

“Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres”
“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

**RESOLUCION DE GERENCIA CENTRAL DE LA PERSONA ADULTA MAYOR Y
PERSONA CON DISCAPACIDAD N° 03 -GCPAMyPCD-ESSALUD 2021**

Lima,

VISTA: 21 JUL. 2021

Vista la Nota N° 13 -GPAMyPS-GCPAMyPCD-ESSALUD-2021, mediante la cual se propone la GUÍA “CONVERSANDO: PARA EL ACOMPAÑAMIENTO Y SOPORTE SOCIOEMOCIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES DE LOS CENTROS Y CÍRCULOS DEL ADULTO MAYOR”

CONSIDERANDO:

Que, de conformidad con el numeral 1.2 del artículo 1° de la Ley N° 27056, Ley de Creación del Seguro Social de Salud – EsSalud, tiene la finalidad de dar cobertura a los asegurados y sus derechohabientes, a través del otorgamiento de prestaciones de prevención, promoción, recuperación, rehabilitación, prestaciones económicas, y prestaciones sociales que corresponden al Régimen Contributivo de la Seguridad Social en Salud, así como otros seguros de riesgos humanos;



Que, mediante Decreto Supremo N° 016-2012-TR, se declaró en reorganización al Seguro Social de Salud - EsSalud, a fin de garantizar la efectiva prestación de los servicios que brinda a los asegurados, así como la intangibilidad de sus recursos; en el marco del derecho a la seguridad social en salud y los principios de la seguridad social, como son: la solidaridad, transparencia, participación y eficiencia;

Que, mediante Resolución de Presidencia Ejecutiva N° 656-PE-EsSalud-2014, se aprobó la Nueva Estructura Orgánica y el Reglamento de Organización y Funciones del Seguro Social de Salud – EsSalud, el mismo que entre otros órganos centrales instituyó la Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad;

Que, mediante Resolución de Presidencia Ejecutiva N° 767-PE-EsSalud-2015 de fecha 31 de diciembre 2015, se aprobó el texto actualizado y concordado del Reglamento de Organización y Funciones de EsSalud, que en su artículo 175° Gerencia de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales de la Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad, establece entre las funciones: a) Formular y proponer las políticas, estrategias, planes y programas de prestaciones sociales, encaminados a la protección de la persona adulta mayor y otra población asegurada priorizada en situación de vulnerabilidad y c) Establecer los planes de atención de las prestaciones sociales adecuadas a las necesidades de la población adulta mayor y otra población asegurada priorizada en situación de vulnerabilidad;

“Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres”
“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

RESOLUCION DE GERENCIA CENTRAL DE LA PERSONA ADULTA MAYOR Y PERSONA CON DISCAPACIDAD N° 03 -GCPAMyPCD-ESSALUD 2021

Que, al asignarse la función a la Sub Gerencia de Protección al Adulto Mayor, de proponer e implementar políticas y normas gerontológicas sobre bienestar y promoción social, se requiere la aprobación de la **GUÍA “CONVERSANDO: PARA EL ACOMPAÑAMIENTO Y SOPORTE SOCIOEMOCIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES DE LOS CENTROS Y CÍRCULOS DEL ADULTO MAYOR”**, que se constituirá en un instrumento actualizado que contribuirá con la mejora de la calidad de las prestaciones sociales para las personas adultas mayores autovalentes, adscritas al Seguro Social de Salud – EsSalud.

Que, en salvaguarda del mejoramiento sostenido y permanente de los programas y/o servicios de las Prestaciones Sociales, orientados a la protección y promoción de las personas con alta vulnerabilidad social aseguradas de EsSalud, y mejora continua de la gestión, es necesaria la aprobación de la **GUÍA “CONVERSANDO: PARA EL ACOMPAÑAMIENTO Y SOPORTE SOCIOEMOCIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES DE LOS CENTROS Y CÍRCULOS DEL ADULTO MAYOR”**.

Estando a lo expuesto, y en uso de las atribuciones conferidas;

SE RESUELVE:

1. **APROBAR**, la **GUÍA “CONVERSANDO: PARA EL ACOMPAÑAMIENTO Y SOPORTE SOCIOEMOCIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES DE LOS CENTROS Y CÍRCULOS DEL ADULTO MAYOR”**, que forma parte de la presente Resolución.
2. **DISPONER**, que la Gerencia de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales, cumpla con la supervisión, evaluación y control del cumplimiento de lo dispuesto en la presente resolución.
3. **DISPONER**, que la Gerencia de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales, a través de la Sub Gerencia de Protección al Adulto Mayor, sea responsable de la difusión, implementación, seguimiento, evaluación y control de la correcta aplicación del presente documento técnico.

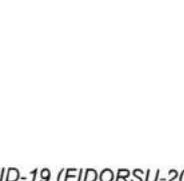
REGISTRE Y COMUNÍQUESE


.....
Dr. LUIS QUIROZ AVILES
Gerente Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad
ESSALUD

Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

DOCUMENTO TÉCNICO

GUÍA "CONVERSANDO: PARA EL ACOMPAÑAMIENTO Y SOPORTE SOCIOEMOCIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES DE LOS CENTROS Y CÍRCULOS DEL ADULTO MAYOR"

	NOMBRE	CARGO	FECHA	FIRMA Y V° B°
Elaborado por	Zoila Olga de los Milagros Romero Albino	Subgerente de Protección al Adulto Mayor	Junio 2021	
	Rogger Holfre Anaya Rosales Luis Alberto Guevara Rojas Gabriela Ramos Bonilla Marjhorí Xiomí Gómez Matos Ernesto Alonso Rodríguez	Equipo de colaboración Pontificia Universidad Católica del Perú (*)	Junio 2021	
Revisado por	María Sofía Cuba Fuentes	Gerente de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales	Julio 2021	
	Raúl Mario De Stefano Beltrán	Director de la Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad	Julio 2021	
Aprobado por	Luis Napoleón Quiroz Avilés	Gerente Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad	Julio 2021	

(*) CONVERSANDO fue una iniciativa ganadora del Fondo de Iniciativas Docentes RSU en respuesta al COVID-19 (FIDORSU-2020) de la Dirección Académica de Responsabilidad Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PCUP).

Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

ÍNDICE

	Pág.
CAPÍTULO I: DISPOSICIONES INICIALES	3
CAPÍTULO II: ÓRGANOS RESPONSABLES	5
CAPÍTULO III: DISPOSICIONES PARA LA IMPLEMENTACIÓN	5
DISPOSICIONES COMPLEMENTARIAS FINALES	10



CAPÍTULO I DISPOSICIONES INICIALES

Artículo 1. Objeto

Establecer las disposiciones de carácter técnico para la implementación de la Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros del Adulto Mayor (CAM) y Círculos del Adulto Mayor (CIRAM) del Seguro Social de Salud (EsSalud) en el marco de la pandemia por COVID-19.

Artículo 2. Finalidad

Mantener la continuidad de las prestaciones sociales dirigidas a las personas adultas mayores aseguradas a través del acompañamiento y soporte socioemocional en el marco de la pandemia por COVID-19, que contribuya con el bienestar integral de esta población.

Artículo 3 Marco Normativo

- 3.1. Constitución Política del Perú de 1993.
- 3.2. Ley N° 27056, Ley de Creación del Seguro Social de Salud (EsSalud), y su reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 002-99-TR, y sus modificatorias.
- 3.3. Ley N° 26790, Ley de Modernización de la Seguridad Social de Salud – EsSalud y su Reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 009-97-SA, sus ampliatorias y modificatorias.
- 3.4. Ley N° 30490, Ley de la Persona Adulta Mayor.
- 3.5. Ley N° 30947, Ley de Salud Mental.
- 3.6. Convenios Internacional: Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (El Peruano 10 de marzo 2021).
- 3.7. Decreto Supremo N° 008-2020-SA, Decreto Supremo que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control COVID-19.
- 3.8. Decreto Supremo N° 044-2020-SA, Decreto Supremo que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19.
- 3.9. Decreto Supremo N° 051-2020-SA, Prórroga del Estado de Emergencia Nacional declarado mediante Decreto Supremo N° 044-2020-PCM.
- 3.10. Decreto Supremo N° 064-2020-SA, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la nación a consecuencia del COVID-19.
- 3.11. Decreto Supremo N° 075-2020-SA, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la nación a consecuencia del COVID-19.
- 3.12. Decreto Supremo N° 083-2020-PCM, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19 y establece otras disposiciones.
- 3.13. Decreto Supremo N° 094-2020-PCM, Decreto Supremo que establece las medidas que debe observar la ciudadanía hacia una nueva convivencia social y prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19.
- 3.14. Decreto Supremo N° 020-2020-SA, Decreto Supremo que prorroga la Emergencia Sanitaria declarada por Decreto Supremo N° 008-2020-SA.
- 3.15. Decreto Supremo N° 116-2020-PCM, Decreto Supremo que establece las medidas que debe observar la ciudadanía en la nueva convivencia social y prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19.
- 3.16. Decreto de Urgencia N° 026-2020, Decreto de Urgencia que establece medidas excepciones y temporales para prevenir la propagación del coronavirus (COVID-19) en el territorio nacional.
- 3.17. Decreto Supremo N° 005-2020-MIDIS que aprueba el diseño de la Red de Soporte para la persona adulta mayor con alto riesgo y la persona con discapacidad severa.



- 3.18. Decreto Legislativo N°1474-2020, Decreto Legislativo que fortalece los mecanismos y acciones de prevención atención y protección de la persona adulta mayor durante la emergencia sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- 3.19. Decreto Supremo N°123-2021-PCM, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional declarado por el Decreto Supremo N° 184-2020-PCM, prorrogado por los Decretos Supremos N° 201-2020-PCM, N° 008-2021-PCM, N° 036-2021-PCM, N° 058-2021-PCM, N° 076-2021-PCM y N° 105-2021-PCM, y modifica el Decreto Supremo N° 184-2020-PCM.
- 3.20. Resolución Ministerial N° 941-2005-MINSA, que aprobó los "Lineamientos para la Atención Integral de Salud de las Personas Adultas Mayores".
- 3.21. Resolución Ministerial N° 356-2018-MINSA, Documento Técnico: Plan Nacional de Fortalecimiento de Servicios de Salud Mental Comunitaria 2018-2021.
- 3.22. Resolución Ministerial N° 030-2020-MINSA, Documento Técnico: Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida para la Persona, Familia y Comunidad (MCI).
- 3.23. Resolución Ministerial N° 182-2020-MINSA, Documento Técnico: Lineamientos que refuerzan el cuidado integral de salud en el primer nivel de atención en el contexto de la Pandemia COVID-19.
- 3.24. Resolución Ministerial N° 363-2020-MINSA, Plan de Salud Mental, en el contexto COVID-19 – Perú, 2020-2021.
- 3.25. Resolución de Presidencia Ejecutiva N° 601-PE-EsSalud-2015, que aprueba el "Modelo de Organización de la Gerencia de Red Desconcentrada y los Reglamentos de Organización y Funciones de las Gerencias de Red Desconcentrada de Lima y Callao".
- 3.26. Resolución de Gerencia General N° 1553-GG-EsSalud-2020, que aprueba la Directiva de Gerencia General N°21-GCPP-ESSALUD-2021, "Normas para la formulación, evaluación, aprobación y actualización de documentos normativos y documentos técnico-orientadores en EsSalud".
- 3.27. Resolución de Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor N°010-GCPAMyPCD-EsSalud-2018, que aprueba la "Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo".
- 3.28. Resolución de Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor N°010-GCPAMyPCD-EsSalud-2020, que aprueba la Guía General de desarrollo de talleres de los Centros del Adulto Mayor.



Artículo 4. Ámbito de Aplicación

El presente documento técnico es de aplicación en todas las Gerencias de Redes Prestacionales / Asistenciales del Seguro Social de Salud a nivel nacional.

Artículo 5. Definiciones

- 5.1. **Actividades básicas necesarias para la vida diaria (ABVD):** actividades consideradas esenciales para el autocuidado como bañarse o ducharse, vestirse, comer, acostarse o levantarse de la cama o sentarse y levantarse de una silla, ir al baño y andar (OMS, 2015).
- 5.2. **Actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD):** actividades más complejas que permiten la vida independiente dentro de una comunidad, como usar el teléfono, tomar medicamentos, manejar dinero, comprar comestibles, preparar comida y usar un mapa (OMS, 2015).
- 5.3. **Autovalencia:** capacidad alta y estable para realizar las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria de manera independiente.
- 5.4. **Cuidado socioemocional:** referido a la prevención y al alivio de necesidades biopsicosociales (temores, respuesta al estrés, recursos emocionales, regulación emocional, apoyo y recursos familiares, sociales y comunitarios que sirvan de soporte psicosocial) que favorezca a la autovalencia y las capacidades funcionales de las personas adultas mayores.
- 5.5. **Capacidad intrínseca:** combinación de todas las capacidades psicomotoras, cognitivas y sociales/conductuales con las que cuenta una persona (OMS, 2015).

- 5.6. **Capacidad funcional o funcionalidad:** referido a la forma en que el uso de las capacidades intrínsecas de un individuo le permite o no realizar las actividades básicas e instrumentales necesarias de la vida diaria que exige su medio y/o entorno de manera independiente.
- 5.7. **Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo:** instrumento de gestión que detalla las áreas de trabajo dirigidas a las personas adultas mayores. Compuesto por un conjunto de Programas / Talleres / Actividades que se ofertan en los Centros del Adulto Mayor – CAM y Círculos del Adulto Mayor – CIRAM contribuyendo así el bienestar de esta población a través de un enfoque de derechos humanos, interculturalidad, intergeneracional, de género, gerontológico, inclusivo o de atención a la diversidad y de determinantes sociales.
- 5.8. **Centro del Adulto Mayor (CAM):** unidad operativa, concebida como espacio de encuentro generacional de personas mayores, orientadas al desarrollo físico, emocional, cultural y espiritual, mediante el desarrollo de programas de estilos de vida para un envejecimiento activo.
- 5.9. **Círculo del Adulto Mayor (CIRAM):** estrategia que se desarrolla a partir del trabajo con organizaciones de personas adultas mayores de la comunidad, que se encuentran en el entorno de influencia del CAM y que constituyen una demanda potencial de servicios, que mediante un acuerdo bilateral con EsSalud se benefician de un paquete mínimo de actividades y servicios gerontológico sociales.
- 5.10. **Continuidad de los servicios de prestaciones sociales:** referido a la continuación de las actividades de prestaciones sociales dirigidas a las personas adultas mayores y personas con discapacidad en el marco de la pandemia por COVID-19.
- 5.11. **Dependencia:** incapacidad parcial o total para realizar sus actividades de la vida diaria sin el apoyo de otros debido a la pérdida significativa de la capacidad intrínseca, por lo que requiere de mayores cuidados.
- 5.12. **Envejecimiento Activo:** proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, que le permita a la persona adulta mayor participar en actividades sociales, políticas, económicas, culturales, espirituales y cívicas y, contar con la protección, seguridad y atención en los otros aspectos que requiera, con el objetivo de ampliar la esperanza y la calidad de vida saludable en la vejez, y permitirle seguir contribuyendo activamente en el entorno familiar, la comunidad y la nación. En el concepto más amplio de envejecimiento activo y saludable se aplica tanto a la persona como a grupos de población (OMS).
- 5.13. **Fragilidad:** capacidad para realizar las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria con dificultad debido al deterioro de su capacidad intrínseca, por lo que conserva su independencia de manera precaria y se encuentra en situación de alto riesgo de convertirse en una persona dependiente.
- 5.14. **Prestaciones sociales mixtas para personas adultas mayores:** prestaciones sociales que pueden desarrollarse bajo la modalidad presencial y/o virtual, estas últimas en sus variantes sincrónica y asincrónica que aprovechan las tecnologías de información y comunicación (TIC).
- 5.15. **Red de soporte virtual:** espacio de conexión y de encuentro generacional no presencial que busca promover el cuidado socioemocional y permite el desarrollo del envejecimiento activo para mejorar la salud mental y el bienestar psicosocial de las personas adultas mayores a través del uso de recursos virtuales para el desarrollo de talleres y actividades.
- 5.16. **Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC):** conjunto de servicios, redes, softwares y dispositivos de hardware que se integran en sistemas de información y complementarios, con la finalidad de gestionar datos e información de manera efectiva, mejorando la productividad de los ciudadanos, gobierno y empresas dando como resultado una mejora en la calidad de vida.



CAPÍTULO II ÓRGANOS RESPONSABLES

Artículo 6. Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad

Es responsable de la difusión, evaluación, supervisión y monitoreo de la presente Directiva.

Artículo 7. Gerencia/Dirección de Redes Prestacionales /Asistenciales

Son los responsables de implementar, supervisar y monitorear el cumplimiento de la presente Directiva en todas las unidades operativas de prestaciones sociales.

CAPÍTULO III DISPOSICIONES PARA LA IMPLEMENTACIÓN

Artículo 8. Disposiciones Generales

- 8.1. La Guía "Conversando" se enmarca dentro del Programa de Expresión y Desarrollo: Bienestar Emocional y Participación Social de la Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo, pudiendo desarrollarse como parte de los Talleres de afectividad y autoestima.
- 8.2. Para la implementación de la presente Guía además de las disposiciones generales y específicas consideradas, se aplica los considerandos señalados en la Guía General de desarrollo de talleres de los Centros del Adulto Mayor.
- 8.3. La Guía brinda aspectos técnicos que permita generar espacios de acompañamiento y soporte socioemocional a las personas adultas mayores a través del uso de internet, manteniendo el contacto con sus familias, amistades y conocidos, y poder continuar participando de sus talleres.
- 8.4. "Conversando" es una Guía que permite el alivio del estrés generado por la pandemia en las personas adultas mayores, permitiendo atenuar el malestar y ansiedad que deviene del cambio abrupto de costumbres, en algunos casos del aislamiento social.
- 8.5. "Conversando" emplea una metodología de reflexión-acción que posiciona en el centro de la intervención a las personas adultas mayores permitiendo:
 - a. Abordar temas significativos para los/las participantes a nivel socioemocional.
 - b. Cuestionar y construir aprendizajes propios.
 - c. Compartir vivencias y sentires, con la finalidad de reducir la sensación de soledad y mantener el contacto social.
 - d. Familiarizar con el uso de recursos virtuales desde su propia agencia, para estar en contacto con sus seres queridos y organizaciones sociales además del CAM y/o CIRAM.
 - e. Identificación de recursos virtuales para generar y continuar con el ejercicio de sus acciones colectivas en beneficio propio y de su comunidad
- 8.6. La implementación de la Guía logra que las personas adultas mayores sean agentes activos en torno a su salud mental, sus necesidades socioemocionales y su capacidad para vincularse con otros y asociarse con la finalidad de promover un envejecimiento activo y saludable.
- 8.7. En el marco de la Objetivos de Desarrollo Sostenible, se busca tener impacto en los siguientes componentes que favorezcan al envejecimiento activo de las personas adultas mayores:
 - a. Ampliación de capacidades de interacción y contacto social.
 - b. Fomento del bienestar y la salud mental.
 - c. Promoción de la inclusión social.
 - d. Utilización de los espacios virtuales como medios para reducir la soledad.

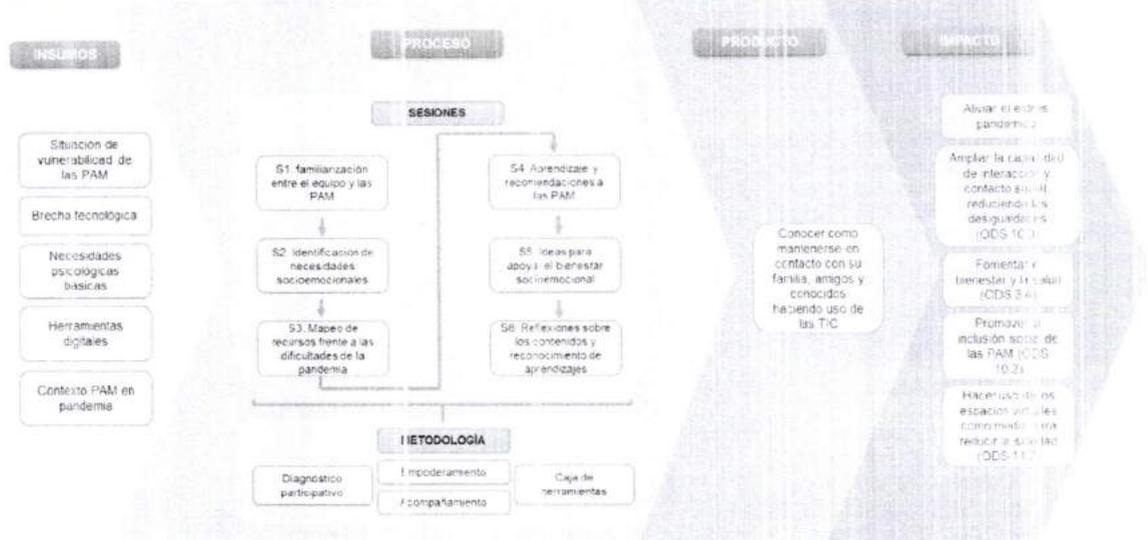


Artículo 9. Disposiciones Específicas

- 9.1.** La presente Guía implica un conjunto de 6 sesiones que, mediante una metodología basada en el diagnóstico participativo, empoderamiento, acompañamiento y una caja de herramientas, permite transformar la situación de vulnerabilidad en una oportunidad, logrando que las personas adultas mayores se mantengan en contacto con sus seres queridos y otras personas durante el contexto de pandemia, promoviendo su inclusión social y la reducción de las brechas tecnológicas que los limitan.
- 9.2.** El proceso de transformación a través de la aplicación de la presente Guía cuenta con insumos, el proceso per se, el producto y el impacto que se pretende alcanzar:
- 9.2.1.** Insumos:
- Situación de vulnerabilidad de las personas adultas mayores.
 - Brecha tecnológica.
 - Necesidades psicológicas básicas.
 - Herramientas digitales.
 - Contexto de las personas adultas mayores en la pandemia
- 9.2.2.** Proceso:
- Las sesiones se despliegan en el siguiente orden:
Sesión 1. Familiarización entre el equipo y las personas adultas mayores y acompañantes.
Sesión 2. Identificación de necesidades socioemocionales.
Sesión 3. Mapeo de recursos frente a las dificultades durante la pandemia.
Sesión 4. Aprendizaje y recomendaciones a las personas adultas mayores.
Sesión 5. Ideas para apoyar el bienestar socioemocional de las personas adultas mayores.
Sesión 6. Reflexiones sobre el contenido y reconocimiento de aprendizaje.
 - Metodología: se utilizan la siguiente metodología para el despliegue de las sesiones:
 - o Diagnóstico participativo.
 - o Empoderamiento.
 - o Acompañamiento.
 - o Caja de herramientas.
- 9.2.3.** Producto: Personas adultas mayores que conocen como mantenerse en contacto con su familia, amigos y conocidos haciendo uso de las TICs.
- 9.2.4.** Impacto: el proceso incide en el alcance de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que incrementan el bienestar de las personas adultas mayores.
- Alivio del estrés pandémico.
 - Ampliación de la capacidad de interacción y contacto social, a la vez de la reducción de desigualdades (ODS 10.3)
 - Fomento del bienestar y la salud mental (ODS 3.4).
 - Promoción de la inclusión social de las personas adultas mayores (ODS 10.2).
 - Uso de espacios virtuales como medios para reducir la soledad (ODS 11.7).



Gráfico 1. Proceso de transformación



9.3. La implementación se realiza en 3 fases; planificación del taller, desarrollo de las sesiones del taller y monitoreo y evaluación del taller. Las 3 fases son cíclicas y son válidas en 2 niveles (para cada taller y para cada sesión de este).

9.3.1. Fase 1. Planificación

a. Elementos clave:

- Tallerista y responsable de conducción del CAM: responsable de desarrollar e implementar "Conversando".
- Participantes: personas adultas mayores que deseen participar libremente.

b. Pasos previos al despliegue de los talleres:

- Diseño de la sesión: en donde se detalla las actividades que se desarrollarán en la sesión, los recursos a emplear y las condiciones requeridas para el desarrollo.
- Reuniones de coordinación del equipo: donde se toman acuerdos entre talleristas o involucrados acerca de la ideación del taller.
- Preparación de materiales virtuales: de acuerdo a las reuniones concertadas, se clarifican materiales (ppt, link de talleres, aplicativos, otros) que serían necesarios para desarrollar con éxito cada sesión.
- Preparación de caja de herramienta: preparación de herramientas que contengan recursos de profundización y complementos que permitan que las personas adultas mayores mejoren su dominio y experticia en temas de tecnología o en la temática de la sesión. Este material debe ser accesible durante y después de la sesión.
- Aviso previo: donde se comunica a los/las participantes los detalles requeridos para la sesión: fecha y hora, requerimientos y brindar acompañamiento.

Ver Anexo 1. Recomendaciones para el desarrollo de los talleres.

9.3.2. Fase 2. Desarrollo

a. Las 6 sesiones que conforman "Conversando" se constituyen de las siguientes partes, las mismas que se detallan en el Anexo 2.

- Preparación y Presentación (aplica a todas las sesiones).
- Sesión 01: "Conversando. Red de soporte socioemocional".
- Sesión 02: "Nuestras experiencias en tiempos de pandemia".
- Sesión 03: "Identificando nuestros recursos".
- Sesión 04: "Aprendizajes".
- Sesión 05: "Nuestro entorno".
- Sesión 06: "Reflexión conjunta".



Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

- b. El diseño varía en contenido de acuerdo con la metodología planteada, con la finalidad de generar cambios y empoderar a las personas adultas mayores
- c. En el Anexo 3 se brinda una caja de herramientas que consolida videos, tutoriales y actividades adicionales a las que presentan los diseños de las sesiones.

Ver Anexo 4. Recomendaciones para el tallerista.

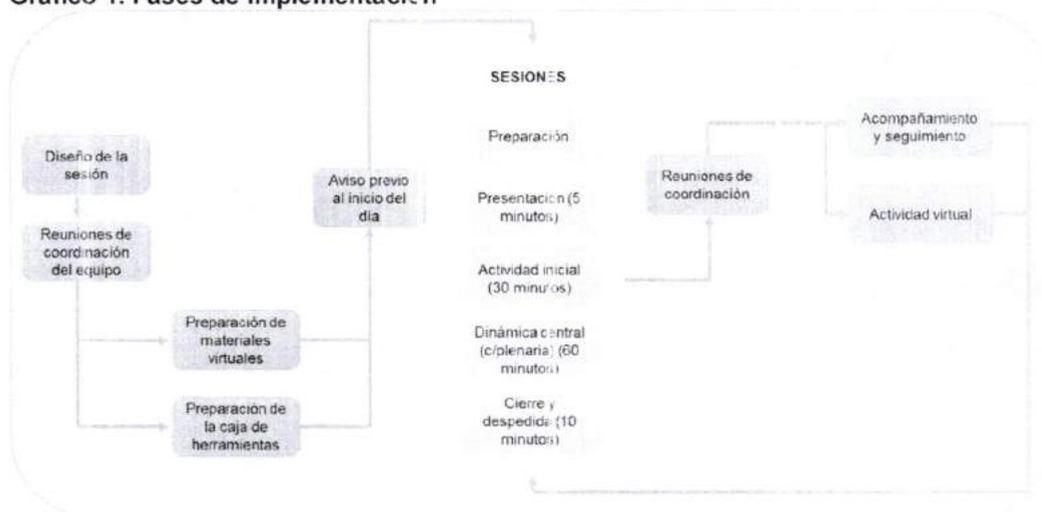
9.3.3. Fase 3. Monitoreo y evaluación

Se despliega de 2 formas:

- a. A través del acompañamiento brindado en paralelo al desarrollo de las sesiones. Este lo realiza el profesional responsable de conducción del CAM.
- b. Evaluación de los resultados: al inicio y al final de la intervención.
 - Al inicio, se priorizará instrumentos para mapear las características de la población con la que se trabajará, y así, articularlas con el objetivo de la propuesta. Ver encuesta al inicio de las sesiones: Anexo 5.
 - Al final se utilizará una herramienta que permitirá verificar si los/las participantes perciben que la propuesta aportó en su comprensión y manejo de los medios tecnológicos para socializar y mantenerse protegidos durante la pandemia. Ver encuesta de término de sesiones: Anexo 6.

Ver Anexo 7. Recomendaciones para desarrollar el acompañamiento a los/las participantes.

Gráfico 1. Fases de implementación



DISPOSICIONES COMPLEMENTARIAS FINALES

- Artículo 10. La Gerencia de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales a través de la Subgerencia de Protección del Adulto Mayor brinda el soporte técnico y efectúa el monitoreo de lo dispuesto, con el fin de corregir desviaciones técnicas o administrativas.
- Artículo 11. Las Jefaturas de Prestaciones Sociales o quien haga sus veces en la Red Prestacional / Asistencial, realizan la supervisión y brindan el soporte administrativo para la aplicación de la presente Directiva en los CAM / CIRAM.

ANEXOS**ANEXO 1. RECOMENDACIONES PARA EL DESARROLLO DE LOS TALLERES**

- Enviar la programación de fechas, horarios y temas a tratar a los/las participantes con anticipación, y luego, en cada sesión:
 - Enviar el enlace de la reunión con 30 minutos de anticipación, para que, en caso tengan dificultades, cuenten con un intervalo de tiempo amplio.
 - Al finalizar, recordar la fecha y horario de la próxima sesión.
- Procurar un acompañamiento personalizado durante la primera experiencia de actividad virtual para identificar posibles necesidades en los/las participantes que no hayan explicitado previamente en torno al uso de la tecnología.
- Considerar grupos conformados por 5 o 6 personas para que, a través del desarrollo de las actividades virtuales en grupos o parejas, se incentive:
 - La conversación y discusión entre los/las participantes.
 - La socialización fuera del espacio virtual de la sesión.
 - El apoyo en el uso de alguna herramienta.
- Plantear tareas al final de las sesiones que permitan reforzar lo aprendido y vincularlas, además, con los temas de la próxima sesión. Esto apoyaría también a promover el diálogo en sus hogares o con sus amigos/as por medios virtuales.



ANEXO 2. DISEÑO DE LAS SESIONES
Preparación y presentación (aplica a todas las sesiones)

Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
Preparación	Contar con un espacio propicio para la ejecución del taller	<ul style="list-style-type: none"> Se asegurará que cada participante tenga una buena conexión a internet, y maneje los botones de apagado y encendido del micrófono y video. Se colocará un fondo de pantalla en que aparezca el nombre de la iniciativa y el horario de la sesión. Se brindará apoyo en el manejo de la herramienta y conexión a las personas adultas mayores identificadas previamente. Se pedirá a los/las participantes que cooquen su celular o dispositivo electrónico en un lugar fijo frente a ellos. Se pedirá mantener la conexión constante durante el horario de la sesión, por lo cual no deberá haber interrupciones de llamadas o mensajes a menos que sea una emergencia. 	10 minutos
Presentación	Presentar al equipo y plantear de manera clara los objetivos y temas a tratar en la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> Saludo inicial y presentación del equipo de trabajo Presentación de la iniciativa (nombre objetivo general, cantidad de sesiones, duración, vinculación institucional) Presentación de la sesión (duración, actividad inicial, objetivo, tarea/actividad virtual) Pregunta para solicitar permiso de grabación de la sesión o no, para el registro interno. 	10 minutos


Sesión 01: "Conversando. Red de soporte socioemocional"

Objetivo de la sesión	Familiarización entre el equipo de trabajo de la iniciativa y los/las participantes.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
Actividad inicial	Promover una presentación dinámica para recordar los nombres	ROMPEHIELO Se realizará la dinámica siguiente: <ul style="list-style-type: none"> Se hará énfasis en que coloquen su celular o dispositivo electrónico en un lugar fijo frente a ellos/as. La indicación es: "Dado que vamos a realizar las sesiones con el mismo grupo de personas es importante que todos nos conozcamos y recordemos nuestros nombres. Así que vamos a presentarnos. Para ello vamos a hacer una pequeña dinámica en la que vamos a salir de la pantalla un momento y vamos a hacer que ingresamos a "escena" de una manera sorpresiva. Yo voy a llamar a una persona y, cuando lo haga, esta debe salir del campo de la cámara. Luego todos vamos a llamarla diciendo: "(nombre) preséntate", y la persona va a ingresar, y así sucesivamente. Cuando ingresemos a la pantalla debemos decir nuestro nombre, la fecha de nuestro cumpleaños, un hobby y nuestra comida favorita. Yo voy a hacer el primer ejemplo -se hace el ejemplo-. Ahora les voy a dar un minuto para que piensen en cómo van a ingresar a la pantalla. ¿Están listos?". Se recomienda hacer el ejercicio rápido y con una música de fondo alegre	10 minutos
	Identificar normas de convivencia que guíen las sesiones	NORMAS DE CONVIVENCIA <ul style="list-style-type: none"> Indicación: "Ahora que ya recordamos mejor nuestros nombres, pensemos en cómo nos gustaría que nos 	15 minutos



Objetivo de la sesión	Familiarización entre el equipo de trabajo de la iniciativa y los/las participantes.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
		<p><i>relacionemos en este espacio, para lo cual tenemos que saber qué normas consideramos importantes</i>".</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se preguntará de manera general por las normas de convivencia que se consideren más relevantes en el espacio, cuidando de que todos participen. - Se colocará una diapositiva para que haya una lluvia de ideas. Luego se discutirán sobre ellas y se sintetizaron de modo que resulten 3 normas de convivencia centrales. - Además, se debe hacer énfasis en que: <ul style="list-style-type: none"> o Cuando una persona está hablando, mantener sus micrófonos apagados para evitar interferencias. o En la medida de lo posible mantener sus cámaras encendidas, pero en caso no puedan o se sienten incómodos/as de alguna manera pueden apagarla. 	
DINÁMICA CENTRAL PLENARIA	Identificar las expectativas en torno a la iniciativa y las experiencias con herramientas virtuales	<p>EXPECTATIVAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indicación: <i>"Ahora que tenemos claras las normas, deseamos conocer sobre las expectativas que tienen sobre este espacio. Para ello vamos a imaginar que vamos a irnos de viaje, y cada uno va a alistar su maleta con todas las cosas que quiera llevar. Una vez en el lugar, vamos a pasear y comer bien, vamos a comprar algunas cosas y vamos a regresar. Y, ¿con qué regresamos? Con experiencias, recuerdos, fotografías, etc. Ahora usando esa metáfora pensemos en la maleta que traemos acá al espacio"</i>. - Se colocará un cuadro comparativo con las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> o ¿Qué cosas de nosotros traemos aquí? o ¿Qué cosas creemos que vamos a recibir o llevarnos de este espacio? - Todos los comentarios serán registrados en la pantalla que se comparta durante la sesión. Se identificará también qué temas consideran relevantes y quisieran que se aborden de todas formas. - Se explicarán los alcances y las limitaciones de la iniciativa y cómo se procederá en caso de haber un seguimiento más especializado a un(ε) o más participantes. - Indicación: <i>"Asimismo, les comenté previamente que para lograr la sostenibilidad de este espacio y que al finalizar las sesiones podamos llevar lo aprendido a otros espacios, vamos a utilizar un poco más la tecnología y redes sociales"</i>. <ul style="list-style-type: none"> o ¿Han tenido experiencias de aprendizaje virtual? o ¿Qué conocen sobre el uso de las redes sociales y cómo creen que podría aportar al espacio?" - Se explicará brevemente la metodología con la siguiente indicación: <i>"Por ahora no nos preocupemos si no hemos manejado mucho algunas redes virtuales, a través de las sesiones vamos a ir realizando algunos ejercicios prácticos, en los cuales voy a asesorarlos cuando necesiten ayuda. El uso de las redes va a depender mucho también de las necesidades que identifiquemos en nosotros"</i>. - Se toma un tiempo para dudas o comentar os. 	35 minutos



Objetivo de la sesión	Familiarización entre el equipo de trabajo de la iniciativa y los las participantes.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
		– Se finaliza recalcando la siguiente indicación: "Este es un espacio seguro, donde se puede compartir las cosas, de cómo nos sentimos, las dificultades, ideas de cómo hacerle frente. Recuerden que toda la información es confidencial, la información personal que compartimos debe ser cuidada y respetada. Como dijimos, es una red de soporte que entre nosotros juntos y juntas vamos a poder construir".	
CIERRE Y DESPEDIDA	Y Afianzar los temas tratados. Evaluar grupalmente la sesión.	<p>APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO</p> Se les enviará el formulario de entrada a los/las participantes a sus whatsapp. Se les mostrará en la pantalla compartida cómo es el formulario y cómo se debería completar a través de un ejemplo. Se disuelven dudas en el momento. <p>RESUMEN Y EVALUACIÓN</p> Preguntar sobre lo trabajado durante la sesión reconociendo el valor del espacio. Algunas preguntas tentativas son: – ¿Qué les pareció lo conversado hoy? – ¿Cómo se han sentido en el espacio? – ¿Tienen alguna sugerencia o comentario? <p>DESPEDIDA</p> Se agradece el tiempo brindado y su participación. Se vuelve a incidir en el horario de la sesión de la siguiente semana.	10 minutos

Sesión 02: "Nuestras experiencias en tiempos de pandemia"

Objetivo de la sesión	Identificar necesidades socioemocionales de los/las participantes.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
ACTIVIDAD INICIAL	Reforzar la familiarización entre participantes.	<p>ROMPEHIELO</p> Se realizará la dinámica siguiente denominada "¿Qué cambios podemos ver?"	15 minutos
		– Indicaciones: 1. Llamar a una persona al azar 2. Todos/as deben observarlo/a con atención 3. La persona debe apagar su cámara (15-20 segundos) 4. Mientras tiene la cámara apagada deberá hacer tres cambios que los/as demás puedan ver (no solo con objetos sino también con su cuerpo y rostro) 5. Cuando encienda su cámara, todos/as intentarán identificar qué ha cambiado – Recomendaciones: 1. Establecer el número de cambios que deben realizar de acuerdo con la cantidad de personas en la sesión. Puede ser entre 1 y 3 cambios. 2. Incidir en la importancia de tener la cámara del dispositivo en el que se encuentren en un lugar fijo frente a ellos/as. 3. En caso aun haya dificultades en el uso del botón de encendido/apagado de la cámara, plantear la posibilidad de cubrir el lente de la cámara.	
DINÁMICA CENTRAL PLENARIA	– Comentar situaciones de la	<p>IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES SOCIOEMOCIONALES</p> – Se dividirá en grupos de 3 o 4 personas mínimo	50 minutos



Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Objetivo de la sesión	Identificar necesidades socioemocionales de los/las participantes.			
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo	
	coyuntura que han atravesado	<ul style="list-style-type: none"> - El tiempo para la discusión en los mini grupos es de 7 minutos, con posibilidad de extenderse. - Se colocará una diapositiva con una imagen en referencia a la pandemia con el título: "Vamos a identificar situaciones de la pandemia que han tenido un impacto en nosotros/as, es decir, que nos ha generado malestar." Se dará un momento para reflexionar y se escribirá en la siguiente diapositiva los comentarios a las siguientes preguntas: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué situaciones son? (por ejemplo: familiar, salud, económico, social) 2. ¿Cómo nos hace sentir eso? 3. ¿Qué impacto ha tenido en nosotros/as? - Al finalizar la discusión se regresará al grupo general. De ser posible, pedir que una o dos personas del grupo presenten las ideas principales discutidas en sus respectivos minigrupos. - Se colocará otra diapositiva en la cual deben identificar qué cosas han hecho y qué cosas pueden hacer a nivel individual para reducir ese impacto <ol style="list-style-type: none"> 1. Situación (de ser posible elegir 1 o 2 situaciones más comunes entre los grupos). 2. Acciones que hemos realizado para reducir su impacto. 3. Acciones que podríamos realizar en un futuro cercano posibles para sentirnos mejor. <p>REFLEXIÓN</p> <p>Se colocan las siguientes preguntas en una diapositiva y se escriben los comentarios:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se sintieron al conversar sobre esto? - ¿Cuál creen que es la importancia de conversar acerca de estas necesidades socioemocionales? - ¿Por qué es importante contar con un espacio de soporte socioemocional? <p>Se resalta que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Muchas veces lo emocional es más difícil de ver que lo físico: por ejemplo, cuando hay un temblor es más fácil ver las casa caídas, las pérdidas económicas y víctimas, pero no tanto el daño emocional y psicológico, cómo se ha afectado el bienestar y salud emocional de las personas. - Lleva más tiempo recuperarse de un impacto emocional que de las pérdidas materiales: verbalizar lo que sentimos nos ayuda a darle sentido a nuestras ideas y emociones, nos ayuda poco a poco a asumir mejor la situación y reconciliarnos con la vida cotidiana. <p>Este tipo de apoyo nos ayuda a ser personas activas: muchas veces pensamos en que deberíamos hacerlo algo o que hay algo que hacer, pero compartiendo ideas y experiencias podemos tomar un rol más activo.</p>		
CIERRE DESPEDIDA	Y	<p>Afianzar los temas tratados.</p> <p>Evaluar grupalmente la sesión.</p>	<p>EJERCICIO DE RESPIRACIÓN</p> <p>Se comentará la importancia de la respiración y la relajación frente a situaciones de estrés y ansiedad. A continuación, se realizará el ejercicio de "Respiración cuadrada", colocando un fondo de música relajante. Se realizan respiraciones según el tiempo disponible que haya. Se recomienda hacer 5 respiraciones con el ejercicio como mínimo. De ser posible colocar una diapositiva con indicaciones de cómo realizar el ejercicio.</p>	15 minutos



Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Objetivo de la sesión	Identificar necesidades socioemocionales de los/las participantes.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
		<p>EVALUACIÓN Se coloca una diapositiva con las siguientes preguntas que se discutirán (no es necesario escribir los comentarios):</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Qué les pareció lo conversado hoy? – ¿Cómo se han sentido en el espacio? – ¿Tienen alguna sugerencia o comentario? <p>ACTIVIDAD VIRTUAL Se les comentará la actividad virtual, que permitirá reforzar los aprendizajes de la sesión y también familiarizarse más con las herramientas virtuales. En una diapositiva colocar las indicaciones y qué van a lograr al realizar la actividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> – La actividad consiste en que deben compartir 1 o más experiencias de cómo han hecho frente a una dificultad de la coyuntura. – Se pregunta por un ejemplo o se utiliza uno a partir de lo conversado durante la sesión. – Formato: texto o foto con descripción. – Plataforma en la que deben compartirlo: Grupo de Facebook creado para el proyecto – Se les recuerda que tienen la opción de asesoría antes de realizar su publicación (ya sea por el formato o contenido). <p>TAREA Colocar en una diapositiva las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Preguntar en su entorno qué herramientas/ aplicaciones/ redes sociales hay actualmente y para qué sirven o qué usos se le dan. – Se les enviará una lista con opciones para que puedan hacer la tarea. – El objetivo es que puedan explorar las posibilidades que hay en el mundo virtual. <p>DESPEDIDA Se agradece el tiempo brindado y su participación. Se incide en la fecha y el horario de la sesión de la siguiente semana.</p>	



Sesión 03: "Identificando nuestros recursos"

Objetivo de la sesión	Identificar recursos propios y del entorno que pueden utilizarse para hacer frente a las dificultades encontradas en pandemia y vincularlas al uso de herramientas virtuales.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
ACTIVIDAD INICIAL	Hacer un ejercicio de concentración en el aquí-ahora.	<p>ROMPEHIELO Se realizará la dinámica siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Indicación: "En nuestros lugares, vamos a girar la cabeza en círculos estirando lentamente el cuello, y vamos a ir observando poco a poco qué cosas hay a nuestro alrededor. Respirando tranquilos vamos a estirarnos un poco (hombros y brazos). Si desean pueden pararse y estirarse así si se sienten más cómodos. Muy bien. Ahora, de las cosas que hemos visto, ¿cuál es lo que le parece más importante y por qué?" – Se escribirá en una diapositiva las respuestas. – Reflexión: "Hay ciertas cosas que son importantes para nosotros por su utilidad, valor sentimental o" 	10 minutos

Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Objetivo de la sesión	Identificar recursos propios y del entorno que pueden utilizarse para hacer frente a las dificultades encontradas en pandemia y vincularlas al uso de herramientas virtuales.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
		<p>porque nos parecen agradables a la vista. Estas cosas en algún momento las podemos haber elegido siendo más conscientes de ello, pero otras nuestro instinto y quizás no somos tan conscientes de ello. Estos elementos nos acompañan y vamos a interactuar con ellas de distintas formas. Del mismo modo sucede con nuestros recursos, a veces identificamos de manera más consciente algunas cosas y otras no tanto, aunque están ahí. Hoy vamos a trabajar en torno a eso".</p>	
	Conversar sobre la tarea y actividad virtual	<p>RECAPITULANDO LA SESIÓN PASADA</p> <ul style="list-style-type: none"> Se discutirá sobre lo realizado la sesión pasada escribiendo en una diapositiva las respuestas de las siguientes preguntas: <ol style="list-style-type: none"> ¿Qué hicimos la sesión pasada? ¿A qué conclusiones llegamos? ¿Cómo les fue con la actividad virtual? ¿Cómo se sintieron? ¿Vieron las actividades de los/las demás? ¿Qué herramientas y usos pudieron conocer a través de la tarea realizada? 	15 minutos
DINÁMICA CENTRAL PLENARIA	Identificar recursos y aplicarlos en una situación	<p>MAPEO DE RECURSOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Se colocará un cuadro de doble entrada <ol style="list-style-type: none"> ¿Qué recursos tenemos? A nivel individual / A nivel interpersonal Elementos concretos (internet, pareja, etc.) / Elementos subjetivos (conocimiento, resiliencia, etc.) Se colocará otro cuadro a modo resumen para que puedan sintetizar lo comentado a través de un ejemplo, para ello se les pedirá identificar 1 situación que les haya parecido la más importante de la sesión pasada <ol style="list-style-type: none"> ¿Qué recursos he utilizado para afrontar esta situación? ¿Qué otros recursos podríamos desarrollar en el futuro? ¿Cómo hemos adaptado nuestros recursos a lo virtual? 	40 minutos
CIERRE DESPEDIDA	<p>Y</p> <p>Comentar la actividad de la semana</p> <p>Evaluar grupalmente la sesión</p>	<p>ACTIVIDAD VIRTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> Indicación: "La semana pasada compartimos una acción que realizamos para afrontar la pandemia y sentimos mejor. Ahora vamos a ser más específicos vinculándolo con el uso de herramientas virtuales. Es decir, qué cosas sé ahora que no hubiese podido lograr si no hubiese pasado esto. Por ejemplo, quizás antes no me hubiese animado a utilizar Yape, pero ahora veo que es bueno usar dinero sin tener contacto físico. Entonces vamos a volver a hacer una publicación en el grupo de Facebook que tenemos comentando ello. Esto nos ayudará a identificar ciertos aprendizajes que hemos estado teniendo en este tiempo y que conversaremos con profundidad la próxima reunión". <p>RESUMEN Y EVALUACIÓN</p> <p>Pregunta: sobre lo trabajado durante la sesión reconociendo el valor del espacio. Algunas preguntas tentativas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué les pareció lo conversado hoy? ¿Cómo se han sentido? 	15 minutos



Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Objetivo de la sesión	Identificar recursos propios y del entorno que pueden utilizarse para hacer frente a las dificultades encontradas en la pandemia y vincularlas al uso de herramientas virtuales.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
		- ¿Tienen alguna sugerencia o comentario? DESPEDIDA Se agradece el tiempo brindado y su participación. Se vuelve a incidir en la fecha y el horario de la sesión de la siguiente semana	

Sesión 04: "Aprendizajes"

Objetivo de la sesión	Identificar aprendizajes a partir de las dificultades que han atravesado en la coyuntura que nos permiten hacer ciertas cosas que no podíamos durante el aislamiento		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
ACTIVIDAD INICIAL	Familiarizar a los/las participantes con la herramienta de pizarra de Zoom mediante un juego	ROMPEHIELO <ul style="list-style-type: none"> - Se realizará el juego de "Ahorcado" a través de la pizarra de Zoom - Se hará énfasis en cómo utilizar la pizarra de Zoom ya que se usará ese medio para jugar entre todos (colocar los pasos a seguir y de ser posible imágenes) - Se explicará en qué consiste el juego: "A continuación vamos a jugar El ahorcado, quizás algunos ya lo han jugado. Este es un juego de adivinanzas que consiste en tratar de adivinar las palabras o frases que coloquemos referentes a lo que ya hemos visto en las sesiones pasadas" - Las palabras son <ul style="list-style-type: none"> o Expectativas (12 espacios) o Recursos (8 espacios) o Aprendizajes (12 espacios) - Con cada palabra se buscará recordar lo aprendido e iniciar la sesión. - Se recuerda las normas de convivencia 	10 minutos
	Conversar sobre la actividad virtual de la semana anterior.	RECAPITULANDO LA ACTIVIDAD VIRTUAL <ul style="list-style-type: none"> - Se harán las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> o ¿Cómo les fue con la actividad virtual? o ¿Qué aprendizajes identificaron? o ¿Vieron las actividades de los/las demás? 	10 minutos
DINÁMICA CENTRAL - PLENARIA	Identificar aprendizajes a partir de las experiencias en pandemia	COMPARTIR APRENDIZAJES <ul style="list-style-type: none"> - Indicación: "La actividad que hemos realizado nos ha ayudado a identificar ciertos aprendizajes que hemos ido adquiriendo en este tiempo, hoy vamos a profundizar en ello". - Se colocará un cuadro <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué cosas hemos aprendido en este tiempo? 2. ¿Por qué son importantes estos aprendizajes? - Se colocará un segundo cuadro <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo podríamos transmitir estos mensajes a otros/as adultos mayores? 2. ¿A través de qué herramientas podríamos lograr eso? - Procurar una discusión amplia. Se recomienda dividir en mini grupos de 3 o 4 personas. 	50 minutos
CIERRE DESPEDIDA	Y Comentar la actividad de la semana	ACTIVIDAD VIRTUAL. <ul style="list-style-type: none"> - Indicación: "Ya hemos realizado algunas actividades para compartir con los demás los aprendizajes que hemos tenido durante este tiempo. Ahora vamos a 	15 minutos



Objetivo de la sesión	Identificar aprendizajes a partir de las dificultades que han atravesado en la coyuntura que nos permiten hacer ciertas cosas que no podíamos durante el aislamiento		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
	Evaluar grupalmente la sesión.	<p>ampliar estos conocimientos y acompañamos en el proceso, por ello esta semana deben coordinar entre los miembros de su horario para juntarse y realizar una de las siguientes actividades":</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Opción A. Juegos en línea. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procurar enviar opciones de juego (de plataforma y también opciones para que puedan hacerlo por Zoom) ○ Opción B. Actividad saludable <ul style="list-style-type: none"> ▪ Buscar y compartir un video de un ejercicio saludable (por ejemplo, taichí, meditación, respiración, yoga, etc.) ▪ Reunirse por video llamada (puede ser whatsapp, zoom, facebook) y conversar de su experiencia juntos/as (qué les pareció, qué descubrieron, qué otras quisieran aprender, etc.) ○ Opción C. Película juntos o karaoke <ul style="list-style-type: none"> ▪ A través de Netflix Party pueden conectarse un día y ver una película juntos ▪ A través de la pantalla compartida de Zoom <p>– Se les brinda unos minutos para ponerse de acuerdo sobre qué opción elegirán y en qué fecha. Lo óptimo es que intercambien números telefónicos.</p> <p>RESUMEN Y EVALUACIÓN Preguntar sobre lo trabajado durante la sesión reconociendo el valor del espacio. Algunas preguntas tentativas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Qué les pareció lo conversado hoy? – ¿Cómo se han sentido? – ¿Tienen alguna sugerencia o comentario? <p>DESPEDIDA Se agradece el tiempo brindado y su participación. Se vuelve a incidir en la fecha y el horario de la sesión de la siguiente semana.</p>	


Sesión 05: "Nuestro entorno"

Objetivo de la sesión	Conversar acerca del impacto que tuvo la coyuntura política en los/las participantes. Discutir ideas de cómo apoyar al bienestar socioemocional de los niños, niñas, adolescentes, y población adulta y adulta mayor a partir de sus experiencias y aprendizajes en coyuntura.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
ACTIVIDAD INICIAL	Realizar un ejercicio de meditación y concentración en el aquí-ahora	ROMPEHIELO Se realizará el ejercicio de respiración del video: https://youtu.be/hTKDQ5FRB18 (Cortes en el minuto 6:15 hasta el minuto 14:10)	10 minutos
		RECAPITULANDO LA ACTIVIDAD VIRTUAL Se harán las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo les fue con la actividad virtual? • ¿Tuvieron dificultades? • ¿Qué aprendieron de esta experiencia? • ¿Vieron las actividades que realizaron los otros grupos? • ¿Hubiesen cambiado algo? 	10 minutos

Objetivo de la sesión	Conversar acerca del impacto que tuvo la coyuntura política en los/las participantes. Discutir ideas de cómo apoyar al bienestar socioemocional de los niños, niñas, adolescentes, y población adulta y adulta mayor a partir de sus experiencias y aprendizajes en coyuntura.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
DINÁMICA CENTRAL PLENARIA	Identificar el impacto de la coyuntura nacional y los aprendizajes para niños, niñas, adolescentes y adultos y adultos mayores.	COMPARTIR APRENDIZAJES <ul style="list-style-type: none"> - Se colocará en una diapositiva distinta lo siguiente: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué han sentido ustedes frente a toda esta coyuntura? 2. ¿Qué creen que sienten los jóvenes, adultos y adultos mayores en general? 3. ¿Qué creen que sientan los niños y niñas? 4. ¿Podemos utilizar nuestras experiencias y aprendizajes para apoyarnos mutuamente? ¿Cómo? - Se colocará un cuadro: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué podríamos decirles a ellos para orientarlos y sentirnos acompañados? (Identificar recomendaciones, mensajes, ideas, estrategias) 	50 minutos
CIERRE DESPEDIDA Y	Comentar la actividad de la semana Evaluar grupalmente la sesión	ACTIVIDAD VIRTUAL <ul style="list-style-type: none"> - Indicación: "Esta semana vamos a hacer la misma actividad virtual que la semana pasada, pero ahora lo haremos con personas que nosotros conocemos en nuestros espacios. Es decir, ahora van a organizar una actividad con su familia y/o amigos/as. Esta será una oportunidad para compartir nuestro conocimiento, reforzar los usos nuevos que conocemos de estos medios y mostrarles a otros estas posibilidades. Necesitamos espacios de unidad, no es bienestar por satisfacción. Justamente en tiempos difíciles, la familia, los amigos, los vecinos, podemos estar juntos. <ul style="list-style-type: none"> o Opción A. Juegos en línea. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procurar enviar opciones de juego (de plataforma y también opciones para que puedan hacerlo por Zoom) o Opción B. Actividad saludable <ul style="list-style-type: none"> ▪ Buscar y compartir un video de un ejercicio saludable (por ejemplo, taichí, meditación, respiración, yoga, etc.) ▪ Reunirse por video llamada (puede ser whatsapp, zoom, facebook) y conversar de su experiencia juntos/as (qué les pareció, qué descubrieron, qué otras quisieran aprender, etc.) o Opción C. Película juntos o karaoke <ul style="list-style-type: none"> ▪ A través de Netflix Party pueden conectarse un día y ver una película juntos ▪ A través de la pantalla compartida de Zoom - Se les pedirá tomarse una foto de su reunión y subirla al grupo de Facebook compartiendo cómo se han sentido con esa experiencia. RESUMEN Y EVALUACIÓN Preguntar sobre lo trabajado durante la sesión reconociendo el valor del espacio. Algunas preguntas tentativas son: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué les pareció lo conversado hoy? - ¿Cómo se han sentido? - ¿Tienen alguna sugerencia o comentario? DESPEDIDA Se agradece el tiempo brindado y su participación. Se vuelve a incidir en la fecha y el horario de la sesión de la siguiente semana.	



Sesión 06: "Reflexión conjunta"

Objetivo de la sesión	Reflexionar sobre los contenidos compartidos en el espacio y reconocer los aprendizajes logrados.		
Actividad	Objetivo	Descripción	Tiempo
ACTIVIDAD INICIAL	Analizar un video introductorio	ROMPEHIELO Se realizará la actividad: <ul style="list-style-type: none"> - Previamente se les enviará el video https://youtu.be/ye8mn4K7QB0 - En la sesión se mostrarán algunos recortes del video - Discusión: <ul style="list-style-type: none"> o ¿Qué les pareció el video? o ¿Se sienten identificados? o ¿Cómo se vincula con las sesiones? 	10 minutos
DINÁMICA CENTRAL - PLENARIA		COMPARTIR APRENDIZAJES <ul style="list-style-type: none"> - Indicación: <i>"Durante estas semanas hemos compartido nuestras experiencias y sentires. Vimos cómo cada persona atravesaba un mundo distinto de cosas pese a pasar por la misma coyuntura en el país. A la par, hemos llevado nuestras sesiones aprendiendo también en torno a ciertas tecnologías, hemos utilizado Zoom y el grupo de Facebook, concierne cómo ver videos juntos, las posibilidades existentes en todo ello. Ahora vamos a recordar todo esto, ver cómo salimos antes del viaje y cómo llegamos después de este".</i> - Se colocará dos cuadros <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo llegamos a este espacio? (Se recordará las expectativas con las que llegaron como una lista de chequeo) 2. ¿Cómo nos vemos ahora? Respecto a bienestar en torno al espacio y respecto al uso de las tecnologías - Se colocará otro cuadro Luego de las experiencias de las sesiones: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué cosas plantean hacer a corto plazo? EVALUACIÓN DE SESIONES <ul style="list-style-type: none"> - Se harán las siguientes preguntas: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué aspectos positivos han encontrado en las sesiones? 2. ¿Qué aspectos podrían mejorarse? SOBRE LAS ACTIVIDADES VIRTUALES <ul style="list-style-type: none"> - Se harán las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> o ¿Cómo les fue con las actividades virtuales? o ¿Tuvieron dificultades? o ¿Qué aprendieron de estas experiencias? o ¿Hubiesen cambiado algo? 	50 minutos
CIERRE Y DESPEDIDA	Comentar la actividad de la semana Evaluar grupalmente la sesión.	DESPEDIDA <ul style="list-style-type: none"> - Se pregunta si alguno tiene algún comentario extra <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo se han sentido? 2. ¿Recomendarían este tipo de experiencias? - Se agradece el tiempo brindado y su participación. - Se tomará una foto grupal. 	15 minutos



ANEXO 3. CAJA DE HERRAMIENTAS

N°	Herramientas	Referencia / Descripción	Utilidad
1	Generalidades en el uso de internet ¿Qué podemos hacer por internet y cómo lo hacemos?	https://www.youtube.com/watch?v=t17fqQOjpp4	Información para compartir con los/las participantes donde se resumen lo que pueden encontrar y hacer en internet, incluye uso de YouTube.
	¿Los videos de YouTube son muy rápidos y quisiera verlo más lento, o viceversa?	https://youtu.be/zsPLzISuE4I	
2	Uso de WhatsApp ¿Cómo hacer videollamadas? Historias (publicaciones) de WhatsApp que desaparecen a las 24 horas	https://youtu.be/KITHfypEQw0	Se explica la función de video llamada y cómo colgar historias.
3	Uso de Facebook Cómo registrar una cuenta, iniciar sesión y otras configuraciones básicas	https://youtu.be/W601Y_SNjDw	Se presenta el paso a paso para abrir una cuenta y uso de la plataforma.
4	Uso de Zoom	https://www.youtube.com/c/WaCareArgentina/videos	Explicación sobre el uso de la plataforma, conectarse a sesiones, etc.
5	Instagram - Introducción a la aplicación: ¿Qué es y qué usos se le da?	https://www.youtube.com/watch?v=22RsWIH2QV0	Se presentan los aplicativos Instagram, Google Maps, Netflix y Spotify para que los/las participantes puedan explorar sus funcionalidades.
	Instagram: ¿Cómo descargarlo y utilizarlo?	https://youtu.be/nfizfm200eM	
	Instagram: Algunos tips y trucos	https://youtu.be/PD2Krq0glFI	
	Google Maps	https://www.youtube.com/watch?v=B5xO_M5FxlQ&list=PLZAxGV2rIS7wnAH0hRQjZWCGoCptzqAmp&index=6	
	Netflix y Spotify	https://www.youtube.com/watch?v=EQiYtz2Q71s	
6	Taller de taichi	https://www.youtube.com/watch?v=KZVvuYj2NAs&t=12s	Espacios del CAM para la práctica de taichi que pueden usarse en las sesiones según contenido correspondiente.
		https://www.youtube.com/watch?v=q3cwVNiYA4Q	
		https://www.youtube.com/watch?v=pig-6QVe36c&t=1270s	
		https://www.youtube.com/watch?v=0UeikgJx4FY&ab_channel=EsSaludPer%C3%BA	
7	Taller de música	https://www.youtube.com/watch?v=5i0HkNisoTww&list=PLX5orRVAUrPrZKZMMIMYCaoRLTLFD3krdK&index=12	Espacios del CAM de práctica de música que pueden usarse en las sesiones según contenido correspondiente.
		https://www.youtube.com/watch?v=4EbsD8MqXf0&list=PLX5orRVAUrPrZKZMMIMYCaoRLTLFD3krdK&index=13	
		https://www.youtube.com/watch?v=j9ua6Page_8&list=PLX5orRVAUrPrZKZMMIMYCaoRLTLFD3krdK&index=14	



Guía "Conversando para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Nº	Herramientas	Referencia / Descripción	Utilidad
		https://www.youtube.com/watch?v=1uJyxilrW-I&list=PLX5crVVAUrPrZKZMfIMMYCaoRLTLFD3krdK&index=15 https://www.youtube.com/watch?v=wyFYZ7nYbDM&list=PLX5crVVAUrPrZKZfIMMYCaoRLTLFD3krdK&index=15 https://www.youtube.com/watch?v=NFkFWajhYkc	
8	Dinámica de presentación	<ol style="list-style-type: none"> 1. La persona que facilita va a llamar a un participante por su nombre 2. El o la participante va a salir un momento del campo de la cámara. 3. Todos/as los/las participantes van a llamar a la persona, por ejemplo "Carla, preséntate". 4. La persona que ha sido llamada va a ingresar de una manera sorpresiva, y se va a presentar comentando su nombre, fecha de cumpleaños, hobbies y comida favorita 5. Luego la persona que se presentó va a llamar a otra para que continúe presentándose. 	Dinámica que sirve de presentación para al iniciar el trabajo con un nuevo grupo.
9	Dinámica de memoria: ¿Qué cambios podemos ver?	<ol style="list-style-type: none"> 1. La persona que facilita va a llamar a una persona al azar 2. Todos/as deben observar con atención el lugar donde está y cómo está la persona 3. La persona que ha sido llamada deberá apagar su cámara. 4. Mientras tiene la cámara apagada deberá hacer tres cambios (no solo con objetos sino también puede hacerlo con su cuerpo y rostro). Se le dará 15 segundos para realizar los cambios y se preguntará para que encienda la cámara. 5. Cuando encienda su cámara, todos/as intentarán identificar qué ha cambiado 	Dinámica de activación cognitiva que puede utilizarse como rompe hielo.

Se precisa que dentro de la página de Youtube de EsSalud, pueden encontrar más videos de los talleres que pueden ser utilizados.



ANEXO 4. RECOMENDACIONES PARA EL TALLERISTA

- Sintetizar y escribir los comentarios de las personas participantes en la presentación de Power Point o el recurso que se utilice- para que todos/as puedan visualizarlos en la pantalla compartida. Esto genera la sensación de sentir sus opiniones escuchadas y valoradas.
- Reforzar la importancia del uso de las herramientas virtuales para prevenir el contagio: apoyar a reducir la ansiedad generada por la pandemia, y, a su vez, insistir en la prevención y cumplimiento de los protocolos de salud.
- Invitar siempre a participar a todas las personas, considerando la duración de la sesión. Muchas personas se animan a participar más a partir de la segunda mitad de la sesión, por ello, es importante ser precisos en la presentación y actividad inicial para contar con más tiempo en la actividad central.
- Procurar que haya otra persona que pueda asistir ante problemas técnicos a los/las participantes: en ocasiones, puede haber participantes que tengan problemas durante la sesión, por lo cual es importante que haya otra persona que se encargue de brindar el soporte técnico y así no interrumpir el desarrollo normal de la reunión. De ser posible, envíeles a los/las participantes el número telefónico de la otra persona que se va a encargar de ello.
- Las presentaciones que se compartan en la pantalla deben tener un contenido claro y preciso. Se debe considerar además colocar letras con un tamaño de fuente grande para prevenir dificultades visuales. En el caso de las personas con dificultades visuales auditivas, las indicaciones escritas son muy útiles, por lo cual se recomienda tener indicaciones con un lenguaje sencillo y claro.
- Procurar una participación equitativa: comentar previamente la importancia de la participación de todos/as y que, si bien no hay un tiempo limitado de participación, es necesario invitar a los/as demás a participar por igual para fortalecer el diálogo.
- Invitar siempre a los/las participantes a tener encendidas sus cámaras: resaltar la importancia de ver los rostros para fortalecer el vínculo entre todos/as. De todas formas, hay que señalar que no es obligatorio y pueden apagar sus cámaras cuando lo deseen.

En la medida de lo posible, invitar a los/las participantes a conversar entre ellos/as durante la dinámica central, de modo que no siempre se dirijan solo a él o la facilitadora: para ello es necesario establecer normas de convivencia claras y supervisar siempre el adecuado desarrollo de la sesión.



ANEXO 5. ENCUESTA AL INICIO DE LAS SESIONES

ENCUESTA DE INICIO DE SESIONES (a)			
Nombres:		Día:	[consignar día de sesiones]
Apellidos:		Horario:	[consignar horario de sesiones]
A continuación, escoja la opción que mejor refleje su respuesta a cada pregunta. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, y nos importa conocer su opinión.			

1. Debido a la pandemia, considero que la cercanía de relación con mi familiares cercanos...		2. Debido a la pandemia, considero que la cercanía de relación con mi amigos/as y conocidos/as...	
Ha empeorado notablemente		Ha empeorado notablemente	
Ha empeorado parcialmente		Ha empeorado parcialmente	
Se ha mantenido igual		Se ha mantenido igual	
Ha mejorado parcialmente		Ha mejorado parcialmente	
Ha mejorado notablemente		Ha mejorado notablemente	
3. Debido a la pandemia, considero que mi bienestar emocional se...		4. Utilizar el internet para buscar información, videos, música o noticias	
Ha empeorado notablemente		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Ha empeorado parcialmente		Creo que necesito apoyo constante	
Se ha mantenido igual		Creo que necesito apoyo por momentos	
Ha mejorado parcialmente		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	
Ha mejorado notablemente			
5. Utilizar el internet para conversar por chat con personas que quiero o estimo		6. Utilizar el internet para conversar por video llamada con personas que quiero o estimo	
No creo que pueda hacerlo por mi cuenta		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Creo que necesito apoyo constante		Creo que necesito apoyo constante	
Creo que necesito apoyo por momentos		Creo que necesito apoyo por momentos	
Creo que puedo hacerlo por mi cuenta		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	



7. Utilizar el internet para re-contactar con antiguos amigos/as e interactuar con ellos paulatinamente		8. Utilizar el internet para enterarme y saber qué es de la vida de las personas que quiero o estimo	
No creo que pueda hacerlo por mi cuenta		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Creo que necesito apoyo constante		Creo que necesito apoyo constante	
Creo que necesito apoyo por momentos		Creo que necesito apoyo por momentos	
Creo que puedo hacerlo por mi cuenta		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	
9. Utilizar el internet para organizar reuniones con mis vecinos/as o comunidad		0.1. ¿Tiene celular?	SÍ / NO
		0.2. ¿Consideras que dominas el uso de tu celular?	
No creo que pueda hacerlo por mi cuenta		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Creo que necesito apoyo constante		Creo que necesito apoyo constante	
Creo que necesito apoyo por momentos		Creo que necesito apoyo por momentos	
Creo que puedo hacerlo por mi cuenta		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	
11.1. ¿Tiene computadora?	SÍ / NO	2.1. ¿Tiene internet?	SÍ / NO
11.2. ¿Consideras que dominas el uso de tu computadora?		1.2. ¿Consideras que dominas el uso de tu computadora?	
No creo que pueda hacerlo por mi cuenta		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Creo que necesito apoyo constante		Creo que necesito apoyo constante	
Creo que necesito apoyo por momentos		Creo que necesito apoyo por momentos	
Creo que puedo hacerlo por mi cuenta		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	
13.1 ¿Tienes cuenta en Whatsapp?	SÍ / NO	4.1 ¿Tienes cuenta en Facebook?	SÍ / NO
13.2. ¿Consideras que dominas el uso de Whatsapp?		4.2. ¿Consideras que dominas el uso de Facebook?	
No creo que pueda hacerlo por mi cuenta		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Creo que necesito apoyo constante		Creo que necesito apoyo constante	
Creo que necesito apoyo por momentos		Creo que necesito apoyo por momentos	
Creo que puedo hacerlo por mi cuenta		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	


 SUB GERENCIA DE PROTECCION AL ADULTO MAYOR
 VºBº
 Dra. Z. Romero
 Sub Gerente
 CPAMYPD-ESSALUD


 GERENCIA DE LA PERSONA ADULTA MAYOR Y PRESECCION DE SALUD
 VºBº
 M. CUBA F.
 Gerente
 CPAMYPD-ESSALUD

Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

15.1 ¿Haz utilizado Zoom?	SÍ / NO	6.1 ¿Tienes una cuenta de Instagram?	SÍ / NO
15.2. ¿Consideras que dominas el uso de Zoom?		6.2. ¿Consideras que dominas el uso de Instagram?	
No creo que pueda hacerlo por mi cuenta		No creo que pueda hacerlo por mi cuenta	
Creo que necesito apoyo constante		Creo que necesito apoyo constante	
Creo que necesito apoyo por momentos		Creo que necesito apoyo por momentos	
Creo que puedo hacerlo por mi cuenta		Creo que puedo hacerlo por mi cuenta	

A continuación, le pedimos que lea los siguientes enunciados sobre el uso de internet y marque el grado de acuerdo o desacuerdo que tenga al respecto (1 = "Totalmente en desacuerdo" a 5 = "Totalmente de acuerdo". Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, y nos importa conocer su opinión.

Enunciados	1	2	3	4	5
17. Me siento capaz de aprender y manejar el internet					
18. Disfruto aprendiendo a usar el internet					
19. Siento que usar el internet es peligroso					
20. Usar el internet NO tiene consecuencias positivas en mi vida					
21. Siento que usar el internet me posibilita hacer cosas que no puedo hacer en persona					



ANEXO 6. ENCUESTA DE TÉRMINO DE SESIONES

ENCUESTA DE TÉRMINO DE SESIONES					
<p>Deseamos conocer su opinión sobre la manera en que se ha desarrollado la iniciativa en la que ha participado, por ello le pedimos que evalúe los siguientes puntos a continuación. escoja la opción que mejor refleje su respuesta, y márkela tomando en cuenta que las opciones van de menor a mayor.</p>					
Enunciados	1	2	3	4	5
a. ¿Qué tanto ha sido de su agrado las sesiones de "Conversando"?					
b. ¿Considera que el tiempo de duración de las sesiones ha sido el adecuado?					
c. ¿Qué tanto ha sido de su agrado la manera en que realizaba las sesiones la facilitadora / tallerista, [...]?					
d. ¿Recomendaría a sus conocidos/as participar?					
e. ¿Considera que participar ha sido importante para usted?					
f. ¿Considera que participar le ha servido?					
g. ¿Considera que volvería a participar nuevamente en el futuro?					
<p>Nos gustaría que pueda conocer su opinión, en caso lo desee a continuación puede escribirnos brevemente algo que desee compartirnos. (Esta pregunta no es obligatoria)</p>					



ANEXO 7. RECOMENDACIONES PARA DESARROLLAR EL ACOMPAÑAMIENTO A LOS/LAS PARTICIPANTES

- Plantear sesiones específicas para que las personas adultas mayores aprendan a utilizar herramientas digitales como Zoom, Facebook, Google Meet o video llamada de Whatsapp. Haciendo énfasis en los alcances y bondades de cada una.
- Procurar un acompañamiento personalizado durante la primera experiencia de actividad virtual para identificar posibles necesidades en los/las participantes que no hayan explicitado previamente en torno al uso de la tecnología.
- Reconocer un procedimiento claro de asistencia y derivación en caso de que alguna persona lo requiera. Es decir, contar una agenda telefónica disponible de contactos que puedan acoger y brindar soporte a la persona sin que pase mucho tiempo. Los casos de derivación pueden ser: duelo, violencia familiar o abandono.
- Identificar a personas que viven en el hogar con el/la participante que puedan dar asistencia técnica en caso se requiere, cuidando siempre que esto no interfiera en la participación de la persona (es decir que no limite su confianza ni privacidad).
- Identificar si hay conflictos previos entre participantes para, de ser posible, organizar los grupos de modo que se sientan con la confianza y seguridad de poder compartir sus experiencias y emociones.



NOTA N° 13 -GPAMyPS-GCPAMyPCD-ESSALUD-2021

Lima, 19 JUL. 2021

Doctor
LUIS QUIROZ AVILÉS
Gerente Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad
Presente

Asunto : Solicito aprobación de Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Referencia : Informe N°191-SGPAM-GPAMyPS-GCPAMyPCD-ESSALUD-2021

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y manifestarle que, en el marco del POI 2021 y de las funciones conferidas en el ROF Institucional, esta Gerencia presenta la propuesta **Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"**, para su aprobación correspondiente.

En ese sentido, adjuntamos el Informe respectivo, la propuesta de Guía y Resolución.

Agradeciendo de antemano la atención que brinde a la presente, quedo de usted.

Atentamente,



.....
Dra. MARÍA S. CUBA FUENTES
Gerente de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales
Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad
ESSALUD

MSCF/ZRA
NIT: 172-2021-74

INFORME N°191-SGPAM-GPAMyPS-GCPAMyPCD-ESSALUD-2021

A : **Dra. MARÍA SOFIA CUBA FUENTES**
Gerente de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales

De : **Dra. ZOILA ROMERO ALBINO**
Subgerente de Protección al Adulto Mayor

Asunto : Informe Técnico Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor"

Fecha :

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted, para saludarla cordialmente y manifestarle que, es pertinente solicitar a la Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad la aprobación de la propuesta Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor":



FUNDAMENTO DE PROPUESTA

La población adulta mayor en nuestro país se ha incrementado en los últimos años, es así que de un 5,7% en el año 1950 ha pasado a representar el 13% en el año 2021¹, proyectándose un crecimiento al 24-25% al 2050².

El Seguro Social de Salud – EsSalud, no es ajeno a este crecimiento, reportándose para marzo del año 2021, una cantidad de 1,890,815 personas adultas mayores³, que representa el 16,08% de la población asegurada a nivel nacional.

Así mismo, En EsSalud, según el estudio de Salud, Bienestar y Envejecimiento del Seguro Social de Salud – SABESS realizado por la Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad – GCPAMyPCD durante los años 2015 – 2016, se encontró que el 10,4% de las PAM asegurada presentan condición de

¹ INEI. Informe Técnico Situación de la Población Adulta Mayor 2021. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/02-informe-tecnico-poblacion-adulta-mayor-ene-feb-mar-2021.pdf>

² OMS. Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud. 2015. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf

³ EsSalud. Población asegurada a marzo 2021 – Gerencia Central de Seguros y Prestaciones Económicas.

fragilidad y 59% presentaba algún grado de discapacidad sea motora, visual, auditiva, entre otras.

EsSalud a fin de coberturar a esta población vulnerable, dispone de una serie de prestaciones sanitarias y sociales que en forma complementaria aseguran el bienestar de esta población.

En el caso de la oferta de los servicios sociales, encontramos que existen 126 Centros del Adulto Mayor (CAM) y 106 Círculos del Adulto Mayor (CIRAM) distribuidos a nivel nacional, los mismos que desarrollan prestaciones enmarcadas dentro de la Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo.

En el marco del desarrollo de los Programas y talleres consignados en la Cartera de servicios, esta Subgerencia presenta la propuesta Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor", que se enmarca dentro del Programa de Expresión y Desarrollo: Bienestar Emocional y Participación Social.

II. MARCO LEGAL

- Constitución Política del Perú de 1993.
- Ley N° 27056, Ley de Creación del Seguro Social de Salud (EsSalud), y su reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 002-99-TR, y sus modificatorias.
- Ley N° 26790, Ley de Modernización de la Seguridad Social de Salud – EsSalud y su Reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 009-97-SA, sus ampliatorias y modificatorias.
- Ley N°30490, Ley de la Persona Adulta Mayor.
- Ley N°30947, Ley de Salud Mental.
- Convenios Internacional: Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (El Peruano 10 de marzo 2021).
- Decreto Supremo N°008-2020-SA, Decreto Supremo que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control COVID-19.
- Decreto Supremo N°044-2020-SA, Decreto Supremo que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19.
- Decreto Supremo N°051-2020-SA, Prórroga del Estado de Emergencia Nacional declarado mediante Decreto Supremo N° 044-2020-PCM.
- Decreto Supremo N°064-2020-SA, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la nación a consecuencia del COVID-19.
- Decreto Supremo N°075-2020-SA, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la nación a consecuencia del COVID-19.



- Decreto Supremo N°083-2020-PCM, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19 y establece otras disposiciones.
- Decreto Supremo N°094-2020-PCM, Decreto Supremo que establece las medidas que debe observar la ciudadanía hacia una nueva convivencia social y prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19.
- Decreto Supremo N°020-2020-SA, Decreto Supremo que prorroga la Emergencia Sanitaria declarada por Decreto Supremo N°008-2020-SA.
- Decreto Supremo N°116-2020-PCM, Decreto Supremo que establece las medidas que debe observar la ciudadanía en la nueva convivencia social y prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19.
- Decreto de Urgencia N°026-2020, Decreto de Urgencia que establece medidas excepciones y temporales para prevenir la propagación del coronavirus (COVID-19) en el territorio nacional.
- Decreto Supremo N°005-2020-MIDIS que aprueba el diseño de la Red de Soporte para la persona adulta mayor con alto riesgo y la persona con discapacidad severa.
- Decreto Legislativo N°1474-2020, Decreto Legislativo que fortalece los mecanismos y acciones de prevención atención y protección de la persona adulta mayor durante la emergencia sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Decreto Supremo N°123-2021-PCM, Decreto Supremo que prorroga el Estado de Emergencia Nacional declarado por el Decreto Supremo N° 184-2020-PCM, prorrogado por los Decretos Supremos N° 201-2020-PCM, N° 008-2021-PCM, N° 036-2021-PCM, N° 058-2021-PCM, N° 076-2021-PCM y N° 105-2021-PCM, y modifica el Decreto Supremo N° 184-2020-PCM.
- Resolución Ministerial N° 941-2005-MINSA, que aprobó los "Lineamientos para la Atención Integral de Salud de las Personas Adultas Mayores".
- Resolución Ministerial N° 356-2018-MINSA, Documento Técnico: Plan Nacional de Fortalecimiento de Servicios de Salud Mental Comunitaria 2018-2021.
- Resolución Ministerial N° 030-2020-MINSA, Documento Técnico: Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida para la Persona, Familia y Comunidad (MCI).
- Resolución Ministerial N° 182-2020-MINSA, Documento Técnico: Lineamientos que refuerzan el cuidado integral de salud en el primer nivel de atención en el contexto de la Pandemia COVID-19.
- Resolución Ministerial N° 363-2020-MINSA, Plan de Salud Mental, en el contexto COVID-19 – Perú, 2020-2021.
- Resolución de Presidencia Ejecutiva N° 601-PE-EsSalud-2015, que aprueba el "Modelo de Organización de la Gerencia de Red Desconcentrada y los Reglamentos de Organización y Funciones de las Gerencias de Red Desconcentrada de Lima y Callao".
- Resolución de Gerencia General N° 1553-GG-EsSalud-2020, que aprueba la Directiva de Gerencia General N°21-GCPP-ESSALUD-2021, "Normas para la



formulación, evaluación, aprobación y actualización de documentos normativos y documentos técnico-orientadores en EsSalud".

- Resolución de Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor N°010-GCPAMyPCD-EsSalud-2018, que aprueba la "Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo".
- Resolución de Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor N°010-GCPAMyPCD-EsSalud-2020, que aprueba la Guía General de desarrollo de talleres de los Centros del Adulto Mayor.

III. ANÁLISIS

3.1. Análisis de los documentos sustentatorios:

- La Organización Mundial de la Salud (OMS), a través del documento "La atención primaria de salud, más necesaria que nunca"⁴, propone que los países basen sus decisiones relacionadas al sistema de salud y al desarrollo de la salud en 4 orientaciones normativas amplias e interconectadas. Estas orientaciones representan los principios básicos de la atención de salud, esto es: cobertura universal, atención centrada en las personas, políticas públicas saludables y liderazgo; concluyendo que, al perseguir estos objetivos, los sistemas pueden llegar a ser más coherentes, eficientes, equitativos y mucho más eficaces. Estos aspectos fueron refrendados en la Declaración de Astaná⁵, por lo cual es la estrategia más efectiva para asegurar el bienestar de la población en sus diferentes etapas del curso de vida, como es el caso de las personas adultas mayores.
- La OMS en su documento Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud especifica que, los servicios para que todas las personas deben asegurar el acceso a servicios que respondan a las preferencias y necesidades de las personas adultas mayores, y sean seguros, eficaces, oportunos, eficientes y de calidad aceptable
- De acuerdo a la "Ley de la Persona Adulta Mayor", en su artículo 9, especifica que los servicios prestados por entidades públicas o privadas que se brindan a favor de la persona adulta mayor, están orientados a promover la autonomía e independencia con el fin de mejorar la calidad de vida y preservación de su salud; encontrándose en estos servicios a los Centros del Adulto Mayor (CAM) y Círculos del Adulto Mayor (CIAM) de EsSalud.
- De acuerdo al "Modelo de Atención Integral de Salud Basado en Familia y Comunidad", la provisión de paquetes de atención integral a la persona,

⁴ OMS. La Atención Primaria más necesaria que nunca. 2008. Disponible en: https://www.who.int/whr/2008/08_report_es.pdf

⁵ OMS. Declaración de Astaná. 2018, Disponible en: <https://www.who.int/docs/default-source/primary-health/declaration/gcphc-declaration-sp.pdf>



familia y comunidad se desarrolla a través de paquetes de atención, siendo uno de ellos, el de atención integral de salud al adulto mayor; que incluye evaluación integral del adulto mayor, intervenciones educativo comunicacionales, preventivas, visita familiar integral y atención de daños considerados prioridades regionales según protocolos, de acuerdo a enfoques de derechos humanos, de género, intercultural y de determinantes sociales.

- Con fecha 11 de marzo se declara la Emergencia Sanitaria a nivel nacional, mediante Decreto Supremo N°008-2020-SA por el plazo de noventa (90) días calendario dictándose así diversas medidas de prevención y control ante la pandemia producida por el COVID-19.
- Mediante Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, de 15 de marzo 2020, se declaró el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19", por el plazo de quince (15) días calendario, disponiéndose el aislamiento social obligatorio; el mismo que fue prorrogado en varias oportunidades a través de diferentes Decretos Supremos; estando vigente actualmente la declaración de emergencia sanitaria.
- De acuerdo con el Decreto Legislativo N° 1474-2020, se fortalece los mecanismos y acciones para la atención integral y protección adecuada de la persona adulta mayor que resulten necesarios durante la emergencia sanitaria ocasionada por el COVID-19, que en su artículo 7, literal d), menciona que se deben generar herramientas para la adecuada atención de las personas adultas mayores durante la emergencia sanitaria.
- Dentro de las acciones consideradas por la Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad (GCPAMyPCD) a fin de garantizar el envejecimiento activo y saludable de la población adulta mayor asegurada en el marco de la pandemia por COVID-19, se planteó continuar brindando los talleres contenidos en la Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo, para cuyo caso, se estableció la modalidad virtual como la medida más idónea a fin de salvaguardar la seguridad e integridad de los usuarios, disposición emitida a través del Memorando Circular N°06-GCPAMyPCD-2020 y que se aprobó a través de Resolución N°07-GCPAMyPCD-ESSALUD-2020.
- De acuerdo a lo señalado en la "Cartera de Prestaciones Sociales para el Envejecimiento Activo" se evidencian 4 Programas: Programa de ejercicio de derechos humanos, Programa de autocuidado: bienestar físico e intelectual, Programa de expresión y desarrollo: bienestar emocional y participación social y Servicios complementarios; los mismos que contienen talleres diversos con el fin de lograr el bienestar integral de las personas adultas



mayores; por tanto, es pertinente el desarrollo del marco general que guíe la ejecución de los talleres a través de sesiones.

- Dentro del Programa de Expresión y Desarrollo: Bienestar Emocional y Participación Social se encuentra el Talleres de afectividad y autoestima que tiene como objetivo promover el mantenimiento del cuidado emocional de las personas adultas mayores. En este marco, la presente propuesta de Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor", tiene como objetivo establecer las disposiciones de carácter técnico para su implementación en todos los Centros del Adulto Mayor (CAM) y Círculos del Adulto Mayor (CIRAM) del Seguro Social de Salud (EsSalud) en el marco de la pandemia por COVID-19, considerando las implicancias de índole emocional que tiene la pandemia en las personas adultas mayores, familiares y/o cuidadores, que implica potenciar los servicios en post de la mejora de la resiliencia de esta población.
- Para la presente Guía se contó con el apoyo de un equipo de colaboradores de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP), quienes desarrollaron la guía como parte de una iniciativa del Fondo de Iniciativas Docentes RSU en respuesta al COVID-19 (FIDORSU-2020) de la Dirección Académica de Responsabilidad Social de la PCUP. Cabe señalar que esta experiencia fue la ganadora en dicha convocatoria, y fue adaptada para su implementación en EsSalud.



3.2. Impacto

3.2.1. Impacto en la gestión Institucional y en los usuarios

El impacto en la Gestión Institucional y en los usuarios, está en relación a la actualización de las prestaciones sociales que reciben las personas adultas mayores, influyendo positivamente en la imagen Institucional, al encontrarse a la par de organismos internacional y en el marco de cumplimiento de la Ley de la Persona Adulta Mayor.

Con la nueva Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor", se benefician 1,890,815 personas adultas mayores, que representa el 16,08% de la población asegurada a nivel nacional, logrando con ello que reciban talleres que potencien la salud mental de esta población, en un marco sanitario tan complejo como es la pandemia por COVID-19.

3.2.2. Impacto económico

La presente propuesta de Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor" no implica gastos adicionales para la Institución, dado que se constituye en una metodología para la implementación del Taller de afectividad y autoestima.

IV. CONCLUSIONES

Dado el análisis de la documentación se concluye que:

- Es necesario fortalecer la atención primaria de salud a través de diversas estrategias, en donde el eje central sean las personas, en este caso las personas adultas mayores.
- Se plantea la Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor", que potencia el bienestar emocional de las personas adultas mayores, consecuente a las políticas nacionales e internacionales vinculadas a esta población.

V. RECOMENDACIÓN

Aprobar la nueva Guía "Conversando: para el acompañamiento y soporte socioemocional de las personas adultas mayores de los Centros y Círculos del Adulto Mayor", en el marco de la Ley del Seguro Social de Salud.


.....
Dra. ZOILA O. ROMERO ALBINO
Sub Gerente de Protección al Adulto Mayor
Gerencia de la Persona Adulta Mayor y Prestaciones Sociales
Gerencia Central de la Persona Adulta Mayor y Persona con Discapacidad
ESSALUD

ZRA
NIT: 172-2021-74



HOJA DE RUTA

EXPEDIENTE N°

172- 2021 - 074

NORMAL URGENTE

importante:

Mantener esta hoja de ruta como carátula del documento

No sellar como cargo de recepción

DIA	MES	AÑO

Nº	REMITENTE	FECHA	ACCIONES	DESTINATARIO
1		19 JUL. 2021	Informe 191 SGPM	GPAMYIS
2		19 JUL. 2021	Nota 13 GPAMYPS	GPAMYPCD.
3		21 JUL. 2021	Res. N° 03- GPAMYPCD-2021	GPAM
4				
5				
6				

ACCIONES:

1. TRAMITAR	7. ARCHIVAR	13. ACCIÓN INMEDIATA	19. POR CORRESPONDERLE	25. REPRESENTAR
2. OPINIÓN	8. SOLUCIÓN DANDO CTA. POR ESCRITO	14. AGREGAR ANTECEDENTES	20. AUTORIZADO	26. CONSOLIDAR
3. INFORME	9. HABLAR CONMIGO	15. REVISAR OBSERVACIONES	21. REVISAR Y VISAR	27. NOTIFICAR
4. CONOCIMIENTO Y ACCIONES	10. SOLICITAR ANTECEDENTES	16. VERIFICAR STOCK Y ATENDER	22. REVISAR	
5. SEGÚN LO COORDINADO	11. PREPARAR RESPUESTA	17. VER OBSERVACIONES	23. DIFUNDIR	
6. COORDINAR	12. PROYECTAR DOCUMENTO	18. SUPERVISAR	24. HACER SEGUIMIENTO	