



UNIVERSIDAD
TÉCNICA DE
MANABÍ
Fundada en 1952

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

Incidencia de la biblioterapia en el estado emocional del adulto mayor

Incidence of bibliotherapy on the emotional state of the elderly

- ✉ Jonathan Javier Arteaga Zambrano 
- ✉ *María Teresa Sánchez Rivera 
- ✉ Carla María Navia Bravo 
- ✉ Jenny Giselle Cobacango Villavicencio 

Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador, jarteaga5839@utm.edu.ec,
maria.sanchez@utm.edu.ec, carla.navia@utm.edu.ec, jenny.cobacango@utm.edu.ec.
*Autor de correspondencia.

Recepción: 04 de mayo de 2024 / Aceptación: 04 de junio de 2024 / Publicación: 09 de julio de 2024.

Citación/cómo citar este artículo: Arteaga, J., Sánchez, M., Navia, C. y Cobacango, J. (2024). Incidencia de la biblioterapia en el estado emocional del adulto mayor. *Revista PSIDIAL: Psicología y Diálogo de Saberes*, 3(2) 108-124. <https://doi.org/10.33936/psidial.v3i2.6673>



e-ISSN 2806-5972

✉ revista.psidial@utm.edu.ec

REVISTA PSIDIAL: PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

Vol. 3 Núm. 2 (108-124) julio - diciembre de 2024

DOI: 10.33936/psidial.v3i1.6673



Resumen:

La Biblioterapia ha evolucionado como un método de apoyo para individuos que enfrentan trastornos físicos, emocionales o familiares. Un ejemplo destacado son los pacientes hospitalizados, donde la Biblioterapia se ha utilizado como una forma de rehabilitación desde la Segunda Guerra Mundial, especialmente con soldados con secuelas de guerra. En el caso de adultos mayores, esta práctica ha demostrado beneficios a lo largo del tiempo, requiriendo constancia y una evaluación precisa para un desarrollo efectivo. Proporciona un espacio para el crecimiento emocional y la generación de nuevas ideas. El objetivo general del artículo es establecer talleres de Biblioterapia para mejorar el estado anímico de los adultos mayores en el programa de la Fundación Social Cristo Rey. El estudio se basa en un enfoque descriptivo con un enfoque mixto. Para lograr esto, se empleó el análisis de información en la revisión bibliográfica y el método analítico-sintético. Se utilizaron encuestas con los 30 adultos mayores y entrevistas con especialistas a través de cuestionarios, seguido por el diseño de acciones. La implementación del programa de biblioterapia en la Fundación Social Cristo Rey mejora significativamente el estado emocional de los adultos mayores, reduciendo la ansiedad y depresión, aumentando el bienestar y la satisfacción personal, y fomentando la socialización y las estrategias de afrontamiento.

Palabras clave: Biblioterapia, adultos mayores, FUSCREY, estado emocional, programa.

Abstract:

Bibliotherapy has evolved as a supportive method for individuals facing physical, emotional, or family disorders. A notable example is hospitalized patients, where bibliotherapy has been used as a form of rehabilitation since World War II, especially with soldiers suffering from war-related injuries. In the case of older adults, this practice has shown benefits over time, requiring consistency and precise evaluation for effective development. It provides a space for emotional growth and the generation of new ideas. The general objective of the article is to establish bibliotherapy workshops to improve the emotional state of older adults in the Fundación Social Cristo Rey program. The study is based on a descriptive approach with a mixed methodology. To achieve this, information analysis in the bibliographic review and the analytical-synthetic method were employed. Surveys were conducted with the 30 older adults and interviews with specialists through questionnaires, followed by the design of actions. The implementation of the bibliotherapy program at Fundación Social Cristo Rey significantly improves the emotional state of older adults, reducing anxiety and depression, increasing well-being and personal satisfaction, and fostering socialization and coping strategies.

Keywords: Bibliotherapy, older adults, FUSCREY, emotional state, program.

Introducción

La Biblioterapia es una actividad interdisciplinaria y terapéutica que se sustenta en la Bibliotecología y la Psicología. Su herramienta de trabajo son los libros, de aquí que la Bibliotecología sea el campo de actuación profesional dominante para el desarrollo de programas de cambio donde se utiliza esta técnica. (Cedeño et.al., 2022). A partir de este supuesto es objetivo de este trabajo proponer talleres donde se utilicen los libros para promover el bienestar emocional de los adultos mayores beneficiarios del programa desarrollado por la Fundación Cristo Rey en la ciudad de Manabí-Ecuador. Las contribuciones al tema de Chaves (2022), describe que es un campo muy amplio por explorar, principalmente desde las bibliotecas y una oportunidad de desarrollo y mejora en los servicios bibliotecológicos que se puede extender hacia muchas otras áreas (medicina, educación, psicología), sin importar si se realiza de manera remota o presencial. (p. 50). Los autores coincidimos con Castaños (2020) asevera que la lectura se puede considerar también como la cápsula que cura el alma, y la biblioterapia como una técnica ayuda a comprender mejor la situación, expresar los sentimientos y permite el estudio de las emociones de los individuos que participan en la terapia a través de los libros. La literatura consultada, muestra diferentes y disímiles trabajos que hacen referencia al tema y su aplicación en escenarios hospitalarios, educacionales, terapéuticos, y con diferencia en las estrategias utilizadas, que van desde clínicas evolutivas, emocionales, conductuales entre otros.

Aportan al corpus de la investigación las contribuciones de Basurto, Sánchez, Ginebra (2022) que conciben la bibliotecología como un espacio de integración de saberes desde una visión transdisciplinaria, donde se articulen las visiones de la Bibliotecología y la Psicología en aras de hacer su ejercicio de modo más efectivo y logrando mayores alcances como instrumento generador del cambio en los individuos, Giler, Saltos (2023) realizaron una contribución relacionada con la lectura como terapia recreativa y de acompañamiento en los adultos mayores residentes del Centro Gerontológico Guillermina Loor de Moreno de la ciudad de Portoviejo, conjuntamente con otras terapias que se aplican para mantener el proceso cognitivo para este grupo de personas.

Lo anteriormente planteado nos conduce a definir la lectura como una construcción sociocultural, que depende del contexto, del propósito, del texto y del lector, y que implica una interacción dinámica y dialógica entre estos elementos ya sea porque les lean o porque ellos mismos realizan sus propias lecturas, que implica una comunicación, una interacción y una participación social.

La Fundación Social Cristo Rey, es una institución no gubernamental, sin fines de lucro, que brinda asistencia social a los adultos mayores y personas con discapacidad, contribuyendo al mejoramiento de su calidad de vida, cuenta con un hogar geriátrico un taller de confección, un plan padrino y una emisora online.

La institución está vinculada a la Unidad Educativa Cristo Rey, un colegio católico que forma personas integrales, comprometidas con su fe y con la sociedad logrando una presencia significativa en la comunidad de la ciudad de Portoviejo. En el año 2000,

comienza un servicio social dirigido a ubicar y resolver las necesidades más sentidas de la población de la ciudad, en especial de los sectores más pobres y desprotegidos. Comenzó con tres proyectos (alimentación, salud y rehabilitación). La institución, tiene el auspicio del Ministerio de Inclusión Económica y Seguridad Social (MIESS), del Gobierno autónomo descentralizado de Portoviejo (GAD) y de las donaciones que realizan de padres de familia de la Unidad Educativa Cristo Rey.

En este escenario de humanismo y comprensión se pensó en el desarrollo de talleres de Biblioterapia para los adultos mayores que asisten al programa. Al respecto Naranjo et. al (2017) planteó que un factor importante de esta herramienta es la necesidad del uso de textos que correspondan a las vivencias propias de las personas a las cuales se intenta ayudar por medio de esta herramienta, pues es de vital importancia vincular al participante directamente con la lectura, produciendo una reflexión interna sobre sí mismos que les permitan expresarse con libertad y así solucionar la problemática que afronta gracias a la interiorización de ese texto. (p. 4)

Con esta actividad lectiva se pretendió el desarrollo cognitivo, lingüístico, emocional y creativo de integrantes del programa, sustentando nuestra propuesta en que la lectura es una fuente de placer, de imaginación, de identidad y de diversidad, estimula el pensamiento, el lenguaje, la memoria, la imaginación, la empatía y la expresión de las personas.

El derecho a la lectura está reconocido en diversos instrumentos internacionales, como la Declaración Universal de los Derechos Humanos, el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos, la Convención sobre los Derechos del Niño y el Tratado de Marrakech. Todo lo antes planteado nos permitió sustentar nuestra investigación e investigar gustos y preferencias de lecturas de los adultos mayores que conforman el programa de la Fundación Social Cristo Rey.

El escenario resultó apropiado para instaurar talleres de Biblioterapia, como espacio de motivación, e intercambio sociocultural partiendo de las realidades socioculturales de la cosmovisión andina, bajo esta realidad se planteó como problema de investigación: ¿Cómo contribuir al bienestar emocional de los beneficiarios del Programa del adulto mayor en la Fundación Social Cristo Rey?

H1: La realización de talleres de biblioterapia contribuye favorablemente al bienestar emocional de los adultos mayores que participan en el Programa Fundación Social Cristo Rey.

Como objeto de estudio se encuentra el bienestar emocional de los adultos mayores beneficiarios del programa de la Fundación Social Cristo Rey, y se instituye como objetivo de esta investigación establecer talleres de biblioterapia para mejorar el bienestar psicológico de los adultos mayores que forman parte del programa.

Fundamentos Teóricos de la Biblioterapia

Losada (2020) afirma que:

En el siglo XX la Biblioterapia se consolida como disciplina, reconocida como una rama de la bibliotecología a partir de experiencias realizadas durante la Primera Guerra Mundial, un grupo de bibliotecarios religiosos crearon bibliotecas en los hospitales del ejército. Hacia el final de la Primera Guerra Mundial se habían establecido bibliotecas en muchos hospitales de veteranos y se utilizó la Biblioterapia para apoyar un aumento de la demanda para tratar a los veteranos militares que sufrían trauma emocional. Un poco después, la Biblioterapia se consolida como un corpus científico-social especialmente a partir de ciertas investigaciones llevadas a cabo en los Estados Unidos entre los años 1929 y 1960. (p. 2013)

Los bibliotecarios fueron responsables por la creación de bibliotecas en los hospitales, estos profesionales desempeñan un papel crucial en el ámbito de la salud, proporcionando servicios bibliotecarios y de información, fomentar la lectura y el acceso a la cultura como parte integral del proceso de recuperación. La biblioterapia como terapia o tratamiento a través de los libros consiste en brindar apoyo emocional a un individuo a través de la lectura y los libros, encargo que incluye la selección de materiales de lectura, el diseño de programas de lectura terapéutica, la facilitación de grupos de discusión y la promoción de la actividad como herramienta medicinal curativa, esta herramienta se utiliza desde la psicología para promover el bienestar emocional y mental, brindando apoyo y fomentando cambios positivos en sus pensamientos.

Brewster 2008 (como se cita en Castro 2022) afirma que El bibliotecólogo, al ser el profesional de la información por excelencia, es quien está capacitado para realizar lecturas dirigidas y buscar textos que representen las situaciones y vivencias de las personas que necesitan de la Biblioterapia, como herramienta de ayuda para superar problemáticas como la depresión y el mejoramiento de la conducta. (p. 402)

Chávez (2022) afirma que la Biblioterapia es la utilización de la lectura guiada como medio terapéutico en el tratamiento de ciertos padecimientos, mediante esta técnica se brinda acompañamiento y apoyo a personas con algún tipo de dolencia, que con el uso de la información podrían percibir cambios positivos en el pensamiento conllevando a mejoras en su estado de salud. (p. 46)

Martín (2019), por su parte afirma que la Biblioterapia para el desarrollo personal se aplica en escuelas y bibliotecas públicas. Aquí el bibliotecario, por medio de una selección adecuada de libros logra acompañar el proceso de crecimiento, aprendizaje y autoconocimiento que viven los alumnos en cualquier etapa de su vida. En este tipo de Biblioterapia también se puede ubicar a las experiencias que muchas bibliotecas públicas llevan adelante en asilos y hogares-albergue, tanto de adultos mayores como de niños, niñas y adolescentes que sufren abandono o situaciones de riesgo y son alojados en estas instituciones. (p. 14)

En la relación de la biblioterapia con los adultos mayores se asemeja en también poder impartirse en escuelas, colegios y por ende en lugar donde se presente una oportunidad de querer seguir aprendiendo, Como se mencionó anteriormente, se pueden realizar sin número de actividades que vayan de la mano entre la biblioterapia impartida a los adultos mayores ya estudiantes de primaria y secundaria, ya que son personas que están en procesos de aprendizaje.

La biblioterapia como recurso terapéutico en el bienestar emocional de los adultos mayores

Si bien la biblioterapia se presenta a través de la utilización de recursos literarios, aspectos fundamentales de la bibliotecología, estos mismos recursos literarios pueden ser utilizados en la construcción de una intervención terapéutica ante diferentes malestares emocionales que pueden afectar al sujeto. Respecto a estos malestares, se puede acuñar el término “neurosis noógena”, establecido por Viktor Frankl, el cual hace alusión a una “síntomatología particular, no necesariamente depresiva, psicogenética, con accesos de angustia o de ansiedad, con un cierto grado de conflicto intrapsíquico reconocible o consciente (Losada y Román, 2021). Frank formula desde la Logoterapia una metodología que se basa en la motivación del sujeto en la búsqueda de un sentido, que ayuda a trabar el vacío existencial, relacionado con las neurosis noógenas. Entendiendo este vacío existencial como causante de sentimientos de angustia y ansiedad, se puede seguir una línea de pensamiento en la que hay diferentes maneras de abordar este conflicto intrapsíquico. Sobre estos estilos de abordaje el término biblioterapia, según (Arias et al, 2000).se trata de la utilización terapéutica del libro, pero tomando por tal (libro) a “toda letra escrita”. (...) permitiendo un efecto catalizador.”

De esta manera, se puede llegar a explorar un marco necesario en relación a la sintomatología que puede trabajarse a través de la biblioterapia. Esta sintomatología puede llegar a afectar el bienestar emocional del sujeto. El bienestar emocional hace referencia al bienestar subjetivo que trata de cómo y por qué la gente experimenta de su vida, que incluye tanto juicios cognitivos como reacciones afectivas” (Velasco-Rodríguez, Martínez-Ordaz y Contreras-Corona, 2013). También puede entenderse como una expresión de afectividad, así como la autoevaluación del sujeto en relación a metas en su vida (Velasco-Rodríguez, Martínez-Ordaz y Contreras-Corona, 2013).

Según Doll y Doll, 1997 (como fue citado por Gómez 2011), el propósito general de la biblioterapia es fomentar el cambio de la perspectiva personal (insight) y el autoentendimiento entre las personas, niños, jóvenes, adultos, mujeres y hombres que leen. Según Doll y Doll, 1997 (como fue citado por Gómez 2011), el propósito general de la biblioterapia es fomentar el cambio de la perspectiva personal (insight) y el auto entendimiento entre las personas, niños, jóvenes, adultos, mujeres y hombres que leen.” A través de la biblioterapia se obtiene la oportunidad de aprender de uno mismo, entender el comportamiento humano y encontrar intereses que resultaban ajenos para la persona anteriormente. (p. 24)

Respecto a la eficacia de la biblioterapia en una población de adultos mayores, hay antecedentes de investigaciones que han encontrado resultados favorables ante dicha intervención (Castro-Castro, 2022; Callís et al, 2021). Realizó una intervención en una población de 30 adultos mayores divididos en grupos de 15. Los resultados de la biblioterapia en esta población significaron un aumento en su bienestar psicológico, en donde al iniciar el tratamiento, únicamente un 30% de los adultos mayores presentaba un alto bienestar psicológico. Después de la intervención, un 53,3% de la población presentó un alto bienestar psicológico (Callís et al, 2021).

Después de revisar detenidamente el documento proporcionado, se destaca que, si bien la biblioterapia fue el enfoque principal, también se emplearon técnicas de relajación y animación a lo largo de las intervenciones en el antecedente propuesto. Esto permite visualizar el bienestar psicológico del sujeto, especialmente en los adultos mayores. La combinación de la biblioterapia con otras técnicas terapéuticas puede enriquecer el proceso de intervención y contribuir de manera integral al bienestar emocional y mental de los participantes, brindando un enfoque holístico para abordar diferentes aspectos de su salud psicológica.

Por tanto, se aplicó a la muestra técnicas de relajación combinadas que incluyen métodos como la respiración profunda, la visualización guiada, la relajación muscular progresiva y la meditación. Estas técnicas buscan reducir la ansiedad, el estrés y promover un estado de calma y bienestar emocional en los participantes.

Metodología (Materiales y Métodos)

Se realizó un estudio de tipo descriptivo, con un enfoque mixto, considerando los criterios de Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres (2018), quienes aseguran que ninguna ruta es mejor que otra, sino solo más apropiada para llegar al lugar que se pretende indagar, el problema de investigación, y todas requieren diferentes herramientas, que son los métodos de investigación, y un mapa, que es el diseño de investigación. Además, la ruta a seleccionar depende de los conocimientos y el entrenamiento recibido. Para lograr los objetivos de la investigación, se realizó antes de cada actividad de lectura, técnicas de relajación con el objetivo de promover un estado de bienestar emocional en los participantes.

Para la recolección de información, se realizó una encuesta con nueve preguntas de tipo cerrado con respuestas sí o no, aplicada a los treinta beneficiarios del programa adulto mayor de la Fundación Social Cristo Rey (FUSCREY). También se entrevistó al especialista encargado de las actividades de integración en la fundación para identificar antecedentes de acciones de lectura con los adultos mayores del programa. Se consultó el sitio web del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS) para identificar las acciones desarrolladas en “El Programa del Adulto Mayor” orientadas a la promoción, prevención y cuidado integral de la salud en la tercera edad. Román (2020) destaca que un adulto mayor que no piense o planifique su futuro con frecuencia no significa que no lo tenga, sino que necesita orientación, ejercicio y reestructuración

para lograr una mayor claridad en sus acciones, siendo la biblioterapia un recurso terapéutico valioso para este propósito en esta etapa de la vida. Se empleó el análisis de información en la revisión bibliográfica, consultando bases de datos como Scopus, dimensiones, SciELO y Redalyc. El método analítico-sintético se utilizó en la escritura de la disertación, enfocándose en aspectos clave para el desarrollo de la investigación. Además, se aplicó estadística descriptiva para el procesamiento y análisis de los datos, utilizando Microsoft Excel para mostrar los resultados en el trabajo.

A continuación, se muestra la entrevista dirigida a la especialista a cargo de las actividades del proyecto brindado por la Fundación Social Cristo Rey.

1. ¿Cuál es el proceso de registro que un adulto mayor debe seguir para pertenecer al proyecto de la fundación Social Cristo Rey?

El proceso de registro para pertenecer al proyecto empieza cuando un adulto mayor se acerca a la fundación para pedir ser ingresado al mismo, claro está que este puede formar parte siempre y cuando la directora del programa de un sí, teniendo en cuenta que para que esto suceda hay que cumplir con ciertos pasos:

1. Dar visita a la persona que quiere ser parte del proyecto.
2. Verificar que la persona sea de recursos bajos, no solo económicos, sino que también socialmente.
3. Llenar ficha y realizar un informe para la fundación.
4. Verificación en el MIES del registro social de la persona que tiene que estar en menos de 30.
5. Esperar un tiempo determinado donde se pueda realizar los estudios correspondientes para la aceptación

Análisis: La respuesta de la primera incógnita muestra que los participantes deben de guiarse por una serie de puntos para registrarse a la fundación y así poder ser parte del proyecto adulto mayor de la Fundación Social Cristo Rey.

2. ¿Con cuántas personas empezó el proyecto adulto mayor?

El programa del comedor “Padre Alonso Ascanio Mendoza” empieza a laborar un 17 de Julio del año 2000 teniendo un número de participantes entre 70 y 100 personas interesadas en ser partícipes del mismo.

Análisis: Con la respuesta dada por la persona a cargo en la segunda pregunta, se da a conocer parte de la historia y el número de participantes que iniciaron con el proyecto, dando por validado el programa hace más de dos décadas y no se han brindado talleres de Biblioterapia.

3. ¿Cuántos adultos mayores participan en la actualidad en el proyecto?

En la actualidad en el programa existen 70 personas registradas en el MIES, teniendo en cuenta que no todas las 70 personas se permiten dar asistencia al lugar ya que por

motivos de fuerza o por voluntariado abandonaron el programa, quedando un equivalente de 30 a 40 personas por día.

Análisis: Aquí en esta interrogante se aprecia que a la actualidad han existido razones para que los adultos mayores se fueran alejando de las actividades que se brindan en el programa por eso a la fecha solo existe un porcentaje mejor al que ingresaron por primera vez, así teniendo el apoyo de organizaciones externas que apoyan con recursos económicos para poder seguir con este proyecto.

4. ¿Cuándo empezó el proyecto del adulto mayor y con qué finalidad?

Como se mencionó anteriormente el programa empieza el 17 de julio del año 2000 con el proyecto del comedor “Padre Alonso Ascanio Mendoza” con la finalidad y con el objetivo de realizar labor social en los adultos mayores de la ciudad.

Análisis: Es cierto que la Fundación Social Cristo Rey no empieza directamente con funciones dinámicas para los adultos mayores, sino que empieza siendo el comedor de la Fundación Padre Alonso Ascanio Mendoza, dando oportunidad de alimentación a las personas de la tercera edad con pocos recursos, luego nace la idea de crear series de actividades para que así ellos puedan convivir con personas de su misma edad y poder rescatar a muchos adultos mayores de las calles.

5. En el tiempo que tiene dándose el proyecto, en algún momento ¿se brindó talleres de Biblioterapia?

No, solo se han realizado este tipo de actividades cuando asisten estudiantes de la Universidad a brindar estas actividades, y por parte de la fundación nunca se ha brindado ningún tipo de taller de lectura porque solo se realizan actividades donde todos los adultos mayores pueden participar, teniendo en cuenta que la Fundación Social Cristo Rey da oportunidad a los adultos de bajos recursos donde existe una gran demanda de analfabetismo por este motivo no se han realizado talleres de lectura.

Análisis: Si bien se da a entender que las acciones de Biblioterapia se dan a los adultos mayores solo cuando estudiantes tanto de universidades como de la Unidad Educativa Cristo Rey se dan el tiempo para dar visitas a estas personas, teniendo en cuenta que la mayoría de los participantes del proyecto sufren del analfabetismo.

6. Siendo Usted una de las personas encargadas de llevar a cabo el proyecto adulto mayor de la Fundación, ¿Cree usted que las personas participantes del programa deberían de tener un taller introductorio de Biblioterapia?

Sí, porque el aprender no está demás y sobre todo para los adultos mayores que también quieren aprender cosas nuevas, y cualquier tipo de taller que sea beneficioso para los adultos mayores será bienvenido.

Análisis: Dada las respuestas de la persona encargada, surge el interés que en la Fundación si se brindan talleres introductorios de Biblioterapia, porque es una de las actividades que brindara muchos beneficios a los pacientes de la fundación.

Resultados

Tabla n.º 1. Gustos y preferencias de géneros literarios en los adultos mayores del programa fundación social Cristo Rey.

Opciones	Adultos encuestados	% del total
Novelas	9	30%
Cuentos	0	0%
Historias	10	33%
Poesía	11	37%
Total	30	100%

Los resultados que se presentan en esta tabla, nos permiten un primer acercamiento al problema analizado: gustos y preferencias de géneros literarios en los adultos mayores del programa de la fundación Cristo Rey dando como resultado que, 9 de los encuestados que representan el 30% prefieran las novelas, 10 de los encuestados que representan el 33% prefieren libros que narren escenarios y hechos importantes de la provincia de Manabí y su capital, 11 de los encuestados que representan el 37% prefieren la poesía. Los adultos mayores que forman parte de esta encuesta no consideraron los cuentos como un género literario atractivo para una actividad de Biblioterapia.

Tabla n.º 2. Percepción de los entrevistados referente a la importancia de la lectura en el programa de la Fundación Social Cristo Rey

Opciones	Adultos encuestados	% del total
Si	25	83%
No	5	17%
Total	30	100%

Los resultados que muestra la tabla 2 nos permiten identificar que 25 de los encuestados, que el 83% de los adultos encuestados, consideran que la lectura es necesaria e importante para ellos, pero la falta de visión les limita la lectura. , por lo que piensan que una actividad de lectura en voz alta les ayuda a mantener activos El resto de los integrantes del programa (5) que representan el 17% reflexionan al respecto, aportando que prefieren los medios de comunicación masivo porque no tienen que leer y los mantiene activos y entretenidos.

Tabla n.º 3. Impacto de la lectura en las emociones del adulto mayor

Opciones	Adultos encuestados	% del total
Si	27	90%
No	3	10%
Total	30	100%

Nota. Información recogida de la encuesta realizada in situ a los participantes del programa del adulto mayor de la Fundación Social Cristo Rey.

Los resultados de la tabla 3, permiten identificar que, 27 de los participantes representan el 90% de los encuestados, piensan que la lectura tiene cierto efecto en las personas de la tercera edad, mientras que 3 de ellos que representan el 10% dicen que la lectura no es práctica para las emociones de los individuos.

Tabla n.º4 Gustos y preferencias sobre autores en los encuestados del programa adulto mayor:

Opciones	Adultos encuestados	% del total
Autores Manabitas	26	87%
Autores extranjeros	4	13%
Total	30	100%

Los resultados obtenidos en las encuestas y representados en esta tabla 5, nos permiten delinear acciones con los adultos mayores perteneciente al programa de la fundación Cristo Rey, 26 de los encuestados que representan el 87% de la población prefieren autores Manabitas y no discriminan en géneros literarios, el resto de los encuestados 4, que representan el 13% se interesan por autores extranjeros independientemente del género literario.

Tabla n.º 5. Descripción Sociodemográfica del ingreso los adultos mayores a la Fundación Social Cristo Rey

Opciones	Encuestados	% del total
50 - 55	3	10%
55 - 60	2	7%
60 - 65	7	23%
65 - 70	5	17%
70 - 75	5	17%
75 - 80	8	27%
Total	30	100%

Los resultados de la tabla 5, presentan las características sociodemográficas del grupo, se definió por sus particularidades sociológicas y demográficas, se asumió 6 grupos comprendidos en los rangos de edades desde los 50 años hasta los 80 años. El primer comprende las edades entre 50 – 55 años, está integrado por 3 personas, lo que representa el 10%, en segundo comprende las edades entre 55 – 60 años, con solo 2 adultos mayores, que representan el 7%, el tercer grupo comprende las edades entre 60 – 65 años, integrado por 7 personas que representan el 23% de la población, el cuarto grupo comprende las edades entre 65 – 70 años y el quinto grupo 70 – 75 años, estos grupos etarios tienen la particularidad que ingresaron al programa sin tener la edad requerida por la legislación ecuatoriana como adulto mayor.

Esto se justifica a partir que, la fundación atiende también a personas con bajos recursos económicos. Por su parte el sexto grupo lo conforman los adultos mayores comprendidos en las edades entre 70 a 75 años y representan el 27%

Tabla n.º 6 *Motivación para integrarse al proyecto*

Opciones	Encuestados	% del total
Acompañamiento	18	60%
Alimentación	12	40%
Total	30	100%

La siguiente tabla podemos apreciar de tal manera que los adultos mayores no ingresan sólo por la alimentación, sino que también por el hecho de no sentirse solos, por la necesidad del acompañamiento físico y pertenencia emocional que le permite disminuir la tristeza, el abandono y la soledad que son emociones comunes en el adulto mayor. El 40% ingresaron por insuficientes recursos económicos que son productos de la soledad una vez que el nido queda vacío, mientras que el mayor porcentaje ingresa por acompañamiento.

Tabla n.º 7. *Descripción sociodemográfica de los adultos mayores del programa de la Fundación Social Cristo Rey en la actualidad.*

Opciones	Encuestados	% del total
60 - 70	4	14%
70 - 80	13	43%
80 - 90	7	23%
90 - 100	5	17%
100 - 110	1	3%
Total	30	100%

Mediante la representación sociodemográfica en la tabla 7, se puede observar que en rangos de 10 años se presentan los resultados, 4 de los encuestados que representan el 14%, son aquellas personas que ingresaron antes de la tercera edad, en los rangos siguientes 13 de ellos que interpretan el 43% están entre los 70 y 80 años, así mismo 7 de ellos que simbolizan el 23% tienen entre 80 y 90 años, por otra parte 5 de las personas representan el 17% están entre los 90 y 100 años, mientras que 1 de los encuestados está en el rango de 100 años a 110 años de edad dando una edad específica los 103 años.

Tabla n.º 8. *Recibimiento en el programa de la Fundación Social Cristo Rey*

Opciones	Encuestados	% del total
Excelente	16	53%
Muy buena	8	27%
Buena	6	20%
Mala	0	0%
Muy mala	0	0%
Total	30	100%

La tabla nos infiere la importancia que tiene el recibimiento como la primera impresión de los adultos mayores sobre el programa y como influyo en su percepción y permanencia en el programa. Como se puede observar cada uno de los adultos mayores tuvieron llegadas al proyecto con las cual se sienten felices, dando a conocer que el 53% de ellos tuvo un recibimiento excelente por parte de sus compañeros, mientras que el 20% no lo sintió de la misma manera.

Tabla n.º 9. *Posibilidad de abandonar el proyecto*

Opciones	Encuestados	% del total
SI	5	17%
NO	25	83%
Total	30	100%

La tabla 9 muestra la respuesta de los encuestados ante la pregunta realizada con respecto abandonar el proyecto del adulto mayor de la Fundación Social Cristo Rey. Cinco de los inscritos que representan el 17% han pensado abandonar el programa, mientras que el resto (25) personas, que representan el 83% no querer abandonar el proyecto porque se sienten atendidos por la institución y acompañados, algo que necesita un adulto mayor.

Discusión

El estudio ha demostrado que el recibimiento del programa de la Fundación Social Cristo Rey, dirigido a adultos mayores es crucial para establecer una base sólida y brindarles una experiencia positiva, el recibimiento afectuoso y detallado le disminuye la ansiedad y ayuda a los adultos mayores a adaptarse más rápidamente.

Constituye un aporte la utilización de técnicas de relajación, antes de cada sesión de biblioterapia con los adultos mayores que forman parte del Programa de la Fundación Cristo Rey de la provincia de Manabí. Estas son un componente importante en los programas de biblioterapia dirigidos a adultos mayores. Según Doll y Doll (1997, citado en Gómez, 2011), el propósito general de la biblioterapia es fomentar el cambio de perspectiva personal y el auto entendimiento en los participantes, lo cual puede lograrse a través de la combinación de la lectura con técnicas de relajación.

Autores como Callís et al. (2021) Ha encontrado que la implementación de técnicas de relajación, como la respiración profunda y la visualización guiada, en conjunto con la biblioterapia, ha contribuido a aumentar significativamente el bienestar psicológico de los adultos mayores, por lo que es recomendable que se realicen primero técnicas que contribuyan al bienestar emocional de los adultos mayores y que la lectura constituya un encuentro entre el lector y sí mismo. Esto se refiere a la interacción que se establece entre la persona que lee y su propia identidad, emociones, pensamientos y experiencias. En el contexto de la biblioterapia, esta relación entre el lector y sí mismo se convierte en un proceso terapéutico donde la lectura de textos literarios puede ayudar al lector a explorar, comprender y reflexionar sobre sus propias emociones, pensamientos y vivencias. Esta conexión íntima entre el lector y su propia persona es fundamental en la biblioterapia, ya que a través de la lectura se pueden abordar aspectos emocionales, psicológicos y personales del individuo, contribuyendo así a su bienestar emocional y mental.

Esa es la razón por lo que es necesario identificar los gustos y preferencias de los adultos mayores, en nuestro estudio ninguno se comportó de la siguiente manera poesías, novelas y obras literarias, son las favoritas mientras que ninguno de los adultos da preferencia a los cuentos.

Los autores coincidimos con CoinOuaknin, 2016 (citado en Castro 2022) cuando afirma que el acto de la lectura conlleva la interpretación de los significados adheridos al texto, y la interpretación es en sí misma una terapia ya que hace que el cerebro adquiera nuevas perspectivas las cuales quedan contrastadas con las ideas preexistentes. (p. 407).

Los resultados obtenidos luego de ejecutar las técnicas de psicología y las encuestas, en nuestro estudio se comportó de la siguiente manera poesías, novelas son las favoritas mientras que ninguno de los adultos da preferencia a los cuentos. Los encuestados consideran que la lectura tiene un impacto en sus emociones, mientras que una parte de la población opina que la lectura en sí misma no constituye una terapia por sí sola, pero se sienten diferente cuando lo antecede una sesión de terapia grupal. Al respecto Aesthesis Psicólogos Madrid (2019) consideran que la Biblioterapia en el adulto mayor mejora al rendimiento, mejora la memoria y la atención, favorece el nivel reflexivo y por tanto aporta a la reducción de tensión, estrés y ansiedad ya que la Biblioterapia realizada de manera grupal lleva a general una interacción entre personas.

Todo lo que nos lleva a concluir el corpus de nuestra investigación reflexionando en relación entre la lectura y la psicología, así como su impacto en el nivel cognitivo de los adultos mayores, es un tema de gran relevancia en el ámbito de la biblioterapia. La lectura, como menciona Ouaknin (2016, citado en Castro, 2022), va más allá de la simple interpretación de un texto; implica la exploración de significados profundos que desafiaban y enriquecen las perspectivas preexistentes de los lectores. Este proceso interpretativo no solo estimula la mente, sino que también fomenta la reflexión y la adquisición de nuevas ideas, lo que contribuye a fortalecer las habilidades cognitivas, como la memoria y la atención, en los adultos mayores. A través de la lectura guiada y terapéutica, se abre la puerta a un mundo de posibilidades que nutren el pensamiento,

promueven la introspección y, en última instancia, pueden a una mejora significativa en el bienestar emocional y cognitivo de esta población.

Es recomendable que futuras líneas de investigación continúen trabajando con temas como Biblioterapia clínica y creativa, en la línea psicológica; Psicología social: transcurso de la vida, procesos socio afectivos y salud mental pública. Comportamiento social y afecto: categorización, expresión y regulación de las emociones.

Conclusiones

La implementación del programa de biblioterapia en la Fundación Social Cristo Rey demostrara una mejora significativa en el estado emocional de los adultos mayores, donde los participantes mostraran una reducción en niveles de ansiedad y depresión, así como un aumento en la sensación de bienestar y satisfacción personal.

La biblioterapia no solo tendrá un impacto positivo en la salud mental individual, sino que también fomentará la socialización entre los participantes. Las sesiones grupales de lectura y discusión crearan un ambiente acogedor para el intercambio de ideas y experiencias, fortaleciendo los lazos comunitarios y reduciendo el aislamiento social.

A través de la biblioterapia, los adultos mayores pueden desarrollar mejores estrategias de afrontamiento para manejar el estrés y las emociones negativas. La identificación con personajes y situaciones literarias proporcionarán modelos y técnicas que pueden aplicar en su vida diaria.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de interés en la presente publicación en ninguna de sus fases.

Referencia Bibliográfica

- Aesthesis Psicólogos Madrid (23 de diciembre 2019). *Leer como herramienta terapéutica*. <https://acortar.link/MWCNpY>
- Arias, M. L., Miguez, L. B., Molfino, E., Rega, L. L. (2000). Biblioterapia. *Revista Información, cultura y sociedad*, (2), 85-93. <https://acortar.link/mwIIxJ>
- Azoulay, A, (2021), *Mensaje de la Sra. Audrey Azoulay, directora general de la UNESCO, con motivo del Día Mundial del Libro y del Derecho de Autor*. [Archivo PDF]. <https://acortar.link/5AbnuN>
- Callís Fernández, S., Cruz Sánchez, V., Armas Ferrera, A. M., Negret Delís, J. & Gómez Lobaina, Y. (2021). *Biblioterapia para el bienestar psicológico del adulto mayor*. [Archivo PDF]. <https://acortar.link/sgpRdR>

- Castaño Torrez, L.J. (2020). *Estudio de la biblioterapia como medio de apoyo a mujeres que padecen violencia y como herramienta de actuación profesional del bibliotecólogo, caso: "centro de madres 15 de diciembre" de la zona bajo tejar*. [Tesis de Titulación, Universidad Mayor de San Andrés]. <https://acortar.link/eE6KaU>
- Castro Castro, H. Y. (2022). La Biblioterapia en el estado emocional de adultos mayores, experiencias en el centro gerontológico Guillermina Loor de Moreno de Portoviejo. *Revista Polo del conocimiento*, 7(5), 397 – 412. <https://acortar.link/Xg0Cha>
- Cedeño Bazurto, G., Sánchez, M. T., Giniebra Urra, R. (2022). La Biblioterapia como un servicio interdisciplinario: Diálogo de saberes entre la Bibliotecología y la Psicología. *Revista Mikarimin*. 8, 1 – 10. <https://acortar.link/WyExtf>
- Chaves Carballo, A. I. (2022). *Propuesta de Servicio de Biblioterapia para Personas Adultas Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, Costa Rica*. [Tesis de Titulación, Universidad Nacional de Costa Rica]. <https://acortar.link/9ivBYX>
- Gómez Mujica, K. L. (2011). *La Biblioterapia como práctica profesional del bibliotecólogo*. [Tesis de titulación, Universidad Central de Venezuela]. <https://acortar.link/DFG9S7>
- Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social. (24 de octubre de 2023). *Programa del adulto mayor*. <https://n9.cl/byued>
- Losada, A.V. (2020). La Biblioterapia como recurso terapéutico interdisciplinario. *Revista de Psicología (UNLP)*. 19(1).210–221. DOI:10.24215/2422572Xe057
- Martín, M. L. (2019). *Biblioterapia: análisis bibliométrico y documental de la producción científica en América Latina en el periodo 2008-2018*. [Tesis de titulación, Universidad Nacional del Mar de la Plata]. <https://acortar.link/Np1Fid>
- Naranjo Mora, K., Navarro Araya, G., Zúñiga Seravalli, T. (2017). La Biblioterapia como herramienta de ayuda aplicada en la biblioteca escolar: estudios de caso. *Revista e-Ciencias de la información*, 7(2). 1 – 26. <https://acortar.link/sNdVKm>
- Román, A. M. (2020). Revisión sistemática de artículos sobre Biblioterapia y el sentido de la vida. *Revista Calidad de vida & Salud*, 13(ESPECIAL). 114 – 129. <https://n9.cl/kyaovs>
- Velasco Rodríguez, V. M., Martínez Ordaz, V. A., Contreras Corona, R. G., Ugarte Esquivel A., Alemán Amezcua J., Vaquera-Limonos J. L. (2013). Bienestar emocional del adulto mayor y factores asociados. Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental. [Archivo PDF]. <https://acortar.link/8uSvt>

Contribución de los Autores

Autores	Contribuciones
Jonathan Javier Arteaga Zambrano	
María Teresa Sánchez Rivera	Concepción y diseño, investigación; metodología, redacción y revisión del artículo
Carla María Navia Bravo	
Jenny Giselle Cobacango Villavicencio	
