

# Finalizan proyecto de USS para personas mayores "Ser y hacer lo que es importante"

**SEDE VALDIVIA.** Iniciativa de la casa de estudios promovió el desarrollo de las capacidades funcionales y el bienestar de las personas de tercera edad en la Región de Los Ríos.

"Ser y hacer lo que es importante" se denominó la iniciativa de la Universidad San Sebastián (USS) sede Valdivia, que buscó contribuir al desarrollo de la capacidad funcional y el bienestar de adultos mayores.

El proyecto, financiado por el Gobierno Regional de Los Ríos y su Consejo Regional, fue desarrollado por la unidad de Vinculación con el Medio de la USS sede Valdivia y contó con la participación de académicos de las facultades de Odontología y Ciencias de la Rehabilitación, y de Medicina y Ciencia de la USS.

Así, durante la iniciativa se desarrollaron cuatro talleres que abordaron temáticas relacionadas con la tecnología, arte, entre otros, los que fueron dirigidos por académicos y apoyados por estudiantes de la casa de estudios.

## BALANCE

Pablo Hoffmann, vicerrector de la USS sede Valdivia, explicó que "como universidad tenemos una fuerte responsabilidad con vincularnos con nuestro entorno y para ello siempre buscamos instancias para contribuir con la comunidad. En este caso, buscamos mejorar la calidad de vida de las personas mayores, con talleres que fortalezcan sus capacidades frente a la tecnología, por ejemplo, y que además generen redes entre ellos mismos. Algo esencial de todo esto es que los



EL PROYECTO DE LA USS BUSCÓ CONTRIBUIR AL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD FUNCIONAL Y EL BIENESTAR DE PERSONAS MAYORES.

talleres fueron acompañados por estudiantes de la USS, lo que generó algo transgeneracional".

La encargada del proyecto y académica de Vinculación con el Medio para la Facultad de Odontología y Ciencias de la Rehabilitación de la USS sede Valdivia, Ana Paula Cancino, destacó la realización de esta iniciativa y el apoyo entregado a las personas mayores. "Muchas veces la soledad y el aislamiento social son problemas comunes entre ellos. Necesitan un apoyo social y emocional para mejorar tanto su bienestar mental como físico. Precisamente para suplir esas

necesidades es que nació 'Ser y hacer lo que es importante', para prestar apoyo en tareas cotidianas y en otras más complejas que muchas veces representan desafíos para las personas mayores", dijo.

Fonoaudióloga de profesión, Ana Paula Cancino acotó que "las personas mayores han contribuido significativamente a la sociedad a lo largo de sus vidas. Por ello, apoyarles en mejorar su calidad de vida les permite estar más activos, saludables y autónomos durante más tiempo".

El gobernador regional de Los Ríos, Luis Cuvertino, quien

durante la jornada de cierre conversó con beneficiarios de esta iniciativa, destacó el proyecto por los temas tratados y por ser una forma, dijo, de vincular a personas mayores con su entorno y grupos sociales afines. "La USS lleva más de 10 años trabajando en forma especial para el adulto mayor. Esta fue una propuesta de la universidad, donde se inscribieron más de 120 adultos mayores, la gran mayoría mujeres. De acuerdo a las conversaciones había mucha satisfacción, alegría por los cursos, deseando que esta metodología se mantenga, que se sigan dan-

do posibilidades de participar en estos talleres que son muy diversos, porque tienen que ver con valorar a los adultos mayores en todas sus capacidades vigentes para seguir aportando a la sociedad en su conjunto, tanto en los aportes en las familias, como en los barrios donde están participando".

La autoridad agregó que "una de las características más importantes que señalan, tiene que ver con adultos mayores que están en soledad y que necesitan claramente vincularse con otras personas y estos talleres permiten justamente esa vin-

## Variedad de talleres

El proyecto contó con cuatro talleres. El primero se denominó "Acercándonos a la tecnología" y tuvo por objetivo brindar oportunidades de aprendizaje, crecimiento personal e independencia en detalles sutiles pero vitales como el uso eficiente de teléfonos, uso de correo electrónico, transferencias bancarias, etc. El segundo fue "Movimiento y cognición", espacio donde las personas mayores pudieron ejercitar su cuerpo y estimular su cerebro a través de dinámicas y trabajo en equipo. El tercer taller "Activando nuestro cerebro" fue enfocado en la estimulación cognitiva, trabajando la atención sostenida, memoria a corto plazo, lenguaje expresivo, memoria selectiva, memoria semántica, habilidades visuo-construccionales, entre otros. El cuarto taller de "Funcionalidad a través del arte", fue diseñado para estimular y ejercitar la creatividad, utilizando la imaginación, fuerza y coordinación de los integrantes a través de las manualidades.

culación virtuosa para poder seguir avanzando en la capacidad de que estos adultos mayores se puedan vincular con clubes y centros abiertos de adultos mayores".



TALLERES FUERON DIRIGIDOS POR ACADÉMICOS Y APOYADOS POR ESTUDIANTES.



HUBO TALLERES DESTINADOS A ESTIMULAR Y EJERCITAR LA CREATIVIDAD.



TAMBIÉN SE TRABAJÓ LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA.