Aplicación del método activo lúdico en la recuperación de la motricidad del adulto mayor

Application of the active playful method in the recovery of motor skills in the elderly

Irina Giovanna Flores Poma ^a; irina.flores@epgqunh.edu.pe
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8563-6758>

Universidad Nacional de Huancavelica

Elí Juan Cárdenas Valverde ^b; educamilenio6@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6358-7107>

Universidad San Ignacio de Loyola

Juan Carlos Cárdenas Valverde ^b; carlos.cardenas@unh.edu.pe
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1744-5746>

Universidad Nacional de Huancavelica

Recibido: Julio / 14 / 2021 – **Revisado:** Agosto / 15 / 2021 – **Publicado:** Septiembre / 30 / 2021

RESUMEN

Los adultos mayores requieren de atención individualizada debido a que, con el tiempo y el pasar de los años van perdiendo sincronía en las actividades motrices que ejecutan, por ello se planteó el objetivo determinar el efecto de la aplicación del método activo lúdico en la recuperación de la motricidad del adulto mayor. El trabajo fue de tipo aplicado de nivel explicativo, contando con una muestra de 5 personas. La evaluación se realizó mediante el uso de instrumentos que fueron validados por juicio de expertos antes de su ejecución. Se empleó la prueba chi cuadrado para rechazar la hipótesis nula, concluyendo que la aplicación del método activo lúdico en la recuperación de la motricidad del adulto mayor tiene efecto significativo.

Palabras claves: Método activo lúdico, Recuperación, Motricidad, Adulto mayor.

ABSTRACT

Older adults require individualized attention because, with time and as the years go by, they lose synchrony in the motor activities they execute, for this reason the objective was to determine the effect of the application of the active playful method in the recovery of the motor skills of the elderly. The work was of an applied type of explanatory level, with a sample of 5 people. The evaluation was carried out through the use of instruments that were validated by expert judgment before its execution. The chi square test was used to reject the null hypothesis, concluding that the application of the active playful method in the recovery of motor skills in the elderly has a significant effect.

Keywords: Active playful method, Recovery, Motor skills, Older adult.

Introducción

LaTorre & López (2009) afirman que “el movimiento es parte esencial en la vida del ser humano, es mediante el mismo como las personas abordan las tareas básicas de supervivencia, exploración del entorno, relación con la sociedad y comunicación, siendo un instrumento fundamental de interacción social”. En la misma línea Ramos, Jiménez-Iglesias, & Rivera (2016) plantean que “la motricidad considera el movimiento como un medio de comunicación, expresión y relación con los demás, teniendo un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad, debido a que los niños y niñas no solo desarrollan sus habilidades motoras, sino que esta les permite integrar el pensamiento, las emociones y la socialización”. Igualmente, Bucco (2015) ratifica que “la motricidad es una parte fundamental de la formación del ser humano, debido a que tiende a la mejora integral de la mente, el cuerpo y el espíritu, mediante actividades motrices planificadas de manera racional”.

Por lo expuesto líneas arriba, el gobierno peruano tiene la obligación de proponer estrategias de apoyo y mejora para la regulación del movimiento en los adultos mayores, estos programas deben ayudar y beneficiar el desarrollo de locomoción y motricidad de los mismos; inclusive su recuperación; de ser el caso.

Uno de esos programas es el Programa Nacional para las Personas Adultas Mayores (PLANAM) aprobado con Decreto Supremo N° 002-2013 del Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables que atiende a las personas adultas mayores que tiene como misión el de ayudar a desarrollar la motricidad de los adultos mayores, llamados a veces de manera injusta viejos.

Tal como señala el Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) - División de Población de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (2011) sostienen que “existen diversos modelos para entender y conceptualizar la vejez como etapa de vida, entre los que destacan el de edad cronológica, el de edad fisiológica y el de edad social, sin embargo es necesario

partir de un concepto principal para el diseño de nuestras políticas, ya que ello orientará las intervenciones dirigidas a este grupo poblacional”.

De igual manera el Programa de Envejecimiento y Ciclo Vital de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2002), señala que “el envejecimiento activo es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”.

Más adelante el Programa de Envejecimiento y Ciclo Vital de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2002) propone como política fundamental para la salud el de “proporcionar oportunidades accesibles, agradables y asequibles para estar físicamente activos (por ejemplo, zonas de paseo seguras y parques). Apoyar a los líderes y grupos de personas de la misma edad que promuevan una actividad física regular y moderada para las personas mayores. Informar y educar a las personas y a los profesionales sobre la importancia de permanecer activos a medida que se envejece”.

Como se observa, la motricidad busca integrar la personalidad del adulto mayor haciendo que se manifieste en toda su plenitud el aspecto creador que en el futuro le servirá como medio para seguir adaptándose, como también comprender él y a los demás.

Sin embargo, la pérdida auditiva y las coordinaciones motoras gruesa y fina del cuerpo en el adulto mayor tienen una repercusión directa en las actividades motrices, en tanto el mundo exterior ingresa al cerebro a través de las percepciones o sensaciones y es con todo su esquema corporal que él va teniendo un conocimiento de las cosas y del mundo que le rodea, por ello los docentes, enfermeros, médicos, trabajadores sociales, sociólogos, etc., deben dar la debida importancia a las acciones diarias que realizara el adulto mayor y que le permiten recuperar la motricidad fina y gruesa: Abrocharse y desabrocharse la ropa, anudar los pasadores del zapato, clavar y desclavar, atornillar, destornillar, pelar frutas,

rayar, tapar y destapar, tejer, etc. así mismo orientará a los hijos, docentes y al mismo adulto mayor a ejecutar actividades y estrategias que dirijan su formación integral, permitiéndoles la socialización, afectividad, trabajo en grupo y construyendo su propio aprendizaje.

Rapray Laveriano, Ferrer Quispe, & López Marrufo (2021) manifiestan que “la no formación, formación limitada u óptima de la motricidad ejerce influencia y hasta determina el éxito académico y social de la persona cuando sea niña, joven o adulta”. En nuestro caso, el adulto mayor se sentirá con ganas de seguir viviendo a plenitud si aplica el método activo lúdico para recuperar la motricidad.

El Barrio Ciudad Universitaria, El Tambo-Huancayo, cuenta con personas mayores, quiénes bordean desde los 65 hasta 92 años de edad que el programa para adultos mayores, no tiene alcance sobre ellos, para ello se formuló determinar el efecto de la aplicación del método activo lúdico en la recuperación de la motricidad del adulto mayor.

Estudios realizados sobre el método activo lúdico, pertenecen a Quezada Vargas & Rodríguez Mendoza (2019) quienes plantearon como objetivo “determinar la influencia del método lúdico en la autonomía en niños de cuatro años de la I.E.P. Mundo en Acción, Huanchaco, 2019. Esta investigación buscó estimar la influencia del método lúdico en el desarrollo de la autonomía en los infantes, con el fin de que los mismos se formen como seres capaces, competentes y con iniciativa; para lo cual se trabajó con un taller que constaba con 15 juegos participativos”.

González Vázquez & Rodríguez Cobos (2018) en su investigación plantearon “determinar la influencia que poseen las estrategias lúdicas en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas de Educación Inicial, considerando el valor y relevancia que hoy en día tienen este tipo de estrategias dentro y fuera del aula en el cual se incrementa el proceso evidenciando la importancia que tiene el juego en el avance social y cognitivo de los estudiantes en sus diferentes niveles de

crecimiento en especial en sus primeros años de vida los cuales son importantes y significativos para su desarrollo integral”.

En la misma línea Zuloeta Solano (2018) plantea como objetivo “elaborar una estrategia lúdica de enseñanza aprendizaje de la lectoescritura para mejorar la atención y concentración del estudiante de primaria”.

Barrantes Montes (2017) en su tesis “aborda la problemática actual de los estudiantes de secundaria, quienes presentan serias dificultades en el aprendizaje de la ciencia Química, debido a que no reflexionan sobre sus propios procesos del pensamiento y a no saber elegir estrategias más adecuadas de aprendizaje, sumado a la escasa aplicación de estrategias activas por parte de los docentes; las cuales no propician el desarrollo de las habilidades cognitivas y demostrar que el método activo lúdico ayuda en el desarrollo de las habilidades cognitivas”.

Tapia Benavides, Melecio Caicedo, & Contreras Caicedo (2017) manifiestan que en la práctica pedagógica “se debe permitir la integración de estrategias en las cuales se consideren los intereses y necesidades de los educandos a fin de desarrollar competencias; es en este espacio, donde el docente tiene la libertad de elegir los procedimientos adecuados para la promoción de aprendizajes significativos. Diseñar y elaborar una guía para los docentes de la institución educativa Ciudad de Asís del Municipio de Puerto Asís, con el fin de fortalecer sus prácticas y potenciar el aprendizaje significativo en los estudiantes de grado sexto”.

Cumapa Del Aguila & Correa Saldaña (2018) tenían como propósito “aplicar las estrategias lúdicas en el desarrollo de la oralidad en los niños y niñas de 4 años en la Institución Educativa Inicial N° 089 de la ciudad de Rioja”.

Llivicota Peñafiel (2016) en su investigación tuvo “como finalidad desarrollar la motricidad fina del adulto mayor del Hogar de Ancianos y Aislamiento de la ciudad de Riobamba, mediante la aplicación de diferentes técnicas básicas de modelado tales como: técnica de macarrones o churros, pella o bola, presión, placas, punzado,

paleado, estampado, y técnica de pintura aplicada sobre la arcilla, mismas que favorecerán al mejoramiento de las habilidades motoras finas”.

Moreno Martínez & Olaya Alvarado (2020) manifiestan que “la actividad física mejora la calidad de vida del adulto mayor de forma integral, contribuye al desarrollo y aumento de las capacidades motrices que se deterioran con el tiempo. El objetivo fue determinar los efectos de la aplicación de un programa de actividad física en 15 adultos mayores hombres de Pacho, Cundinamarca”.

Sarango Povea (2015) nos propone “el método Feldenkrais trabaja directamente sobre el sistema nervioso (plasticidad neuronal), mediante la creación de nuevas vías neuronales (sinapsis) del sistema nervioso, creando nuevos engramas de movimientos a través de la repetición de los ejercicios del Método Feldenkrais, consiguiendo que éste disponga de más y mejores recursos para cualquier aspecto de la vida y del movimiento, en especial en la del adulto mayor”.

El método activo lúdico, según Mendoza Ponce, Tijerino Mendoza, & Espinoza Martínez (2018) manifiestan que son “todas aquellas actividades creativas que favorecen el aprendizaje integral de las personas permitiendo la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades de manera dinámica, siendo esta, una herramienta que aporta y da mejores respuestas para un aprendizaje significativo y permite despertar la motivación e imaginación de las personas”.

A su vez, Cando Cajecay (2014) manifiesta que “Aquí se planifica el futuro acto motor, en el momento en que se decide cuál es el más adecuado se ponen en marcha los mecanismos para ejecutarlo. Hay una región cortical encargada en iniciar esta cadena de acciones nerviosas, el área cortical prerrolándica o área motora, la cual corresponde a los músculos voluntarios que formarán parte en el futuro movimiento”.

Desde el punto de vista de Mendoza Ponce, Tijerino Mendoza, & Espinoza Martínez (2018) incluyen al juego dentro del método activo lúdico; “el juego es una actividad recreativa que integra de uno a más participantes, su función principal es

el entretenimiento y diversión, aunque también cumplir un papel educativo; se dice que el juego ayuda al estímulo mental y físico además contribuye al desarrollo de habilidades y destrezas. El juego tiene un carácter de finalidad intrínseca y es liberador de los conflictos, ya que ignora los problemas o los resuelve. Descubrir nuevas sensaciones. Coordinar los movimientos de su cuerpo de forma dinámica y global”. Las características del juego son evadir, educar, motivar, divertir y respetar.

Respecto a la recuperación de la motricidad, Cando Cajecay (2014) manifiesta que “se trata de una disciplina que se basa en una concepción integral del sujeto, que se ocupa de la interacción que se establece entre el conocimiento, la emoción, el cuerpo, el movimiento y de su importancia para el desarrollo de la persona, su capacidad para expresarse y para desenvolverse, por ello sus objetivos son el descubrimiento del cuerpo propio, de sus capacidades, del descubrimiento de los otros y del medio de su entorno. La Psicomotricidad es una disciplina que tiende a favorecer por el dominio del movimiento corporal la relación y la comunicación que el sujeto va a establecer con el mundo que le rodea”.

El desarrollar motricidad en el adulto mayor, tiene beneficios, como lo explica Stima mayores (2019), los cuales son: “desarrollo de un envejecimiento saludable en lo motor, lo psíquico y lo afectivo, potenciación de las capacidades funcionales y cognitivas en pro de la autonomía del usuario, mejora de la movilidad, el equilibrio estático y dinámico, y el desarrollo muscular, control de la respiración y aplicación de técnicas que promuevan la relajación, desarrollo de capacidades comunicativas y facilidad para entablar relaciones personales y favorecer la autoestima y la positividad ante esta nueva etapa y los cambios / situaciones que se deriven de ella”.

El método activo lúdico aplicó los siguientes juegos:

Tabla 1

Juegos aplicados a través del método activo lúdico

N°	Nombre del juego	Tiempo	Dimensión
01	El caracol	5' – 10'	Lateralidad
02	Pelota a la luna	5' – 10'	
03	Busca tu número	5' – 10'	
04	Siguiendo la ruta	5' – 10'	
05	Sálvese quien pueda	5' – 10'	
06	Caminemos por Cuba	5' – 10'	Motricidad
07	Canta y baila conmigo	5' – 10'	
08	Señal roja	5' – 10'	
09	Bolos	5' – 10'	
10	El peregrino	5' – 10'	
11	Los animales	5' – 10'	Tiempo
12	Formación en línea	5' – 10'	
13	Conducir el balón	5' – 10'	
14	El bloqueo coordinado	5' – 10'	
15	Las horas	5' – 10'	
16	Cazando ingredientes	5' – 10'	Esquema corporal
17	Camareros	5' – 10'	
18	Cada uno en su casa	5' – 10'	
19	Eslabones perdidos	5' – 10'	

Nota: Relación de juegos activos lúdicos. Fuente: Adaptado de Lizano Salazar (2014)

Metodología

La investigación empleó los métodos: científico, analítico-sintético, descriptivo; experimental y estadístico.

Hernández, y otros (2018) manifiestan que “los métodos de investigación pueden ser empíricos y teóricos. Los métodos empíricos de investigación pretenden estudiar las características fundamentales y las relaciones esenciales del objeto que son accesibles a la percepción sensorial”.

Se utilizó un diseño preexperimental.

De acuerdo a Sánchez, Reyes & Mejía (2018) es un “modelo o esquema que adopta el investigador para establecer un mejor control de las variables en estudio”.

La población muestral estuvo conformada por los adultos mayores del barrio Ciudad Universitaria, El Tambo-Huancayo, en especial del Pasaje Campos.

Se aplicó un instrumento antes y después del experimento. Se trató de un estudio aplicativo, a un nivel explicativo, ya que nos permitió manipular la variable dependiente. La población muestral la conformaron cinco adultos mayores. Los datos se analizaron utilizando estadística descriptiva e inferencial. Se realizó además la comprobación de hipótesis.

Resultados

Tabla 2

Distribución de frecuencias método activo lúdico, dimensión lateralidad

Lateralidad	Entrada		Salida	
	Nº	%	Nº	%
Logro destacado	0	0.0	3	60.0

Logro previsto	1	20.0	2	40.0
En Proceso	2	40.0	0	0.0
En Inicio	2	40.0	0	0.0
TOTAL	5	100	5	100

Nota: Frecuencias de la dimensión lateralidad. Fuente: Elaboración propia.

Los datos expresados en la tabla 3 permiten apreciar el porcentaje de participantes para la dimensión Lateralidad, en la prueba de entrada se evidencia que 2 adultos mayores se ubican en Inicio (40%), 2, se posicionan En Proceso (40%) y 1, se ubica en Logro previsto (20%), frente a la prueba de salida, en la que tenemos 2 adultos mayores se ubican en Logro Previsto (40%) y 3 se encuentran en Logro destacado (60%), lo cual permite evidenciar que el método activo lúdico tiene efecto significativo en la recuperación de la motricidad del adulto mayor en la dimensión Lateralidad.

Tabla 3

Distribución de frecuencias método activo lúdico, dimensión motricidad

Motricidad	Entrada		Salida	
	N°	%	N°	%
Logro destacado	0	0.0	0	0.0
Logro previsto	0	0.0	3	60.0
En Proceso	1	20.0	2	40.0
En Inicio	4	80.0	0	0.0
TOTAL	5	100	5	100

Nota: Frecuencias de la dimensión motricidad. Fuente: Elaboración propia.

Los datos expresados en la tabla 3 permiten apreciar el porcentaje de participantes para la dimensión Motricidad, en la prueba de entrada se evidencia que 4 adultos mayores se ubican en Inicio (80%) y 1, se posicionan En Proceso (20%), frente a la prueba de salida, en la que tenemos 2 adultos mayores se ubican En Proceso (40%) y 3 se encuentran en Logro previsto (60%), lo cual permite evidenciar que el método activo lúdico tiene efecto significativo en la recuperación de la motricidad del adulto mayor en la dimensión Motricidad.

Tabla 4

Distribución de frecuencias método activo lúdico, dimensión tiempo

Tiempo	Entrada		Salida	
	N°	%	N°	%
Logro destacado	0	0.0	1	20.0
Logro previsto	0	0.0	3	60.0
En Proceso	0	0.0	1	20.0
En Inicio	5	100.0	0	0.0
TOTAL	5	100	5	100

Nota: Frecuencias de la dimensión tiempo. Fuente: Elaboración propia.

Los datos expresados en la tabla 4 permiten apreciar el porcentaje de participantes para la dimensión Tiempo, en la prueba de entrada se evidencia que 5 adultos mayores se ubican en Inicio (100%), frente a la prueba de salida, en la que tenemos 1 adulto mayor se ubica En Proceso (20%), 3, se posicionan en Logro previsto (60%) y 1 se encuentran en Logro Destacado (20%), lo cual permite evidenciar que el método activo lúdico tiene efecto significativo en la recuperación de la motricidad del adulto mayor en la dimensión Tiempo.

Tabla 5

Distribución de frecuencias método activo lúdico, dimensión esquema corporal

Esquema Corporal	Entrada		Salida	
	N°	%	N°	%
Logro destacado	0	0.0	4	80.0
Logro previsto	0	0.0	1	20.0
En Proceso	3	60.0	0	0.0
En Inicio	2	40.0	0	0.0

TOTAL 5 100 5 100

Nota: Frecuencias de la dimensión esquema corporal. Fuente: Elaboración propia.

Los datos expresados en la tabla 5 permiten apreciar el porcentaje de participantes para la dimensión Esquema corporal, en la prueba de entrada se evidencia que 2 adultos mayores se ubican en Inicio (40%) y 3, se encuentran En Proceso (60%), frente a la prueba de salida, en la que tenemos 1 adulto mayor se ubica Logro Previsto (20%) y 4 se encuentran en Logro Destacado (80%), lo cual permite evidenciar que el método activo lúdico tiene efecto significativo en la recuperación de la motricidad del adulto mayor en la dimensión Esquema corporal.

Discusión

El resultado del trabajo da a conocer que la aplicación del método activo lúdico tiene efecto significativo en la recuperación de la motricidad del adulto mayor. Estudios encontrados coinciden con los resultados presentados como el de Barrantes Montes (2017) cuando concluye que “las habilidades cognitivas del grupo experimental del área de Ciencia Tecnología y ambiente en los estudiantes del 3ro de secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría n° 25 – Ugel 05 es significativamente mayor con respecto al grupo de control, lo cual demuestra la efectividad del uso del Método lúdico, que se evidenció en su acogida durante las clases, por lo que se recomienda su frecuente utilización”.

González Vázquez & Rodríguez Cobos (2018) manifiestan que “los resultados obtenidos de la investigación documental evidencian que las actividades lúdicas contribuyen de manera efectiva en el mejoramiento del comportamiento de los estudiantes, fortaleciendo a su vez las relaciones interpersonales para lograr una convivencia de armonía en la escuela y en su entorno”. A su vez, Quezada Vargas & Rodríguez Mendoza (2019) cuando concluyen que “se obtuvo que el método lúdico basado en el juego causa gran influencia en el desarrollo de la autonomía del niño, ya que brinda las posibilidades para su buen desenvolvimiento y goce en la realización de sus actividades”.

Por su parte, Tapia Benavides, Melecio Caicedo, & Contreras Caicedo (2017) al manifestar que en la “investigación ayudo a identificar que algunos docentes tienden a confundir las técnicas de enseñanza y aprendizaje con las metodologías y estrategias pedagógicas; situación que favoreció el diseño y elaboración de la guía, dado que permitió enfocar los fundamentos teóricos haciendo especial énfasis en las discrepancias que existen alrededor de los mismos”. Zuloeta Solano (2018) al concluir que “la estrategia que se pretende insertar es la lúdica que es un elemento indispensable dentro del salón de clases ya que esta permite que el aprendizaje sea divertido y natural, ya que esta característica es innata en los niños y su desarrollo”.

Siguiendo esta línea, Cumapa Del Aguila & Correa Saldaña (2018) quíenes “al contrastarse la hipótesis, se obtuvo un valor calculado de $t_c = -29,01$ y un valor tabular de $t_t = -1,721$, con un nivel de significancia del 5% y 21 grados de libertad, determinándose que las estrategias lúdicas desarrollaran significativamente la oralidad en los niños y niñas de 4 años en la Institución Educativa Inicial N° 089 de la ciudad de Rioja. La aplicación de las estrategias lúdicas desarrolló la oralidad en los niños y niñas de 4 años en la Institución Educativa Inicial N° 089 de la ciudad de Rioja, a un proceso de logro en las dimensiones de fluidez, tono de voz, expresión no verbal y volumen; y logro previsto a nivel de coherencia, dicción y/o pronunciación”. Llivicota Peñafiel (2016) llegan a la “conclusión de que es importante la creación de un taller artístico donde puedan seguir trabajando con arcilla y otros materiales que sean manipulables para que de esa manera no pierdan en su totalidad la funcionalidad de sus manos y por lo tanto conserven su capacidad motriz”.

También, Moreno Martínez & Olaya Alvarado (2020) señalan que “los porcentajes arrojados por el programa R Studios demuestran que la aplicación del programa de actividad física en el adulto mayor en el municipio de Pacho Cundinamarca, no son altamente relevantes, porque sus rangos están entre $\pm 1.1\%$ lo cual no genera un cambio significativo en la condición física del adulto

mayor, pero si es determinante para mantener el buen estado de salud actual, por lo tanto, le genera un menor riesgo de adquirir enfermedades no transmisibles generadas por el sedentarismo, entre otras cosas”.

Además, Sarango Povea (2015) manifiesta que identificaron “las características funcionales del aparato músculo esquelético en el adulto mayor durante la investigación son: arcos de movilidad disminuidos en miembros inferiores especialmente en las articulaciones de la cadera y las rodillas al momento de realizar ejercicios de disociación de cintura pélvica en la aplicación del Método Feldenkrais. Al momento de realizar la evaluación se observó en la articulación glenohumeral una disminución del arco de movimiento en extensión y una debilidad muscular al realizar flexión de hombro; también una fuerza disminuida en manos al momento de realizar los diferentes tipos de pinzas, en la coordinación motriz fina”.

De igual manera, Rapray Laveriano, Ferrer Quispe, & López Marrufo (2021) cuando concluyen que “existe un efecto significativo del método lúdico en la motricidad gruesa en estudiantes de la IEI N° 0043 Santa Teresita, Constitución - Oxapampa, pues la mejora, según el postest, en relación al pretest, en el nivel logrado se corrobora con el resultado $\text{sig.} = 0.00$ ”. Alonso Álvarez & Pazos Couto (2020) cuando manifiestan que “la investigación nos ha permitido conocer la importancia que le otorga el profesorado de educación infantil al trabajo de motricidad en el aula. Hemos observado que todo el profesorado encuestado ve importante trabajar la motricidad desde edades tempranas. Aun así, casi la mitad afirmó que la importancia que se le da es poca porque el trabajo en las aulas no lo ven suficiente, exponiendo la necesidad de aumentar el número de horas y de darle una mayor presencia en el día a día del aula”.

Finalmente, Cabrera Valdés & Dupeyrón García (2019) sostienen que “con la aplicación en la práctica educativa del sistema de actividades, se pueden constatar resultados satisfactorios en muchos de los indicadores correspondientes al área de

la motricidad fina, en las áreas de Educación Plástica, Preescritura y en los horarios de actividad independiente”.

Conclusiones

La aplicación del método activo lúdico tiene efecto significativo en la recuperación del adulto mayor a través de juegos propios de su contexto, permite el desarrollo de las dimensiones Lateralidad, Motricidad, Tiempo y Esquema corporal de los adultos mayores. La aplicación de los diversos juegos permitió la recuperación de la motricidad en el adulto mayor.

Referencias

- Alonso Y., & J. (20 de Enero de 2020). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España). *Educação e Pesquisa*, 47. doi:<https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046207294>
- Barrantes P. (2017). *El método lúdico y su influencia en el desarrollo de habilidades cognitivas en el área de Ciencia Tecnología y Ambiente en estudiantes del tercero de secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría N° 25 - UGEL 05*. Tesis para optar el grado académico de maestro, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Escuela de posgrado. Obtenido de <https://n9.cl/hmlc9>
- Bucco, L., & Zubiaur, M. (2015). Análisis del desarrollo motor en escolares brasileños con medidas corporales de obesidad y sobrepeso. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 15(59), 593-611. doi:<http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2015.59.012>
- Cabrera B. d., & Dupeyrón García, M. (Abril-Junio de 2019). El desarrollo de la motricidad fina en los niños y niñas del grado preescolar. *Revista de Educación Mendeive*, 17(2), 222-239. Obtenido de <https://mendeive.upr.edu.cu/index.php/MendeiveUPR/article/view/1499>
- Cando L. (2014). *La actividad física y su incidencia en la psicomotricidad del adulto mayor del asilo de ancianos de la ciudad de Puyo, provincia de Pastaza*. Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Ambato. Obtenido de <https://n9.cl/jl2ow>

- Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) - División de Población de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2011). *Los derechos de las personas mayores*. Santiago de Chile: Naciones Unidas.
- Cumapa F., & Correa Saldaña, Y. (2018). *Estrategias lúdicas para el desarrollo de la oralidad en los niños y niñas de 4 años en la Institución Educativa Inicial N°089 de la Ciudad de Rioja*. Universidad Nacional de San Martín, Tesis para optar el título de Licenciado en Educación Inicial, Tarapoto. Obtenido de <https://n9.cl/8cj46>
- González M., & Rodríguez M. (2018). *Las actividades lúdicas como estrategias metodológicas en la educación inicial*. Trabajo de titulación de grado previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación, Universidad Estatal de Milagro, Facultad de Ciencias de la Educación. Obtenido de <https://n9.cl/w751n>
- Hernández, A., Ramos, M., Placencia, B., Indacochea, B., Quimis, A., & Moreno, L. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Manabí: Editorial Área de Innovación y Desarrollo SL.
- LaTorre, P., & López, J. (2009). *Desarrollo de la motricidad en educación infantil: consideraciones curriculares, científicas y didácticas*. Madrid: Universitario.
- Lizano M. (2014). *La actividad lúdica y su influencia en el adulto mayor en el hogar de ancianos Sagrado Corazón de Jesús Congregación de madres Doroteas, Cantón Ambato, Ciudadela España*. Universidad Técnica de Ambato, Informe final del trabajo de graduación para obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Ambato. Obtenido de <https://n9.cl/scfy>
- Llivicota, J. (2016). *El modelado y la motricidad fina en los adultos mayores del hogar de ancianos y aislamiento Riobamba en el año 2016*. Universidad Nacional de Chimborazo, Trabajo previo a la obtención de la Licenciatura, Riobamba. Obtenido de <https://n9.cl/t6nsf>
- Mendoza, E., Tijerino Mendoza, M. d., & Espinoza Martínez, M. (2018). *Metodologías lúdicas empleadas en el proceso enseñanza- Aprendizaje a los niños atendidos en el Ministerio Luz y Sal, ciudad Darío, Matagalpa, II semestre 2017*. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Para optar el título de Licenciada en Trabajo Social, Managua. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/10153/1/6931.pdf>
- Ministerio de Educación del Perú. (2016). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Lima: MINEDU.
- Moreno Martínez, G., & Olaya Alvarado, Y. (2020). *Programa de actividad física para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en Pacho, Cundinamarca*. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales U.D.C.A, Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de Profesional en Ciencias del Deporte. Obtenido de <https://n9.cl/1mu1>

- Programa de Envejecimiento y Ciclo Vital de la Organización Mundial de la Salud (OMS). (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37(S2), 74-105. Obtenido de <https://n9.cl/o6i6r>
- Quezada, A., & Rodríguez L. (2019). *El método lúdico para desarrollar la autonomía en niños de cuatro años de la Institución Educativa Privada “Mundo en Acción”*. Tesis para obtener el título profesional, Universidad César Vallejo, Facultad de Educación e Idiomas. Obtenido de <https://n9.cl/trae8>
- Ramos, P., Jiménez A., & Rivera, F. (2016). Evolución de la práctica de la actividad física en los adolescentes españoles. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 16(62), 335-353. doi:<http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.62.010>
- Rapray C., Ferrer C., & López C. (Enero-Abril de 2021). Efecto del método lúdico en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños. *Kolpa*, 2(1), 11-25. doi:<https://doi.org/10.47258/rceke.v2i1.125>
- Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanista*. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Sarango A. (2015). *Desarrollo de la coordinación motriz en el adulto mayor a partir del método Feldenkrais*. Pontificia Universidad Católica del Educador, Disertación de grado previa a la obtención del título de Licenciada en Terapia Física. Obtenido de <https://n9.cl/2ozdv>
- Stima mayores. (19 de Diciembre de 2019). *La psicomotricidad geriátrica: objetivos y actividades para personas mayores*. Obtenido de Geriatricarea: <https://n9.cl/cj73n>
- Tapia A., Melecio Caicedo, Y., & Contreras Caicedo, Z. (2017). *La lúdica como herramienta para el aprendizaje*. Universidad Pontificia Bolivariana, Maestría en Educación, Puerto de Asís Putumayo. Obtenido de <https://n9.cl/s0h2z>
- Zuloeta K. (2018). *Estrategia lúdica de enseñanza aprendizaje de la lectoescritura para mejorar la atención y la concentración del estudiante de primaria de la I.E Manuel Antonio Rivas, Chiclayo*. Tesis para optar el grado académico de Maestra en Ciencias de la Educación con mención en Gestión de la Calidad y Acreditación Educativa, Universidad Señor de Sipán, Escuela de posgrado. Obtenido de <https://n9.cl/htlzt>

Aplicación del método activo lúdico en la recuperación de la motricidad del adulto mayor (Irina Giovanna Flores - Poma) Por [Revista Sendas](#) se encuentra bajo una [Licencia Creative Commons–No Comercial–Sin Derivadas 3.0 Uported](#).