

EL TEATRO COMO DIDÁCTICA PARA FOMENTAR EL AUTOCUIDADO EN EL ANCIANO

Juan Carlos Morales Ruiz¹

Virginia Palacios Expósito²

El autocuidado se fundamenta en un comportamiento personal orientado a mantener y mejorar la salud, en otras palabras, a la práctica de actividades llevadas a cabo en forma voluntaria para el mantenimiento de la vida, la salud y el bienestar.

Desde la perspectiva anterior, el autocuidado constituye una excelente opción para fomentar la adopción de estilos de vida saludable, prevenir factores de riesgo, mantener la funcionalidad y garantizar el bienestar y la calidad de vida.

Una de las estrategias más utilizadas para fomentar el autocuidado es la educación. Sin embargo, la implementación de programas educativos en ancianos, presenta dificultades derivadas de falta de coherencia entre las actividades propuestas y las características propias de la vejez, escasa motivación hacia procesos académicos tradicionales, deficiencias atencionales, sensoriales y cognitivas de los participantes y adaptación inadecuada de contenidos y metodologías a las necesidades del anciano.

Con base en lo anterior, se diseñó una propuesta metodológica, basada en el uso del teatro como estrategia didáctica, para la implementación de actividades de educación en salud orientadas al autocuidado.

El teatro, una de las ramas de las artes escénicas basada en la representación o actuación de historias por diferentes medios, viene siendo utilizado con ventajas significativas sobre didácticas tradicionales, para el desarrollo de

¹ Médico Cirujano U. del Rosario, Especialista en Gerontología Social F.U.A.A., Magíster en Educación PUJ.

² Psicóloga U. del País Vasco, Magíster en Neuropsicología U. Complutense.

sesiones educativas orientadas a promover estilos de vida saludable y prevenir enfermedades.

La puesta en escena de la obra “Envejecer nunca ... rendirse jamás”, una representación que narra la vida de dos mujeres que han adoptado estilos de vida contrapuestos a lo largo de su existencia y las consecuencias observables en la vejez, ha logrado, a través de la narrativa, la lúdica y la creatividad, concientizar al público acerca de su responsabilidad y generar una actitud positiva frente a las acciones de promoción y prevención en salud.