

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**ESCUELA DE ENFERMERÍA**



**PROYECTO DE DESARROLLO LOCAL: PROMOVIENDO UN  
ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN LOS ADULTOS MAYORES  
DEL CENTRO POBLADO LA CALERA SANTA ISABEL, DISTRITO  
DE OLMOS**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE:**

**SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN SALUD  
FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**AUTOR (A)**

**CRISANTO PAICO, KETTY NOEMI**

**Chiclayo, 19 de noviembre de 2018**

**PROYECTO DE DESARROLLO LOCAL: PROMOVRIENDO  
UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN LOS ADULTOS  
MAYORES DEL CENTRO POBLADO LA CALERA SANTA  
ISABEL, DISTRITO DE OLMOS**

PRESENTADA POR:  
**CRISANTO PAICO, KETTY NOEMI**

A la Facultad de Medicina de la  
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
para optar el título de:

**SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL DE  
ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

APROBADA POR:

---

Dra. Mirian Elena Saavedra Covarrubia  
PRESIDENTE

---

Mg. Angélica Soledad Vega Ramírez  
SECRETARIO

---

Mg. Julia María Nureña Montenegro  
ASESOR

## ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	8
<b>I. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO</b>	<b>10</b>
<b>II. NATURALEZA DEL PROYECTO</b>	<b>10</b>
2.1. Descripción del proyecto	10
2.2. Fundamentación	10
2.3. Justificación	15
2.4. Marco institucional	18
2.5. Finalidad del proyecto	21
2.6. Objetivos	21
2.7. Metas	21
2.8. Beneficiarios	21
2.9. Productos	22
2.10. Localización física y cobertura espacial	23
<b>III. ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES</b>	<b>25</b>
<b>IV. MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZAR</b>	<b>30</b>
<b>V. DETERMINACIÓN DEL CALENDARIO DE ACTIVIDADES</b>	<b>31</b>
<b>VI. DETERMINACIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS:</b>	<b>32</b>
- Humanos	32
- Materiales	32
- Financieros	32
<b>VII. CÁLCULO DE COSTOS DE EJECUCIÓN Y PRESUPUESTO</b>	<b>33</b>
<b>VIII. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO</b>	<b>34</b>
<b>IX. INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>35</b>
<b>X. FACTORES CONDICIONANTES E IMPACTO DEL PROYECTO</b>	<b>36</b>
<b>XI. SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO</b>	<b>36</b>
<b>XII. IMPACTO AMBIENTAL</b>	<b>37</b>
<b>XIII. SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES</b>	<b>38</b>
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
ANEXO	43

## **DEDICATORIA**

A Dios, por darme la oportunidad de vivir y por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante mi periodo de estudios.

Con amor a mi madre, por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor.

**Ketty Noemi**

## **AGRADECIMIENTO**

Este proyecto es el resultado del esfuerzo de mi persona, primeramente un agradecimiento infinito a Dios por protegerme durante todo nuestro camino y haber brindado fuerzas y valor para la culminación del proyecto, asimismo a nuestras familias por su amor motivación y comprensión en todo el tiempo que se desarrolló la especialidad.

A la universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo por sus Docentes competitivos y capacitados en brindarnos conocimientos especializados, por dedicarnos parte de su tiempo, experiencias, lazos de amistad, apoyo constante y motivación en la realización del proyecto de desarrollo local. Gracias por todo.

A las autoridades locales y familias de la comunidad que con su participación fue posible realizar este proyecto.

**Ketty Noemi**

## RESUMEN

El siguiente proyecto de desarrollo local nació mediante la observación directa de la problemática que aqueja este grupo etáreo del Centro Poblado la Calera Santa Isabel del distrito de Olmos, donde obtuve identificar problemas individuales en la población adulta mayor que en su mayoría se encontraban en mal estado de higiene, en estado de abandono, presencia de enfermedades crónicas, familias con desconocimiento en el cuidado del adulto mayor todo esto conllevando a tener serios problemas como consecuencias depresión, ausencia de conductas y estilos de vida saludables, aislamiento social, aumento de enfermedades y sedentarismo. El presente proyecto tiene como finalidad contribuir al mejoramiento de la salud de los adultos mayores del distrito de Olmos del centro poblado la Calera Santa Isabel, por ello se desarrollarán talleres de sensibilización a la familia acerca del cuidado del envejecimiento saludable, terapia familiar en las familias de los adultos mayores, talleres con adultos mayores en autoestima, talleres educativos en estilos de vida saludable, talleres demostrativos de alimentación además talleres recreativos. Al final del proyecto se pretende fortalecer las capacidades de conocimiento a un cuidado saludables a las familias de dicha comunidad, por otro lado se generara espacios de concertación multisectorial permitiendo la articulación que demande el proyecto el costo total de S/ 62,208.20.

**Palabras claves:** envejecimiento saludable, estilos de vida saludable, familia y adulto mayor.

## ABSTRACT

The following local development project was born through the direct observation of the problems that this age group of the Calera Santa Isabel Town Center of the district of Olmos, where I managed to identify individual problems in the older adult population that were mostly in poor condition hygiene, in a state of neglect, presence of chronic diseases, families with ignorance in the care of the elderly all this leads to serious problems such as depression, absence of behaviors and healthy lifestyles, social isolation, increased disease and sedentary lifestyle . The purpose of this project is to contribute to improving the health of older adults in the district of Olmos in the town of Calera Santa Isabel, for this reason workshops will be held to raise awareness among the family about the care of healthy aging, family therapy in families of older adults, workshops with seniors on self-esteem, educational workshops on healthy lifestyles, food demonstration workshops, and recreational workshops. At the end of the project, the aim is to strengthen the knowledge capacities for healthy care for the families of this community, on the other hand, spaces for multisectoral agreement will be generated, allowing the articulation demanded by the project at the total cost of S / 62,208.20.

**Keywords:** healthy aging, healthy lifestyles, family and older adult.

## INTRODUCCIÓN

El ser humano en el desarrollo de su ciclo de vida, como proceso biológico y progresivo se encuentra con el envejecimiento hecho natural que en los últimos años se han ido duplicando las cifras en países en desarrollo; por lo que en respuesta a este proceso epidemiológico se han creado políticas en defensa de este grupo etéreo vulnerable que está en aumento. Los derechos de las personas adultos mayores tienen como objetivo un envejecimiento saludable y digno que mejore la calidad de vida e incrementa la integración al desarrollo económico, político y cultural, pero nuestra sociedad no se encuentra preparada para afrontar estas normativas donde se ponga en marcha los casos de violencia, estafa y abandono de los adultos mayores en nuestra sociedad. Por otro lado las personas de 60 años a más se consideran altamente vulnerables, ya que se presentan mayores riesgos de enfermar o morir por enfermedades crónicas o enfermedades no transmisibles que son afecciones de larga duración y, por lo general de progresión lenta.<sup>1</sup>

Por otro lado el envejecimiento demográfico está más avanzado en Uruguay, Argentina, Cuba, Chile y en países del Caribe, donde más de un 10% de la población es mayor de 60 años. En el otro extremo se ubican países que se encuentran menos adelantados en su transición demográfica (Guatemala, Bolivia, Paraguay, Honduras, Haití, entre otros), donde un porcentaje inferior al 6.5% de la población sobrepasa los 60 años.<sup>2</sup>

A nivel nacional, la estructura de la población peruana estaba compuesta básicamente por niños as; así de cada 100 personas 42 eran menores de 15 años de edad; en el año 2017 son menores de 15 años 27 de cada 100 habitantes. En este proceso de envejecimiento de la población peruana, aumenta la proporción de la población adulta mayor de 5,7% en el año 1950 a 10,1% en el año 2017.<sup>3</sup>



En la región de Lambayeque viven un total de 133.333 adultos mayores de 60 años o más (92.254 en la provincia de Chiclayo, 30.345 en la provincia de Lambayeque y 10.734 en Ferreñafe). Flor de María Vásquez Samamé, Presidenta de la Federación de Adultos Mayores, refiere que la condición actual de este grupo población es lamentable, más aún por la indiferencia del Estado frente a sus necesidades.<sup>3</sup> En nuestra sociedad, el cuidado de los adultos mayores, representa un verdadero reto sobre la atención adecuada que se les debe proporcionar debido en gran parte a la reciprocidad que nos merecen. El cuidado del adulto mayor en el hogar, una vez que éste depende totalmente de sus familiares o de sus cuidadores, es una problemática muy amplia que exige no sólo experiencia sino que las atenciones y cuidados que recibe sean personalizados, ajustados específicamente para las necesidades de cada persona.<sup>4</sup>

Por tal motivo la situación actual de los adultos mayores del centro Poblado La calera Santa Isabel, distrito de Olmos nos conlleva a reflexionar cuan necesario es la intervención como enfermera salubrista en realizar actividades preventivas promocionales en este grupo etáreo, de esta manera se brindara una atención integral del adulto mayor y familiares con el fin de contribuir a mejorar su calidad de vida y lograr obtener un envejecimiento saludable. La enfermera en salud familiar y comunitaria es aquel dedicada al cuidado y a la prevención no solo de la salud del individuo sino también de la familia y especialmente de la comunidad logrando un envejecimiento exitoso, con menor cantidad de enfermedades posibles, manteniendo su autonomía, respetando sus valores y preferencias.

Siendo evidenciado en la comunidad mencionada los adultos mayores se encuentran en total descuido, sin ningún compromiso por parte de los familiares, presencia de enfermedades crónicas, viviendo solos, deambulando en mal estado de higiene. Es por ello que el proyecto de desarrollo local, es una propuesta de trabajo para la promoción y desarrollo de temas como promover un envejecimiento saludable en los adultos mayores y dar a conocer a la familia la importancia de esta población para nuestra sociedad, de acuerdo a la problemática que presenta los adultos mayores de diferentes comunidades del Distrito de Olmos, lo cual favorecerá a crear un envejecimiento saludable.

## **I. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO**

Promoviendo un envejecimiento saludable en los adultos mayores del Centro Poblado La Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

## **II.- NATURALEZA DEL PROYECTO**

### **2.1.- DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO**

El Proyecto de Desarrollo Local “Promoviendo un envejecimiento saludable en los adultos mayores del Centro Poblado La Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos” es una propuesta basada en mejorar la salud del adulto mayor, la familia y la comunidad a través de prácticas y estilos de vida saludables.

Los objetivos y metas están enfocados a intervenir con actividades preventivas promocionales que propicien una calidad de vida del adulto mayor, se buscará agentes comunitarios de la comunidad, para llevar a cabo la ejecución de reuniones de sensibilización para desarrollar un trabajo comunitario en beneficio de su población, siendo convocados por autoridades de la comunidad permitiendo fortalecer acciones programadas en el proyecto.

### **2.2.- FUNDAMENTACIÓN**

Según la OMS (2015), debido al aumento de la esperanza de vida y a la disminución de la tasa de fecundidad, la proporción de personas mayores de 60 años está aumentando más rápidamente que cualquier otro grupo de edad en casi todos los países. El envejecimiento de la población puede considerarse un éxito de las políticas de salud pública y el desarrollo socioeconómico, pero también constituye un reto para la sociedad, que debe adaptarse a ello para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social y su seguridad.<sup>5</sup>

Asimismo el proceso del envejecimiento es comúnmente experimentado fisiológicamente como un progresivo decline en las funciones orgánicas y psicológicas, como una pérdida de las capacidades sensoriales y cognitivas, estas pérdidas son bastante diferentes para cada individuo. A lo largo de este proceso también se generan cambios importantes en el estilo de vida de la población y tiene

repercusiones significativas en el volumen y distribución de la carga de la enfermedad y en la calidad de vida.<sup>6</sup>

Además los estilos de vida son aquellos comportamientos que mejoran o crean riesgos para la salud. Este comportamiento humano es considerado dentro de la teoría del proceso salud-enfermedad de Lalonde y Lafranboise junto con la biología humana, el ambiente y la organización de los servicios de salud como los grandes componentes para la producción de la salud o enfermedad de la población. Los estilos de vida están relacionados con los patrones de consumo del individuo en su alimentación, de tabaco, así como con el desarrollo o no de actividad física, los riesgos del ocio en especial el consumo de alcohol, drogas y otras actividades relacionadas y el riesgo ocupacional. Los cuales a su vez son considerados como factores de riesgo o de protección, dependiendo del comportamiento, de enfermedades transmisibles como de las no transmisibles (Diabetes, Enfermedades Cardiovasculares, Cáncer, entre otras).<sup>7</sup>

Por consiguiente el anciano necesita mejorar su salud, requiere atención integral, cuidados y solidaridad entre las personas para vivir mucho tiempo con calidad, mediante la adopción de estilos de vida saludables y el estricto control de enfermedades que puedan afectarla. Por otra parte es necesario mejorar su situación económica y asistencia social, fomentar su desarrollo personal e integración social, el uso adecuado y creativo del tiempo libre y la recreación.<sup>8</sup>

Por otro lado el Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud presenta un marco de acción para promover el envejecimiento saludable en torno a un nuevo concepto de capacidad funcional. Será preciso alejar a los sistemas de salud del modelo curativo y acercarlos a la prestación de cuidados integrales, centrados en las personas mayores.<sup>9</sup>

Así también los problemas sociales en el adulto mayor tenemos la depresión es considerada uno de los trastornos de mayor complejidad en la población gerontológica, ya que puede tener efectos potencialmente nocivos en la salud de una persona mayor. A ello contribuyen una serie de factores, entre los que destacan las enfermedades somáticas, la disminución de las funciones cognitivas y, al mismo tiempo, suele ser la causa más frecuente de sufrimiento emocional en la última etapa de la vida.

Es importante añadir que el anciano tiende a no pedir ayuda especializada en centros de salud mental. El diagnóstico correcto de los problemas emocionales del anciano deprimido se convierte, por tanto, en una cuestión de extraordinaria importancia (Salvarezza, 1998). Muchos adultos mayores llegan a la edad de la jubilación y se sienten todavía en plenitud para realizar sus trabajos. Aunque ven disminuidas sus potencialidades físicas al llegar a la vejez, sienten, sin embargo, que su mente sigue lúcida, y sus ganas de hacer las cosas permanecen inalteradas. En otras palabras, es como si se les dijera que podemos prescindir de ellos. Una de las primeras necesidades de todo ser humano es la de sentirse aceptado, querido, acogido, perteneciente a algo y a alguien, sentimientos en los que se basa la autoestima.<sup>10</sup>

Por lo tanto la autoestima consiste en las actitudes del individuo hacia sí mismo. Cuando estas son positivas hablamos de buen nivel o alto nivel de autoestima. Al nombrar la palabra actitudes ya hemos incluido el mundo de los afectos y sentimientos y no solo el de los conocimientos, pues los componentes de la actitud encierran gran variedad de elementos psíquicos. De ahí que para la educación y formación de las personas, interesa mucho formar en actitudes porque así se puede asegurar una formación integral y no fraccionaria. Por lo mismo que las actitudes se encuentran integradas por factores cognitivos, afectivo-emotivos y conductuales, es muy difícil cambiarlas, pues radican en lo más profundo de la personalidad. Por eso también, un adecuado nivel de autoestima es garantía de que el sujeto podrá hacer frente con dignidad a importantes contrariedades de la vida; no decaerá su ánimo fácilmente (Bonet, 1994).<sup>10</sup>

Sin embargo el aislamiento social en la vejez está relacionado con un deterioro de las capacidades físicas y mentales. La comunicación con los miembros de la familia, los amigos, los vecinos, los compañeros y los grupos comunitarios es fundamental para la salud en todas las edades, pero más aún en los ancianos ya que es más probable que las personas mayores pierdan a sus seres queridos y amigos y sean más vulnerables a la soledad, al aislamiento social y a la disponibilidad de un grupo social más reducido. El aislamiento social a menudo va acompañado por la soledad prolongada y se ha relacionado con una serie de enfermedades mentales y físicas como la demencia, la enfermedad de Alzheimer, la depresión, así como aumentos de tasas de desórdenes de personalidad, adicciones y suicidio.

El aislamiento también puede llevar a un incremento en la vulnerabilidad al maltrato hacia la persona mayor. Es definido por la N.A.N.D.A como la soledad experimentada por el individuo y percibida como negativa o amenazadora e impuesta por otros.<sup>11</sup>

Del mismo modo la violencia y el maltrato parecen ser sinónimos ya que cualquier tipo de violencia implica maltrato y este se asocia con la acción o acciones intencionales que lesionan no físicamente al individuo sino también su dignidad e integridad como persona.<sup>12</sup> Según la ley N°30490 (Cap. II – Art. 28 y 29), se considera violencia contra la persona adulta mayor a cualquier conducta única o repetida, sea por acción u omisión, que le cause daño de cualquier naturaleza o que vulnere el goce o ejercicio de sus derechos humanos y libertades fundamentales, independientemente de que ocurra en una relación de confianza. Los tipos de violencia contra las personas adultas mayores son: Violencia física sexual, psicológica, patrimonial o económica. También se considera violencia a través de todo tipo de abandono, ya sea de la sociedad, del hogar, de los Centros de Salud, establecimientos penitenciarios o en cualquier otra situación o circunstancia que prescribe el reglamento de la presente Ley N°30490.<sup>13</sup>

Asimismo el abandono social, son todas las relaciones que guarda el anciano con los demás (amigos, familia, etc.) así como ellos guardan las relaciones con el mismo, en la vejez se deja ver una fuerte influencia por parte de aspectos sociales en la vida del anciano, lo cual refuerza el hecho de que la sociedad junto con la cultura limitan y obstaculizan en buena medida una vida óptima en el anciano.<sup>14</sup> De esta manera el abandono familiar es el descuido que se da por parte de los familiares hacia algunos de sus miembros de la familia. El abandono que sufre la tercera edad es una dinámica que se vive a diario, son innumerables las historias que existen sobre el abandono, desplazamiento o el destierro del núcleo familiar, historias que describen la realidad de miles de adultos mayores.<sup>14</sup>

Por esta razón Si hablamos del grupo etéreo “Adulto Mayor” , no podemos desligarlo de Enfermería, ya que nos respalda los aportes de la teórica Dorothea Orem, con su teoría del Autocuidado, y nos hace hincapié en 03 tipos de “Requisitos de Autocuidado”, de los cuales tomaremos en cuenta ya que van más acordes con nuestro

proyecto de desarrollo local, el primer grupo contempla a los requisitos indispensables para el “autocuidado del desarrollo”, que consiste en promover las condiciones necesarias para la vida y la maduración, prevenir la aparición de condiciones adversas o mitigar los efectos de dichas situaciones, en los distintos momentos del proceso evolutivo o del desarrollo del ser humano: niñez, adolescencia, adulto y vejez. Del mismo modo existen requisitos de “autocuidado universal” que son comunes a todos los individuos e incluyen la conservación del aire, agua, eliminación, actividad y descanso, soledad e interacción social, prevención de riesgos e interacción de la actividad humana, en este último grupo de requisitos podemos apreciar que la enfermera juega un rol importante como ente preventivo y promocional, y para finalizar el último grupo de requisitos de “autocuidado de desviación de la salud” que surgen o están vinculados a los estados de salud de la población, siendo en este caso aplicado al grupo etéreo Adulto mayor.<sup>15</sup>

## 2.3 JUSTIFICACIÓN

Durante el trabajo comunitario en el centro poblado la Calera Santa Isabel del distrito de Olmos, se consiguió identificar características que limitan a los adultos mayores a llevar un envejecimiento saludable, las cuales describen los diferentes factores que los afecta, tanto en el aspecto biológico, neurológico, enfermedades sociales, situación familiar, viudez, problemas de salud, problemas emocionales, abandono, exclusión social y exclusión económica. Siendo evidente en el lugar de estudio que la situación del adulto mayor refleja situación de abandono, violencia familiar, problemas de salud, descuido personal, desinterés por parte de la familia y problemas mentales, es por ello se debe conocer que el envejecimiento es reconocido como un proceso natural e inevitable, por tanto no se puede analizar como si fuera una enfermedad, sino simplemente como una etapa de la vida que se debe aprender a vivir y disfrutar al máximo. Por lo tanto el envejecimiento está asociado con un incremento de diversas enfermedades como la diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial, neumonía, artritis, osteoporosis, demencia senil, discapacidad física, sordera y epilepsia. Siendo la familia que cumple un rol importante en el cuidado de la salud de los adultos mayores, la soledad, la disminución de los recursos económicos y las enfermedades invalidantes, modifican el envejecimiento normal generando alteraciones de conducta.

Asimismo se debe tener en cuenta que un envejecimiento saludable es la capacidad para mantener el rol personal y la integración del sujeto a la comunidad, para lo cual es necesario mantener un nivel razonable de capacidad física y mental. Es esta mentalidad la que puede definir una calidad de vida satisfactoria y por tanto, un envejecer con éxito.<sup>16</sup> En todo el mundo, la proporción de personas mayores crece más rápidamente que cualquier otro grupo de edad. La esperanza de vida aumenta, llegando actualmente en nuestro país a los 80 años, lo que significa el envejecimiento global de la población española. El envejecimiento de la sociedad puede considerarse por un lado un avance y por otro, un gran desafío, pues supone una mayor exigencia social y económica. De todas maneras, lo más importante, el verdadero reto del aumento de la esperanza de vida es la calidad de vida de los mayores, que les va a permitir mantener la actividad y la independencia. Hasta un 80% de las personas con 70 años mantiene una forma física y mental aceptable que les permite llevar su vida diaria con plena normalidad.<sup>17</sup>

Durante el proceso de envejecimiento se producen una serie de cambios que afectan tanto al aspecto biológico como al psicológico de la persona. Pero, además, también se produce una importante transformación en el papel social que hasta entonces ha desarrollado esa persona, hoy en día la sociedad no valora en esta etapa de tercera edad lo ven a la vejez como algo negativo asociándose a sentimiento de inutilidad y estorbo para la familia, es por eso que no se puede hablar de una calidad de vida en el adulto mayor, donde no se respetan sus derechos, sus opiniones, sus necesidades. Cuando a esta edad solo dependen de los demás para satisfacer sus necesidades el cuidado, amor, protección y la manera de que ellos quisieran vivir. <sup>18</sup>

Por ello el interés de profundizar esta problemática, que permita a la enfermera intervenir de manera decisiva y significativa para contribuir y optimizar la calidad de vida de las personas adultas mayores, sin sentirse solos; para lograr un bienestar humano y social sostenible. En este contexto es necesario que como enfermera salubrista tenga una mirada prioritaria en el cuidado de la salud promoviendo escenarios que les permita un trabajo preventivo – promocional y participación activa de la comunidad en el cuidado del adulto mayor, considerando necesario ver la tercera edad, como una etapa más del desarrollo como personas en sociedad, una etapa diferente y llena de posibilidades. La realización de este proyecto de desarrollo local un envejecimiento saludable de los adultos mayores nos permitirá conocer y comprender el cuidado y afecto que le brinda sus familias a este grupo etéreo, ayudando en el proceso de adaptación por el medio que los rodea. Permitiendo que se vean útiles en la sociedad, brindando una mejor calidad de vida, mediante se desarrolle a plenitud y a su vez contribuir a realizar actividades, como talleres educativos, terapias familiares, actividad física, alimentación y nutrición siendo útiles para fomentar una calidad de vida saludable.

Es por ello que el propósito del proyecto de desarrollo local es empoderar y crear condiciones de promoción y prevención local articulado, con actores sociales estratégicos, donde logren involucrarse promoviendo propuestas de vigilancia en el cuidado de los adultos mayores, incrementando factores protectores por parte de la familia y sociedad. Finalmente por parte del sector salud se involucrará en la promoción



y prevención involucrando a la familia quienes crearan un ambiente positivo con el adulto mayor conllevando un envejecimiento con éxito.

El desarrollo de este proyecto se encuentra inmerso en Objetivos del Desarrollo Sostenible, en el Objetivo 3<sup>19</sup>: “Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades”.

Asimismo la Ley n° 30490, ley de las personas adultas mayores. Busca garantizar el ejercicio pleno de los derechos reconocidos en la Constitución Política y los Tratados Internacionales vigentes de las Personas Adultas Mayores para mejorar su calidad de vida y que se integren plenamente al desarrollo social, económico, político y cultural, contribuyendo al respeto de su dignidad<sup>20</sup>.

Consiguiente la Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de Salud de las Personas Adultas Mayores (MINSa 2005), cuyo objetivo es Establecer la normatividad técnico – administrativa para la atención integral de salud de las personas adultas mayores en los diferentes niveles de atención del Sistema Nacional Coordinado y Descentralizado de Salud<sup>21</sup>.

De tal manera el Plan De Desarrollo Regional Concertado de Lambayeque (2011-2021), plasmándose así en su Política N° 20 Descentralizar los servicios de salud y garantizar el acceso universal a la atención integral de la salud en las diferentes etapas de la vida con énfasis en la protección de la madre, niño, niña, adolescente, adulto mayor y personas con discapacidad, priorizando la población en situación de pobreza y vulnerabilidad con enfoque de género, interculturalidad y derechos, con criterio de equidad.<sup>22</sup>

## **2.3 MARCO INSTITUCIONAL**

### **2.3.1 DATOS DE LA CONTRAPARTE 01:**

Nombre: Municipalidad Distrital de Olmos

Sede Social: Departamento Lambayeque

Provincia Lambayeque

Distrito Olmos

Localidad: Olmos

Teléfono: 97-9319204

Naturaleza Jurídica: Asociación civil sin fines de lucro.

Responsable del Proyecto: Jefe del establecimiento de salud

Nombre: Dr. Max Kevin Mejía Salazar

#### **MISIÓN:**

Somos una institución municipal promotora del desarrollo, con recursos humanos calificados, y sus acciones se guían por el Plan de Desarrollo Concertado Local. Sus roles principales son: representar al vecindario consolidando la participación democrática, promover la movilización organizada de la población, insertada a un proceso de formación y desarrollo humano, la innovación de la producción agropecuaria, el acceso organizado al servicio económico financiero, a un hábitat ordenado con servicios básicos eficientes, en el marco de la conciencia ciudadana ambientalista y eco-turística, equidad de género, la gestión del riesgo de desastres y el desarrollo económico y social, mediante un manejo responsable y transparente de los recursos públicos; y, articula los esfuerzos de las instituciones del sector público, privado y de la Cooperación Internacional en un modelo de cogestión.

#### **VISIÓN:**

Nuestra Visión es que en el 2021 Olmos se consolide como una ciudad de la cultura, urbanísticamente planificado, con servicios básicos eficientes, actividades económicas organizadas e integradas a la gestión ambiental, solidaria, moderna, competitiva y generadora de riqueza. Es segura, turística, líder e integradora; con hombres y mujeres de todas las generaciones con valores, cultura de paz e igualdad de oportunidades; emprendedores que gozan de buena calidad de vida. Las autoridades y organizaciones han afirmado la identidad comunitaria, autogestionaria y democrática.<sup>23</sup>

### **2.3.2 DATOS DE LA CONTRAPARTE USAT**

Nombre: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.

Sede Social: Avda: San José maría Escrivá N° 855 - Chiclayo

Localidad: Chiclayo

Teléfono: (074) 606200

e-mail: [www.usat.edu.pe](http://www.usat.edu.pe)

Naturaleza Jurídica: Asociación civil sin fines de lucro.

Responsable del Proyecto en la Escuela de Enfermería - USAT:

Nombre: Lic. Ketty Noemi Crisanto Paico

Cargo : Enfermera Proyectista.

La Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (USAT) es una universidad promovida y patrocinada por el Obispado de Chiclayo, Perú; fundada por Mons. Ignacio María de Orbegozo y Goicoechea.

La USAT es una comunidad de profesores, estudiantes y graduados, consagrados al estudio, la investigación y la difusión de la verdad. Es una universidad de derecho privado, sin fines de lucro y de duración permanente al servicio de la comunidad. Está abierta a todos los que compartan sus fines y a quienes hagan suyos los principios que la inspiran.

Desde el año 2007, la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo USAT dentro de su programa de extensión comunitaria y a través del curso Seminario Taller - Proyectos de Inversión y de Desarrollo Social viene contribuyendo al mejoramiento de las condiciones de vida de los sectores sociales más desfavorecidos de la región Lambayeque. Sumando de esta manera, esfuerzos con otras organizaciones con similares objetivos, cuyos avances son los siguientes: En concordancia con el postulado de contribuir a mejorar la calidad de vida de las familias se impulsó en un 80% de familias, la construcción de cocinas mejoradas en el distrito de Mesones Muro Provincia de Ferreñafe – Perú, permitiendo disminuir de esta manera las infecciones respiratorias agudas; ya que la gran mayoría de familias utilizan permanentemente leña, siendo de alto riesgo para los niños menores de 5 años. <sup>24</sup>

## **VISIÓN**

Ser una Escuela de Enfermería acreditada nacionalmente, que forma profesionales de enfermería de pre y post grado del más alto nivel académico e investigativo, basados en sólidos principios católicos; con docentes de prestigio nacional e internacional y comprometido como agentes de cambio para el desarrollo social. <sup>25</sup>

## **MISIÓN**

Formar integralmente a la juventud en Enfermería, con excelencia académica y científica, para el cuidado humano de la persona, familia y comunidad, con bases sólidas en investigación, ética y gestión, así como la proyección y extensión universitaria, contribuyendo al desarrollo y progreso de la sociedad, dentro del respeto a la libertad de las conciencias y a los principios de la Iglesia Católica.<sup>26</sup>

## **2.4.- FINALIDAD DEL PROYECTO**

Contribuir al mejoramiento de la salud de los adultos mayores del distrito de Olmos.

## **2.5.- OBJETIVOS**

### **2.5.1 OBJETIVO GENERAL**

- Promover un eficiente cuidado para un envejecimiento saludable en los adultos mayores del centro poblado la Calera Santa Isabel-olmos.

### **2.5.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Fomentar en las familias una adecuada información sobre el proceso de envejecimiento saludable y activo.
- Disminuir la incidencia de enfermedades crónicas y degenerativas en los adultos mayores.
- Promover adecuados espacios de recreación para el desarrollo de actividades físicas y motoras en los adultos mayores.

## **2.6.- METAS**

- El 16% de adultos mayores reciben una adecuada información sobre el proceso de envejecimiento.
- El 16% de adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, con modificación de enfermedades crónicas controlada.
- 01 Gobierno local implementando adecuados espacios de recreación para los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, distrito de Olmos.

## **2.7.- BENEFICIARIOS**

Directos: Los implicados del proyecto son 100 adultos mayores que viven en el centro poblado la Calera Santa Isabel, para ello se tendrá en cuenta los criterios de selección.

### **CRITERIOS DE SELECCIÓN:**

- Adultos mayores que se encuentren activos independientes.
- Familias que se encuentren ubicados en la zona del centro poblado la Calera Santa Isabel y estén dentro de la jurisdicción a intervenir.

- Adulto mayor y familiar que acepten voluntariamente a participar de las actividades planteadas en el proyecto de desarrollo local.

## **2.8. PRODUCTOS**

### **2.8.1. RESULTADOS ESPERADOS:**

R1: Se habrá promovido una adecuada difusión en el cuidado de un envejecimiento saludable en las familias de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

R.2: Se habrá desarrollado conocimiento de estilos saludables en las familias de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

R.3 Se habrá fortalecido el compromiso con las autoridades locales para la implementación de espacios recreativos en la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

## **2.9.- LOCALIZACIÓN FÍSICA Y COBERTURA ESPACIAL**

### **Ubicación Geográfica**

El distrito de Olmos, está ubicado en la parte norte de la Provincia de Lambayeque. Fue creado por ley del 20 de diciembre de 1824 y su capital es la ciudad de Olmos, situada a la margen derecha del río del mismo nombre a 160 metros sobre el nivel del mar. Tiene sol permanente, clima sano y se sitúa a una distancia de 103 kilómetros de la localidad de Chiclayo y a 870 de la Capital de la República. Contando con 11 Centros Poblados, 228 caseríos y la zona urbana, que nos da una densidad de 11.9 habitantes por kilómetros cuadrados. La ubicación geográfica del presente proyecto se llevara a cabo en el centro poblado la calera santa Isabel siendo uno de los centros poblados del distrito de Olmos.

Sus límites son:

Por el Norte: Con los distritos de Matanza, Catacaos y Salitral (Piura).

Por el Sur: Con el distrito de Mórrope y el Océano Pacifico.

Por el Este: Con el distrito de Huármaca, Salas, Motupe, Jayanca, y Pacora.

Por el Oeste: Con la provincia de Sechura (Piura)

### **RELIEVE:**

El relieve del suelo, es casi llano y suave, presentando algunas elevaciones de poca altitud, destacando cerros, lomas, quebradas y pampas. La morfología olmaná, describe las elevaciones de los cerros "El Portachuelo" que marca el límite con el distrito de Motupe. Además se aprecia la conocida "Cuesta de Ñaupe" que da paso a la carretera Panamericana Norte antigua. Más al este el territorio olmanó presenta estribaciones andinas en plena ceja de sierra occidental, en tanto que al oeste se configura una zona con sucesiones de desiertos y pampas, así como llanuras aluviales y quebradas secas que se activan de manera violenta cuando ocurren lluvias intensas.

Por su latitud al distrito de Olmos, le corresponde un clima cálido (sol permanente) con un promedio de temperaturas por encima de los 25 grados centígrados y con máximas que sobrepasan los 30 grados en los meses de enero a marzo. Estas condiciones climáticas traen como consecuencia la formación de bosques secos tipo sávana en la mayor parte del terreno olmanó.

## FLORA Y FAUNA

El clima aunado a las características desérticas de la costa y a la existencia de cursos de agua subterránea ha permitido la presencia de formaciones arbóreas como algarrobo, zapote y overo. Cuando el Fenómeno El Niño se manifiesta y las precipitaciones son particularmente abundantes ocurre en el territorio olmanó una transformación importante: Lo que era un paisaje árido y desértico pasa a convertirse en una sábana de vegetación que el numeroso ganado caprino, ovino y vacuno aprovechan.

Cuando se presentaron los Meganiños 1982, 1983, 1997 y 1998, la precipitación llegó a ser abundante que alrededor de 300 mil hectáreas de tierras situadas al noroeste de Olmos se poblaron de árboles, forrajes y pastos naturales. El bosque seco olmanó es comparable a una vitrina natural, donde las criaturas han debido adaptarse a las condiciones propias del desierto, pero alteradas sutilmente por breves estaciones de lluvias que por lo general hacen su aparición en época de verano. Allí están los algarrobos, overos, faiques y también las especies de animales como la Pava Aliblanca, ardillas de nuca blanca, aves silvestres, etc.<sup>27</sup>



**Distrito de  
Olmos**





## II. ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES

### **Para la consecución del Resultado 1:**

Se habrá promovido una adecuada difusión en el cuidado de un envejecimiento saludable en las familias de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, distrito de Olmos.

#### **ACTIVIDAD 1.1**

**Nombre:** Talleres de sensibilización a la familia acerca del cuidado del envejecimiento saludable en los adultos mayores.

**Descripción:** Los talleres de sensibilización abren espacios de reflexión, intercambio y formación para dirigentes sociales involucrados o interesados en fortalecer procesos de redes ciudadanas; ponen al alcance de las organizaciones involucradas en procesos de participación<sup>28</sup>. De tal manera se desarrollará un taller de sensibilización donde se analizará la problemática del cuidado para un envejecimiento saludable con la finalidad de brindar a la familia una orientación y herramientas para abordar una práctica determinada. Se llevará a cabo con las familias de la comunidad, se extenderán temas de mucha importancia mediante videos reflexivos, el dialogo e intercambio de experiencias.

**Insumos:** ambiente, laptop, proyector, papel bond, Papelotes, cartulinas a colores, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, lapiceros.

**Recursos humanos:** autoridades locales, futuros especialistas de salud familiar y comunitaria y Líderes comunales.

**Costo total:** s/ 999.45

#### **ACTIVIDAD 1.2**

**Nombre:** Terapia familiar en las familias de adultos mayores.

**Descripción:** Es un método especial de tratamiento de los desórdenes emocionales, utiliza un grupo natural, primario, la familia. Su ámbito de intervención no es el paciente individual aislado sino la familia vista como un todo orgánico. Su objetivo no es sólo eliminar síntomas o adecuar personalidades al ambiente en que deben actuar sino más bien crear una nueva manera de vivir<sup>29</sup>. Se llevará a cabo una terapia familiar donde será una comunicación intrapersonal entre especialista y familias de los adultos mayores dando a conocer que tan importante es brindar una calidad de vida en esta población tan vulnerable, llegando a sensibilizar y dar a conocer que ellos necesitan

amor, compañía, respeto y requiere de cuidados personalizados y así llegar a satisfacer sus necesidades básicas.

**Insumos:** Papelotes, papel bond, cartulinas a colores, folder, manila, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, refrigerio.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria.

**Costo total:** s/ 1,646.50

### **ACTIVIDAD 1.3**

**Nombre:** Talleres con adultos mayores en autoestima.

**Descripción:** Actividad grupal de entrenamiento, educación, información y capacitación donde interactúan, el facilitador y los participantes para construir aprendizajes que fortalezcan sus habilidades y competencias para el auto cuidado de su salud y para la prevención de enfermedades<sup>30</sup>. Se desarrollarán talleres educativos con los adultos mayores en cómo mantener su autoestima normal mediante rotáfolios, videos, música ya que el adulto mayor se ve afectada en su autoestima dada la inseguridad que vive a partir de perdidas asociadas a vivencias afectivas, físicas y sociales como son: la independencia de los hijos, la pérdida del cónyuge, la disminución de capacidades, la salud a veces afectada, la jubilación, la disminución de ingresos, entre otras. Su vida emocional sufre modificaciones que originan actitudes acerca de sí mismo y acerca de los demás que pueden tener efectos negativos en sus relaciones afectivas y en el trato con otros.

**Insumos:** Papelotes, cartulinas a color, plumones, tijeras, fotocopias, papel bon, imágenes, folder, manila, fásster, solapines, goma, cinta, refrigerio.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria.

**Costo total:** s/1,096.50

**Para la consecución del Resultado 2:**

Se habrá desarrollado conocimiento de estilos saludables en las la familia de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

**ACTIVIDAD 2.1**

**Nombre:** Talleres educativos sobre estilos de vida saludable alimentación y nutrición, actividad física, acompañamiento afectivo e higiene correcta.

**Descripción:** Actividad educativa grupal que puede ser ofrecida dentro o fuera del centro asistencial sobre un tema específico con o sin demostración, cuyo objetivo es la información, sensibilización y motivación de las personas respecto al auto cuidado de la salud en su contexto familiar, comunitario y ambiental, de acuerdo a los ejes temáticos de la Cartera de Servicios de Atención Primaria<sup>31</sup>. De tal manera se desarrollarán talleres educativos, incentivando la participación de los presentes; conllevando una vida saludable en alimentación, actividad física, higiene y acompañamiento afectivo mediante sesiones educativas mostrando imágenes, videos, involucrando a la familia y comunidad conllevando a reflexionar que tan importante es llevar una vida saludable en este grupo etéreo.

**Insumos:** Papel sabana, papel bond, cartulinas a colores, folder, manila, fásster, plumones, tijeras, fotocopias, trípticos, cartillas, folletos, solapines, goma, cinta, alquiler de local, alquiler de sonido, alquiler de proyector, refrigerio y almuerzos.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Autoridades locales.

**Costo total:** s/736.50

**ACTIVIDAD 2.2**

**Nombre:** Taller demostrativo de alimentación propia de la comunidad.

**Descripción:** Se desarrollará talleres demostrativos en alimentación haciendo uso de alimentos propios de su zona, trayendo ya los alimentos cocinados de tal manera se explicará sus alimentos y los beneficios para su salud, asimismo se dará a conocer las dietas alimentarias para cada grupo de población de adulta mayor en caso se encuentren con alguna enfermedad crónicas.

**Insumos:** Alimentos propios de la zona, platos, cucharas, manteles, gorros, tina, cuchillo, tabla de picar, jarra, agua, mesa toldos, papelotes, plumones, solapines.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, líderes de la comunidad.

**Costo total:** s/653.75

### **Actividad 2.3**

**Nombre:** Talleres recreativos con los adultos mayores en baile, ejercicios físicos.

**Descripción:** Se desarrollará talleres recreativos con previa coordinación con la municipalidad de la comunidad y el puesto de salud para llevar a cabo la ejecución de talleres de recreación a los adultos mayores. Se llevará a cabo una show especial para los adultos mayores quien puedan disfrutar de baile, chistes, ejercicios, teniendo como invitado un payasito.

**Insumos:** Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, pelotas, tiras, música, vasitos, solapines y refrigerio.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Enfermera serumista del puesto de salud la calera Santa Isabel, Autoridades locales.

**Costo total:** s/327.00.

### **Para la consecución del Resultado 3:**

Se contará con el interés de las autoridades locales para un envejecimiento saludable en los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

### **ACTIVIDAD 3.1**

**Nombre:** sensibilizar a las autoridades de la comunidad acerca del cuidado para un envejecimiento saludable del adulto mayor.

**Descripción:** se realizará una reunión comunal conjuntamente con las autoridades locales incluyendo al alcalde de la comunidad para llegar a sensibilizar que tan importante es trabajar con este grupo etáreo, en beneficio para su salud de los adultos mayores.

**Insumos:** Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Autoridades locales (Alcalde).

**Costo total:** s/2,616.50

**ACTIVIDAD 3.2**

**Nombre:** Capacitación a las autoridades de la comunidad sobre la importancia de un envejecimiento saludable y sus beneficios para el adulto mayor.

**Descripción:** se desarrollarán capacitación a las autoridades de la comunidad para elaborar o implementar políticas públicas.

**Insumos:** Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Autoridades locales (Alcalde).

**Costo total:** s/996.50

**ACTIVIDAD 3.3**

**Nombre:** Campañas de salud con el compromiso de las autoridades de la comunidad Acerca toma de presión arterial, tamizaje de glicemia, valoración del estado nutricional de los adultos mayores.

**Descripción:** se llevará a cabo una campaña médica en coordinación con la municipalidad y el puesto de salud de la comunidad en beneficio de la población adulta mayor.

**Insumos:** Lapiceros, cuaderno, papel boom, registro de asistencia, algodón, Tensiómetro, estetoscopio, cinta métrica, lancetas, glucómetro, caja para bioseguridad, guantes, alcohol, tiras reactivas, balanzas, tallímetro.

**Recursos humanos:** Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Autoridades locales (Alcalde), Enfermera serumista del puesto de salud.

**Costo total:** s/2,835.50

#### **IV. MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZAR**

La metodología será participativa, vivencial y reflexiva, que se le brindará a los adultos mayores y cuidadores en temas de un envejecimiento saludable conllevando a mejorar su calidad de vida favoreciendo al adulto mayor se desarrolló oportunamente libre de enfermedades y enfermedades en su salud mental. Además, se realizará visitas domiciliarias para poder tener un panorama como es la relación en familia luego impartir a plantear cuidados en esta población adulta mayor. Se llevará a cabo reuniones con las autoridades de la comunidad involucrando persona, familia y comunidad, se darán talleres educativos, talleres de sensibilización, terapia familiar, utilizando metodología participativa que faciliten el proceso enseñanza y aprendizaje ante los agentes involucrados. Asimismo, la visita de seguimiento a cada familia permitirá observar como es la relación como núcleo familiar y poder intervenir con actividades preventivas promocionales. El método a seguir será mediante la participación con el propósito de promover la participación de las familias, mediante trabajo grupal en la cual puedan compartir experiencias ayudando en la construcción de un modelo para mejorar la convivencia de los adultos mayores.

Por otro lado, el método que se llevará será vivencial, mediante dinámicas de animación y análisis que promuevan distintas vivencias con las familias y adultos mayores posibiliten mejorar el cuidado del adulto mayor. Por consiguiente, la parte reflexiva conllevará a pensar, analizar, criticar, tomar decisiones y plantear soluciones a los problemas en base lo aprendido, mediante taller educativo. El taller educativo es un modelo un tanto más libre para el proceso de enseñanza y aprendizaje. Aplicado a la educación, es una forma alterna del método frontal en donde se combinan dos aspectos: la teoría y la práctica. También la Sesión educativa es una técnica que se utiliza en la enseñanza con personas capacitadas en pleno conocimiento por el facilitador. Fomenta el análisis, el diálogo y la reflexión sobre un tema identificado, con una duración máxima de 45 minutos, en la cual utiliza un lenguaje sencillo, claro que permita desarrollar una breve exposición y realizar conclusiones además permite generar preguntas para verificar su comprensión “retroalimentación”. Se logrará sensibilizar e involucrar a las autoridades y representantes multisectoriales en la propuesta de planes de trabajos en beneficio a los adultos mayores.

## V. DETERMINACIÓN DEL CALENDARIO DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES	1er Trimestre	2do Trimestre	3er Trimestre	4to Trimestre
ACT.1.1 Talleres de sensibilización a la familia acerca del cuidado del envejecimiento saludable en los adultos mayores.	X			
ACT. 1.2 terapia familiar en las familias de adultos mayores.	X			
ACT. 1.3 talleres con adultos mayores en autoestima.	X	X		
ACT.2.1 talleres educativos sobre estilos de vida saludable alimentación y nutrición, actividad física, acompañamiento afectivo e higiene correcta.		X		
ACT.2.2 taller demostrativo de alimentación propia de la comunidad.		X		
ACT.2.3 talleres recreativos con los adultos mayores en baile, ejercicios físicos.			X	
ACT.3.1 3.1 sensibilizar a las autoridades de la comunidad acerca del cuidado para un envejecimiento saludable del adulto mayor.			X	
ACT.3.2 Capacitación a las autoridades de la comunidad sobre la importancia de un envejecimiento saludable y sus beneficios para el adulto mayor.			X	X
ACT.3.3 Campañas de salud con el compromiso de las autoridades de la comunidad Acerca toma de presión arterial, tamizaje de glicemia, valoración del estado nutricional de los adultos mayores.				X

**VI. DETERMINACIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS:****RECURSOS HUMANOS:**

- Personal del puesto de salud de la Calera Santa Isabel.
- Estudiantes de la especialidad
- Autoridades o representante de la municipalidad
- Autoridades de la comunidad

**RECURSOS MATERIALES:**

- Auditorio para actividades educativas
- Material de escritorio para talleres
- Laptop
- Proyector multimedia

**RECURSOS FINANCIEROS:**

- Costos de cada una de las actividades
- Calendario financiero

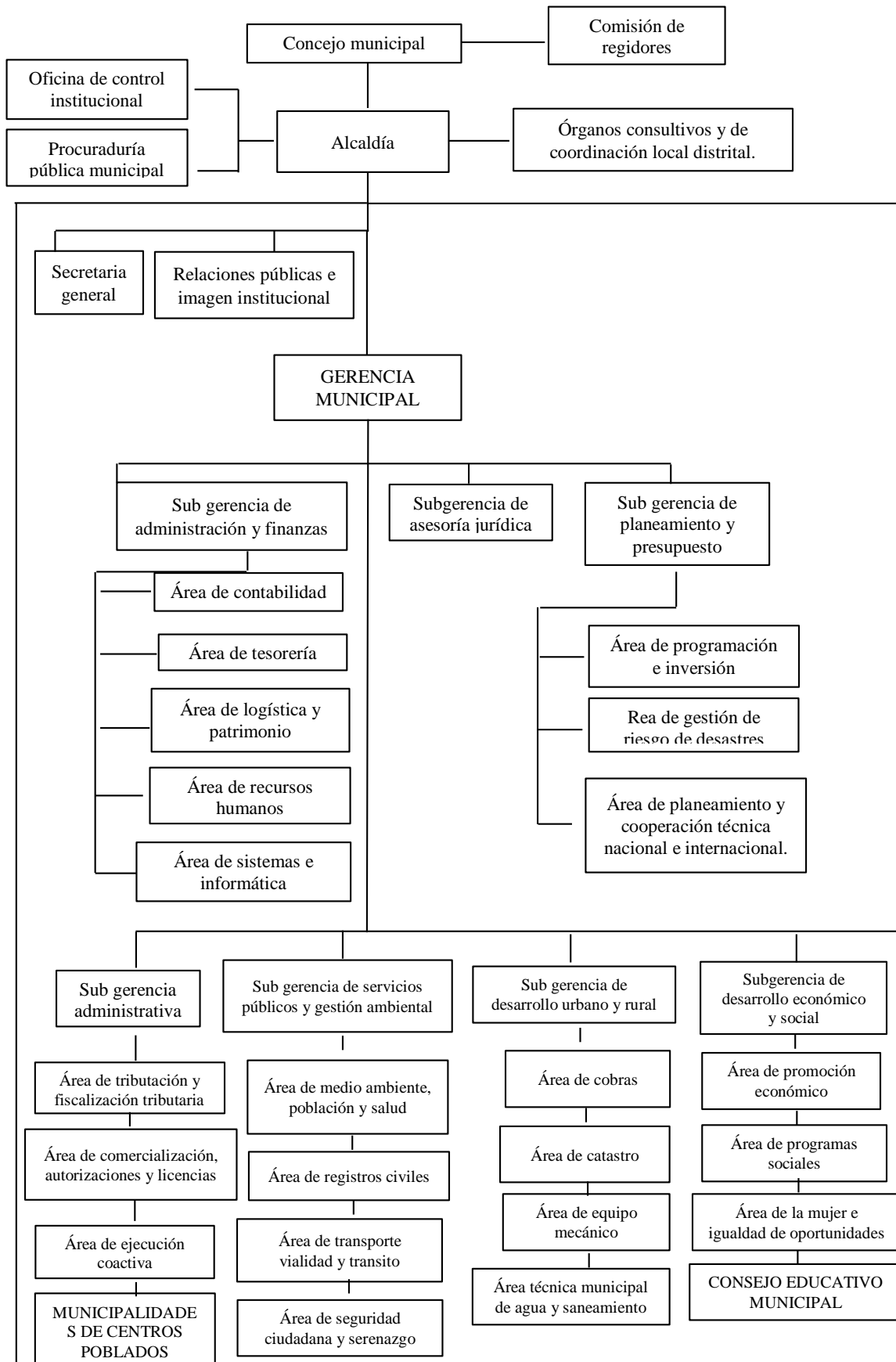


## VII. CÁLCULO DE COSTOS DE EJECUCIÓN Y ELABORACIÓN DEL PRESUPUESTO

Partidas presupuestarias		Aporte Solicitado	USAT	Municipio	Beneficiarios	TOTAL COSTES
<b>A. COSTES DIRECTOS</b>						
<b>A.I</b>	<b>INFRAESTRUCTURA Y CONSTRUCCION</b>					
<b>A.II</b>	<b>EQUIPOS, MATERIALES Y SUMINISTROS</b>	<b>11,908.20</b>	<b>3,948.70</b>	<b>6,396.50</b>	<b>3,126.00</b>	<b>13,471.20</b>
	1.1 TALLER DE SENSIBILIZACION A LA FAMILIA ACERCA DEL CUIDADO DEL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN LOS ADULTOS MAYORES.	999.45	949.45	50.00	1,563.00	<b>2,562.45</b>
	1.2 TERAPIA FAMILIAR EN LAS FAMILIAS DE ADULTOS MAYORES.	1,646.50	546.50	350.00	750.00	<b>1,646.50</b>
	1.3 TALLER CON ADULTOS MAYORES EN AUTOESTIMA.	1,096.50	935.50	161.00	25.00	<b>1,121.50</b>
	2.1 TALLER EDUCATIVO SOBRE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN, ACTIVIDAD FISICA, ACOMPAÑAMIENTO EFECTIVO E HIGIENE	736.50	274.50	437.00	0.00	<b>711.50</b>
	2.2 TALLER DEMOSTRATIVO DE ALIMENTACION PROPIA DE LA COMUNIDAD.	653.75	209.75	444.00	0.00	<b>653.75</b>
	2.3 TALLER RECREATIVO CON LOS ADULTOS MAYORES EN BAILE, EJERCICIOS FISICOS.	327.00	133.00	194.00	0.00	<b>327.00</b>
	3.1 SENSIBILIZAR A LAS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD ACERCA DEL CUIDADO PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE DEL ADULTO MAYOR.	2,616.50	280.00	2,323.50	13.00	<b>2,616.50</b>
	3.2 CAPACITACION A LAS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD SOBRE LA IMPORTANCIA DE UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y SUS BENEFICIOS PARA EL ADULTO MAYOR.	996.50	183.50	788.00	25.00	<b>996.50</b>
	3.3 CAMPAÑAS DE SALUD CON EL COMPROMISO DE LAS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD ACERCA TOMA DE PRESION ARTERIAL, TAMIZAJE DE GLICEMIA, VALORACION DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES.	2,835.50	436.50	1,649.00	750.00	<b>2,835.50</b>
<b>A.III</b>	<b>PERSONAL LOCAL</b>	<b>40,800.00</b>	<b>0.00</b>	<b>40,800.00</b>	<b>0.00</b>	<b>40,800.00</b>
	<b>Equipo Técnico</b>	0.00				
	Técnico responsable del proyecto	33,600.00	0.00	33,600.00	33,600.00	<b>67,200.00</b>
	Asistente Contable	7,200.00	0.00	7,200.00	0.00	<b>7,200.00</b>
<b>A.IV</b>	<b>VIAJES, ESTANCIAS Y DIETAS</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>
		0.00	0.00	0.00	0.00	<b>0.00</b>
<b>A.V</b>	<b>FUNCIONAMIENTO</b>	<b>7,900.00</b>	<b>1,900.00</b>	<b>6,000.00</b>	<b>0.00</b>	<b>7,900.00</b>
	Combustible seguimiento	6,000.00	0.00	6,000.00	0.00	<b>6,000.00</b>
	Materiales de oficina	1,800.00	1,800.00	0.00	0.00	<b>1,800.00</b>
	Gastos bancarios	100.00	100.00	0.00	0.00	<b>100.00</b>
	<b>SUBTOTAL COSTES DIRECTOS</b>	<b>60,608.20</b>	<b>5,848.70</b>	<b>53,196.50</b>	<b>1,563.00</b>	<b>60,608.20</b>
	Porcentaje Euros total de c. Directos					<b>0.00</b>
	<b>B. COSTOS INDIRECTOS</b>	<b>1,600.00</b>	<b>-</b>	<b>1,600.00</b>	<b>0.00</b>	<b>1,600.00</b>
<b>B.I</b>	Gastos administrativos ONGs Española	800.00	0.00	800.00	0.00	<b>800.00</b>
<b>B.II</b>	Gastos administrativos ONGs Local	800.00	0.00	800.00	0.00	<b>800.00</b>
	<b>SUBTOTAL COSTES INDIRECTOS</b>	<b>1,600.00</b>	<b>0.00</b>	<b>1,600.00</b>	<b>0.00</b>	<b>1,600.00</b>
	<b>TOTAL GENERAL</b>	<b>62,208.20</b>	<b>5,848.70</b>	<b>54,796.50</b>	<b>1,563.00</b>	<b>62,208.20</b>

## VIII. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO

### Organigrama de la Municipalidad de Olmos.



La ejecución de dichas actividades encomendadas se logrará a través de la municipalidad del distrito de Olmos por medio de reunión de concejo, se apruebe el financiamiento del proyecto para luego pasar a ser ejecutado. Aquellas actividades se llevarán a cabo con previa coordinación con agentes comunitarios del centro poblado la Calera Santa Isabel, padres de familia que desean participar las actividades basado en talleres educativos y demostrativos. La autora será la responsable de la ejecución de las actividades y de la previa coordinación con las autoridades para cada tema a desarrollarse en los talleres, además se ira analizando el cumplimiento de metas programadas.

## **IX. INDICADORES DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO**

### **Para el Objetivo de Desarrollo:**

Al 2025, al menos el 3% de los adultos mayores se habrá contribuido al mejoramiento de la salud en el distrito de Olmos.

### **Para el Objetivo General:**

A julio 2019 al menos el 40% de los adultos mayores del centro poblado la Calera Santa Isabel realizan 30 minutos de caminata todos los días.

### **Para los Resultados Esperados:**

#### **RESULTADOS 1**

Al final del proyecto el 80 % de adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos, participando de 02 campañas de difusión.

#### **RESULTADOS 2**

Al final del proyecto 20 adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel se beneficiaron de 02 talleres sobre dietas saludables.

#### **RESULTADOS 3**

Al 20 de julio 2019 el 80% de las autoridades locales se comprometidos en el desarrollo de 01 programa para un adecuado envejecimiento saludable de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.

## **X.- FACTORES EXTERNOS O CONDICIONANTES PARA EL LOGRÓ DE LOS EFECTOS E IMPACTO DEL PROYECTO.**

Para la ejecución de este proyecto se establecerá alianzas estratégicas con el involucramiento de las familias, adultos mayores, establecimiento de salud y municipalidad, innovará que las actividades programadas se realicen de manera organizada. Asimismo, permitirá realizar coordinaciones permanentes con el gobierno local, autoridades locales donde las acciones conjuntas que realizamos en bien del desarrollo local con la participación de la comunidad organizada. Este proyecto será financiado por la Municipalidad distrital de Olmos; se gestionará a través de la organización y dirección adecuada para el seguimiento permanente del proyecto hasta la verificación conjunta del cumplimiento de los indicadores realizados y logros obtenidos.

## **XI. SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO**

El presente proyecto contempla acciones de sostenibilidad por parte del gobierno municipal que contribuirán al fortaleciendo de capacidades de los actores involucrados agentes comunitarios, madres, personal de salud, municipalidad, permitiendo desarrollar comunidades saludables con el compromiso de llevar un cuidado exitoso del adulto mayor en la comunidad de la calera santa Isabel-olmos.

La sostenibilidad del proyecto está garantizada por:

- La capacidad técnica y los recursos financieros para ejecutar el proyecto, con la que cuenta la Municipalidad Distrital de Olmos, cuya fuente de financiamiento son los recursos enviados del MEF.
- La capacidad de gestión de la organización encargada del proyecto en su etapa de operación; financiamiento de los costos de operación, señalando cuales serían los aportes de las partes involucradas (municipalidad, establecimiento de salud).
- Compromiso por parte de la familia para contribuir con el mejoramiento del cuidado del adulto mayor.

## **XII. IMPACTO AMBIENTAL**

La evaluación de Impacto Ambiental del Proyecto, identifica cuales son los impactos que se producirán como resultado de las interacciones del proyecto y los elementos ambientales naturales y humanos; en base a ello se proponen las medidas de mitigación de posibles impactos negativos, con la finalidad de armonizar las actividades del proyecto con el medio ambiente.

La finalidad del análisis del impacto ambiental busca evaluar las consecuencias que el proyecto ocasiona en el área de influencia y específicamente, en el comportamiento del ecosistema de su entorno.

El proyecto generará impactos positivos y negativos en el ambiente. Los impactos negativos se mitigarán con las siguientes acciones:

- Mantenimiento preventivo y permanente de la infraestructura y equipamiento.
- Eliminación de residuos sólidos y otros generados por la atención a la población.

## **XII. SUGERENCIA Y RECOMENDACIONES**

### **SUGERENCIAS:**

- Que exista compromiso por parte de la municipalidad (alcaldía); para que asuma de forma normativa, financiera, técnica y logística a la comunidad del centro poblado la Calera Santa Isabel-olmos.
- Las necesidades identificadas en el adulto mayor como son ausencia de seguimiento y control del adulto mayor en salud, estados de abandono familiar, descuido personal, violencia o vulnerabilidad de sus derechos, han sido el motor de inspiración para la autora de intervenir en las familias de los adultos mayores para contribuir con un envejecimiento saludable.
- Como profesionales de enfermería, es muy importante hoy en día tener la posibilidad de elaborar proyectos y es de gran ayuda, poder saber y conocer cómo hacerlo a través del largo camino de aprendizaje de esta especialidad en Salud Familiar y comunitaria.

### **RECOMENDACIONES**

- El equipo de salud deberá contar con las capacidades y competencias para realizar un estudio integral de abordaje multidimensional e interdisciplinario al grupo etáreo del Adulto Mayor, brindando así un cuidado holístico e integral.
- La sociedad, instituciones y las familias tienen que estar involucradas con el adulto mayor, incentivando desde los más pequeños al respeto de los derechos del adulto mayor, para que estos no sean alterados ni vulnerados.
- La Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, para que siga incentivando en las nuevas generaciones de profesionales, la importancia de la formulación de proyectos de desarrollo local, que en un futuro se lleguen a concretar, con la única finalidad de buscar el Bienestar Social.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Reyes I, Castillo J. El envejecimiento humano activo y saludable, un reto para el anciano, la familia, la sociedad. [Internet]. 2011, vol. 3. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002011000300006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002011000300006)
2. Guzmán J. Envejecimiento y desarrollo en América Latina y el Caribe, Publicado en naciones Unidas. [Internet]. 2002 disponible en: <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/10/serie28.pdf>
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Informe técnico N°1 Situación de la población adulta mayor. [Internet]. publicado marzo 2016 disponible sitio web: [https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-n01\\_adulto-mayor-oct-dic2016.pdf](https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-n01_adulto-mayor-oct-dic2016.pdf)
4. Federación Iberoamericana de asociaciones de personas adultas mayores FIAPAM [Internet]. Mayo 2015 disponible en: <https://fiapam.org/el-361-de-los-adultos-mayores-de-lambayeque-no-tiene-seguro-de-salud/>
5. Organización Mundial de la Salud. [Internet]. 2016. (Acceso julio 2016). Disponible en: <http://www.who.int/topics/ageing/es/>
6. Ser abuelo es la compensación de Dios por envejecer. [Internet]. (Acceso julio 2016). Disponible en: [http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lar/dionne\\_e\\_mf/capitulo1.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/dionne_e_mf/capitulo1.pdf)
7. Organización Panamericana de la Salud. [Internet]. 2012. (Acceso julio 2016). Disponible en: <https://www.paho.org/chi/>
8. Reyes I, Castillo J. El envejecimiento humano activo y saludable, un reto para el anciano, la familia, la sociedad. 2011, vol 30 n3. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002011000300006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002011000300006)

9. Organización Panamericana de la Salud. Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud. 2016. (Acceso julio 2016). Disponible en: <http://www.who.int/ageing/publications/world-report-2015/es/>
10. Orosco C. Depresión y autoestima en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados en la ciudad de Lima. Recibido 15 de junio 2015, aprobado 7 de julio 2015. Disponible en: <http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/viewFile/500/474>
11. Soledad y Aislamiento Social en el Anciano. [Internet]. 2011. (Acceso agosto 2016). Disponible en: <https://elmundodetrilicenta.wordpress.com/2011/01/26/soledad-y-aislamiento-social-en-el-anciano/>
12. Osorio G. Tesis, Abandono del adulto mayor en la casa de la tercera edad dependiente del sistema hidalgo. [Internet], 2007. (Acceso agosto 2016). Disponible en: <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/bitstream/handle/231104/230/Abandono%20del%20adulto%20mayor%20en%20la%20casa.pdf;jsessionid=2C3D155359B90E334F2617447F985031?sequence=1>
13. Ley N° 30490. Publicada en el Diario Oficial “El Peruano”. Lima- Perú. Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-de-la-persona-adulta-mayor-ley-n-30490-1407242-1/>
14. Guzmán M. Proyecto de grado. Abandono del adulto mayor, derechos y política social. 2010. (Acceso agosto 2016). Disponible en: [https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/892/TTS\\_GuzmanParraMarthaIsabel\\_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/892/TTS_GuzmanParraMarthaIsabel_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
15. Orem D. El cuidado. [Internet], 2012. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothea-orem.html>
16. Organización Panamericana de la salud, Organización mundial de la salud “Envejecimiento saludable” sitio web disponible en: [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=13634:healthy-aging&Itemid=42449&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13634:healthy-aging&Itemid=42449&lang=es)

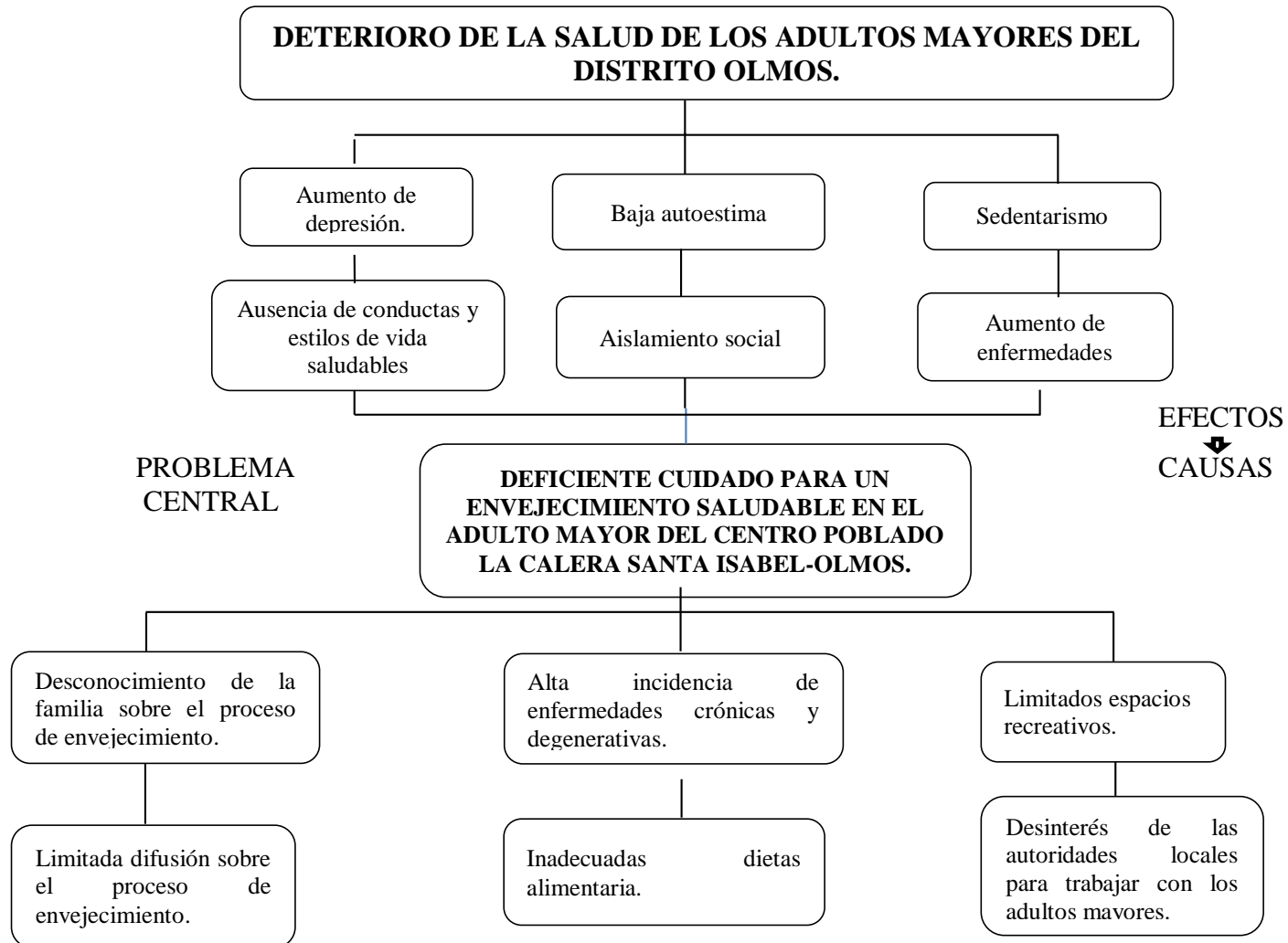


17. García S. Especialista en medicina familiar y comunitaria envejecimiento activo y saludable publicado 20 de junio de 2010, disponible en: <https://www.hola.com/salud/enciclopediasalud/2010062045408/mayores/generales/envejecimiento-activo-y-saludable/>
18. El proceso de envejecimiento y los cambios biológicos, psicológicos y sociales. Unidad 2 sitio web, disponible en: <http://spain-s3-mhe-prod.s3-website-eu-west-1.amazonaws.com/bcv/guide/capitulo/8448176898.pdf>
19. Sistema de las naciones unidas en el Perú, publicado Lima 2017 sitio web, disponible en: <http://onu.org.pe/ods-3/>
20. Ley N° 30490. Publicada en el Diario Oficial “El Peruano”. Lima- Perú. Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-de-la-persona-adulta-mayor-ley-n-30490-1407242-1/>
21. Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de Salud de las Personas Adultas Mayores. 2006. (Acceso Abril 2018). Disponible en: [https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2010/adultoMayor/archivos/Normas%20T%C3%A9cnicas\\_segunda%20parte.pdf](https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2010/adultoMayor/archivos/Normas%20T%C3%A9cnicas_segunda%20parte.pdf)
22. Plan de desarrollo concertado de la provincia de Lambayeque 2011-2021. Primera edición, julio 2012, sitio web, disponible en: <http://www.munilambayeque.gob.pe/documentos/PlanDesaConcerF20112021.pdf>
23. Portal de la Municipalidad Distrital de Olmos sitio web, disponible en: <https://www.muniolmos.gob.pe/mdo/>
24. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. [sede Web]. Perú. [acceso 6 de mayo del 2014]. Disponible en: <http://www.usat.edu.pe/alumni/nosotros/>
25. Escuela de Enfermería. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. [sede Web]. Perú. [acceso 6 de mayo del 2014]. Disponible en: <http://www.usat.edu.pe/enfermeria-acerca-de-la-escuela/1886vision>

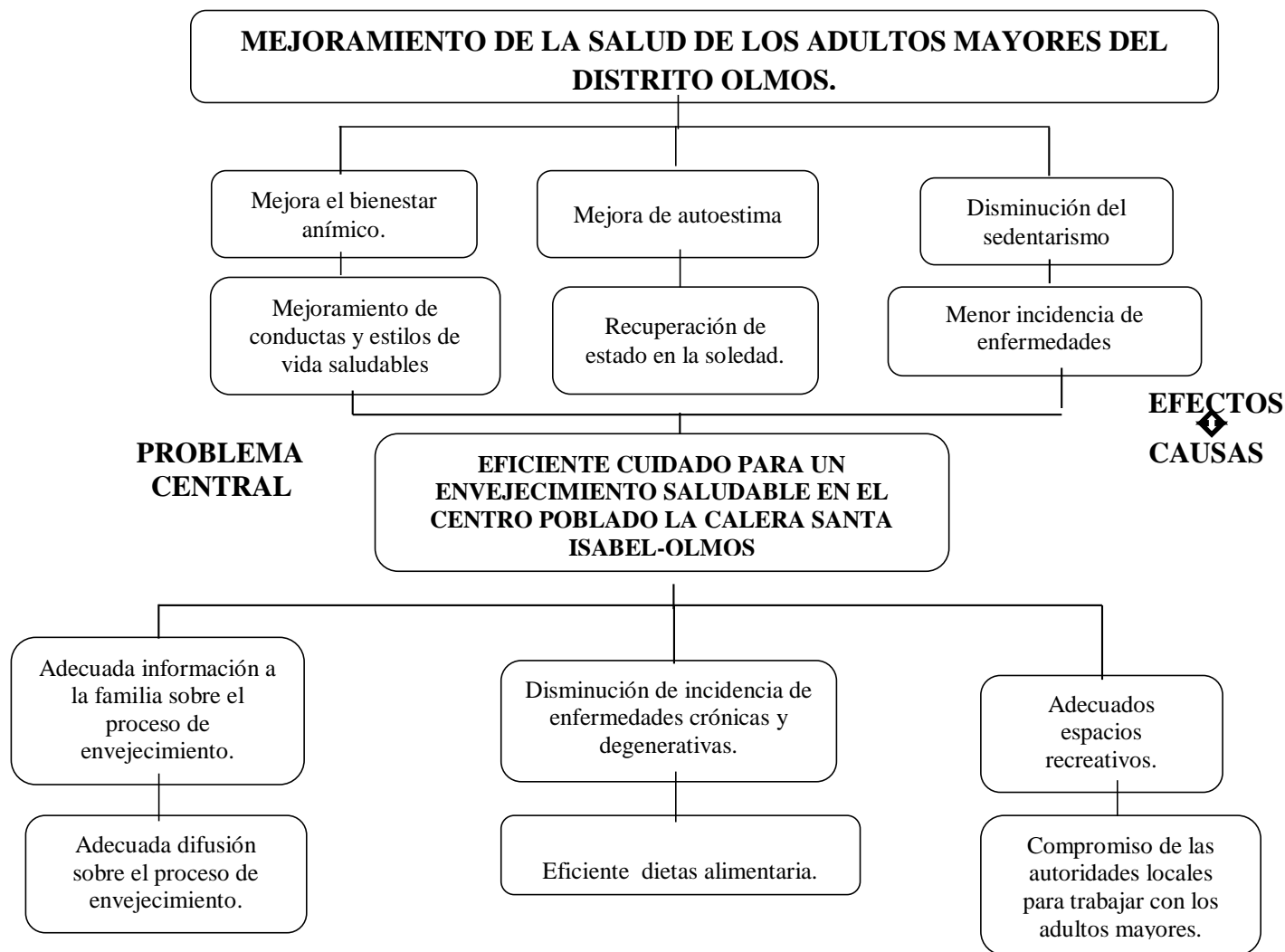
26. Escuela de Enfermería. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. [sede Web]. Perú. [acceso 6 de mayo del 2014]. Disponible en: <http://www.usat.edu.pe/enfermeria-acerca-de-la-escuela/1886vision>
27. Serrato I. Distrito de Olmos blog, sitio web, disponible en: <http://distritoolmos1.blogspot.com/>
28. Caudillo D. Marco metodológico para la realización de talleres de Sensibilización para el Trabajo en Redes. [sede Web]. 2006 disponible en: <http://base.d-ph.info/es/fiches/dph/fiche-dph-6557.html>
29. Nolasco C. Educación médica continua, Que es una terapia familiar. [sede Web]. disponible en: <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/1988/pdf/Vol56-4-1988-11.pdf>
30. Rodríguez R. Guías para el desarrollo de charlas y talleres. [sede Web]. Lima 2009. Disponible en: <https://cap3mantaro.webcindario.com/pdf/guiaDCT.pdf>
31. Rodríguez R. Guías para el desarrollo de charlas y talleres. [sede Web]. Lima 2009. Disponible en: <https://cap3mantaro.webcindario.com/pdf/guiaDCT.pdf>

# Anexos

## ÁRBOL DE PROBLEMAS



## ÁRBOL DE OBJETIVOS



## MATRIZ DE MARCO LÓGICO

LOGICA DE INTERVENCION	INDICADORES MEDIBLES	MEDIOS DE VERIFICACION	SUPUESTOS (lo ideal)
<b>OBJETIVO DE DESARROLLO</b>			
Contribuir al mejoramiento de la salud de los adultos mayores del distrito de Olmos.	Al 2025, al menos el 3% de los adultos mayores se habrá contribuido al mejoramiento de la salud en el distrito de Olmos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informe final del proyecto</li> <li>• Fotografías</li> <li>• video</li> </ul>	Se cuenta con Gerencia Regional de salud de Lambayeque y autoridades locales comprometidos en mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.
<b>OBJETIVO GENERAL</b>			
Promover un eficiente cuidado para un envejecimiento saludable en los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito Olmos.	A julio 2019 al menos el 40% de los adultos mayores del centro poblado La Calera Santa Isabel realizan 30 minutos de caminata todos los días.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visitas domiciliarias</li> <li>• Acta de seguimiento</li> <li>• Fotografías</li> </ul>	Se cuenta con la participación de las autoridades locales para la implementación del programa: Un envejecimiento saludable y activo en la comunidad La Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.
<b>Resultados</b>			
<b>R1:</b> Se habrá promovido una adecuada difusión en las familias de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos sobre el proceso de envejecimiento.	Al final del proyecto el 80 % de adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos, participando de 02 campañas de difusión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Registro de asistencia</li> <li>• Acta de compromiso</li> <li>• Fotografías.</li> </ul>	<p>Familias comprometidas en el desarrollo para la prevención y promoción del cuidado integral del adulto mayor de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.</p> <p>Se cuenta con la participación de las autoridades locales para un envejecimiento saludable de la</p>

<p><b>R.2:</b> Se habrá desarrollado conocimiento de dietas saludables en las la familia de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.</p>	<p>Al final del proyecto 20 adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel se beneficiaron de 02 talleres sobre dietas saludables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Registro de asistencia</li> <li>• Acta de compromiso</li> <li>• Fotografías.</li> </ul>	<p>comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.</p>
<p><b>R.3</b> Se contara con el interés de las autoridades locales para un envejecimiento saludable en los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.</p>	<p>Al 20 de julio 2019 el 80% delas autoridades locales se comprometidos en el desarrollo de 01 programa para un adecuado envejecimiento saludable de los adultos mayores de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Registro de asistencia</li> <li>• Acta de compromiso</li> <li>• Fotografías.</li> </ul>	<p>Se cuenta con la participación de las autoridades locales para un envejecimiento saludable de la comunidad la Calera Santa Isabel, Distrito de Olmos.</p>
<p><b>ACTIVIDADES</b></p>	<p><b>RECURSOS</b></p>		<p><b>COSTOS</b></p>
	<p><b>RECURSOS HUMANOS</b></p>	<p><b>RECURSOS MATERIALES</b></p>	
<p>1.1 talleres de sensibilización a la familia acerca del cuidado del envejecimiento saludable en los adultos mayores.</p>	<p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Líderes comunales. Enfermera serumista del puesto de salud la calera Santa Isabel.</p>	<p>Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop.</p>	<p>S/ 999.45</p>
<p>1.2 terapia familiar en las familias de adultos mayores.</p>	<p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria.</p>	<p>Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias,</p>	<p>S/ 1,646.50</p>

		solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio.	
1.3 talleres con adultos mayores en autoestima.	Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria.	Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, papel bon, imágenes, solapines, goma, cinta, refrigerio.	S/ 1,096.50
2.1 talleres educativos sobre estilos de vida saludable alimentación y nutrición, actividad física, acompañamiento afectivo e higiene correcta.	Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Enfermera serumista del puesto de salud la calera Santa Isabel. Autoridades locales	Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio.	S/ 736.50
2.2 taller demostrativo de alimentación propia de la comunidad.	Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Líderes de la comunidad	Alimentos propios de la zona, platos, cucharas, manteles, gorros, tina, cuchillo, tabla de picar, jarra, agua, mesa toldos, papelotes, plumones, solapines.	S/ 653.75
2.4 talleres recreativos con los adultos mayores en baile, ejercicios físicos.	Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Enfermera serumista del puesto de salud la calera Santa Isabel. Autoridades locales	Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, pelotas, tiras, música, vasitos, solapines y refrigerio.	S/ 327.00



<p>3.1 sensibilizar a las autoridades de la comunidad acerca del cuidado para un envejecimiento saludable del adulto mayor.</p>	<p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Autoridades locales (Alcalde)</p>	<p>Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio.</p>	<p>S/ 2,616.50</p>
<p>3.2 Capacitación a las autoridades de la comunidad sobre la importancia de un envejecimiento saludable y sus beneficios para el adulto mayor.</p>	<p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Autoridades locales (Alcalde)</p>	<p>Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio.</p>	<p>S/ 996.50</p>
<p>3.3 Campañas de salud con el compromiso de las autoridades de la comunidad Acerca toma de presión arterial, tamizaje de glicemia, valoración del estado nutricional de los adultos mayores.</p>	<p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria. Autoridades locales (Alcalde) Enfermera serumista del puesto de salud</p>	<p>Lapiceros, cuaderno, papel boom, registro de asistencia, algodón, Tensiómetro, estetoscopio, cinta métrica, lancetas, glucómetro, caja para bioseguridad, guantes, alcohol, tiras reactivas, balanzas, tallímetro.</p>	<p>S/ 2,835.50</p>

**CUADRO DE COSTOS DE LAS ACTIVIDADES**

RUBRO	UNIDAD	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO Nuevos Soles	COSTE TOTAL S/	USAT	Municipio	Beneficiarios
<b>II. EQUIPOS MATERIALES Y SUMINISTROS</b>				<u>11,908.20</u>	<u>3,948.70</u>	6,396.50	<u>1,563.00</u>
1.1 TALLER DE SENSIBILIZACION A LA FAMILIA ACERCA DEL CUIDADO DEL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN LOS ADULTOS MAYORES.				999.45	949.45	50.00	-
Papel sabana	unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Papel bond	Millar	1	26.00	26.00	26.00		
Cartulina a colores	Unidad	25	0.50	12.50	12.50		
Folder manila	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Plumones negro, azul, rojo	Caja	1	36.00	36.00	36.00		
Lapicero negro	Caja	1	25.00	25.00	25.00		
Cinta masquintape	Unidad	10.00	2.50	25.00	25.00		
Tijera	Unidad	3	2.50	7.50	7.50		
Proyector multimedia	Unidad	1	3.20	3.20	3.20		
Laptop	Unidad	1	3.50	3.50	3.50		
Faster	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler local	Taller	1	50.00	50.00		50.00	
Refrigerio (150)	Persona	150	5.00	750.00	750.00		

1.2 TERAPIA FAMILIAR EN LAS FAMILIAS DE ADULTOS MAYORES.				1,646.50	546.50	350.00	750.00
Papel sabana	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Papel bond	Milliar	1	26.00	13.00	13.00		
Cartulina a colores	Unidad	25	0.50	12.50	12.50		
Folder manila	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Plumones negro, azul, rojo	Caja	1	36.00	36.00	36.00		
Lapicero negro	Caja	1	25.00	25.00	25.00		
Cinta masquintape	Unidad	10	2.50	25.00	25.00		
Copias e Impresiones	Global	1	250.00	250.00	250.00		
Papel Bond a colores	Unidad	50	0.20	10.00	10.00		
Faster	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler de equipo de sonido	Unidad	1	350.00	350.00		350.00	
Alquiler de local	Taller	1	100.00	100.00	100.00		
Refrigerio (150)	Persona	150	5.00	750.00			750.00

1.3 TALLER CON ADULTOS MAYORES EN AUTOESTIMA.				1,096.50	935.50	161.00	0.00
Papel sabana	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Papel bond	Milliar	1	26.00	13.00	13.00		
Cartulina a colores	Unidad	25	0.50	12.50	12.50		
Folder manila	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Plumones	Caja	1	36.00	36.00		36.00	
Lapicero	Caja	1	25.00	25.00	25.00		
Cinta masquintape	Unidad	10	2.50	25.00	25.00		
Copias e Impresiones	Global	1	50.00	50.00	50.00		
Papel Bond a colores	Unidad	50	0.20	10.00	10.00		
Faster	Unidad	50	0.50	25.00		25.00	
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler de local	Taller	1	100.00	100.00		100.00	
Refrigerio (150)	Persona	150	5.00	750.00	750.00		

2.1. TALLER EDUCATIVO SOBRE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN, ACTIVIDAD FISICA, ACOMPAÑAMIENTO EFECTIVO E HIGIENE CORRECTA.				736.50	<u>274.50</u>	437.00	25.00
Papel sabana	Unidad	50	0.50	2.00	2.00		
Papel bond	Millar	1	26.00	26.00		26.00	
Cartulina a colores	Unidad	25	0.50	12.50	12.50		
Folder manila	Unidad	50	0.50	25.00			25.00
Plumones	Caja	1	36.00	36.00		36.00	
Lapicero	Caja	1	25.00	25.00	25.00		
Cinta masquintape	Unidad	10	2.50	25.00	25.00		
Copias e Impresiones	Global	1	50.00	50.00	50.00		
Papel Bond a colores	Unidad	50	0.20	10.00	10.00		
Faster	Unidad	50	0.50	25.00		25.00	
Tripticos	Ciento	150	1.00	150.00	150.00		
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler de sonido	Unidad	1	350.00	350.00		350.00	

2.2. TALLER DEMOSTRATIVO DE ALIMENTACION PROPIA DE LA COMUNIDAD.				653.75	<u>209.75</u>	444.00	0.00
Platos	Ciento	150	1.20	180.00	180.00		
Cucharas	Ciento	150	0.04	5.25	5.25		
Mantel	Taller	20	1.00	20.00		20.00	
vasos descartables	Taller	150	0.03	4.50		4.50	
Jarras	Taller	3	1.50	4.50	4.50		
Tabla de picar	Unidad	1	3.00	3.00	3.00		
Tinas	Unidad	3	4.00	12.00	12.00		
Cuchillos	Unidad	1	5.00	5.00	5.00		
Agua de mesa	unidad	5	12.00	60.00		60.00	
Gorros	Taller	6	1.00	6.00		6.00	
Jabón liquido	Unidad	1	3.50	3.50		3.50	
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler de sonido	Unidad	1	350.00	350.00		350.00	

2.3. TALLER RECREATIVO CON LOS ADULTOS MAYORES EN BAILE, EJERCICIOS FISICOS.				327.00	133.00	194.00	0.00
Copias e Impresiones	Global	1	50.00	50.00		50.00	
Papel Bond a colores	Unidad	50	0.20	10.00		10.00	
Faster	Unidad	50	0.50	25.00		25.00	
Pelotas	Taller	10	2.50	25.00	25.00		
Tiras	Taller	10	0.80	8.00	8.00		
Globos	Ciento	100	1.00	100.00	100.00		
Vasitos descartables	Taller	30	0.30	9.00		9.00	
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler de sonido	Taller	1	100.00	100.00		100.00	

3.1 SENSIBILIZAR A LAS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD ACERCA DEL CUIDADO PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE DEL ADULTO MAYOR.				2,616.50	280.00	2,323.50	13.00
Papel sabana	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Papel bond	Milliar	1	26.00	13.00			13.00
Cartulina a colores	Unidad	25	0.50	12.50		12.50	
Folder manila	Unidad	50	0.50	25.00		25.00	
Plumones	Caja	1	36.00	36.00		36.00	
Lapicero	Caja	1	25.00	25.00	25.00		
Cinta masquintape	Unidad	10	2.50	25.00	25.00		
Copias e Impresiones	Global	1	50.00	50.00	50.00		
Papel Bond a colores	Unidad	50	0.20	10.00	10.00		
Faster	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Fotochecks	Unidad	100	1.20	120.00	120.00		
Laptop LENOVO	UNIDAD	1	1500.00	1500.00		1,500.00	
<b>SERVICIOS</b>							
Refrigerio (150)	Persona	150	5.00	750.00		750.00	

3.2 CAPACITACION A LAS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD SOBRE LA IMPORTANCIA DE UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y SUS BENEFICIOS PARA EL ADULTO MAYOR.				996.50	183.50	788.00	25.00
Papel sabana	Unidad	50	0.50	25.00		25.00	
Papel bond	Milliar	1	26.00	13.00		13.00	
Cartulina a colores	Unidad	25	0.50	12.50	12.50		
Folder manila	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Plumones	Caja	1	36.00	36.00	36.00		
Lapicero	Caja	1	25.00	25.00	25.00		
Cinta masquintape	Unidad	10	2.50	25.00	25.00		
Copias e Impresiones	Global	1	50.00	50.00	50.00		
Papel Bond a colores	Unidad	50	0.20	10.00	10.00		
Faster	Unidad	50	0.50	25.00			25.00
<b>SERVICIOS</b>							
Refrigerio (150)	Persona	150	5.00	750.00		750.00	

3.3 CAMPAÑAS DE SALUD CON EL COMPROMISO DE LAS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD ACERCA TOMA DE PRESION ARTERIAL, TAMIZAJE DE GLICEMIA, VALORACION DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADULTOS MAYORES.				2,835.50	436.50	1,649.00	750.00
Lapiceros	Unidad	50	0.50	25.00		25.00	
Lancetas descriptables	Ciento	200	2.00	400.00		400.00	
Algodón Hospitalario 500GR	Unidad	2	12.00	24.00		24.00	
Banner 120 cm X 90cm	Unidad	1	50.00	50.00	50.00		
Folder A4	Unidad	50	0.50	25.00	25.00		
Alcohol 96	Unidad	2	30.00	60.00	60.00		
Balanza	Unidad	5	30.00	150.00	150.00		
Tallimetro	Unidad	5	1.50	7.50	7.50		
Tensiometro	unidad	5	150.00	750.00			750.00
Copias e Impresiones	Global	1	50.00	50.00		50.00	
Tripticos	Ciento	150	1.00	150.00		150.00	
Plumones Gruesos N°47	CAJA	4	30.00	120.00	120.00		
Globos	CIENTO	3	8.00	24.00	24.00		
<b>SERVICIOS</b>							
Alquiler de sonido	Taller	1	100.00	100.00		100.00	
Almuerzos	Persona	150	6.00	900.00		900.00	

<b>A.III. PERSONAL LOCAL</b>				40,800.00	0.00	40,800.00	0.00	40,800.00
<b>Equipo Técnico</b>								
Técnico responsable del proyecto	1	12	2,800.00	33,600.00		33,600.00		
Asistente Contable	1	6	1,200.00	7,200.00		7,200.00		
<b>A.IV VIAJES, ESTANCIAS Y DIETAS</b>				0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>A.V FUNCIONAMIENTO</b>				7,900.00	1,900.00	6,000.00	0.00	7,900.00
Combustible seguimiento	Mes	12	500.00	6,000.00		6,000.00		
Materiales de oficina	Mes	12	150.00	1,800.00	1,800.00			
Gastos bancarios	Global	1	100.00	100.00	100.00			
<b>SUBTOTAL COSTES DIRECTOS</b>				60,608.20	5,848.70	53,196.50	1,563.00	60,608.20
<b>BII - COSTOS INDIRECTOS</b>								
B.I Gastos administrativos de la cooperante	Global	1.00	800.00	800.00		800.00		
B.II Gastos administrativos de la contraparte local	Global	1.00	800.00	800.00		800.00		
<b>SUBTOTAL COSTES INDIRECTOS</b>				1,600.00	0.00	1,600.00	0.00	1,600.00
<b>TOTAL</b>				62,208.20	5,848.70	54,796.50	1,563.00	62,208.20