



Envejecimiento Positivo e Integral

Piloto del Proyecto Estimulación
Sonora para el Adulto Mayor en
alianza con Clínica Nueva Cordillera

Julio, 2019

Fundación Educativa Creatividad, Aprendizaje & Innovación

Fundación Educativa Creatividad Aprendizaje & Innovación CAI

Somos una organización sin fines de lucro conformada por un equipo multidisciplinario con profesionales que provienen de las artes, las ciencias sociales, la educación y la salud.

Juntos, hemos creado una innovadora metodología inclusiva integrada de práctica educativa y terapéutica, la cual tiene como foco principal, el desarrollo del **Juego** y de la **Creatividad** como pilares fundamentales para un aprendizaje universal inclusivo. El objetivo principal de nuestra innovación, es aportar herramientas y estrategias concretas para mejorar la calidad de vida de todas las personas sin importar su edad, condición física, sensorial o cognitiva.

Luego de nueve años de trabajo sistemático en diferentes territorios y comunidades de Chile y otros países, sumado a las investigaciones, mediciones realizadas a la fecha y los positivos resultados constatados, hemos logrado establecer con claridad, los tres ejes fundamentales que definen nuestra metodología, los cuales son: CUERPO, SONIDO Y VÍNCULO. Estos son los pilares que articulan, sustentan y le dan forma a nuestra matriz metodológica, la que nos permite crear nuestros innovadores programas educativos.

Para mayor información, visite el sitio web <http://fundacioncai.net/>

NUESTRA METODOLOGÍA / PROYECTO ESTIMULACIÓN SONORA (ES)

El Proyecto Estimulación Sonora es una práctica educativa que tiene como objetivo entregar herramientas concretas para mejorar la calidad de vida de las personas a través de la exploración del sonido y la escucha. Esta innovadora metodología inclusiva está basada en el juego, la creatividad, la interacción y el vínculo con el otro. Por medio del trabajo corporal y de la escucha profunda, entregamos nuevas herramientas y códigos de lenguaje que apoyan al desarrollo integral de las personas.



Piloto Envejecimiento Positivo e Integral para el Adulto Mayor

Como parte de las estrategias de la Clínica Nueva Cordillera (CNC) orientadas a fidelizar a sus clientes y atraer nuevos grupos poblacionales, y el interés de Fundación CAI de dar a conocer el innovador Programa para el Adulto Mayor y poder levantar indicadores y evaluar sus resultados en un nuevo público objetivo, se hace la alianza entre ambas instituciones. El piloto contempló la realización de 3 talleres de 60 minutos cada uno, utilizando la metodología del Proyecto Estimulación Sonora (ES), con adultos mayores de la comuna de Las Condes, así como usuarios de la Clínica.

Quisimos que las personas conocieran este nuevo programa y así poder evaluar los efectos que tiene la metodología de ES aplicada a este nuevo público objetivo, que es de especial interés para la Clínica por la relevancia que tiene este grupo etario en la población que reside en esta comuna.

El objetivo es, por medio de la innovadora metodología del Proyecto Estimulación Sonora (CUERPO, SONIDO, VÍNCULO), entregar un amplio espectro de herramientas y habilidades para mejorar la calidad de vida, la integración y el bienestar del Adulto Mayor, ofertando un nuevo servicio a la comunidad a partir de la alianza entre Fundación CAI y Clínica Nueva Cordillera.



Los resultados esperados y que pudimos constatar que fueron obtenidos en este piloto fueron:

- Generar una amplia convocatoria, especialmente luego de la primera experiencia y un alto nivel de satisfacción de los asistentes. Así, se logró una asistencia total de 56 personas: 14 al primer taller, 22 en el segundo (de los cuales 4 habían asistido al primero) y 20 en el tercero (de los cuales 4 habían asistido antes). Ellos tienen entre los 55 y los 84 años, con un promedio de edad de 71 años; 8 de ellos fueron hombres y el resto mujeres.



FUNDACION CAI

- Se logró una adecuada e integral aplicación de la metodología de Estimulación Sonora, generando un espacio de experiencias que resultó grato y revitalizador para los asistentes. La flexibilidad propia de la metodología les permitió a los adultos mayores poder practicarla en cada etapa, respetando sus propios gustos y condición (especialmente física). En esto se fomenta la conciencia y relación con su propio cuerpo activo, entregando una percepción viva de sí mismo, contribuyendo a mejorar el estado anímico y vitalidad de los asistentes, como también la activación del sistema auditivo.



Al final de cada sesión, se les solicitó a los asistentes de completar un breve cuestionario para recoger la percepción de ellos respecto de la experiencia vivida y su opinión con respecto al taller. A continuación, se presentan los resultados obtenidos de 50 cuestionarios recibidos (aquellas personas que asistieron a más de un taller se les solicitó llenar sólo un cuestionario). Al final del pequeño cuestionario, se les invitó a los participantes a dejarnos por escrito, en el mismo cuestionario, un comentario, una sugerencia o solicitud que quisieran realizar. Incluimos algunos de estos para mostrar, en palabras de ellos mismos, su percepción sobre el taller.

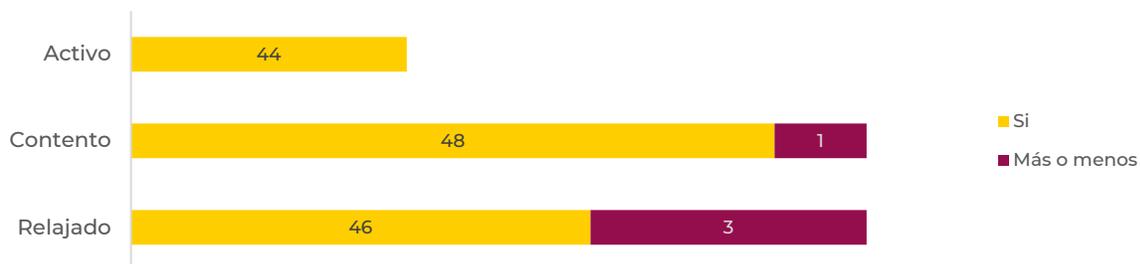




FUNDACION CAI

Quisimos saber cómo se sintieron los participantes después del taller, en relación a los objetivos de la metodología de Estimulación Sonora y lo que nos habíamos propuesto. Así, como lo muestra el gráfico siguiente, 44 de ellos se sintieron activos, 48 contentos y 46 relajados.

Luego de haber participado del taller se sintió más:



En palabras de ellos:

“Muy estimulante, no se sintió la hora, demasiado relajador”

“Muy atentos y cariñosas las personas de este curso, por lo tanto sería muy bueno que continuara. Gracias. Nos volveremos a ver.”

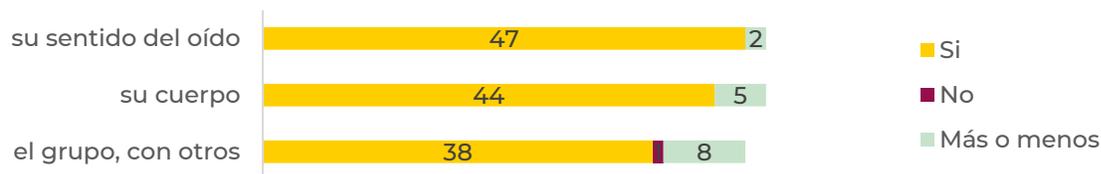
“Un taller muy necesario para la tercera edad. Agradezco por lo completo que es.”

“Muy entretenido, bueno para activar nuestras células cerebrales y el sentido del oído. Podría hacer una vez a la semana”



Otro aspecto importante de la metodología de ES, dice relación con la conciencia corporal, con conectarse con los sentidos, siendo fundamental para la autonomía, la vitalidad y funcionalidad de los adultos mayores. En esto, también se obtuvieron resultados muy positivos siendo que 47 adultos mayores se sintieron más conectados con su sentido del oído y 44 con su cuerpo.

Luego de haber participado del taller se sintió más conectado con:



Finalmente, otro aspecto dice relación con el vínculo, tanto el que se establece con los monitores del taller como también con el grupo, donde 38 dice haberse sentido más conectado.

“La 2da sesión la encontré muy interesante y entretenido. Estuve más conectada. Ojalá fuera esta actividad que durara todo el año. Los adultos mayores no tenemos muchas instancias. Gracias”.

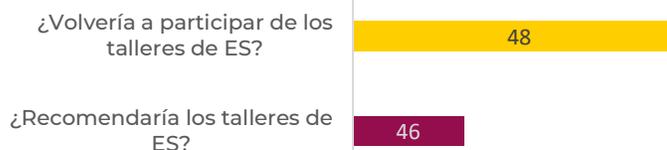


FUNDACION CAI

“Por favor que continúen estos talleres, los encuentro maravillosos para conectarse con nuestro cuerpo porque el cuerpo tiene sus razones pero a veces yo no lo escucho. Muchas gracias.”

“Es lo que necesito, quiero estar en movimiento y conectada con personas. Gracias, gracias, gracias”

Las últimas dos preguntas dicen relación con si volverían a participar de los talleres de ES, a lo cual 48 personas respondieron que sí; y si recomendarían el taller, donde 46 personas dijeron que sí.



Esto último es un indicador importante de éxito ya que manifiesta el interés de los adultos mayores en participar de este taller y su apreciación, ya que la gran mayoría invitaría a sus conocidos a ellos. En este sentido 14 personas dicen explícitamente que esperan que el taller *“continúe”, “que se repita”, “Dios quiera que sigan con estos talleres. Los felicito”, “debería continuar”*.

“Ojalá que siga adelante. Hace mucha falta esta integración a la clínica. Feliz.”

