicas de la bailoterapia para los adultos mayores del Centro Gerontológico, son creados sin tomar en cuenta su etnia, su zona geográfica, no se ajustan a la naturaleza física y psicológica de las personas que se encuentran en esa etapa de vida.

El coordinador del CEAM de la Centro Gerontológico Patronato Municipal del Guayas, menciona: "...Aquí en la Centro Gerontológico, los monitores de los talleres son en su mayoría voluntarios y son formados por la Centro Gerontológico, además resulta difícil contar con personal especializado debido al cambio de la ley laboral que prohíbe la contratación por horas..."

De lo expuesto anteriormente se manifiesta que el Centro Gerontológico no cuenta con personas especializadas en el área cultura física, que emprendan actividades, como talleres de bailoterapia, los mismos que ocasionan que éste se encuentre ordenado con ejercicios rítmicos y elaborado de forma adecuada para la mejora del trabajo con el

adulto mayor, con una insuficiente metodología y estrategias de trabajo y sin el seguimiento adecuado durante la ejecución del taller.

El objetivo, del Centro Gerontológico Municipal Patronato de la ciudad de Babahoyo, es alcanzar una vejez más dinámica y saludable, que pueda reflejarse un buen estado físico, y estado de ánimo de los adultos mayores, a través del uso de las diferentes metodologías que ayudan a mejorar la calidad de vida de los adultos y a su vez con el cumplimiento del Buen Vivir.

En una entrevista realizada para analizar la situación y detectar el problema en los adultos mayores, se expresó que, “El grupo de adultos mayores de la Centro Gerontológico de Babahoyo dio a conocer que la falta de la bailoterapia ha provocado la deficiencia física y emocional, alejándolos indirectamente de la sociedad. Por lo tanto al realizar la bailoterapia los ayuda a sentirse más motivados y con energía para realizar cualquier tipo de actividades.

A lo largo del tiempo de trabajo de los Centros Gerontológicos con el adulto mayor, la falta de saberes sobre el enlace entre el estado de ánimo y la acción, impide una codificación del trabajo que consienta valorar los avances y nivelar las áreas por renovar.

La presente investigación fue realizada en el centro Gerontológico de la ciudad de Babahoyo, lugar donde se pudo detectar los diversos problemas existentes relacionados con la estabilidad emocional de los adultos mayores, dificultando su desenvolvimiento dentro de la esfera social.

4.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

4.1. PROBLEMA GENERAL O BASICO

¿De qué manera incide la bailoterapia en el mejoramiento de la estabilidad emocional de los adultos mayores del Centro Gerontológico de Babahoyo Provincia de Los Ríos, en el año 2016?

4.2.- SUB PROBLEMAS O DERIVADOS

- ¿Cuáles son las dificultades que presentan los adultos mayores al momento de realizar la bailoterapia?
- ¿Cuál es la estabilidad emocional de los adultos mayores en la realización de la bailoterapia?
- ¿De qué manera se mejora la estabilidad emocional de los adultos mayores en la realización de la bailoterapia?

5.- Delimitación del problema

Delimitación espacial:

Cantón Babahoyo provincia de Los Ríos

Delimitación demográfica

Centro Gerontológico

Delimitación temporal 2016

7.-Objetivos de investigación

7.1.- Objetivo General

Analizar cómo influye la Bailoterapia en la estabilidad emocional de los adultos mayores del Centro Gerontológico de la ciudad de Babahoyo Provincia de Los Ríos, en el año 2016.

7.2.-Objetivo Especifico

- Conocer cuáles son las dificultades que presentan los adultos mayores al momento de realizar la bailoterapia.

- Determinar cuál es la estabilidad emocional de los adultos mayores en la realización de la bailoterapia.

- Mejorar la estabilidad emocional de los adultos mayores en la realización de la bailoterapia.

6.- JUSTIFICACIÓN

Se sabe que el deporte es la mejor vía que se conoce para mantener una óptima salud, por la cual muchos hemos mencionado el conocido refrán en “cuerpo sano mente sana”, por lo que con el deporte se pretende recuperar a través de distintas actividades como lo es el baile en forma de terapia como un método de diversión e integración en los adultos mayores de este cantón.

En la ciudad de Babahoyo existen alrededor de 45 adultos mayores, que encontraron un nuevo hogar de calidad y calidez, donde pueden desempeñar varias funciones acorde a sus preferencias, sin discriminación alguna, es decir, gozando de los beneficios que brinda el centro gerontológico.

La inclusión social, ha permitido que se considere a los adultos mayores como parte activa de nuestra población, es decir, haciéndolos partícipes de las distintas recreaciones que se realizan en nuestra ciudad, promoviendo el desarrollo emocional, físico y espiritual en su diario vivir

La bailoterapia ayudará al adulto mayor a no vivir en el sedentarismo, sino que mediante los movimientos corporales y rítmicos

impulsara a que cambie radicalmente su estilo de vida, olvidando las enfermedades que les impiden desenvolverse en sus actividades.

Con la terapia no se trata de reproducir gestos técnicos de compleja ejecución más bien es de llegar al bienestar sistémico de nuestro cuerpo a través de la bailoterapia, en la que se practica en forma grupal, en que se ensaya una mezcla de gimnasia, aeróbico y pasos de danzas nacionales y músicas latinoamericanas con la salsa, merengue etc.

La bailoterapia va dirigida a personas de la tercera edad, en la que se convertirá en la medicina por medio del ritmo para llenar al cuerpo de energía de una forma fácil y divertida para permitir al cuerpo revestir de sustancias que curan dolencias físicas, psicológica, patológicas del ser humano(Dpt. de Psicología de la Universidad de Valencia, 2009)

La bailoterapia, enseña a mejorar las posturas, ayudar a superar los problemas de depresión y fortalecer la capacidad cardiorrespiratoria, obteniendo una actitud positiva, no solo para la sociedad sino para sus familiares.

Los seres humanos y sobre todo el adulto mayor, percibí el mundo de forma diferente lo observa de acuerdo a su propia interpretación, misma que está influida por su estados de ánimo, en este sentido, cada estado de ánimo trae consigo su propio mundo. Los adultos mayores del Centro Gerontológico por ser personas en situación de riesgo que en su mayoría llegan por casos de abandono, violencia o disfunciones familiares, requieren cambios en su estado de ánimo que modifiquen su percepción del mundo y la bailoterapia es un factor que facilitará una alineación entre los estados anímicos, los objetivos y deseos de vida de los adultos mayores, fraccionado de esta manera estilos de vida dignos de un adulto mayor independiente y feliz.

Tanto en el país como en la Centro Gerontológico se requiere que el adulto mayor tenga una mayor predisposición para la acción, los talleres de bailoterapia buscan llegar a estados de ánimo que generen un proceso de envejecimiento activo que eleve su calidad de vida.

Con la elaboración de un programa de bailoterapia, científicamente estructurado, con contenidos adecuados para el adulto mayor, con metodologías e instrucciones metodológicas idóneas, se pretende

lograr un mejoramiento del estado de ánimo de los adultos mayores que participen de este programa.

Los adultos mayores del Centro Gerontológico, serán quienes tendrán la oportunidad de contar con el programa de la bailoterapia, así como las autoridades del Centro Gerontológico , quienes, a manera de labor social, difundirán el programa a los demás grupos de adultos mayores de la ciudad de Babahoyo.

CAPÍTULO II

2. Marco teórico

2.1. Antecedentes de la investigación

La Bailoterapia nace en Europa y la misma se ha extendido a países de otros continentes como los de Latinoamérica. Con su práctica se refleja la cultura de los países en que se realiza y es una forma de expresión artística del ser humano a lo largo de la historia. Es una mezcla de gimnasia aeróbica y de pasos de danzas ibéricas y latino-americanas y para ello se enseñan los pasos básicos de la música latina.

La misma se puede realizar diariamente, es una opción de actividad física divertida, básicamente es una cuidadosa técnica diseñada de entrenamiento físico que se puede ejercitar a través del baile. Es una novedosa rutina de gimnasia para alcanzar y mantener el peso, que se practica en forma de grupo conformando entre ellos una mezcla. Mejora la vida social de quienes la practican, haces con ella más amistades y es una alternativa más flexible y entretenida en el campo del entrenamiento físico.

La práctica de ejercicios físicos combinados con el baile y la música debería ser más recomendada por los médicos. Aunque, como en todo, mejor no abusar. Y, si existe alguna enfermedad, consultar con el especialista.

Al fin y al cabo, el baile es una forma más de ejercicio físico y, como tal, requiere una supervisión que incluya la realización de pruebas diagnósticas complementarias y que huya de la práctica de ejercicios vigorosos que superen los niveles aconsejables. Su inclusión debe realizarse en lo que los médicos llaman estilos de vida cardiosaludables como un integrante que va a contribuir a mejorar la salud física.

Es una combinación de pasos de baile y pasos básicos de gimnasia aerobia diseñada para ponerle diversión al acondicionamiento físico. Se basa en ritmos latinos e ibéricos (Salsa, Merengue, Rumba, Cumbia, Conga, Casino, Chachachá, Mambo, Zamba, Disco, Flamenco, Tango, Danza de Vientre entre otros) que transmiten la energía y pasión necesaria para convertirla en el elemento idóneo para mejorar la condición física. Se mezclan ritmos lentos y rápidos, que le brindan a la actividad una intensidad moderada - alta no llegando a ser agotadora.

Ejercicios para realizar la Bailoterapia

1.- Calentamiento general que incluye:

Ejercicios de movilidad articular (flexiones, extensiones, torsiones y circonducciones de todos las articulaciones que puedan realizar estos movimientos y se pueden realizar con influencia combinada.)

2- Ejercicios de bajo impacto de la Gimnasia Musical Aerobia.

Marcha, Paso Hop, Piernas separadas, Paso Toque, Lange, Paso Cruzado, Rodillas al pecho, Jumping Jack, Pataditas al frente, lateral y atrás, Rodillas al pecho.

3- Ejercicios de alto impacto de la Gimnasia Musical Aerobia (ejercicios saltados).

Jumping Jack, Pataditas al frente, al lado y atrás, Rodillas al pecho, Patadas o chutes, Langes aéreos.

4- Ejercicios para la recuperación.

Ejercicios respiratorios, Ejercicios de relajación, Ejercicios de estiramientos.

Música y bailes a utilizar en la Bailoterapia.

Salsa, La salsa es uno de los bailes sociales latinos más populares. Se baila al ritmo de la música que lleva el mismo nombre. Es un baile de pareja, pero también se puede bailar en solo. Fue creada por puertorriqueños, cubanos y otros hispanoamericanos.

Sirve para divertir y recuperar personas con depresión, soledad y sedentarismo, de esta forma y sin darse casi cuenta, pueden lograr un entrenamiento eficaz y recuperar la alegría, conocer personas, hacer amigos e incluso bajar de peso.

Los músculos que se emplean en la ejecución de la danza en general logran músculos entrenados y buen estado físico al poco de practicar regularmente, aunque sea de forma amateur.

Merengue, El merengue es un género musicalailable originado en la República Dominicana a finales del siglo XIX. Es muy popular en Hispanoamérica, donde es considerado, junto con la salsa, como uno de los grandes géneros musicalesailables que distinguen el gentilicio latinoamericano.

Rumba, Mientras que el merengue ayuda a reducir cintura, la salsa tonifica los brazos. Existe una nueva tendencia en ejercicios para quienes buscan reducir medidas, tonificar los músculos y bailar. Se llama rumbaterapia. (Beneficios de la bailoterapia, 2011)

Así lo afirma el instructor de baile cardiovascular Said Polo, la ha denominado rumba cardiovascular.

La rutina consiste en bailar durante 45 minutos una variedad de ritmos con el fin de quemar calorías y fortalecer los músculos de forma sencilla y entretenida.

Cumbia, La Cumbia recoge la esencia de la música indígena de los cunas, kogis, aruacos, caribes y wayúu que habitaban esa zona colombiana a la llegada de los españoles hace poco más de cinco siglos. En lo que sí coinciden la mayoría de los entendidos es en que su nombre proviene del "cumbé", un baile africano de la Guinea Española, siendo su estructura musical biétnica, con matices rítmicos básicos. (Gómez, 2009)

La Conga,

Baile popular cubano de origen africano que tiene un ritmo sincopado y se acompaña con tambores. Sirve de música para las comparsas carnavalescas. Tiene sus orígenes en las fiestas que hacían los esclavos negros. En su instrumental participan tambores de diversos tipos, bombos, cencerros, sartenes y otros objetos de metal. "El baile se reduce a marchar al compás del ritmo característico, en que alternativamente, en todos los compases pares, se destaca una síncopa que los bailarines subrayan levantando ligeramente una pierna y marcando el golpe con un brusco movimiento del cuerpo". (Estética y nutrición, 2013)

Así mismo existe otros ritmos como:

Casino, Chachachá, Mambo, Zamba, Disco, Flamenco, Tango, Danza de Vientre, entre otros.

Dentro del contexto nacional existen investigaciones que aborden este tema. En los últimos años en nuestro país viene dando importantes y rápidas transformaciones Culturales, Económicas, Políticas y en especialmente en el ámbito social, que determinan la aparición de problemas asociados con el cambio empleado en el estilo de vida.

Bailoterapia.

Bailo Terapia, Terapia que se distingue por la ejecución de un conjunto de movimientos ordenados al compás de un ritmo musical con características especiales”, dicha definición recoge los elementos distintivos que pueden caracterizar este tipo de actividad física o práctica deportiva

La bailoterapia es una alternativa de ejercitar el cuerpo y mejorar las condiciones Físicas por medio del baile. El mismo que sigue siendo una de las principales formas de expresión artística del ser humano a lo largo de la historia, se pueden practicar no solo en espacios recreativos sino también mediante el uso del televisor que transmita videos donde

una instructora les muestre algunos tipos ejercicios que se emplean en la bailoterapia.

LA BAILOTERAPIA Y SUS BENEFICIOS.

La bailoterapia nace en Europa, la misma que al pasar el tiempo se ha extendido a distintos continentes como Latinoamérica. La bailoterapia es la combinación de gimnasia aeróbica y pasos de danzas ibéricas que para ello se enseñan los pasos básicos de la música latina, la misma que diariamente es una opción de actividad y divertida , esta es una técnica de entrenamiento físico que se puede ejercitar por medio del baile y así alcanzar y mantener el peso, mejorar la vida social de quienes la practican , estos ejercicios son recomendados por médicos, y cuando este bajo la supervisión de un instructor capacitado a enseñar pasos sencillos y rítmicos que se adapten a las personas adultos/as mayores.

Escuchar la música al organismo le resulta muy estimulante, pues hace aumentar ligeramente el ritmo cardíaco y la tensión arterial, libera adrenalina, lo cual la vuelve ideal para dar un aceleren al ritmo de trabajo o para combatir el aburrimiento.

La música, motiva y eleva las energías, enfrentando los retos de la vida ya que producen alegría y perseverancia, con el fin de disminuir el dolor y contribuir a estimular las vivencias de bienestar y de satisfacción existencial, mejorando la concentración y la atención, aumenta la memoria, reduce la sensación de estrés, mejora el humor y convierte las tareas en amenas.

La energía derivada del sonido ayuda a la mejoría de una determinada dolencia, el trabajo con música beneficia en el proceso de curación de trastornos alimentarios. Además, este método permite mejorar el estado físico y aumentar las capacidades cardiorrespiratorias de manera continua. La bailoterapia, también es conocida como terapia por lo que es procedimiento terapéutico que trata enfermedades, guardando una relación entre mente, cuerpo y espíritu.

2.2. Marco Conceptual

ESTABILIDAD EMOCIONAL

La estabilidad emocional es una cualidad personal que se ha iniciado a utilizar desde una perspectiva psicología positiva, partiendo de un concepto que viene a reemplazar a la dimensión de Neuroticismo.

En la actualidad existen investigadores que influenciados por esta psicología positiva denominan al rasgo Neuroticismo como estabilidad emocional (Costa y McCrae, 1992; Goldberg, 1992; McCrae y John, 1992; Mount, Barrick y Strauss, 1994), otros prefieren utilizar “neuroticismo vs estabilidad emocional” (Barrick y Mount, 1991; Digman, 1990; Eysenck, 1990a; Jelinek y Morf, 1995; Strümpfer et al., 1998). Botella et al., (1999) encontraron que las medidas de Neuroticismo y estabilidad emocional estaban correlacionadas de manera negativa.¹

TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO

Como su nombre lo indica, los trastornos del estado de ánimo se caracterizan por alteraciones en el humor o estado emocional prolongado, a veces referido como afecto. Muchas personas poseen una amplia gama emocional, esto es, son capaces de estar felices o tristes, animadas o silenciosas, alegres o desanimadas, llenas de alegría o desdicha, dependiendo de las circunstancias.

El trastorno en el estado de ánimo, es una gama que actualmente se considera restringida, están fijadas en uno u otro extremo de la visión emocional ya sea, de continuo estimulados y optimistas o tristes

¹(Costa y McCrae, 1992; Goldberg, 1992; McCrae y John, 1992; Mount, Barrick y Strauss, 1994, (Barrick y Mount, 1991; Digman, 1990; Eysenck, 1990a; Jelinek y Morf, 1995; Strümpfer et al., 1998). Botella et al., (1999)

cualesquiera que sean las circunstancias de su vida, otras personas alternan entre los extremos de la euforia y la tristeza².

El trastorno más común es la depresión, un estado en el que la persona se siente abrumada por la tristeza, la pérdida de interés en las actividades y exhibe otros síntomas, como una culpa excesiva o sentimientos de inutilidad.

Las personas que sufren de depresión son incapaces de experimentar placer en las actividades que alguna vez disfrutaron. Están cansadas y apáticas, a veces hasta el punto de ser incapaces de tomar decisiones, se sienten fracasadas por completo en la vida, y tienden a echarse la culpa de sus problemas.

Con frecuencia, las personas muy deprimidas, padecen de insomnio y pérdida de interés en la comida pueden tener problemas para reflexionar o concentrarse, al grado incluso de encontrar difícil el leer el periódico. En casos muy graves, pueden estar atormentadas por pensamientos suicidas o intentar matarse.

Es importante distinguir entre la depresión clínica y la clave de depresión “normal” que experimentan todos en cada ciclo. Es completamente normal entristecerse cuando una persona amada muere, se termina una relación romántica se tienen problemas en el trabajo o

²(MORRIS, Charles G. y otros, Psicología, Segunda Edición, Editorial Lítica Gaona México 2008. Pág. 525 y 526)

en la escuela, inclusive cuando hay mal tiempo o cuando uno no tiene una cita para la noche del sábado.

Muchas personas Psicológicamente sanas también se ponen "melancólicas" cada tanto, razón evidente. Pero en todos estos ejemplos, el trastorno del estado de ánimo también es una reacción normal a un problema de la "vida real" (por ejemplo, la aflicción pasa pronto. Sólo cuando la depresión es grave, perdurable y completamente más allá de la reacción común a un suceso estresante, se clasifica como trastornos estado de ánimo.

Se distinguen dos formas de depresión. El trastorno depresivo grave o mayor es un episodio de intensa tristeza que puede durar varios meses, por el contrario, la implica una tristeza (y síntomas relacionados) menos profunda pero persiste con muy poco alivio, por dos años o más.

CAUSAS DE LOS TRASTORNOS DE LA ESTABILIDAD EMOCIONAL EN EL ADULTO MAYOR.

DEPENDENCIA E INDEPENDENCIA

En relación a los miembros de la familia, las personas de edad oscilarán entre la dependencia y la independencia excesivas. El deseo de seguir siendo independientes, para reafirmarse como individuos, se presenta con fuerza y regularidad. Hay ancianos que, en las peores

condiciones económicas y físicas, se niegan a recibir ayuda, porque eso les provoca sensación de dependencia y la consecuente desvaloración de sí mismos³.

Los terapeutas suelen escuchar historias de ancianos que, por ejemplo, sufren del corazón y viven en un quinto piso sin ascensor. Sin embargo, no aceptan que su hijo o hija, que están en mejores condiciones económicas, le paguen el alquiler de un piso con ascensor. Este tipo de individuos prefieren soportar una vida de privaciones antes que ceder su posición de independencia.

Es obvio que este deseo de independencia deberá interpretarse, según el caso, de diversas maneras.

APARTAMIENTO Y DESVALORIZACIÓN

La tendencia social a la disgregación de las grandes familias y al predominio de la familia nuclear son factores que aumentan el sentimiento de desvalorización del anciano. En la sociedad preindustrial agraria y artesana, las familias estaban compuestas al menos por tres generaciones. En ellas, el anciano no solo era acompañado y cuidado, sino que contribuía al trabajo y la producción familiar.

³(RICO, Ana. Formas, cambios y tendencias en la organización familiar. Santa Fe de Bogota; Editorial Planeta; 2015)

La solidaridad entre los miembros de la familia estaba determinada por las funciones. La familia se ha ido reduciendo hasta dos e incluso una generación, y las instituciones realizan las funciones que antes les correspondían⁴.

En tiempos pasados, el rol de los ancianos, desempeñaba la función de poseedores y transmisores de experiencia y como "consultores" de la familia, les otorgaban un papel dentro de la misma que les permitía mantener la autoestima.

Las relaciones de los ancianos suelen ser más determinantes que las de los jóvenes, justamente por la casi imposibilidad del reemplazo. Si un anciano pierde a su esposa, es muy común que empiece a decaer e incluso que muera, al poco tiempo. En este sentido reaccionan como los niños abandonados por sus madres.

LA CRISIS DE LA JUBILACIÓN

La crisis de la jubilación⁵ está fundamentalmente determinada por una constelación cultural que luego influirá en las diferentes psiques de los individuos ancianos.

⁴(FERICGLA, Joseph M. Envejecer. Una antropología de la ancianidad. Barcelona: Anthropos, 1992. 380p. ISBN 84-7658-362-1)

⁵(Tesis "El baile de salón como ejercicio físico en los ancianos que asisten a la Caja de Compensación Familiar (Confamiliares) de la ciudad de Manizales" Luis Guillermo Jaramillo Echeverri, Edwin Gómez Taborda, Colombia , 2015)

En la sociedad occidental, las concepciones judeocristianas predominantes impulsan al sujeto hacia la independencia y lo orientan hacia la represión de los deseos instintivos. El sistema capitalista industrial, basado en un aumento permanente de la producción por la producción misma, no puede contemplar las necesidades de trabajar y de sentirse útiles que experimentan los miembros ancianos de la sociedad, pues va utilizando la mano de obra a tenor de las necesidades del capital en cada período.

Existe, como relación con todo ello, una ideología del triunfo basada en la fuerza física y el vigor, al tiempo que no se valoran las virtudes que pueden alcanzarse en la vejez, tales como la serenidad, la experiencia, la ecuanimidad, etc. la vejez se presenta con pocas alternativas, a lo cual se agrega el retiro forzoso.

TIEMPO LIBRE Y CREATIVIDAD EN LOS ANCIANOS

El retiro obligatorio constituye una seria prueba para el equilibrio mental de los ancianos, especialmente para todos aquellos que no son artistas e intelectuales, y que, por lo tanto, carecen de intereses universales y permanentes que les permitan sobrellevar la vejez en constante actividad y participación.

Una de las primordiales necesidades del adulto mayor es solventar la opción de como empleará su tiempo libre, después del retiro obligatorio y que según lo determina (Gómez, 1995), manifiesta que:

- El tiempo libre para los que no saben qué hacer puede convertirse simplemente en tiempo vacío, el tiempo de esperar las enfermedades y la muerte.

- La existencia del retiro obligatorio, junto con el aumento progresivo de la población anciana, ha dado lugar a fenómenos muy interesantes, cuya comprensión dará pautas para crear terapias que colaboren al bienestar de los ancianos.

- Uno de estos fenómenos es la creación de "ciudades de ancianos", especialmente en los países de alto desarrollo industrial, y en los cuales la clase trabajadora ha logrado un alto nivel de servicios sociales.

ESTADO DE ÁNIMO Y BAILOTERAPIA

Existen varios estudios del efecto de la bailoterapia en el adulto mayor pero muy pocos hablan sobre el efecto que pueda tener la bailoterapia en el estado de ánimo de dicha población. Las actividades físicas tienen la ventaja de poder practicarse por la mayoría de las personas mayores, sin discriminación social, ni premios económicos, atendiendo las particularidades individuales.

Dichas actividades tienen un fin, que el adulto mayor sea independiente, autónomo, fomentar las relaciones sociales, la autoestima, motivación y otros. Kaver menciona a Rikli y Busch 1986 pág, 71 que dicen que los adultos mayores físicamente activos poseen más fuerza que aquellos individuos sedentarios.

El baile de salón son acciones que realizan las personas con el ánimo de divertirse; es una forma de demostrar que se comparte una alegría con el otro o con los otros; es la oportunidad de expresar que se está alegre o contento. También puede ser la forma de mostrar ante los demás el ingenio de bailar con cierta brillantez y elegancia.

Según (Morel, 1977, pág. 71) menciona a Larson y Bruce 1987, diciendo que, a medida que los adultos mayores envejecen, se producen evidencias de modificaciones en su condición general o estado de salud. Aunque el proceso es irreductible, muchos investigadores han demostrado los múltiples beneficios de la bailoterapia en adultos mayores en aspectos tales como condición física, estado funcional, estado anímico y mental, además se ha logrado encontrar que existe una estrecha relación entre el ejercicio y el bienestar psicológico, se mejoran la autoestima, el autocontrol, hábitos de sueño, reduce la ansiedad, estrés y otros.

Según lo estipulado en el cuarto Congreso Internacional de la actividad física y el Deporte en el Adulto Mayor 1996, los beneficios de

la actividad física a corto plazo son: disminución del Stress, produce relajación, mejora estados de ánimo y a largo plazo produce relajación, mejora la salud mental, procesos cognitivos y adquisición de destrezas.

2.3. Marco Referencial

(Obando, Andrade, Bonilla, & Noemi, 2011); Autores: Obando, Aracely Almeida Andrade, Jorge Fernando Tapia Bonilla, Johanna Noemi; Título: Incidencia de la bailoterapia en el estado de ánimo de los grupos de adultos mayores de la Fundación Patronato Municipal San José.

Existen en Quito alrededor de 7.000 adultos mayores y la Fundación trabaja además con 33 parroquias y 20 comunas y atiende a 1200 adultos mayores. Ha llegado el momento de instaurar un nuevo paradigma que considere a los adultos mayores como participantes activos de una sociedad que integra el envejecimiento y que considere a dichas personas contribuyentes activos y beneficiarios del desarrollo.

Según los resultados de la investigación sobre emociones y estado de ánimo, los seres humanos y con mayor intensidad en el adulto mayor, percibimos al mundo no como este realmente es, sino que lo vemos de acuerdo a nuestra propia interpretación, misma que está influida por

nuestros estados de ánimo, en este sentido, cada estado de ánimo trae consigo su propio mundo.

Los adultos mayores de la Fundación por ser personas en situación de riesgo que en su mayoría llegan por casos de abandono, violencia o disfunciones familiares, requieren cambios en su estado de ánimo que modifiquen su percepción del mundo y la bailoterapia es un factor que facilitará una alineación entre los estados anímicos, los objetivos y deseos de vida de los adultos mayores, propiciando de esta manera estilos de vida dignos de un adulto mayor independiente y feliz.

(Díaz, 2013); Autora: Darwin Ubilluz Díaz; Título: “La bailoterapia en el estado anímico de los adultos mayores en la pastoral de la salud en la vicaría de baños de agua santa.”

Este proyecto se encuentra dirigido fundamentalmente hacia la transformación de la realidad, orientado a la solución de problemas concretos, al mejoramiento de la calidad de vida.

Ha llegado el momento de instaurar un nuevo paradigma que considere a los adultos mayores como participantes activos de una sociedad que integra el envejecimiento y que considere a dichas personas contribuyentes activos y beneficiarios del desarrollo.

Según los resultados de la investigación sobre emociones y estado de ánimo, los seres humanos y con mayor intensidad en el adulto mayor, percibimos al mundo no como este realmente es, sino que lo vemos de acuerdo a nuestra propia interpretación, misma que está influida por nuestros estados de ánimo, en este sentido, cada estado de ánimo trae consigo su propio mundo.

Los adultos mayores de la Pastoral; por ser personas en situación de riesgo que en su mayoría llegan por casos de abandono, violencia o disfunciones familiares, requieren cambios en su estado de ánimo que modifiquen su percepción del mundo y la bailoterapia es un factor que facilitará una alineación entre los estados anímicos, los objetivos y deseos de vida de los adultos mayores, propiciando de esta manera estilos de vida dignos de un adulto mayor independiente y feliz.

2.4. POSTURA TEÓRICA

En los últimos años nuestro país viene dando importantes y rápidas transformaciones Culturales, Económicas, Políticas y en especialmente en el ámbito social, que determinan la aparición de problemas asociados con el cambio empleado en el estilo de vida. Es notorio que el sostén fundamental dentro de la sociedad es la estabilidad emocional, siendo muy importante ven los adultos mayores, en efecto las autoridades deben

fijar la atención en la salud emocional en el cual se forma el verdadero carácter de la persona.

La implementación de la investigación y propuesta es un paso elemental en el análisis de la incidencia de la bailoterapia en la estabilidad emocional de los adultos mayores, en la actualidad no existe un proyecto específico donde se aplique la bailoterapia como recurso para el mejoramiento del entorno social y emocional en los adultos mayores. El Centro Gerontológico, a diferencia de muchas instituciones de nuestra localidad y provincia, cuenta con áreas determinadas para la realización de esta actividad, facilitando el trabajo en el mismo.

2.5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Coordinación: Se denomina coordinación a la capacidad de ordenar elementos en apariencia dispares para lograr un objetivo determinado. Así, es posible referirse a la coordinación motriz, a la coordinación de un grupo de trabajo, a la coordinación gramatical, a la económica, etc.

Corporal: Se aplica el término corporal para hacer referencia a todo aquel fenómeno, elemento o situación que se relacione con el cuerpo, tanto de los humanos como de los animales. Corporal actúa entonces como un adjetivo y puede ser utilizado en numerosas y variadas situaciones en las que se hable respecto del cuerpo. En este sentido, el término corporal también es aplicado a otras áreas en las que se está tratando de hacer referencia a estructuras de 'cuerpo' o corporativas, tal como sucede con el cuerpo militar, con el cuerpo de una organización, etc.

Desarrollo: Si leemos el diccionario de la Real Academia Española (RAE), encontraremos que el desarrollo está vinculado a la acción de desarrollar o a las consecuencias de este accionar. Es necesario, por lo tanto, rastrear el significado del verbo desarrollar: se trata de incrementar,

agrandar, extender, ampliar o aumentar alguna característica de algo físico (concreto) o intelectual (abstracto).

Destrezas: La destreza es la habilidad que se tiene para realizar correctamente algo. No se trata habitualmente de una pericia innata, sino que normalmente es adquirida.

Lo más habitual es llegar a ser diestro en algo tras un largo proceso. Cuando empezamos a familiarizarnos con una cosa nueva (pongamos por caso una herramienta tecnológica), en un primer momento no lo hacemos con precisión. De hecho, es habitual pasar por varios niveles. Al principio, lo manejamos con cierta torpeza y paulatinamente vamos conociendo el artilugio. Finalmente, podemos alcanzar una verdadera pericia.

Motricidad: El término motricidad se emplea para referirse al movimiento voluntario de una persona, coordinado por la corteza cerebral y estructuras secundarias que lo modulan. Debe distinguirse de "motilidad", que hace referencia a los movimientos viscerales; como, por ejemplo, los movimientos peristálticos intestinales.

Estabilidad: Propiedad de un cuerpo de mantenerse en equilibrio estable o de volver ha dicho estado tras sufrir una perturbación.

Emocional: Del latín emotio, la emoción es la variación profunda pero efímera del ánimo, la cual puede ser agradable o penosa y presentarse junto a cierta conmoción somática. Por otra parte, tal como señala la Real Academia Española (RAE) en su diccionario, constituye un interés repleto de expectativa con que se participa en algo que está sucediendo.

Gerontológico: Estudio de la salud, la psicología y la integración social y económica de las personas que se encuentran en la vejez.

2.6. Hipótesis

2.6.1. Hipótesis General o Básica

La realización de la bailoterapia incide positivamente en la estabilidad emocional de los adultos mayores del Centro Gerontológico de la ciudad de Babahoyo Provincia de Los Ríos, durante el periodo lectivo 2016.

2.6.2. Sub-Hipótesis o Derivados

- Las dificultades que presentan los adultos mayores limitan la realización de la bailoterapia

- La práctica de la bailoterapia mejora la estabilidad emocional de los adultos mayores en la realización de la bailoterapia.

- Con la práctica de bailoterapia se mejora la estabilidad emocional de los adultos mayores en la realización de la bailoterapia.

2.6.3. VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE

Bailoterapia

VARIABLE DEPENDIENTE

Estabilidad emocional

2.1. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable Independiente	Definición Conceptual	Indicadores	Ítems	Instrumentos
La bailoterapia	Bailo Terapia, Terapia que se distingue por la ejecución de un conjunto de movimientos ordenados al compás de un ritmo musical con características especiales”, dicha definición recoge los elementos distintivos que pueden caracterizar este tipo de actividad física o práctica deportiva	Vida saludable Coordinación Ánimo Calidad y recreación Estado físico	¿Considera usted que con la bailoterapia como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida? ¿Cree usted que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores? ¿Está de acuerdo que con la bailoterapia los adultos mayores cambiarían su estabilidad emocional? ¿Considera que con la bailoterapia se puede mantener una vida salud y recreativa? Está usted de acuerdo que los adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por sus enfermedad.	<ul style="list-style-type: none"> • Encuestas • Entrevista

Variable Dependiente	Definición Conceptual	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Estabilidad emocional	La estabilidad emocional es una característica personal que se ha empezado a utilizar desde la psicología positiva como un concepto que viene a sustituir a la dimensión de Neuroticismo.	Salud Emociones Saluda física El estrés	¿Cree usted que la bailoterapia se mejore la salud con actividades reparativas? Piensa usted que mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física. Cree usted que solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores. ¿Está de acuerdo que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores?	<ul style="list-style-type: none"> • Encuestas • Entrevista

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE TRABAJO

3.1. METODOLOGÍA EMPLEADA

Método Inductivo.

Va de lo particular a lo general, fue utilizado al momento de, partir del conocimiento de cosas y hechos particulares que se investigaron, para luego, utilizando la generalización se llegó al establecimiento de conclusiones y recomendaciones.

Método Deductivo.

Este proceso permitió presentar conceptos, principios, reglas, definiciones partir de los cuales, se analizó, sintetizó comparó, generalizó y demostró.

3.2. MODALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

La modalidad utilizada en esta investigación es documental y de campo:
Documental al recurrir a la información de textos, revistas, artículos científicos y tecnológicos.

De campo porque se registra la información procedente de la observación, encuesta y entrevistas.

3.3. TIPOS DE INVESTIGACIÓN

Investigación Descriptiva

Es utilizada al llevar a conocer las situaciones y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de dichas actividades, para así saber por qué y para que se esté utilizando este tipo de investigación.

Investigación Analítica

Es utilizada porque analiza la situación problemática desde el punto de información obtenida de los individuos.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE TRABAJO

3.4.1. Población

INVOLUCRADOS	POBLACIÓN
Autoridades, Médicos	5
Familiares	45
Adultos Mayores	45
Total de población	95

Fuente: Centro Gerontológico de Babahoyo
Autor Investigador: Raquel Maribell Cevallos vera

La población de estudio está establecida en 45 adultos mayores con sus respectivas familias que llegan al Centro Gerontológico de Babahoyo, que llegan a realizar diferentes tipos de tratamientos 4 médicos tratante y 1 autoridad que laboran en dicha institución.

3.4.2. Muestra

La muestra consiste en la totalidad de la población por considerársela a quienes se les aplicó la encuesta a los adultos mayores con sus respectivas familias, médicos y autoridad del Centro Gerontológico de Babahoyo,

INVOLUCRADOS	POBLACIÓN
Autoridades, Médicos	5
Familiares	45
Adultos Mayores	45
Total de población	95

Fuente: Centro Gerontológico de Babahoyo
Autor Investigador: Raquel Maribell Cevallos vera

3.5. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.5.1. Técnicas

Las técnicas utilizadas en la presente investigación son:

Observación Directa

La observación directa se la aplico desde el inicio de la investigación cuando se detectó de manera superficial el problema y luego se confirmó con la ficha de observación

Encuesta

Sobre la base de la muestra determinada se diseña la encuesta, la misma que es aplicada a los adultos mayores con sus respectivas familias de manera informal, proporcionando la información que se requiere.

Entrevistas

Cuestionario de preguntas abiertas y estructuradas aplicadas a los médicos y autoridad.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. ENTREVISTA MÉDICOS Y AUTORIDAD.

Al realizar la entrevista se pudo comprobar que si se aplican estrategias específicas para cada paciente, ellos contestaron que si se aplican estrategias específicas, empero que la mayoría de las autoridades la generalicen.

Cuando se les preguntó si las estrategias aplicadas son de acuerdo a las necesidades de los pacientes, estos respondieron que sí, que estas se determinan en la semana de la evaluación en la diagnosticación de cada paciente.

Al preguntárseles si las estrategias aplicadas satisfacen las necesidades de los pacientes, estos respondieron que sí, que luego de la evaluación diagnóstica de revisa las guías y se reorientan las estrategias.

Cuando se les preguntó si las estrategias están destinadas a la recuperación de los pacientes, estos respondieron que si porque hay que planificar o buscar otras estrategias para cada uno de los pacientes.

Al preguntárseles si las estrategias facilitan que los paciente eleve su autoestima, estos contestaron que sí, que cuando las estrategias es infalible.

Cuando se les preguntó si las estrategias orientan el uso de la bailoterapia, estos manifestaron que sí, que las estrategias cuando son bien aplicadas incrementan los resultados y los pacientes se sientes satisfactoriamente bien.

Al preguntárseles si los pacientes realizan bailoterapia con facilidad, estos respondieron que unos pocos y que la mayoría presente dificultades por cuanto no existen estrategias específicas.

Cuando se les preguntó si los pacientes aplican materiales de apoyo para realizar la bailoterapia estos respondieron que unos pocos y que la mayoría presente dificultades por cuanto no tienen habilidades por su estados de salud.

Al preguntárseles si los pacientes conocen de los beneficios de la realización de la bailoterapia, estos manifestaron que no todos los pacientes conocen de los beneficios y que la mayoría de los pacientes tienen problemas por no realizara la misma

4.2. ENCUESTAS DIRIGIDA A LOS MÉDICOS Y AUTORIDADES

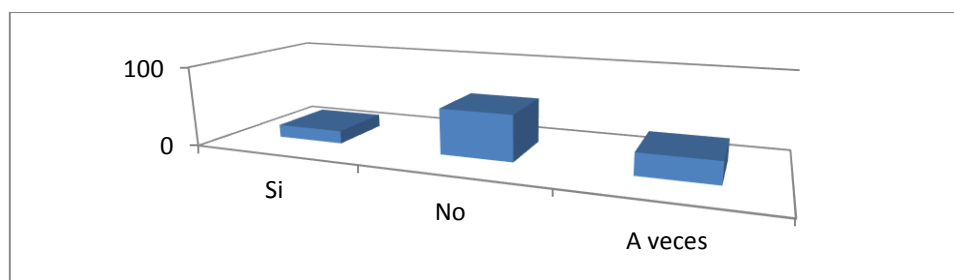
1).- ¿Considera usted que con la bailoterapia como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida?

Tabla # 1

Respuesta	#	%
Si	7	16
No	26	57
A veces	12	27
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 1



Análisis

De la investigación realizada, el 16% manifiesta que si se aplican actividad física el adulto mayor, mientras que un 57% dice que no y un 12% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los doctores y autoridades manifiestan que no toda actividad física ayuda a mejorar la calidad de vida.

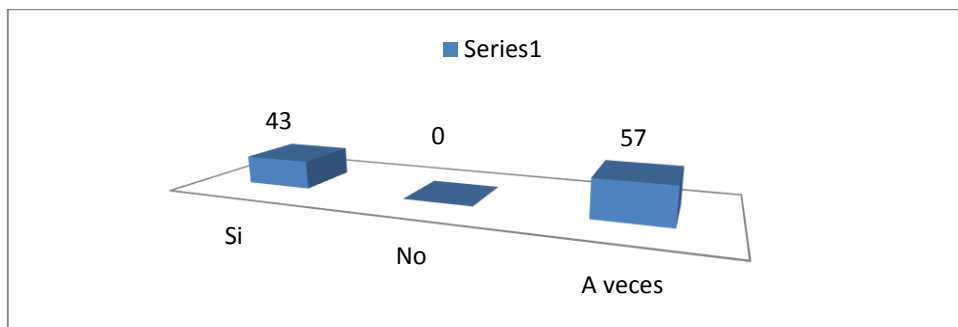
2).- ¿Cree usted que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores?

Tabla # 2

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	0	0
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 2



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores, mientras que un 16% dice que no y un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

No todas las actividades aplicadas son de acuerdo a las necesidades de los adultos mayores.

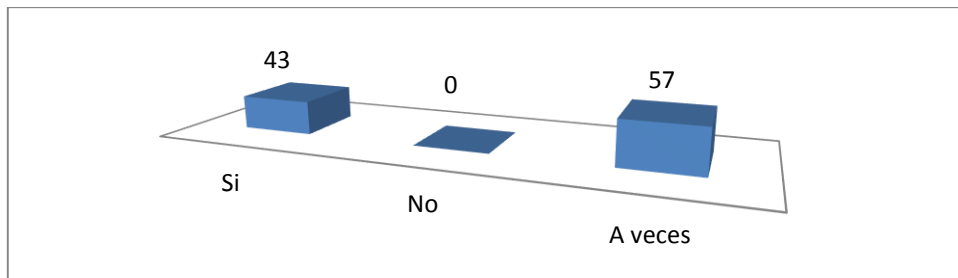
3).- ¿Está de acuerdo que con la bailoterapia los adultos mayores cambiarían su estabilidad emocional?

Tabla # 3

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	0	0
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 3



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si las actividades de bailoterapia cambia su estabilidad emocional, mientras que un 0% dice que no y un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocas veces que la bailoterapia cambia su estabilidad emocional.

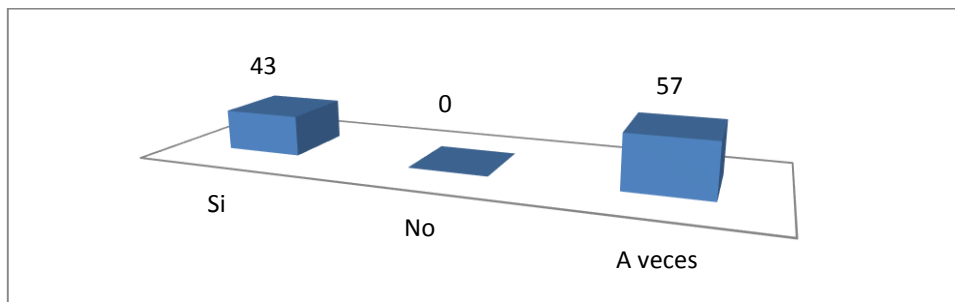
4).- ¿Considera que con la bailoterapia se puede mantener una vida salud y recreativa?

Tabla # 4

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	0	0
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 4



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta se puede mantener una vida salud y recreativa, mientras que un 16% dice que no y un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocas las veces que con el baile se puede mantener una vida sana.

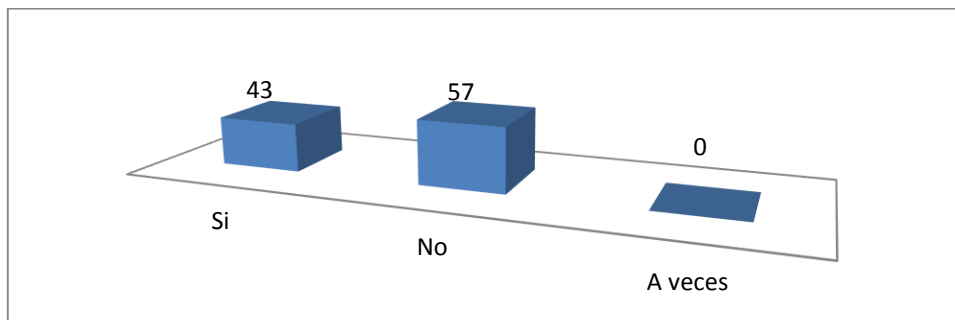
5).- Está usted de acuerdo que los adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por sus enfermedad.

Tabla # 5

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	57
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 5



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que sí podrían realizar la bailoterapia, mientras que un 57% dice que no por sus enfermedad.

Interpretación

No siempre los adultos mayores podrían realizar la bailoterapia por su enfermedad

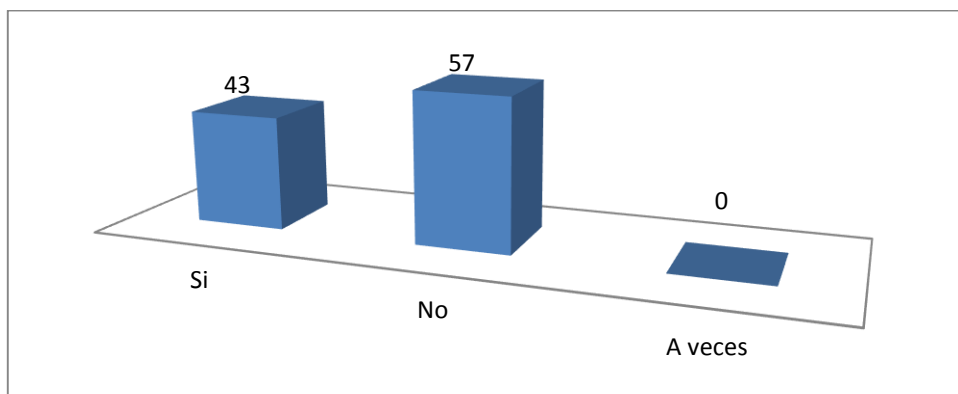
6).- ¿Cree usted que se mejora las salud con actividades reparativas?

Tabla # 6

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	57
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 6



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si se mejora las salud con actividades reparativas, mientras que un 57% dice que no.

Interpretación

No siempre se mejora la salud con actividades reparativas

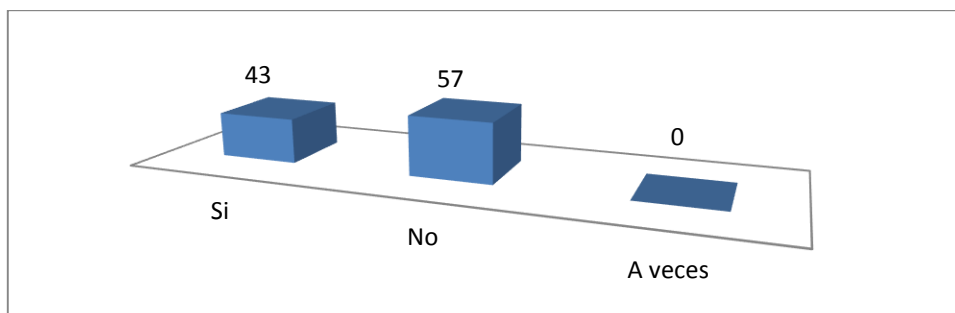
7).- Piensa usted que mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física.

Tabla # 7

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	57
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 7



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si se debe a una buena salud física, mientras que un 57% dice que no.

Interpretación

Al mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física.

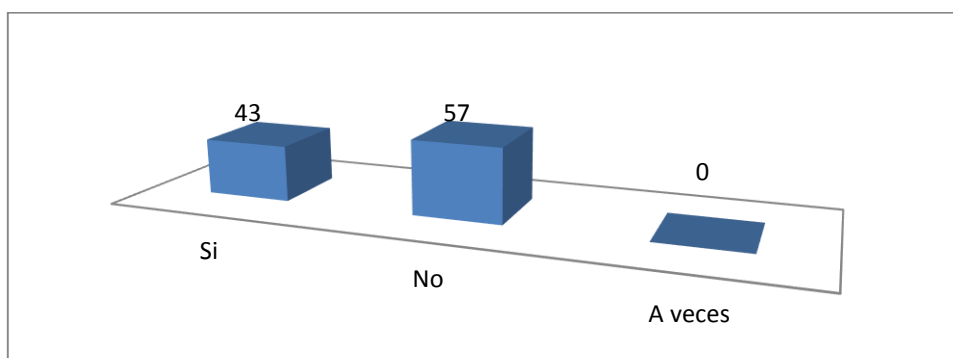
8).- Cree usted que solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores.

Tabla # 8

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	57
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 8



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si que solo la bailoterapia puede mejorar salud física, mientras que un 57% dice que no.

Interpretación

La bailoterapia mejora salud física de los adultos mayores.

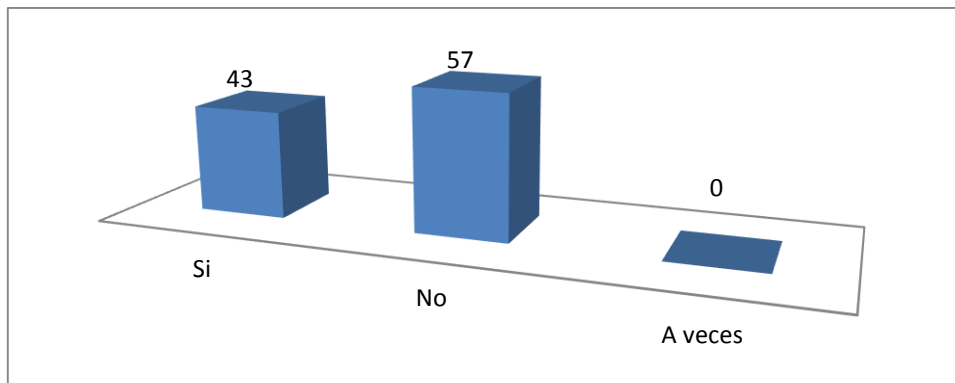
9).- ¿Está de acuerdo que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores?

Tabla # 9

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	57
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 9



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que solo la bailoterapia puede reducir el estrés, mientras que un 57% dice que no.

Interpretación

La bailoterapia reduce el estrés en los adultos mayores

4.2. ENCUESTAS DIRIGIDAS A LOS FAMILIARES Y PACIENTES

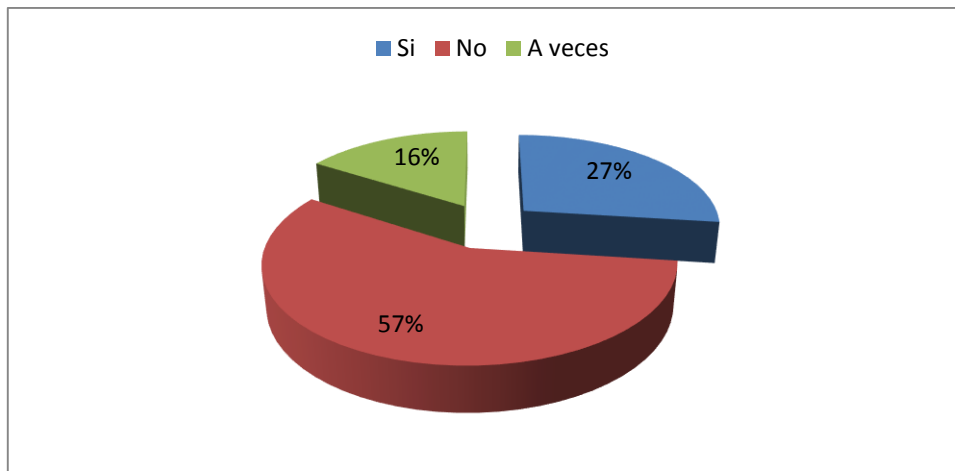
1).- ¿Considera usted que con la bailoterapia como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida?

Tabla # 1

Respuesta	#	%
Si	12	27
No	26	57
A veces	7	16
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 1



Análisis

De la investigación realizada, el 27% manifiesta como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida, mientras que un 57% dice que no y un 16% dice que solo a veces.

Interpretación

La bailoterapia como actividad física el adulto mayor mejora calidad de vida

2).- ¿Cree usted que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores?

Tabla # 2

Respuesta	#	%
Si	12	27
No	26	57
A veces	7	16
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 2



Análisis

De la investigación realizada, el 27% manifiesta que sí que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores, mientras que un 57% dice que no y un 16% dice que solo a veces.

Interpretación

La bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores

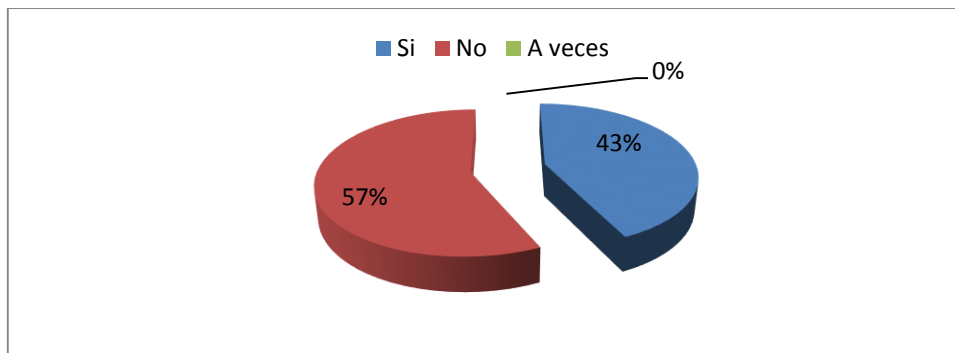
3).- ¿Está de acuerdo que con la bailoterapia los adultos mayores cambiarían su estabilidad emocional?

Tabla # 3

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	47
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 3



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si cambiarían su estabilidad emocional, mientras que un 57% dice que no.

Interpretación

La bailoterapia los adultos mayores mejora su estabilidad emocional

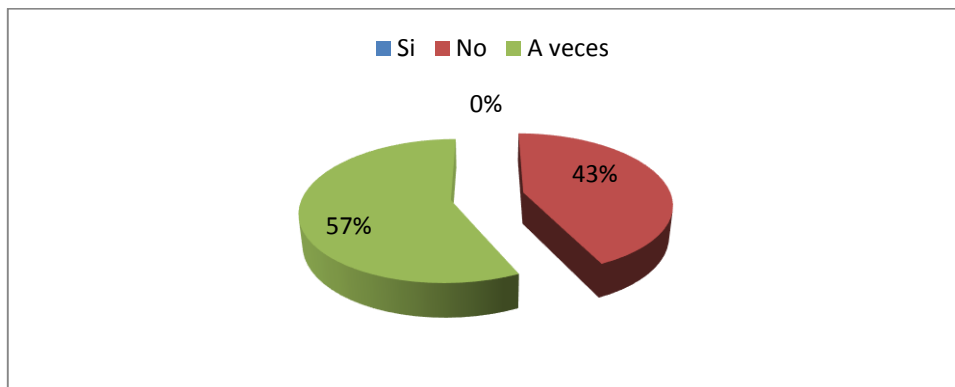
4).- ¿Considera que con la bailoterapia se puede mantener una vida salud y recreativa?

Tabla # 4

Respuesta	#	%
Si	0	0
No	19	43
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 4



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que se puede mantener una vida salud y recreativa, mientras que un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

La bailoterapia mantiene una vida salud y recreativa

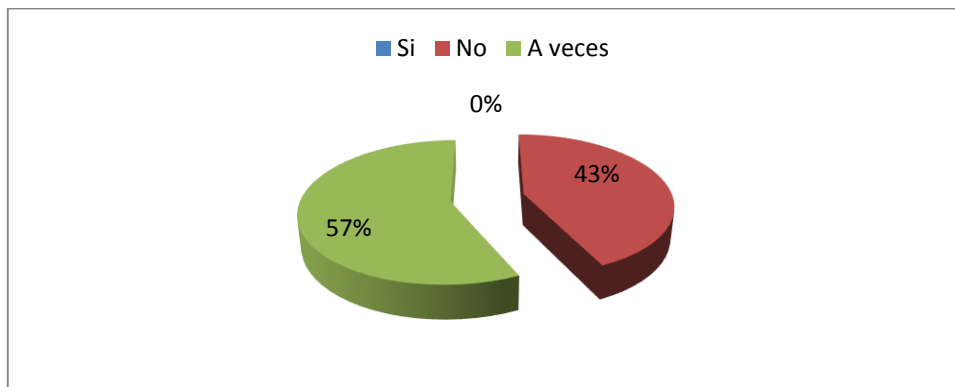
5).- Está usted de acuerdo que los adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por su enfermedad.

Tabla # 5

Respuesta	#	%
Si	0	0
No	19	43
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 5



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que no podrían realizar la bailoterapia por su enfermedad, mientras que un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

Algunos adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por su enfermedad.

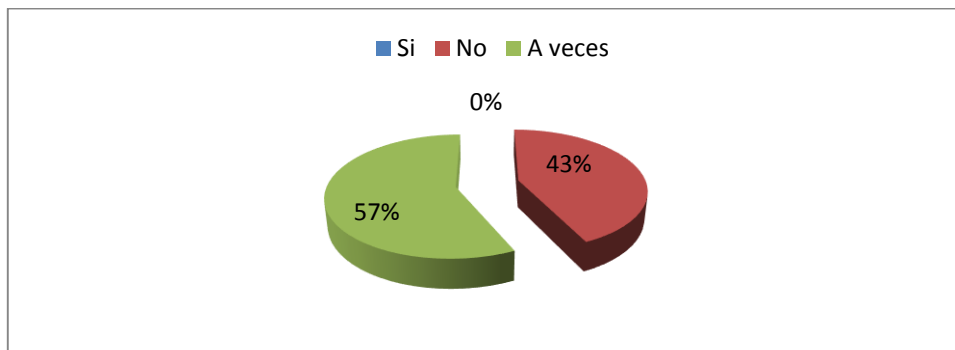
6).- ¿Cree usted que se mejora la salud con actividades reparativas?

Tabla # 6

Respuesta	#	%
Si	0	0
No	19	43
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 6



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que no mejor las salud con actividades reparativas, mientras que un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

Se mejora la salud con actividades reparativas.

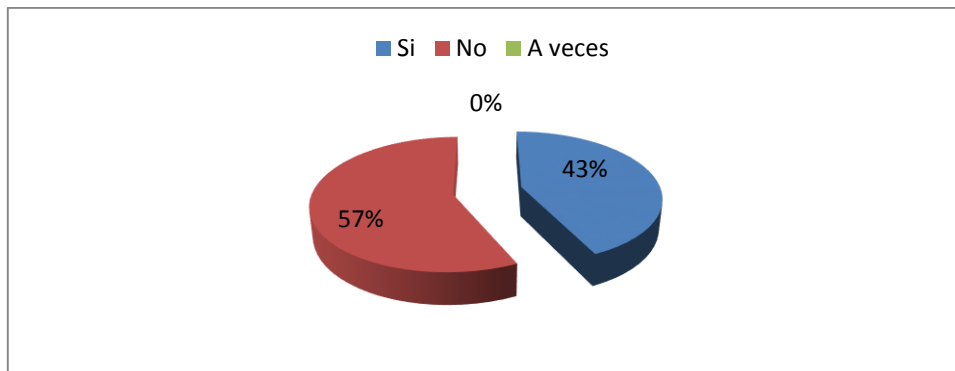
7).- Piensa usted que mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física.

Tabla # 7

Respuesta	#	%
Si	19	43
No	26	57
A veces	0	0
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 7



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que si estabilidad emocional se debe a una buena salud física, mientras que un 57% dice que no.

Interpretación

Mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física.

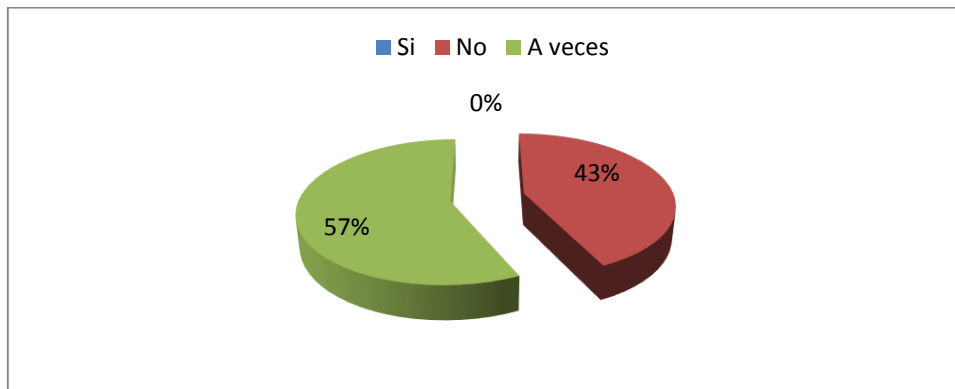
8).- Cree usted que solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores.

Tabla # 8

Respuesta	#	%
Si	0	0
No	19	43
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 8



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que no solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores, mientras que un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

La bailoterapia mejora la salud física de los adultos mayores.

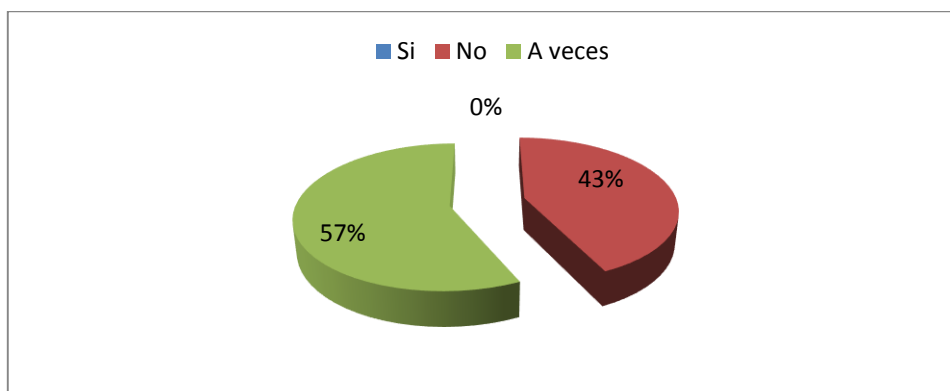
9).- ¿Está de acuerdo que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores?

Tabla # 9

Respuesta	#	%
Si	0	0
No	19	43
A veces	26	57
Total	45	100

Fuente de Investigación: Centro Gerontológico de Babahoyo
Investigador: Raquel Maribel Cevallos vera

Grafico # 9



Análisis

De la investigación realizada, el 43% manifiesta que no que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores, mientras que un 57% dice que solo a veces.

Interpretación

La bailoterapia reduce el estrés en los adultos mayores

4.5. Conclusiones

- ❖ No todos los doctores y autoridades manifiestan que no toda actividad física ayuda a mejorar la calidad de vida.
- ❖ No todas las actividades aplicadas son de acuerdo a las necesidades de los adultos mayores.
- ❖ Son pocas veces que la bailoterapia cambia su estabilidad emocional.
- ❖ Son pocas las veces que con el baile se puede mantener una vida sana.
- ❖ No siempre los adultos mayores podrían realizar la bailoterapia por su enfermedad
- ❖ No siempre se mejora la salud con actividades reparativas
- ❖ El mantener una estabilidad emocional en ocasiones se debe a una buena salud física.
- ❖ La bailoterapia mejora salud física de los adultos mayores.
- ❖ La bailoterapia reduce el estrés en los adultos mayores
- ❖ La bailoterapia como actividad física el adulto mayor mejora calidad de vida

4.6. Recomendaciones

- ❖ Toda actividad física debe ayudar a mejorar la calidad de vida.
- ❖ Las actividades aplicadas deben ser de acuerdo a las necesidades de los adultos mayores.
- ❖ La bailoterapia debe mejorar la estabilidad emocional.
- ❖ Con el baile se puede mantener una vida sana.
- ❖ Los adultos mayores deberían realizar la bailoterapia por su enfermedad
- ❖ Se mejora la salud con actividades reparativas
- ❖ El mantener una estabilidad emocional en ocasiones se debe a una buena salud física.
- ❖ La bailoterapia debe mejorar la salud física de los adultos mayores.
- ❖ La bailoterapia debe reducir el estrés en los adultos mayores
- ❖ La bailoterapia como actividad física el adulto mayor debe mejorar la calidad de vida

CAPITULO V

PROPUESTA

4.1. TÍTULO

Desarrollar talleres de bailoterapia que beneficien en las relaciones familiar y autoestima baja; para la promover una vida saludables y armónicas entre pacientes – familiares, pacientes-médicos.

4.1. JUSTIFICACIÓN

Una vez realizada la investigación sea podido evidenciar que, lo que dificulta que lo adultos mayores eleve a su autoestima y así mejora su estilo de vida pese a su condición física o enfermedad.

Por tales resultados se hace necesaria la aplicación de talleres que resulte fácil y sencilla para los adultos mayores de acuerdo a las capacidades y condiciones físicas.

4.2. OBJETIVOS:

- OBJETIVO GENERAL

Aplicar y fomentar la bailoterapia como estrategias de manera divertida que faciliten la recuperación de los pacientes con problemas físicos de autoestima baja; para la promover una vida saludables y armónicas entre pacientes – familiares, pacientes-médicos.

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar los problemas más frecuentes que presentan los adultos mayores al momento de realizar la bailoterapia.

Seleccionar las estrategias para la realización de las bailoterapias de acuerdo a las necesidades evidenciadas.

Realizar los talleres con las estrategias según las necesidades y condiciones de los adultos.

4.3. DESARROLLO

Las temáticas a desarrollar serán:

Taller 1.

“Practica Manual”

Rehabilitar y preservar las funciones de las manos

Aumentar la fortaleza de las articulaciones

Incrementar la movilidad y la circulación sanguínea

Practicar vivencialmente las actividades

Lograr su creatividad y su desarrollo

Taller 2.

“Fortalecimientos de los Muscular”

Rehabilitar y preservar las funciones de las piernas

Aumentar la fortaleza de las articulaciones

Incrementar la movilidad y la circulación sanguínea

Establezcan relaciones entre los conocimientos nuevos los saberes y experiencias anteriores y los intereses propios.

Taller 3

“Ejercicios de las rodillas”

Rehabilitar y preservar las funciones de las piernas

Aumentar la fortaleza de las articulaciones

Incrementar la movilidad y la circulación sanguínea

Fortalecer vínculos afectivos entre los grupos de adultos mayores para una mayor interacción.

Taller 4

“Imitar movimientos de piernas que se realiza en la bailoterapia”

Rehabilitar y preservar las funciones de las piernas

Aumentar la fortaleza de las articulaciones

Incrementar la movilidad y la circulación sanguínea

Imitación de fútbol.

Desarrollen sus motivaciones en un ambiente emocional a favor del fortalecimiento de la motricidad con sus diferentes variantes

Taller 5.

“Darle agilidad al cuerpo entero con la bailoterapia”

Mejora la movilidad articular y la rapidez de traslación.

Lograr su creatividad y no impedir su desarrollo autónomo

Taller 6.

“El equilibrio corporal con la bailoterapia”.

Mejorar el equilibrio y la coordinación.

Explorar la capacidad de observación a través de las consignas dadas

Taller 7.

“No perder el ritmo en la bailoterapia”.

Mejorar la coordinación y el ritmo.

Aportar desde su identidad personal a la creación y fortalecimiento de nuevas alternativas de vida.

4.4. RECURSOS

Los recursos son entre otros

Humanos.- los involucrados, médicos, pacientes y familiares.

Materiales.- Papelería, computadoras, impresoras, pendrive, cámara fotográfica, libros, biblioteca, CD, esferográfico,

Finanzas.- Los recursos propios de la investigadora, transporte, anillados, etc.

.

Referencias Bibliográficas

Bibliografía

Beneficios de la bailoterapia. (6 de Octubre de 2011). Obtenido de <http://bailoterapializeth.blogspot.com/2011/10/mientras-que-el-merengue-ayuda-reducir.html>

Dpt. de Psicología de la Universidad de Valencia. (2009). *Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza.* Valencia: Servei de Publicacions.

Estética y nutrición . (18 de Marzo de 2013). *Música y bailes a utilizar en la Bailoterapia.* Obtenido de <http://esticagarofalo.blogspot.com/2013/03/musica-y-bailes-utilizar-en-la.html>

Gómez, A. (2009). *La Cumbia: El baile que identifica al Caribe colombiano.* Obtenido de <http://www.revistasexcelencias.com/caribe/la-decadencia-de-los-dinosaurios/musica/la-cumbia-el-baile-que-identifica-al-caribe-colombian>

INEC. (2014). *Cantidad de adultos mayores en el Ecuador.* Quito.

(FERICGLA, Joseph M. Envejecer. Una antropología de la ancianidad. Barcelona: Anthropos, 1992. 380p. ISBN 84-7658-362-1)

(Tesis “El baile de salón como ejercicio físico en los ancianos que asisten a la Caja de Compensación Familiar (Confamiliares) de la ciudad de Manizales” Luis Guillermo Jaramillo Echeverri, Edwin Gómez Taborda, Colombia , 2015)

Gómez, José Fernando; CURCIO., Carmen Lucía y Gómez, Diana Eugenia. (1995). *Evaluación de la Salud de los Ancianos.* Manizales: Talleres Litográficos de Información y Publicaciones. 380p.

ANEXOS



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL



Babahoyo, 30 de septiembre del 2016
Sr.

Lcdo. Iván Montalvo Villalva, Msc
Decano Facultad De Ciencias Jurídicas Sociales y de la Educación
Sra.
Lcda. Golda López
Coordinadora de la carrera Educación Física

Presente.-

De mis consideraciones:

En mi calidad de director del Proyecto de Investigación, designado por el consejo directivo con oficio CCF-0-101, 20 de julio del 2016, del Sr CEVALLOS VERA RAQUEL MARIBELL cuyo título es:

INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2012.

Hago llegar a usted el informe de actividades tutoriales cumplidas con el estudiante una vez concluido el Proyecto de Investigación.

DATOS DEL ESTUDIANTE	
Nombre	CEVALLOS VERA RAQUEL MARIBELL
Numero de Cedula	120527354-1
Teléfono	0959775653
Correo Electrónico	Darius_1977@hotmail.com
Dirección domiciliaria	Babahoyo, calle K y la quinta
DATOS ACADÉMICOS	
Carrera estudiante	Cultura Física
Fecha de Ingreso	20 de julio del 2016
Fecha de culminación	9 de Agosto 2016
Título del Trabajo	INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2012
Título a obtener	LICENCIATURA EN CIENCIAS SOCIALES Y DE LA EDUCACION MENCION CULTURA FÍSICA
Líneas de Investigación	ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD: Actividad física gerontológica.
Apellido y Nombre tutor	FUENTES LEON MARCO ANTONIO
Relación de dependencia del docente con la UTB	CONTRATO BAJO DEPENDENCIA
Perfil Profesional del Docente	MAGISTER EN DISEÑO CURRICULAR
Fecha de certificación del Proyecto De Investigación	30 DE SEPTIEMBRE DEL 2016

Atentamente

FUENTES LEON MARCO ANTONIO



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



SESIONES DE TRABAJO TUTORIAL

PRIMERA SESIÓN DE TRABAJO

Babahoyo, 26 de Agosto del 2016

RESULTADOS GENERALES ALCANZADOS	ACTIVIDADES REALIZADAS	FIRMA DEL TUTOR Y DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none">Se trabajó las hojas preliminares del informe final del proyecto.	<ol style="list-style-type: none">Se procedió a ordenar e incluir de manera correcta las hojas preliminares.	<p style="text-align: center;">_____ Raquel Cevallos Vera Estudiante</p> <p style="text-align: center;">_____ MSC. Marco Fuentes León Tutor</p>

SEGUNDA SESIÓN DE TRABAJO

Babahoyo, 6 de septiembre del 2016

RESULTADOS GENERALES ALCANZADOS	ACTIVIDADES REALIZADAS	FIRMA DEL TUTOR Y DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none">Se solucionó la pregunta considerada más relevante para aplicar.	<ol style="list-style-type: none">Con la ayuda de las variables..... el listado de preguntas de los cuestionarios.	<p style="text-align: center;">_____ Raquel Cevallos Vera Estudiante</p> <p style="text-align: center;">_____ MSC. Marco Fuentes León Tutor</p>



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL



TERCERA SESIÓN DE TRABAJO

Babahoyo, 9 de septiembre del 2016

RESULTADOS GENERALES ALCANZADOS	ACTIVIDADES REALIZADAS	FIRMA DEL TUTOR Y DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none">Se elaboró las conclusiones y recomendaciones	<ol style="list-style-type: none">En base a lo observado en las respuestas de los cuestionarios se procedió a redactar las conclusiones del informe final.Se redactó la recomendación para el problema en contratado en el trabajo investigativo.	<p style="text-align: center;">_____ Raquel Cevallos Vera Estudiante</p> <p style="text-align: center;">_____ MSC. Marco Fuentes León Tutor</p>

CUARTA SESIÓN DE TRABAJO

Babahoyo, 16 de septiembre del 2016

RESULTADOS GENERALES ALCANZADOS	ACTIVIDADES REALIZADAS	FIRMA DEL TUTOR Y DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none">Se procedió al desarrollo de la propuesta	<ol style="list-style-type: none">Se elabora la alternativa de la propuestaSe diseñan los aspectos básicos de las alternativasCon la ayuda del listado se hicieron varios borradores de los objetivos.Se aplica la estructura general de la propuesta.	<p style="text-align: center;">_____ Raquel Cevallos Vera Estudiante</p> <p style="text-align: center;">_____ MSC. Marco Fuentes León Tutor</p>



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL
QUINTA SESIÓN DE TRABAJO



Babahoyo, 22 de Septiembre del 2016

RESULTADOS GENERALES ALCANZADOS	ACTIVIDADES REALIZADAS	FIRMA DEL TUTOR Y DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none">Se estableció los resultados esperados de la alternativa de la propuesta.	1. Se identifica los periodos general de la propuesta Se relaciona las estrategias más importantes para la alternativa de la propuesta.	<hr/> Raquel Cevallos Vera Estudiante <hr/> MSC. Marco Fuentes León Tutor

SEXTA SESIÓN DE TRABAJO

Babahoyo, 30 de Septiembre del 2016

RESULTADOS GENERALES ALCANZADOS	ACTIVIDADES REALIZADAS	FIRMA DEL TUTOR Y DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none">Se estructuro previo a cuadros la matriz habilitante para la sustentación del informe final del proyecto de investigación.	1. Se analizó la hipótesis general con sus respectivas variables e indicadores señalando además las preguntas aplicar en el trabajo investigativo así como la conclusión general.	<hr/> Raquel Cevallos Vera Estudiante <hr/> MSC. Marco Fuentes León Tutor

Atentamente
MSC. Marco Fuentes León
TUTOR

MATRIZ HABILITANTE PARA LA SUSTENTACIÓN
 INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

ESTUDIANTE: **RAQUEL MARIBELL CEVALLOS VERACARRERA: EDUCACION FISICA** FECHA:

TEMA: INCIDENCIA DE LA BAILOTERAPIA EN LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO GERENTOLOGICO DE BABAHOYO EN EL AÑO 2016.

HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES DE LAS HIPÓTESIS	INDICADORES DE LAS VARIABLES	PREGUNTAS RELACIONADAS CON EL INDICADOR (UNA POR INDICADOR)	CONCLUSIÓN GENERAL
La realización de la bailoterapia incide positivamente en la estabilidad emocional de los adultos mayores del Centro Gerontológico de la ciudad de Babahoyo Provincia de Los Ríos, durante el periodo lectivo 2016.	VARIABLE INDEPENDIENTE Bailoterapia	1.- Vida saludable 2.- Coordinación 3.- Ánimo 4.- Calidad y recreación 5.- Estado físico	1. ¿Considera usted que con la bailoterapia como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida? 2.- Cree usted que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores? 3.-¿Está de acuerdo que con la bailoterapia los adultos mayores cambiarían su estabilidad emocional? 4.-Considera que con la bailoterapia se puede mantener una vida salud y	Bailo Terapia, Terapia que se distingue por la ejecución de un conjunto de movimientos ordenados al compás de un ritmo musical con características especiales”, dicha definición recoge los elementos distintivos que pueden caracterizar este tipo de actividad física o práctica deportiva

			recreativa? 5.- Está usted de acuerdo que los adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por sus enfermedad.	
	VARIABLE DEPENDIENTE Estabilidad emocional	1. Salud 2.- Emociones 3.- Saluda física 4.-El estrés	1.- ¿Cree usted que las se mejor las salud con actividades reparativas? 2.-Piensa usted que mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física. 3.-Cree usted que solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores. 4.- ¿Está de acuerdo que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores?	La estabilidad emocional es una característica personal que se ha empezado a utilizar desde la psicología positiva como un concepto que viene a sustituir a la dimensión de Neuroticismo

PROPUESTA: DESARROLLAR TALLERES DE BAILOTERAPIA QUE BENEFICIEN EN LAS RELACIONES FAMILIAR Y AUTOESTIMA BAJA; PARA LA PROMOVER UNA VIDA SALUDABLES Y ARMÓNICAS ENTRE PACIENTES – FAMILIARES, PACIENTES-MÉDICOS.

RESULTADO DE LA DEFENSA:

.....
ESTUDIANTE

.....
DOCENTE MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....
DOCENTE MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....
DOCENTE MIEMBRO DEL TRIBUNAL

ENTREVISTAS DIRIGIDAS A LOS MÉDICOS Y AUTORIDADES

1.- ¿Considera usted que con la bailoterapia como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida?

Si No A veces

2.- ¿Cree usted que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores?

Si No A veces

3.- ¿Está de acuerdo que con la bailoterapia los adultos mayores cambiarían su estabilidad emocional?

Si No A veces

4.- ¿Considera que con la bailoterapia se puede mantener una vida salud y recreativa?

Si No A veces

5.- Está usted de acuerdo que los adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por sus enfermedad.

Si No A veces

6.- ¿Cree usted que las se mejor las salud con actividades reparativas?

Si No A veces

7.- Piensa usted que mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física.

Si No A veces

8.- Cree usted que solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores.

Si No A veces

9.- ¿Está de acuerdo que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores?

Si No A veces

ENTREVISTAS DIRIGIDAS A LOS FAMILIARES Y PACIENTES

1.- ¿Considera usted que con la bailoterapia como actividad física el adulto mayor puede una mejor calidad de vida?

Si No A veces

2.- ¿Cree usted que solo la bailoterapia mejora la coordinación, motricidades en los adultos mayores?

Si No A veces

3.- ¿Está de acuerdo que con la bailoterapia los adultos mayores cambiarían su estabilidad emocional?

Si No A veces

4.- ¿Considera que con la bailoterapia se puede mantener una vida salud y recreativa?

Si No A veces

5.- Está usted de acuerdo que los adultos mayores no podrían realizar la bailoterapia por sus enfermedad.

Si No A veces

6.- ¿Cree usted que las se mejor las salud con actividades reparativas?

Si No A veces

7.- Piensa usted que mantener una estabilidad emocional se debe a una buena salud física.

Si No A veces

8.- Cree usted que solo la bailoterapia puede mejorar salud física de los adultos mayores.

Si No A veces

9.- ¿Está de acuerdo que solo la bailoterapia puede reducir el estrés en los adultos mayores?

Si No

