

FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES

LOS * SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR

Título de la Buena Práctica*	Programa, actividad, etc....
“LA MÚSICA NOS UNE”	
Servicio, Distrito, Área...*	Servicios, organizaciones involucradas...
Centro de día Municipal Carmen Sevilla y Colegio Torrevilano en el Distrito Villa de Vallecas.	
Fecha de inicio de la buena práctica*	
Esta actividad comenzó el 4 de octubre de 2023.	
Fecha de actualización de la buena práctica* (Cuando sea una actualización de una práctica ya presentada).	
N/A	
Persona de contacto*	Datos de la persona de contacto de la buena práctica: Nombre, teléfono y email
Elena Herranz Huerta / 917823240 / eherranz@asispa.org	
Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*	Personas a las que va dirigida e intervienen en la buena práctica
Personas mayores integrantes del Centro de día Municipal Carmen Sevilla. Alumnos/as de 1º ESO del Colegio Torrevilano.	
Descripción de la buena práctica*(entre 200 y 300 palabras)	Resumen ejecutivo con los antecedentes, fecha inicio y finalización, descripción de la idea, instrumentos necesarios en su puesta en marcha, etc., con foco a que otros puedan hacerse una idea de lo que implica su replicabilidad. Además, contendrá una descripción específica relacionada con los aspectos más innovadores de la práctica, respecto a otras soluciones estándar o habituales.
<p>Durante los meses de octubre y diciembre de 2023, las personas mayores (n=52) y jóvenes participantes (n= 35), estimularon y desarrollaron distintos aspectos cognitivos, emocionales y sociales a través de la música, dada la importancia de esta en nuestra cultura. Se observó cómo diferentes generaciones viven la música según su contexto vital.</p> <p>Aspectos innovadores: Para ello, las personas mayores utilizaron las nuevas tecnologías, mientras que los/as alumnos/as del centro educativo lo hicieron a través de aparatos más tradicionales. Con ello, se pretendía que ambos grupos experimentaran las sensaciones de un escenario distinto a su contexto habitual y tuvieran la oportunidad de conocer y comprender a través de la propia experiencia las diferentes maneras de vivir la música en función del contexto vital de cada generación. Tras un período de tiempo de trabajo independiente, al final del proyecto ambos grupos de edad pudieron compartir su experiencia en un espacio de aprendizaje, reflexión y desarrollo personal conjunto. Para la puesta en marcha, se utilizaron aparatos e instrumentos tradicionales (acordeón, caja de madera, triángulo, teclado, etc.), y nuevas tecnologías como: Smart TV, tablets electrónicas y aparatos de sonido.</p> <p>En resumen, “La música nos une” es un viaje musical que trasciende generaciones y fusiona lo tradicional con lo contemporáneo.</p>	

Objetivos generales*	Idea central y finalidad de la buena práctica.
<p>Estimular y Mejorar las Relaciones Intergeneracionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar el encuentro y la comunicación entre personas de diferentes edades. • Fortalecer los lazos afectivos y sociales entre generaciones. <p>Integración de Personas Mayores en la Comunidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover la participación activa de las personas mayores en su entorno comunitario cercano. • Consolidar su figura como parte valiosa de la comunidad. <p>Desarrollo de Sentimientos de Realización Personal y Utilidad Social:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar oportunidades para que las personas mayores se sientan realizadas y útiles. • Contribuir a su bienestar emocional y sentido de propósito. 	
Objetivos específicos	Metas concretas y medibles que persigue la buena práctica; necesarios para la ejecución de los objetivos generales.
<p>Estimular Capacidades Cognitivas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se busca mejorar la memoria, la atención, la concentración y el lenguaje a través de la música. • La participación activa en actividades musicales ejercita el cerebro y estimula estas capacidades. <p>Mejorar el Bienestar Emocional y la Calidad de Vida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Al participar en experiencias musicales, se busca aumentar la satisfacción y el bienestar general. <p>Desarrollar la Creatividad a través de Elementos Musicales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La música es una fuente inagotable de creatividad. • Explorar sonidos, armonías, ritmos y melodías fomenta la expresión creativa. <p>Acercar las Nuevas Tecnologías a las Personas Mayores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Integrar aparatos electrónicos y tecnología moderna en la experiencia musical. • Facilitar la adaptación y el acceso a las nuevas herramientas. <p>Promover la Participación Activa en el Contexto Social:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La participación activa en actividades musicales fomenta la integración social. <p>Potenciar el Respeto hacia las Personas Mayores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La interacción directa entre generaciones promueve el entendimiento y el respeto mutuo. • La música como puente para valorar la experiencia y sabiduría de las personas mayores. <p>Espacio de Convivencia, Reflexión y Aprendizaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La música crea un espacio compartido para la convivencia y la reflexión. • El conocimiento mutuo se enriquece a través de la música. 	
Metodología*	Actividades, fases de aplicación, recursos utilizados, implementación
<p>El proyecto de desarrollo de actividades intergeneracionales se desarrolló en varias fases:</p> <p>Fase 1: Planteamiento de Ideas y Propuestas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durante la comisión de participación en octubre, en el apartado de actividades significativas, se propusieron actividades intergeneracionales. • La idea de trabajar con música y nuevas tecnologías surgió como una opción. <p>Fase 2: Búsqueda de entidades en el entorno comunitario</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un grupo de personas mayores, con la ayuda de los profesionales del centro, realizó una búsqueda de entidades o instituciones del entorno comunitario con quienes poder realizar la actividad propuesta. Se realizó un cribado de los centros encontrados en función de edad (Primaria y/o ESO) y se envió un correo electrónico a cada uno de ellos planteándoles la posibilidad de trabajar conjuntamente. De todos ellos, el primero en mandarnos una respuesta fue el Colegio Torrevilano, mostrando gran interés en la iniciativa. 	

Fase 3: Contacto con Colegio Torrevilano

- Se concertó una reunión entre los profesionales de ambos centros para valorar la posibilidad de realizar actividades en común que cumplieran con los objetivos citados y se acordó la realización de una actividad en la que se desarrollaran temas como la música y las nuevas tecnologías en el período relativo a las fiestas navideñas.
- Se mantuvo el contacto durante varios meses para ir matizando el desarrollo de la sesión.
- Ambos centros trabajaron de manera independiente para preparar actuaciones musicales con el objetivo de poner en común de manera conjunta en la actividad intergeneracional. Con este fin, el grupo de personas mayores trabajó utilizando las nuevas tecnologías y el grupo de alumnos/as lo hicieron de una manera más tradicional.

Fase 4: Desarrollo de la actividad

- La actividad se llevó a cabo en el Centro de Día.
- Los asistentes fueron personas integrantes del centro y un grupo de alumnos/as del Colegio Torrevilano.
- Las sesiones tuvieron una duración de una hora y media aproximadamente.
- En un primer lugar, se realizó una pequeña toma de contacto entre los diferentes participantes, en los que se hicieron preguntas unos/as a otros/as. Posteriormente, se hizo una pequeña charla sobre la música y la importancia de esta en nuestras vidas; así como, una reflexión sobre las diferencias existentes del mundo de la música antiguo y actual.
- Durante la segunda parte de la actividad, ambos centros interpretaron diferentes actuaciones musicales preparadas con antelación. En el caso de las personas mayores, hicieron un coro y un baile con el apoyo de las nuevas tecnologías. De igual modo, el grupo de alumnos/as del colegio llevaron a cabo una actuación de canto con instrumentos tradicionales (acordeón, caja de madera, triángulo, etc.).
- La actividad se cerró con una reflexión final sobre el avance de la música y la relevancia que las nuevas tecnologías tienen en el día a día de las personas jóvenes y mayores.

Innovación

Se valorará si es innovadora, incorpora TICs o cualquier tecnología soporte o si cambia las metodologías tradicionales.

El uso de **Smart TV, asistente de voz y tablets** ha enriquecido la experiencia musical y ha permitido una conexión intergeneracional más dinámica y versátil. La música y la tecnología se han fusionado para crear un espacio de aprendizaje y creatividad compartido.

Recursos necesarios

Recursos económicos y no económicos necesarios para la puesta en marcha de la práctica. Recursos materiales, personal, formación, infraestructuras...

Sala para realizar los ensayos, dispositivo para la reproducción de música, instrumentos, personal con conocimientos musicales.

Coparticipación de los beneficiarios o destinatarios*

Marcar si han participado o no los beneficiarios o destinatarios en la definición y desarrollo de la práctica y en qué medida.

La **coparticipación de los beneficiarios** ha sido fundamental en el proceso de desarrollo de la práctica. Los beneficiarios, especialmente aquellos pertenecientes al **Centro de Día**, desempeñaron un papel fundamental en esta iniciativa. A través de la **comisión de participación del centro**, impulsaron la idea y contribuyeron activamente en varios aspectos:

1. **Generación de la idea:** Fueron los propios beneficiarios quienes propusieron la actividad y la llevaron a la comisión de participación para su aprobación.
2. **Búsqueda de colaboradores:** Participaron activamente en la búsqueda de posibles centros del entorno con los que colaborar para desarrollar la actividad.

3. **Protagonistas de la actividad:** Durante las distintas actuaciones, los beneficiarios fueron los protagonistas. Su participación activa fue esencial para el éxito de la práctica.
4. **Elección de canciones:** También tuvieron un papel activo en la decisión de las canciones a interpretar. Su opinión y preferencias musicales influyeron en la selección del repertorio.

En resumen, la coparticipación de los beneficiarios fue un elemento clave para el desarrollo y la realización exitosa de la actividad.

Resultados*

Descripción de resultados alcanzados (qué se han obtenido) y esperados. Grado de cumplimiento de los objetivos. Principales beneficiarios de la práctica y beneficiarios secundarios o indirectos que también percibirán el valor de la práctica.

Basándonos en la observación y los testimonios de los participantes, los resultados obtenidos se asemejaron en gran medida a los esperados. A continuación, detallo algunos de los logros:

Mejora del Estado Emocional en Personas Mayores: Se ha observado una mejora significativa en el estado emocional de las personas mayores. Incluso ellos mismos han reportado un aumento en su bienestar durante la actividad.

Creación de Vínculos Intergeneracionales: La práctica permitió la creación de vínculos entre distintos grupos de edad. Durante las reflexiones y tertulias conjuntas, se descubrieron intereses y experiencias comunes, lo que fortaleció las relaciones entre jóvenes y adultos.

Espacio de Reflexión Conjunta: Se logró un espacio de reflexión compartida con una alta participación por ambas partes. A medida que pasaba el tiempo juntos, se evidenció un aumento en la sensibilización de los jóvenes hacia los adultos.

Beneficiarios Principales:

- Las personas mayores y los jóvenes que participaron directamente en la actividad.
- Los profesionales de ambos centros (colegio y centro de día) también experimentaron consecuencias positivas.

Beneficiarios Secundarios o Indirectos:

- El resto de los alumnos del colegio se benefician indirectamente al aprender sobre la importancia de la interacción intergeneracional.
- Las personas futuras que ingresen al centro de día podrán disfrutar de actividades similares.
- Las familias de los participantes también perciben el valor de la práctica.
- En última instancia, la sociedad en general se beneficia al fomentar la comprensión y el respeto entre diferentes generaciones.

En resumen, esta práctica ha tenido un impacto positivo tanto a nivel individual como comunitario.

Impacto*/Efectividad*

Descripción de las incidencias positivas que tiene o tendrá la BBPP en los beneficiarios. Cuantificar el impacto con indicadores asociados a la práctica (numéricos o porcentuales) que permitirán medir su impacto y evolución. Si la práctica logra el efecto/resultado deseado (en el menor tiempo posible y con la menor cantidad de recursos)

Mejora del Estado de Ánimo: Las personas participantes expresaron verbalmente el **bienestar** que experimentaron al presenciar las actuaciones del otro grupo y al realizar la suya propia frente a ellos. Este cambio emocional es un indicador importante del éxito de la práctica.

Creación de Vínculos: Los vínculos establecidos entre los distintos grupos de edad representan un **impacto significativo**. Estos lazos no solo fortalecen las relaciones entre los participantes, sino que también fomentan la comprensión y el respeto mutuo.

Beneficiarios Principales:

- **Personas Mayores:** Experimentaron una mejora en su bienestar emocional.

- **Alumnos/as del Colegio:** Aprendieron sobre la importancia de la interacción intergeneracional.
- Se ha realizado un **estudio de la satisfacción** con la actividad realizada.

Se ha realizado un **cuestionario ad hoc** con el objetivo de medir el grado de satisfacción de las personas mayores participantes con la actividad realizada. La modalidad de respuesta se basa en un estilo **Likert** del 1 (totalmente en desacuerdo) al 5 (totalmente de acuerdo). Esta se compone de **cinco ítems** en los que se evaluaba el ajuste de la actividad a sus **deseos y preferencias**, el deseo de realizar otras actividades similares, la **evocación de sentimientos** positivos durante la actividad y la **satisfacción general** experimentada. La **puntuación total máxima** que puede obtenerse es **25**, equivalente al máximo nivel de satisfacción con la actividad. Los **resultados** obtenidos indican que el total de los participantes obtienen la máxima puntuación en los ítems evaluados, logrando el **nivel más alto de satisfacción** ($\bar{x} = 25$), tal y como indica la siguiente tabla.

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN CON ACTIVIDAD INTERGENERACIONAL

Responde el siguiente cuestionario en relación con la actividad intergeneracional realizada junto con tus alumnos/as del Colegio Torreblanca. La modalidad de respuesta se basa en una escala Likert en la que debes indicar el nivel de acuerdo experimentado en función de los siguientes parámetros:

Totalmente en desacuerdo	1
En desacuerdo	2
Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	3
De acuerdo	4
Totalmente de acuerdo	5

Por una cruz en el número que corresponda.

	1	2	3	4	5
1. Considero que la actividad se ha ajustado a los gustos y preferencias.					
2. Desearía realizar más actividades de este tipo en el centro.					
3. He experimentado sentimientos positivos durante el desarrollo de la actividad.					
4. Le gusta realizar actividades con personas de generaciones más jóvenes.					
5. En general, la actividad ha resultado satisfactoria para usted.					

Resultados obtenidos en cuestionario administrado	\bar{x}
Ajuste de la actividad a gustos y preferencias	5
Deseo de realizar actividades similares	5
Evocación de sentimientos positivos	5
Agrado de actividades intergeneracionales	5
Satisfacción general con la actividad	5
Puntuación total	25

En futuras ocasiones, se medirán las siguientes variables para evaluar la práctica:

- **Nivel de Estado de Ánimo:** Utilizando la **Escala de Valoración del Estado de Ánimo**.
- **Calidad de Vida:** A través de las escalas **QUALID** o **FUMAT**.
- **Encuesta de Satisfacción Ad Hoc:** Para recopilar opiniones y retroalimentación de los participantes.

Continuidad*	La experiencia puede continuar en el tiempo y consigue beneficios de carácter cuantitativo y cualitativo
---------------------	--

La continuidad de esta experiencia intergeneracional es **altamente beneficiosa**, tanto en términos cuantitativos como cualitativos. Permíteme profundizar en los aspectos clave:

Beneficios Psicoafectivos:

- La mejora del estado emocional y el bienestar de las personas mayores.

Beneficios Cognitivos:

- La actividad musical es estimulante para funciones cognitivas, como la **memoria**.

Solicitud de Continuidad:

- El deseo expresado por las personas participantes de seguir con el programa es un indicador claro de su valor percibido.

En resumen, la práctica no solo ha tenido un impacto positivo en el presente, sino que también tiene el potencial de seguir generando efectos positivos a lo largo del tiempo.

Replicabilidad*	Análisis de replicabilidad de la práctica en otros escenarios.
------------------------	--

La Metodología Flexible: La metodología empleada para la interacción intergeneracional es versátil y adaptable. Puede ajustarse según las necesidades y características específicas.

Recursos Básicos: Los recursos necesarios (sala de ensayo, dispositivos de reproducción de música, instrumentos y personal con conocimientos musicales) son comunes y ampliamente disponibles. Esto facilita la replicación en otros lugares.

Beneficios Comprobados: Los beneficios observados en términos de bienestar emocional, vínculos intergeneracionales y participación activa respaldan la replicabilidad. Estos resultados positivos pueden aplicarse a diferentes grupos.

Enfoque de género	La práctica integra el principio de igualdad de género en las diferentes fases del proyecto/proceso.
-------------------	--

La **perspectiva de género** se ha aplicado en todas las fases de la actividad no creando situaciones de desigualdad. Se ha tenido en cuenta la **participación equitativa, los roles y responsabilidades**. Algunas consideraciones importantes sobre la igualdad de género en esta práctica:

Accesibilidad cognitiva	La experiencia es fácil de entender por todos los usuarios
-------------------------	--

La **actividad** se ha **adaptado** a las capacidades de todas las personas participantes, a través de una graduación de la misma, garantizando que todos/as pudieran comprender y disfrutar de la experiencia. Se ofreció: Apoyo verbal, visual y auditivo.

Aspectos éticos	Se respetan los derechos de las personas y se tienen en consideración los principios éticos.
-----------------	--

En todo momento se han **respetado los derechos éticos**. Ha habido una **participación voluntaria** en ambos sentidos, basándonos en los principios del modelo de la atención centrada en la persona.

Canales de difusión y soportes utilizados*	Seleccionar los canales que han sido utilizados para difundir la práctica: Carteles, vídeos, informes, concursos, redes sociales, foros, web...
--	---

Se ha utilizado la cuenta de Instagram del centro para difundir la práctica.

Documentación y material elaborado en la práctica*	Indicar links públicos, ruta servidor donde esté almacenada la información, etc.
--	--

El resultado de esta buena práctica está publicado en el Instagram del centro de día que es @cdmcarmentevilla.

Lecciones aprendidas y conclusiones*	
--------------------------------------	--

Las **conclusiones** que hemos sacado es que las **actividades intergeneracionales** proporcionan a mayores y jóvenes aprendizajes y **experiencias** que suponen un **beneficio a nivel cognitivo y emocional**. Se trata de encontrar el **punto de unión** exacto entre ellos/as, atender a sus **motivaciones y promover** actividades que satisfagan las inquietudes afines. De igual modo, se ha puesto en evidencia la **utilidad** de la **música** como herramienta para **estimular diversas áreas** (cognitiva, física, social y emocional). Se observó que el **momento más emotivo y gratificante** para todos/as los/as participantes fue aquel en el que se produjo el **contacto directo** entre unos y otros.

Testimonios	
-------------	--

Los/as participantes han comentado que la **actividad** les ha sido **muy gratificante**. Los/as **alumnos/as** se fueron muy **contentos/as**, algunos no querían irse del centro porque querían compartir más tiempo con las personas mayores. A todos/as les gustaría poder pasar más tiempo juntos/as.