

# Fomento de las habilidades sociales en los adultos mayores del Centro Gerontológico de Nariño

**Karla Alexandra Villota Arévalo**

Estudiante de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

**María Paula Serrato Mendoza**

Profesora de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

Las habilidades sociales, como lo mencionan Rivera et al. (2019), logran establecer relaciones con otros, desde los comportamientos específicos que una persona exhibe en situaciones de interacción interpersonal, como en los comportamientos especialmente significativos para la interacción social, puesto que el contexto interpersonal se da acorde con la situación, respetando las conductas emitidas por los demás y minimizando la aparición de futuros problemas y la resolución de los inmediatos. Del mismo modo, Goldstein (2014, como se cita en Ibarra, 2020) sostiene que, las habilidades sociales implican las capacidades necesarias para un contacto interpersonal efectivo, puesto que las habilidades y capacidades para el contacto interpersonal y la solución de problemas son necesarias para la índole interpersonal y/o socioemocional, pues son herramientas fundamentales para la interacción humana, las cuales permiten a los individuos comunicarse y coexistir de manera armónica dentro de un tendido social complejo.

Si bien estas habilidades son muy importantes en cualquier etapa del ciclo vital, se resalta que, poder mantenerlas en las personas mayores evita deterioros asociados al envejecimiento, como las alteraciones cognitivas. Además, adquieren relevancia en el desempeño ocupacional ya que, a medida que las personas envejecen, pueden presentar cambios significativos en las redes de apoyo y sociales, donde puede haber afectaciones; o, por el contrario, y de forma positiva, se puede promover para que participen activamente. Cabe destacar que hacer una integración de las habilidades sociales en la población geriátrica favorece el bienestar emocional, psicológico, así como también, evita situaciones de aislamiento y soledad en esta población.

En concordancia con lo anterior y, de acuerdo con el trabajo realizado a través de la práctica de profundización de Terapia Ocupacional de la Universidad Mariana en la población de Centro Día del Centro Gerontológico de Nariño, se identificó alteraciones en las habilidades sociales, por medio de la valoración con el Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO) (Caballo y Salazar, 2017), identificando mayor afectación a nivel de: interactuar con desconocidos, con personas que lo atraen y, afrontar situaciones de hacer el ridículo.

Teniendo en cuenta estos datos, se pudo enfocar el proceso de intervención hacia las necesidades presentadas, con el fin de mejorar la calidad de vida y el buen envejecer, a través de la promoción de habilidades sociales, por medio

de actividades con propósito, donde primó la atención con humanismo, puesto que las intervenciones fueron diseñadas pensando en las personas mayores y cómo fomentar su participación social, con amigos y con pares, teniendo como sustento teórico el Marco del Trabajo para la práctica de Terapia Ocupacional (AOTA 2020) que menciona que, las habilidades sociales buscan abordar al ser humano desde las ocupaciones, considerando los contextos y las habilidades de desempeño, aspectos claves para que las personas mayores del Centro Gerontológico de Nariño logren minimizar el impacto de situaciones negativas que se encuentran en los procesos socializadores y, de este modo, fortalecer los vínculos relacionales, comunicativos y de autoexpresión a través de las intervenciones grupales con compañeros.

**Figura 1**

Actividades de socialización con personas mayores



Nota. Centro Gerontológico de Nariño.

Por su parte, Betancourt et al. (2022) refieren que, el desarrollo de destrezas direccionadas al fortalecimiento y adquisición de aptitudes necesarias para el desarrollo integral del ser humano son fundamentales para poder afrontar adecuadamente los desafíos que presenta la vida cotidiana; por ello, es importante que las habilidades sociales e interpersonales constituyan la comunicación y empatía pues, junto con las habilidades cognitivas y de manejo de emociones como el manejo del estrés, aumento interno de control, son fundamentos que favorecen los procesos de inteligencia interpersonal.

**Figura 2**

Actividad grupal con personas mayores



Nota. Centro Gerontológico de Nariño

Finalmente, cabe mencionar que es esencial mantener las habilidades sociales con los adultos mayores, pues de este modo se contribuye en los procesos de comunicación con sus compañeros, familiares y demás personas con las que se comparte en su diario vivir; además, propiciar estas interacciones permite la resolución de conflictos y adaptabilidad en su entorno y, favorece la participación ocupacional efectiva.

## Referencias

- American Occupational Therapy Association (AOTA). (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4<sup>th</sup> ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74(Suppl. 2), 7412410010. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Betancourt, S. M., Montoya, F. M. y Vásquez, L. (2022). Fortalecimiento de las habilidades sociales en un grupo de adultos mayores de la fundación Rosa de Misericordia del municipio de Tuluá, Valle del Cauca. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 32-55. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i3.2196](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2196)
- Caballo, V. E. y Salazar, I. C. (2017). Desarrollo y validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las habilidades sociales: el “Cuestionario de habilidades sociales”. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 25(1), 5-24. <https://doi.org/10.1037/t65669-000>
- Ibarra, M. E. (2020). *Las habilidades sociales desde la tipología de Goldstein: un análisis psicosocial en niños de 6 a 8 años en la ciudad de Victoria de Durango* [Tesis de Maestría, Universidad del Estado de Durango]. <http://repositorio.ujed.mx/jspui/handle/123456789/66>
- Rivera, J., Lay, N., Moreno, M. E., Pérez, A., Rocha, G., Duran, S. E., García, J., Redondo, O. y Torres, E. (2019). Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 40(31), 10-25.