

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR

ESCUELA DE COSMIATRÍA

Trabajo de Titulación para la obtención del Título de Licenciada en Cosmiatría,
Terapias Holísticas e Imagen integral.

**Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor en los
Centros de Experiencia del Adulto Mayor**

Autor:

Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel

Director:

PhD. Raisa Torres

Quito, Ecuador.

Septiembre, 2021

Carta del Director del Trabajo de Titulación

PhD.

Meybol Gessa

Directora de la Carrera de Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen integral

Presente.

Yo PhD. Raisa Torres, Directora del Trabajo de Titulación realizado por **Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel**, estudiante de la carrera de Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen integral, informo haber revisado el presente documento titulado “Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor en Centros de Experiencia del adulto mayor”, el mismo que se encuentra elaborado conforme al Reglamento de Titulación, establecido por la UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR UNIB.E de Quito, y el Manual de Estilo institucional; por tanto, autorizo su presentación final para los fines legales pertinentes.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Atentamente,



Raisa Torres, PhD.

Directora del Trabajo de Titulación

Carta de Autoría del Trabajo

Los criterios emitidos en el presente Trabajo de Titulación “Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor en los Centros de Experiencia del Adulto Mayor”, así como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta(s) son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autor(a) del presente documento.

Autorizo a la Universidad Iberoamericana del Ecuador (UNIB.E) para que haga de éste un documento disponible para su lectura o lo publique total o parcialmente, de considerarlo pertinente, según las normas y regulaciones de la Institución, citando la fuente.



.....
Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel.
No. de cédula de ciudadanía: 172419444 2
Quito, 23/08/2021.

AGRADECIMIENTOS

A mi familia, por haberme dado la oportunidad de formarme como profesional, por haberme inculcado valores que me enseñaron a ser mejor persona día a día y por haber sido mi apoyo durante todo este tiempo.

DEDICATORIA

El presente trabajo investigativo lo dedico principalmente a Dios y toda mi familia, por ser mi inspiración y fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	IV
DEDICATORIA.....	V
ÍNDICE	VI
ÍNDICE DE TABLAS	IX
ÍNDICE DE FIGURAS	X
ÍNDICE DE ANEXOS	XI
RESUMEN	XII
CAPÍTULO 1	13
INTRODUCCIÓN	13
1.1 Presentación del problema.....	13
1.2 Justificación.....	19
1.3 Objetivos de la investigación.....	22
1.3.1 Objetivo general.....	22
1.3.1 Objetivos específicos	22
CAPÍTULO 2	23
MARCO TEÓRICO.....	23
2.1 Antecedentes de la investigación.....	23
2.2. Bases Teóricas	27
2.2.1. Generalidades de la Imagen Personal.....	27
2.2.2 El adulto mayor y sus generalidades	31
2.2.2.1 Técnicas de aprendizaje para el adulto mayor.....	32
2.2.3 Programa	33
2.3. Reseña institucional	33
2.4. Bases legales.....	34
2.5 Sistema de variables	35
CAPÍTULO 3	36
METODOLOGÍA EMPLEADA	36
3.1 Paradigma de investigación	36
3.2 Enfoque de la investigación	37
3.3 Nivel de la investigación.....	37
3.4 Diseño de investigación	38
3.7 Tipo de investigación	38

3.8 Población y muestra.....	39
3.8.1 Población	39
3.8.2 Muestra	39
3.9. Técnicas de investigación	41
3.9.1 Técnicas	41
3.9.2. Instrumento	42
3.10 Validez y Confiabilidad.....	43
3.10.1. Validez	44
3.10.2 Confiabilidad	44
3.11 Procesamiento y análisis de la información	46
CAPÍTULO 4	48
RESULTADOS E INTERPRETACIÓN	48
4.1 Análisis de los datos obtenidos del instrumento aplicado y procedimientos a seguir	48
4.2 Programa de asesoría de imagen personal	65
Diseño por sesiones:	71
Etapas:	
Etapas I: Conformación del grupo.	71
Módulo I. Conocimiento de la imagen personal.....	71
Etapas II: cognoscitiva y desarrollo de habilidades.	72
Módulo II. Antropometría.....	72
Temática I. Morfología facial	72
Módulo II. Antropometría.....	72
Temática II. Morfología corporal.....	72
Módulo III. Lenguaje de las prendas.	73
Temática I. Vestuario adecuado para el adulto mayor.	73
Módulo IV. Armonía de color.....	73
Temática I. El uso del color.....	73
Módulo V. Hábitos saludables en la imagen personal.....	74
Temática I. La importancia de la nutrición para la imagen personal.....	74
Módulo V. Hábitos saludables en la imagen personal.....	74
Temática II. Cuidado de la piel	74
Módulo V. Hábitos saludables en la imagen personal.....	75
Unidad III. Cuidado personal del cabello, uñas de las manos y los pies	75
Módulo VI. Maquillaje.....	75
Temática I. Técnicas básicas de maquillaje para el uso diario.....	75

Etapa V: Balance y cierre del programa	76
Módulo VII. Cierre del programa	76
4.3 Validación del programa a través de juicio de expertos:	76
Figura 14. Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa.....	77
Figura N° 15. Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa. Fuente: Suasnavas, 2021.	79
CAPÍTULO 5	80
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	80
5.1 Conclusiones:.....	80
5.2 Recomendaciones:	81
5.3 Glosario de términos	82
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85
ANEXOS	92
ANEXOS 1. VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO.....	92
ANEXOS 2. Validación de expertos	100
JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 1.....	100
JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 2.....	102
JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 3.....	104
JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 4.....	106
JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 5.....	108
ANEXO 3. Cuestionario aplicado a los adultos mayores de los CEAM.	110
ANEXOS 4. Consentimiento informado.....	115
ANEXOS 5. VALIDACIÓN DEL PROGRAMA	116
JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 1	119
JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 2	123
JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 3	127
JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 4	131
JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 5	135

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1. Muestreo estratificado de adultos mayores que pertenecen a los CEAM. Fuente: Suasnavas, 2021.....	41
Tabla N° 2. Operacionalización de variables. Fuente: Suasnavas, 2021.....	43
Tabla N° 3. Estadísticas que posee el instrumento con respecto a la confiabilidad. Fuente: Suasnavas, 2021.....	46
Tabla N° 4. Pregunta 1. Seleccione a continuación que considera usted que es la morfología facial. Fuente: Suasnavas, 2021.	49
Tabla N° 5. Pregunta 2. De acuerdo a la forma del rostro existen varias formas para identificarlos, seleccione la respuesta correcta. Fuente: Suasnavas, 2021.	50
Tabla N°6. Pregunta 3. Identifique los tipos de cuerpos que existen de acuerdo a su forma. Fuente: Suasnavas, 2021.....	52
Tabla N°7. Pregunta 4. Las texturas más adecuadas para el uso de las prendas en los adultos mayores deben ser. Fuente: Suasnavas, 2021.....	53
Tabla N°8. Pregunta 5. Qué colores son los más apropiados para el uso en prendas, accesorios y bisutería. Fuente: Suasnavas, 2021.....	55
Tabla N° 9. Pregunta 6. El cuidado de la piel también es significativo, cada qué tiempo se debe colocar protector solar. Fuente: Suasnavas, 2021.....	56
Tabla N° 10. Pregunta 7. Para escoger un corte de cabello, que se debe tomar en cuenta. Fuente: Suasnavas, 2021.....	57
Tabla N° 11. Pregunta 8. Qué aspectos debe tomar en cuenta para el cuidado del cabello. Fuente: Suasnavas, 2021.....	58
Tabla N° 12. Pregunta 9. ¿Cuál de estas opciones considera que se debe realizar para un maquillaje a diario? Fuente: Suasnavas, 2021.....	59
Tabla N° 13. Pregunta 10. De las siguientes actividades, cuál considera qué es la más adecuada para usted. Fuente: Suasnavas, 2021.	61
Tabla N° 14. Pregunta 11. Considera importante que el adulto mayor adquiera un mejor conocimiento sobre la imagen personal. Fuente: Suasnavas, 2021.	62
Tabla N° 15. Pregunta 12. ¿Qué tiempo invertiría para adquirir nuevos conocimientos sobre la imagen personal? Fuente: Suasnavas, 2021.....	63
Tabla N° 16. Análisis general descriptivo del instrumento aplicado. Fuente: Suasnavas, 2021.....	64
Tabla 17. Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa	77
Tabla N° 18. Valoración del programa de acuerdo a su aplicación. Fuente: Suasnavas, 2021.....	78

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N°1. Pregunta 1. Seleccione a continuación que considera usted que es la morfología facial. Fuente: Suasnavas, 2021.	49
Figura N°2. Pregunta 2. De acuerdo a la forma del rostro existen varias representaciones para identificarlos, seleccione la respuesta correcta. Fuente: Suasnavas, 2021.....	51
Figura N°3. Pregunta 3. Identifique los tipos de cuerpos que existen de acuerdo a su forma. Fuente: Suasnavas, 2021.....	52
Figura N°4. Pregunta 4. Las texturas más adecuadas para el uso de las prendas en los adultos mayores deben ser. Fuente: Suasnavas, 2021.....	54
Figura N°5. Pregunta 5. Que colores son los más apropiados para el uso en prendas, accesorios y bisutería. Fuente: Suasnavas, 2021.....	55
Figura N° 6. Pregunta 6. El cuidado de la piel también es significativo, cada qué tiempo se debe colocar protector solar. Fuente: Suasnavas, 2021.....	56
Figura N° 7. Pregunta 7. Para escoger un corte de cabello, que se debe tomar en cuenta. Fuente: Suasnavas, 2021.....	58
Figura N° 8. Pregunta 8. Qué aspectos debe tomar en cuenta para el cuidado del cabello. Fuente: Suasnavas, 2021.	59
Figura N° 9. Pregunta 9. ¿Cuál de estas opciones considera que se debe realizar para un maquillaje a diario? Fuente: Suasnavas, 2021.....	60
Figura N° 10. Pregunta 10. De las siguientes actividades, cuál considera qué es la más adecuada para usted. Fuente: Suasnavas, 2021.	61
Figura N° 11. Pregunta 11. Considera importante que el adulto mayor adquiera un mejor conocimiento sobre la imagen personal. Fuente: Suasnavas, 2021.	62
Figura N° 12. Pregunta 12. ¿Qué tiempo invertiría para adquirir nuevos conocimientos sobre la imagen personal? Fuente: Suasnavas, 2021.....	63

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXOS 1. Validación del cuestionario.....	928
ANEXOS 2. Validación de expertos	1006
ANEXOS 3. Cuestionario aplicado a los adultos mayores de los CEAM.	11016
ANEXOS 4. Consentimiento informado	11521
ANEXOS 5. Validación del programa por juicio de expertos.....	122

RESUMEN

La imagen personal en el adulto mayor debe ser analizada y tomada en cuenta en conjunto con otras problemáticas que aparecen en esta etapa. Estas personas tienden a descuidarse de su higiene, cuidado personal, no le dan importancia a su aspecto físico. Es significativo, nombrar que la imagen no es un tópico crucial en su vida, debido a que estos individuos cursan por otras situaciones, a las cuales se les debe brindar mayor atención como la salud, sus necesidades básicas, entre otras. Sin embargo, el impulsar su imagen personal, permite que estos usuarios realicen actividades que les permitan distraerse, aprender y desarrollar habilidades sobre las técnicas adecuadas para vestirse, maquillarse, cuidar su aspecto tanto físico, externo como interno. La razón de esta problemática se puede presentar por la falta de conocimiento de los adultos mayores sobre la asesoría de imagen, otra consecuencia que implica es que estos usuarios toda su vida trabajaron y no tuvieron una asesoría personalizada, y de igual forma y no menos importante, no permitieron que los estereotipos de la sociedad influyan en su desarrollo. El objetivo del presente estudio es proponer un programa de asesoría de imagen para adultos mayores de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor. Para el proceso investigativo, la metodología se realiza desde el enfoque positivista, cuantitativo, su diseño es no experimental, de campo con nivel descriptivo, la población propuesta fue 95 personas registradas en el censo realizado por la dirección de vinculación de la Universidad Iberoamericana en el 2020, mientras que la muestra está basada en 71 usuarios de los diferentes CEAM postulados mayores de 60 años. De igual forma, en este transcurso se aplicó un cuestionario que permitió medir el conocimiento sobre la imagen personal y la necesidad de un programa de asesoría para el adulto mayor. Cabe recalcar que las personas que formaron parte de esta encuesta, únicamente fueron de género femenino. El cuestionario posee 12 ítems con preguntas de selección múltiple en las que se dictan opciones a escoger de acuerdo al criterio de cada persona. De acuerdo con los resultados obtenidos se concluye con lo siguiente, de manera general el conocimiento del adulto mayor sobre la temática es medio, debido a que el promedio obtenido de los usuarios es 6.87 de una calificación de 10 puntos. Sin embargo, es necesario impulsar la variable sobre hábitos de saludables en la imagen personal, debido a que esta temática recibió un porcentaje bajo en sus respuestas. De esta manera se procedió a la elaboración de las actividades necesarias para un programa de asesoría de imagen para estos usuarios. Se concluye que, el programa diseñado permite incrementar el nivel de conocimiento de sobre la temática planteada debido a que aporta con nuevas destrezas y habilidades sobre la imagen en el adulto mayor. Se recomienda aplicar el programa y consolidar estos temas con otros grupos etarios.

Palabras claves: adulto mayor, imagen personal, programa de asesoría de imagen.

CAPÍTULO 1

INTRODUCCIÓN

En el presente capítulo se desplegará la información relacionada con la problemática de la investigación actual; desarrollada a nivel mundial, en el país Ecuador y culmina en la región de la capital Quito. De igual forma se reflexiona la importancia y aportes de la temática de estudio sobre la imagen personal y el adulto mayor. Para finalizar, el primer capítulo se expone los objetivos que se buscan alcanzar.

1.1 Presentación del problema

La Organización Mundial de la Salud en el año 2015, consideraba a las personas de 50 años en adelante como adultas mayores. Sin embargo, hoy en día después de varios estudios científicos se realizó una nueva codificación, en el cual el rango de edad de estos individuos ha cambiado. La OMS (2020), reclasificó el concepto de la ancianidad, en el cual se especifica que las personas de edad media son aquellas que poseen entre 66 y 79 años de edad. Esto se debe a que los adultos mayores han logrado mejorar su estilo de vida y salud, prolongando así sus años de vida.

De acuerdo a la OMS (2018), el envejecimiento es la etapa que cursa el adulto mayor, en la cual, después de estudios científicos se puede explicar que existen daños celulares, anatómicos y fisiológicos en el cuerpo humano. Por lo tanto, como resultado a estos cambios estas personas presentan un declive en sus capacidades físicas, mentales, diferentes enfermedades y como último suceso la muerte.

De igual forma, otro dato importante emitido por la OMS (2018) explica que entre el inicio del año 2015 y culminando el 2050 la cantidad de habitantes con más de 60 años, a nivel mundial, pasará de un 12% al doble de su cantidad, es decir 22%. Por lo tanto, la cantidad de personas que pertenecen a la etapa de longevidad se encuentra en aumento, y es necesario tomar en cuenta que estos individuos aportan de igual forma para el desarrollo de la sociedad en general. De forma general, el adulto mayor amplía su edad gracias a las medidas de cuidado de su salud, alimentación y ejercicio físico.

El envejecimiento poblacional se encuentra visible a nivel mundial. De acuerdo a las Naciones Unidas (2020), estadísticamente:

En el año 2019, había 703 millones de personas de 65 años o más en la población mundial. Se prevé que este número se duplique a 1.500 millones en 2050. A nivel mundial, la proporción de la población de 65 años o más aumentó del 6% en 1990 al 9% en 2019 (p.12).

Por consiguiente, en estos años de vida es propicio conocer cómo actúan y se desarrollan en la sociedad los adultos mayores.

De acuerdo con la Organización Panamericana de Salud (2020) se conoce que Latinoamérica y la región del Caribe poseen un rápido crecimiento de porcentaje de habitantes con más de 60 años, cabe recalcar, que esta información se encuentra posterior a la cantidad que se presenta en el continente africano. Por otra parte, no se puede generalizar que estas posean una buena calidad de vida. Es decir, no todos los adultos mayores tienen las mismas posibilidades económicas, de salud, educación, entre otras.

De este modo, el cuidado físico en las personas adultas mayores permite mejorar su estilo de vida, su autoestima y sus ganas de vivir (Central Informativa del Adulto

Mayor, 2018). Por consiguiente, si estos individuos gozan de buena salud, su vejez se puede convertir en una de las mejores etapas de su vida y ellos aprovecharán de mejor manera cada experiencia nueva en su día a día.

La presencia de una cantidad apreciable de personas adultas mayores a nivel mundial, es la adecuada para desplegar un estudio, fortalecer su calidad de vida y evitar excluirlos de la sociedad. En Ecuador el número de personas adultas que posee 60 años o más, oscila en 1,8 millones de habitantes (Rosero, 2020). Es decir, Ecuador tiene ciudadanos seniles que conforman el territorio equinoccial y de ninguna forma se puede pasar por alto su desarrollo a nivel social.

Por otro lado, es importante conocer estadísticamente las condiciones en las que se encuentran los individuos adultos mayores en el Ecuador, según diferentes estudios realizados, se concluye que en el año 2010 su calidad de vida, representada de forma porcentual se encuentra de la siguiente manera: “cerca del 23% vivía en condiciones sociales buenas, el 54% en condiciones regulares o malas y un 23% en condiciones de indigencia” (Freire et al. 2010, citado por Bustamante, Lapo, Torres y Camino, 2017).

Por consiguiente, de acuerdo a lo nombrado en el párrafo anterior, es posible identificar características de la realidad que viven estos individuos en el país, debido que existe carencia de tiempo y dinero en su día a día, y de igual forma cabe nombrar que priorizan acciones que les permite subsistir a la situación de vida actual.

En la etapa de la ancianidad existe un descuido de la apariencia personal, porque las personas que conforman este periodo de vida priorizan otros aspectos como

actividades físicas, el poder descansar, sus familiares, el cuidado de sus nietos, entre otros. Al respecto, Curton en Gereatricarea (2016), recalca la importancia de que el adulto mayor se valore, no se abandone y se acepte a cualquier edad. Sin embargo, lo que usuarios seniles deberían tomar en cuenta que la imagen debe utilizarse como una herramienta en beneficio propio para sentirse bien con ellos mismos y lograr proyectar su autoestima.

Por lo que, al llegar a cierta edad, como es la etapa del adulto mayor, es significativo profundizar la importancia de la imagen personal. Las características más evidentes en este período, son los cambios que sufre la piel, esta envejece con el paso del tiempo, se pueden presentar manchas, lentigo, moretones. Dependen del cuidado que brinde cada persona adulta a estas alteraciones para que no evolucionen, o a su vez no empeoren (Facultad de Medicina de la UNAM, 2014).

Es decir, la imagen personal en estos individuos cambia a través de los años; puede modificarse la coloración de su cabello, el deterioro de sus manos entre otras características. Por lo tanto, es necesario prestar la atención primordial al adulto mayor y cómo afectan estas cuestiones irreversibles en su vida. Al revisar que existe un gran porcentaje de población envejecida y que mientras pase el tiempo va a continuar en estas condiciones; es crucial no desatender el cuidado en su higiene, su cuerpo, debido a que muchos elementos que conforma la imagen personal presentan deterioro.

Cabe desatacar la situación que se ha desarrollado a través de la historia, en la cual cada persona ha ido transformando su imagen. Cabello (2016), afirma en uno de sus ensayos que el vestir en la moda fue un factor de total importancia para la sociedad y el desarrollo económico. El ser primitivo utilizaba pieles que se extraían

de animales, sus pies descalzos y su cabello totalmente descuidado. En el transcurso del tiempo, estas prendas fueron reemplazadas por vestidos abombados, trajes formales, peinados extravagantes y zapatos de mejor calidad. Por lo tanto, la imagen personal se convirtió en un estilo de vida. Tanto que, se comprende que la temática de la imagen personal se encuentra presente en cada generación.

De este modo se comprende que la sociedad impone estereotipos y cánones de belleza, estos se transmiten a través de medios de comunicación, redes sociales, la publicidad, entre otros. El ser humano busca lucir de la mejor forma con el fin de la aceptación social (Iglesias, 2015). Sin embargo, como ya se ha nombrado previamente, la edad es un factor que influye en la imagen personal y en ciertas ocasiones el pasar del tiempo conlleva a que las personas no se preocupen por su apariencia y como desean proyectarse hacia los demás, como en el caso de los individuos de la tercera edad.

Este problema se encuentra latente a nivel mundial y en Ecuador está presente en los Centros de Experiencia del Adulto Mayor CEAM, en ciudad de Quito. Por esta razón surge la investigación que tiene objetivo principal proponer un programa de asesoría de imagen personal, el cual estará conformado por varias actividades que sean aptas para los adultos mayores y usuarios de estos centros.

Uno de los espacios sobre el cual se desarrolla el presente trabajo de titulación, es el Centro de Experiencia del Adulto Mayor, este funciona a través del Patronato Municipal San José. En estos proyectos se registran más de 18.500 usuarios, en sus 501 puntos de atención distribuidas en la ciudad de Quito y se ubican en ocho administraciones zonales. (Patronato Municipal San José, 2019, párrafo. 6). De

estos puntos previamente nombrados, la investigación se realizará en 7 sitios pertenecientes al Distrito Metropolitano de Quito, estos se encuentran ubicados en centro, sur y norte de la ciudad. Los nombres de estos puntos son: CEAM La Delicia, CEAM Quitumbe, CEAM Eugenio Espejo, CEAM Tumbaco, CEAM Manuela Sáenz, CEAM Calderón, CEAM Los Chillos.

Los adultos mayores por la situación actual de la pandemia ocasionada por COVID-19, están asistiendo de forma virtual a las charlas y seminarios de los centros. Por parte de la facultad de Cosmiatría, recopilaron cierta cantidad de personas para poder desarrollar proyectos de vinculación con la sociedad. El rango de edad de estas personas se encuentra entre 50 y 80 años; la edad promedio entre los usuarios que forman parte del censo es 63 años. El poder incentivar al adulto mayor a realizar actividades como el cuidado de su imagen personal, permite demostrar que la atención pertinente a cada etapa de vida se convierta necesaria para el desarrollo y bienestar de la sociedad.

De acuerdo a la experiencia de observación directa del autor del presente trabajo de titulación, se analizó que en algunos centros de cómo son “CEAM La Delicia”, “CEAM Eugenio Espejo”, con respecto al comportamiento de los usuarios y el cuidado de su imagen. Varios usuarios realizaban preguntas sobre el uso adecuado prendas de vestir, la combinación de colores, la utilización de maquillaje de una forma adecuada, entre otros aspectos. Por lo tanto, los adultos mayores necesitan un impulso y colaboración de personas profesional relacionadas con la imagen personal para ellos saldar sus inquietudes y dudas sobre este tema.

Las razones de esta problemática varían por el conocimiento que adultos mayores poseen o carecen sobre la asesoría de imagen. Otra consecuencia que implica

esto, es que estos usuarios toda su vida trabajaron y no tuvieron una asesoría personalizada, y de igual forma y no menos importante, no permitieron que los estereotipos de la sociedad influyan en su desarrollo. Por lo tanto, estas personas no encontraron razones viables para la necesidad de aprender este tema, como consecuencia de esto es que no se actualicen en el vestir, ni factores de su imagen.

Por lo tanto, la despreocupación y descuido de la imagen personal afectan al bienestar del adulto mayor. Por esta razón, se propone la elaboración de un programa de asesoría de imagen personal en función a las características de los adultos mayores. Estará enfocado el maquillaje, vestir, entre otros componentes de la imagen personal.

En referencia a lo anterior, se plantea la siguiente interrogante:

¿Cuáles son las actividades adecuadas que debe tener un programa de asesoría de imagen personal para ser aplicadas con la población del adulto mayor que se encuentra en el CEAM?

1.2 Justificación

El presente estudio es de gran importancia porque brinda un instrumento a los adultos mayores para no descuidar la imagen personal, poder adquirir conocimientos y herramientas que ayudarán a mejorar su aspecto exterior y su calidad de vida. Ante esta situación, en la investigación se realizó un programa sobre la asesoría de imagen y el valor de esta para mejorar el estilo de vida de las personas longevas. Durante este proceso se analizó y seleccionó un conjunto de actividades relacionadas y adecuadas con la temática a tratar.

Con la presente investigación se obtuvo información sobre la importancia de la imagen personal, que fue dirigida al centro de estudio del adulto mayor CEAM. Todas estas acciones tuvieron una matriz de planificación en la que se describió la forma en que se realizará cada actividad, los objetivos específicos y cuáles son los recursos que se requieren para llevar a cabo las acciones planteadas. Se debe tomar en cuenta que la apariencia personal se puede modificar y mejorar con el fin de innovar cada punto importante que se trata en el área de la imagen integral. Este programa es aplicable no solo en estos usuarios del CEAM, sino también es posible aplicar en adultos mayores de otros lugares, personas estén interesados en la temática.

Con este estudio se demuestra que la asesoría de imagen es fundamental para cualquier etapa de la vida sin limitar un rango de edad, la imagen externa conforma el 93% de la comunicación que no es verbal y el resto de porcentaje se desarrolla a través de la de comunicación verbal, es decir el 7% (Pinto, 2016). Sin embargo, no existe un manual, guía o programa que ayude de forma constante al servicio de asesoría de imagen al adulto mayor en los centros. Por lo tanto, la investigación realizada es propicia para optimizar la apariencia física y renovar el estilo de vida de los usuarios pertenecientes al CEAM.

Desde el punto de vista social, éste estudio busca optimizar la calidad de vida, el estado de ánimo, el comportamiento y la estabilidad emocional del adulto mayor. En principal instancia se quiere brindar a las personas adultas conocimientos adecuados en el área de imagen. Se debe tomar en cuenta que en esta etapa cada individuo puede estar cursando varias situaciones que afectarán a su salud integral,

tanto física, mental y social, como son enfermedades, el desempleo, el abandono de su ámbito familiar, entre otras.

Por esta razón, se busca aprovechar el tiempo libre que posea el adulto mayor para impulsar el desarrollo y tranquilidad emocional a través de la asesoría de imagen. El estudio que se lleva a cabo contribuye a mejorar la calidad de vida, propiciar bienestar a los adultos mayores.

Con el proceso de esta investigación, los usuarios que se beneficiados son los adultos mayores que acuden al CEAM de los cuales se posee registro ubicado en la ciudad de Quito. Del mismo modo, Calderón (2018) recalca que, al momento de mejorar el estilo de vida de las personas longevas, se ayuda a disminuir momentos de tensión, estrés e incluso enfermedades cardiovasculares.

Además, las diferentes actividades propuestas en el presente trabajo de titulación, respalda de igual forma al Centro de Experiencia del Adulto Mayor. La razón pertinente es que se busca brindar un nuevo proyecto con la temática del cuidado de la imagen personal, que a futuro este programa se puede integrar en la planificación de las actividades de los diferentes Centros CEAM.

Desde el punto de vista metodológico, el presente trabajo de titulación se puede utilizar de guía para otros estudiantes que deseen trabajar con la temática de imagen integral. Los diferentes procedimientos que se van a seguir en el transcurso investigativo pueden servir de base para otros individuos interesados en la información que se está tratando en este estudio. Es decir, la importancia de cuidar y mantener un correcto perfil personal y profesional es crucial para el desarrollo

social. De esta manera, los futuros profesionales podrán llevar a felices términos su investigación.

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Proponer un programa de asesoría de imagen personal para adultos mayores de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor

1.3.1 Objetivos específicos

- Diagnosticar la necesidad del programa de asesoría y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.
- Determinar las actividades y contenidos para el desarrollo del programa de asesoría sobre imagen personal dirigido los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.
- Diseñar el programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor.
- Validar el programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor de experiencia, a través de valoración por expertos.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se aborda cuestiones teóricas asociadas al tema de investigación, se tiene como fin presentar antecedentes, documentos científicos y estudios previamente realizados. Éstos aportan con información para la realización del presente proyecto de estudio.

2.1 Antecedentes de la investigación

En primer lugar, Aranda, Flores, Gonzales y Revilla (2018), realizaron un estudio titulado “Asesoría de Imagen y *Personal Shopper* para Mujeres”. El diseño de este proyecto busca ofrecer un servicio personalizado dirigido a mujeres entre las edades de 25 y 40 años, este programa está dirigido a las personas que no poseen el conocimiento apto para combinar sus prendas, y tampoco disponen de espacio libre en su día a día. Este estudio fue analizado a través de la aplicación de entrevistas a un total de 18 personas dentro del rango de edad establecido y se concluye que, más del 60% de las mujeres entrevistadas buscaban la ayuda sobre el desarrollo de su imagen personal. Por lo tanto, esto favoreció aquellas usuarias que poseen la necesidad de optimizar con la asesoría de imagen, su imagen y no puedan hacerlo en consecuencia de múltiples factores que se presentan.

El trabajo de Aranda, Flores, Gonzales y Revilla, se relaciona con la investigación en curso, debido a que se plantea un estudio para la realización de un programa de asesoría de imagen de que puede ser aplicado de forma online como presencial dirigido al adulto mayor, con el cual estas personas van adquirir los conocimientos y destrezas necesarias para una imagen personal acorde a sus características. La

estructura y planificación de este programa de forma online propone que los usuarios accedan a este servicio mediante su correo electrónico y video conferencias. De esta forma se busca motivar a las personas a conectarse de forma constante, seguir el calendario de trabajo y planificación del programa a realizar en el presente estudio.

Además, el trabajo de investigación se basa en las principales temáticas a tratar en la asesoría, como son las indicaciones de corte de cabello, test de colorimetría, orientación para eventos especiales, *personal shopper online* y la moda e imagen. Por estos tópicos tratados, este estudio sirve de guía para la elaboración del programa de asesoría de imagen personal dirigido hacia el adulto mayor.

A continuación, Yáñez (2019), en su tesis denominada “Elaboración de un programa de higiene postural para mejorar la calidad de vida de los estudiantes que acuden al servicio de fisioterapia de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí”, propone como objetivo de dicha investigación, el establecer un programa de higiene postural el cual mejora la calidad de vida de los estudiantes partícipes.

Respecto al método aplicado para la investigación, fue deductivo, tipo descriptivo y de enfoque cuantitativo. La muestra fue determinada de 228 prospectos, los cuales se dividieron en 40.35% mujeres y 59.65% hombres con edades de 18 a 39 años, teniendo presente que las técnicas o instrumentos de investigación fueron el cuestionario.

En cuanto a los resultados que obtuvieron, el 14.91% de participantes duerme boca arriba, teniendo en consideración que es la manera correcta. Para este estudio se planteó desarrollar un programa de higiene postural dirigida a los alumnos, debido

a que se consideran que existía un porcentaje alto de personas que poseen en dolencias de espalda baja representada con un 44.74%. Para lo cual, se emitieron dípticos de esta temática y se propuso capacitaciones constantes para los maestros. Como conclusión por parte de la investigación, existe un déficit de conocimiento de la higiene postural por parte de los estudiantes.

Este antecedente es útil para la presente investigación debido a la aplicación de los instrumentos y la manera en que se estudia un grupo de personas específicas. Otro punto importante que se debe recalcar de este estudio es que se busca mejorar la calidad de vida de este grupo de estudio por lo tanto en varias ocasiones se nombran puntos importantes semejantes a los que se quiere denotar en el adulto mayor. De igual forma la elaboración de la propuesta de actividades que realiza el auto permite considerar el orden que se necesita en la propuesta del programa.

Después, Aleaga (2018), en su trabajo de investigación llamado “Análisis de la situación del adulto mayor en Quito Caso: Hogar de Ancianos Santa Catalina Labouré, período 2017” desarrolla y analiza el entorno que cursa el adulto mayor en la ciudad de Quito, dentro del Hogar de Ancianos. Su objetivo principal fue impulsar una mejor calidad del servicio hacia los adultos mayores. El estudio posee enfoque cualitativo y cuantitativo, descriptivo. Las herramientas de investigación fueron la aplicación de un cuestionario y entrevistas dirigidas hacia los profesionales para medir cumplimiento de las normativas técnicas en el lugar nombrado.

La investigación involucró a los 61 postulados de la institución. La aplicación de la encuesta se realizó 28 adultos mayores que tenían condiciones adecuadas tanto físicas como mentales, de los cuales 18 fueron mujeres y 10 hombres. Se concluye que, la calidad de vida de los adultos mayores puede incrementar gracias al

cumplimiento de las políticas y normas dirigidas hacia estas personas, sin disminuir los factores de tipo emocional. El aporte de este trabajo de titulación a la presente investigación, permite conocer como el autor realiza el estudio para conocer percepción de la calidad de vida del adulto mayor.

En siguiente lugar Pavón (2017), en su trabajo de titulación “Construcción de la imagen personal en los jóvenes de 18 a 20 años de edad, pertenecientes a primero y segundo semestre de la facultad de comunicación social”, tiene como objetivo analizar cómo estas personas identifican y desarrollan su imagen personal a través de las redes sociales, en este estudio se delimita directamente con la página de Facebook.

Los enfoques de este estudio fueron cualitativo y cuantitativo, descriptivo. La muestra aplicada es no probabilística por cuotas, conformada por 82 alumnos. Las técnicas investigativas aplicadas fueron: la encuesta, la observación a los diferentes perfiles y recopilación de fuentes bibliográficas. Los resultados obtenidos por la aplicación de la encuesta fueron que la imagen personal es importante en un 90% y 85% tanto en el género masculino y femenino, respectivamente. Los motivos de estos resultados se impulsaron en que la imagen permite a las personas identificarse y mejorar su apariencia física.

El trabajo realizado por Pavón, permite analizar la aplicación de técnicas e instrumentos de la metodología de acuerdo al enfoque cuantitativo descriptivo, De igual forma, este estudio reitera la importancia de la imagen personal en las personas sin excluir a cultura, sexo ni edad.

Por último, Plaza (2017) en su trabajo de titulación, “Estilo de vida de los adultos mayores en la sede social del instituto ecuatoriano seguridad social de la ciudad de Esmeraldas”, su objetivo fue evaluar e identificar los estilos de vida de los adultos mayores, hábitos alimentarios en relación con la longevidad. El estudio tuvo enfoque cuantitativo y cualitativo, con un diseño de estudio transversal. Se trabajó una muestra aleatoria simple de 40 adultos mayores, de ambos sexos, mayores de 65 años, tomando 8 personas de cada uno de los subgrupos culturales existentes en la sede social.

En la captación de los datos, se usaron encuestas, mediante cuestionarios, fichas de observación y entrevistas a la población de estudio, así como al personal de servicios. Como resultados, el 65% tienen una actividad física correcta según su edad y el 62% de los estudiados tienen una buena alimentación. Se determinó que en la Sede Social del IESS los adultos mayores que formaron parte del estudio, mantienen en su gran mayoría un estilo de vida saludable.

Este antecedente permite al presente trabajo de titulación, analizar información que se proporciona sobre el adulto mayor, su desarrollo en los 65 años de vida en adelante. La metodología que se aplica en el trabajo de Plaza, sirve de referencia por ser de enfoque cuantitativo con un diseño corte transversal es decir en un tiempo determinado, como se lo está realizando en el estudio investigativo de los adultos mayores pertenecientes a los CEAM.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Generalidades de la Imagen Personal

2.2.1.1 Definición

La imagen personal es el conjunto de características propias de un individuo que se utilizan para reflejar su imagen. Se explica esta definición como “el conjunto de atributos que son propios o códigos que utiliza una persona para transmitir su imagen” (Cuadrado, 2017). Esto engloba el complemento de la vestimenta, el cabello, peinado, maquillaje y el desenvolvimiento corporal, de igual forma la imagen es la apreciación que las personas perciben de sí misma. Por lo tanto, la imagen personal es la carta de presentación que refleja la identidad de cada persona, se asocia al estilo de vida y busca transmitir una buena impresión.

2.2.1.2 Dimensiones de la Imagen Personal

La imagen personal se clasifica en características innatas y adquiridas. Como su palabra lo describe, los rasgos innatos son propios de cada persona con los cuales nacen y se desarrollan a través de los años como la morfología facial, corporal, mientras que lo adquirido se basa en estilos de peinados, vestimenta, complementos como la forma de expresarse, gestos y movimientos corporales (Dávila, 2017). Por lo tanto, es importante identificar y diferenciar las características innatas y adquiridas del ser humano debido a que la imagen personal interviene en el estado emocional de cada ser humano, al sentirse bien tanto de forma interna como externa.

2.2.1.2.1 Dimensiones innatas de la Imagen Personal

2.2.1.2.1.1 Morfología vinculada a la imagen

La morfología, es la ciencia que forma parte de la biología, estudia la forma de los seres vivos y como van evolucionando. De acuerdo a Casado (2016), “Las formas corporales y faciales dependen de diversos factores tales como la genética, la raza

y las características propias de cada individuo”. De igual forma se debe tomar en cuenta para este tipo de estudio, factores como la edad, estilo de vida y hábitos en el día a día. Otro término importante de explicar es el somatotipo, este hace referencia a la complexión física del ser humano.

2.2.1.2.1.2 Morfología facial

Morfología facial o visagismo es el estudio de la forma del rostro. Saber cuál es la tipología facial, aporta información para saber lo que transmite la imagen con el conjunto de sus rasgos faciales. El reconocer que parte del rostro se busca potenciar, armonizar o disimular, transmite en cada momento el mensaje que quieres enviar (Alguacil, 2010).

2.2.1.2.1.3 Morfología corporal

2.2.1.2.1.3.1 Medidas antropométricas

Las bases de la antropometría fueron determinadas por Alphonse Bertillon en el año 1880, quién la definió como: “la ciencia encargada del estudio de las proporciones y medidas del cuerpo humano, tanto en su totalidad como en sus partes”, (Bertillon, 2008, citado por Ruiza, Fernández y Tamaro, 2004). Por lo tanto, esto permite identificar la forma del cuerpo del ser humano con sus características que lo diferencian.

La antropometría permite delimitar tallas estándares a nivel mundial debido a que se basa en estudios estadísticos de medidas de personas de todo tipo de cultura y raza. Por lo tanto, estas características son adaptables a cualquier usuario que busque determinar su silueta.

2.2.1.2.2 Dimensiones adquiridas de la Imagen Personal

2.2.1.2.2.1 Vestimenta

Las personas usan prendas de vestir a diario, ya sean para situaciones personales, profesionales o únicamente por comodidad y confort. “La vestimenta sirve para proteger el cuerpo humano, pero también se usa como medio de representación de ideas culturales, sociales y religiosas” (Alguacil, 2010).

Sin embargo, se debe tomar en cuenta que no todos los individuos se adaptan a las diferentes tendencias que impone la moda hoy en día. Un claro ejemplo, los adultos mayores, estos usuarios buscan utilizar ropa que les facilite su movilidad, tranquilidad y flexibilidad en sus quehaceres domésticos y en algunos casos, laborales. Es por razón que, se considera que las prendas más adecuadas para estas personas deben ser fabricadas de algodón y lana, debido su textura y factibilidad para su uso.

2.2.1.2.2.2 Maquillaje

El maquillaje es el área de belleza que se encarga de las técnicas y la aplicación de diferentes productos cosméticos y dermocosméticos sobre la piel. “Esta actividad puede tener menos fines estéticos, para cubrir imperfecciones o, simplemente realzar la belleza del rostro” (Ramírez, 2017). Por lo tanto, el aprendizaje adecuado del uso de maquillaje en los adultos mayores, les permite realizar de forma correcta sus facciones y que su edad no sea una barrera y aun menos una prohibición para lucir radiantes en su día a día.

2.2.1.3 La asesoría de Imagen

La asesoría de imagen permite al individuo identificar sus cualidades innatas personales y desarrollarlas, ayuda a mejorar su aspecto físico, sus modales, su forma de desenvolverse en la sociedad. El resultado de todos estos factores conlleva a mejorar la autoestima, la autovaloración y la aceptación personal.

La asesoría personal consiste en potenciar la imagen individual de un sujeto o colectivo adecuando la presencia y el comportamiento al entorno de las distintas situaciones, conductas y actividades a través de la aplicación de distintas técnicas de embellecimiento tales como peluquería, maquillaje, habilidades sociales o expresión corporal y verbal (Alguacil, 2010, p.18).

La relación establecida entre la definición presentada identifica que es relevante conocer la importancia de la asesoría de imagen y el aporte que estas actividades proporcionan para mejorar la imagen de una persona.

El programa de asesoría busca capacitar a varias personas adultas mayores en el tema específico previamente ya definido, este proceso permite incrementar los conocimientos, destrezas y habilidades desarrollarán en un tiempo específico y con las actividades establecidas. Es por esta razón que, el desarrollo de un programa adecuado contribuye con todo lo necesario para que la persona se desenvuelva en los ámbitos personales, sociales, laborales entre otros.

2.2.2 El adulto mayor y sus generalidades

Para definir el término adulto mayor es necesario comprender que es una etapa de la vida que cada ser humano llegará a cursar. Según la OMS (2018) los adultos mayores están representados por habitantes con más de 60 años, estos individuos conforman el desarrollo de la sociedad. La apreciación de esta etapa se diferencia por la cultura y costumbres de cada región, como explica Alega (2018), el adulto mayor se discurre de acuerdo al lugar o región donde habita, es decir, en “países desarrollados esta etapa se establece a partir de los 60 años de edad, mientras

que, en países en vías de desarrollo, como en el caso de Ecuador, esta etapa se marca a partir de los 65 años de edad” (p.19).

Por lo tanto, el adulto mayor cursa por un proceso normal de la vida, en la cual deben existir diferentes características y cuidados que se debe considerar, para que estas personas puedan desarrollarse de mejor manera. De acuerdo a lo nombrado, el envejecimiento, supone para adulto mayor una modificación de su propia autoimagen, y en muchas ocasiones existe un abismo entre el aspecto deseado y lo real, cabe adicionar “la presencia de canas, arrugas, cambios en la silueta corporal, entre otras características” (Central Informativa del Adulto Mayor, 2018). Por estas razones, se debe impulsar al desarrollo de la imagen personal en su totalidad sin que existan limitantes.

2.2.2.1 Técnicas de aprendizaje para el adulto mayor

Para el aprendizaje del adulto mayor es importante tomar en cuenta que las personas que se encuentran cursando esta etapa, poseen diferentes falencias, tanto en la salud, su estado de ánimo, problemas de movilidad y ejecución de actividades, entre otras. Por estas razones, es importante que sus procesos de enseñanza, vayan acorde a sus capacidades, necesidades y destrezas.

En el área del aprendizaje y la educación existen diferentes sistemáticas, una de ellas que es la más acorde para el adulto mayor es metodología lúdica. Estas técnicas son el conjunto de sucesos, actividades creativas, que permiten desarrollar la imaginación y motivar a las personas a consolidar sus destrezas, habilidades de una forma menos tradicional y más dinámica (Mendoza, Tijerino y Espinoza, 2018).

Por lo tanto, este tipo de instrucciones y procedimientos permiten que los usuarios comprendan con mayor facilidad los diferentes conocimientos que se desean impartir. Las actividades dinámicas, juegos, permiten desarrollar el pensamiento de las personas para que la percepción de la información sea productiva.

2.2.3 Programa

La utilización de este término engloba un conjunto de actividades y temáticas que necesitan una organización previa, es decir es una síntesis de cierta información a detallar. “Un programa es aquello que se planifica con la intención de ejecutarlo con posterioridad” (Navarro, 2016). Este es una herramienta sistemática, subsecuente, que busca concretar operaciones y actividades con la explicación de dónde se realizará, de qué forma, con qué materiales, el tiempo estimado y quiénes serán los ejecutores y participantes. Por lo tanto, este proceso es la materialización de una planificación.

2.3. Reseña institucional

La Unidad Patronato de la ciudad de Quito, que está conformada por varios establecimientos distribuidos en la ciudad capital, estos se conocen como Centro de Experiencia del Adulto Mayor

La Unidad Patronato Municipal San José del Municipio de Quito es el ente encargado de ejecutar programas sociales capaces de defender y restituir los derechos de la población más vulnerable como: niñas/os y adolescentes, jóvenes, adultas/os mayores y personas con discapacidad, que enfrentan el riesgo de sufrir problemas de salud, violencia y pobreza.

En la ciudad de Quito existen tres proyectos que consolidan los derechos y atención al Adulto Mayor como son 60 y Piquito, los centros de atención diurna y aquellas residencias de atención a los usuarios que poseen una situación de vulnerabilidad.

Por lo tanto, a través de estas instituciones los beneficiarios forman parte del desarrollo de la inclusión y desarrollo de la sociedad.

2.4. Bases legales

La Constitución de la República del Ecuador (2008) vela por los derechos y el bienestar de los adultos mayores. A continuación, se despliegan dos artículos que explican esta temática:

Art. 36.- Las personas adultas mayores recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado, en especial en los campos de inclusión social y económica, y protección contra la violencia. Se considerarán personas adultas mayores aquellas personas que hayan cumplido los sesenta y cinco años de edad (Constitución de La Republica del Ecuador 2008, p.18).

Por este motivo, el Estado debe establecer políticas que permitan a los adultos mayores tener una atención adecuada en los centros especializados y establecidos. Se debe garantizar la nutrición, educación, salud y cuidado a estas personas.

Por otra parte, la Ley Orgánica de las Personas adultas (2019), en el artículo 9 literal a se enfatiza el deber del Estado con estas personas:

Elaborar y ejecutar políticas públicas, planes y programas que se articulen al Plan Nacional de Desarrollo, enmarcadas en la garantía de los derechos de las personas adultas mayores, tomando como base una planificación articulada entre las instituciones que integran el Sistema Nacional Especializado de Protección Integral de los Derechos de las Personas Adultas Mayores (p.10).

De esta forma se concluye que en el Ecuador se garantiza una buena calidad de vida al adulto mayor a través de la existencia de servicios especializados, con los cuales tomarán en cuenta que bienestar de las personas que conforman este grupo etario.

2.5 Sistema de variables

En este proceso es necesario conocer la definición de las variables en función de factores medibles, a estos se los llama indicadores, esto proceso permite continuar con la elaboración de instrumentos de medida en base a la teoría y conceptos investigativos para el presente trabajo de titulación. Según Arias (2012) explica que la operacionalización se desarrolla a través de un proceso de identificación de variable para describir dimensiones e indicadores que sean concretos y medibles.

En relación con el objetivo general de la presente investigación, la variable que se va a estudiar es el conocimiento de imagen personal en el adulto mayor que posee como significado el complemento de elementos que desarrollan el aspecto físico, incluyendo la comunicación verbal y no verbal, que permite a cada personal desenvolverse en ámbitos personales, sociales y profesionales (Pinto, 2016).

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA EMPLEADA

En el siguiente capítulo se despliega el marco metodológico, en cual permite identificar los elementos e instrumentos que fueron emplearon en el desarrollo y análisis del problema en la presente investigación. Por lo tanto, a través de este proceso se alcanza identificar los diferentes procedimientos, estrategias y perspectivas necesarias para el avance de presente estudio.

3.1 Paradigma de investigación

La investigación actual se realiza desde el paradigma positivista que según Pérez (2015), explica que este tipo de paradigma se basa en “la medición de los fenómenos se convierte en la única solución, se evidencia el problema que surge al no aceptar la veracidad de lo que no ha sido cuantificado” (p. 1). De esta forma, busca explicar la importancia del paradigma positivista en la demostración de las proposiciones al momento de desarrollar estudios y análisis con aplicación científica.

Por lo tanto, este trabajo investigativo busca estudiar el conocimiento de los adultos mayores que conforman los diferentes CEAM, con el fin de impulsar su estilo personal y su calidad de vida, con las variables identificadas en la tabla de operacionalización. El presente estudio se sustenta por un paradigma positivista porque busca comprobar la necesidad del conocimiento sobre la imagen adecuada del adulto mayor a través de una metodología cuantitativa y estadística.

3.2 Enfoque de la investigación

En el enfoque cuantitativo se emplean instrumentos de medida y magnitudes numéricas que son pertinentes para el presente tema de estudio, esto debe estar relacionado con el marco teórico propuesto anteriormente y la población, la cual se encuentra delimitada. Esta perspectiva de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), indican que esta metodología recopila toda la información numérica para formular varias hipótesis en base al análisis estadístico.

Por lo tanto, la presente investigación se desarrolló a través de la aplicación de una encuesta con el fin del análisis de la relación entre las variables y dimensiones propuestas sobre el conocimiento de la imagen personal y el adulto mayor, que servirá para la elaboración del programa de asesoría de imagen como se ha ido indicando previamente y los datos obtenidos se analizaron a través de la estadística descriptiva.

3.3 Nivel de la investigación

El nivel de investigación del estudio posee un alcance descriptivo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el cual determina las diferentes tendencias de las poblaciones. Este tipo de investigación se limita a medir fundamentos, características o estructura que poseen presentes problema en la población, en un momento específico de tiempo.

Por lo tanto, el nivel descriptivo permite unir la parte conceptual como el planteamiento del problema sobre la imagen personal en el adulto mayor, con la fase operativa como el método e instrumento que se va a utilizar. Esto permitirá describir datos y características de los usuarios que pertenecen a los diferentes

CEAM, es importante añadir que no se busca establecer relaciones causales con otros factores.

3.4 Diseño de investigación

El diseño de la esta investigación es no experimental de corte transversal debido a que permite conocer datos, informes del ambiente donde se realiza la investigación. Estos diseños recopilan información en un momento específico y único (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Por lo tanto, este diseño permite obtener información en la situación real sobre el conocimiento de la imagen personal en los adultos mayores de los CEAM, en este caso a través del instrumento aplicado se recolectó datos necesarios para la elaboración adecuada del programa de asesoría y de total beneficio para la comprensión y el aprendizaje de los usuarios en general.

3.7 Tipo de investigación

En la investigación de campo es necesario compilar información de fuentes primarias con el propósito de desarrollar el estudio propuesto. Según el autor Arias (2012) explica que:

La investigación de campo es aquella que radica en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren. Los hechos datos primarios sin manipular o controlar variable alguna/ es decir, el investigador obtiene la información, pero no altera las condiciones existentes. De allí su carácter de investigación no experimental (p.31.).

Puesto que, la información a recabar para el proceso investigativo se basa en la intervención de los sujetos involucrados, la investigación de campo se realizó en el lugar en el que se va a estudiar.

Para la elaboración de la propuesta del programa de asesoría de imagen se tomó en cuenta la participación de los adultos mayores que forman parte de los CEAM. Este proceso permite obtener datos sobre la realidad y situación actual de la problemática, para estudiarlos sin que exista manipulación en sus variables, su característica principal es llevar a cabo el análisis en el lugar de ocurrencia del fenómeno. En este tipo de investigación generalmente se combina el método de observación de los participantes, las entrevistas y el diagnóstico pertinente.

3.8 Población y muestra

3.8.1 Población

La población es finita, es decir se puede contabilizar los integrantes para el presente estudio de caso, Arias (2012) conceptualiza como “población finita: agrupación en la que se conoce la cantidad de unidades que la integran. Además, existe un registro documental de dichas unidades” (p.82).

Por lo tanto, la población de la presente investigación estará conformada por 95 personas del género femenino, registradas en el censo realizado por la dirección de vinculación de la Universidad Iberoamericana del Ecuador en el año 2020, los cuales son adultos mayores que poseen de 60 años en adelante y asisten a los diferentes Centros de Experiencia del Adulto Mayor en la ciudad de Quito.

3.8.2 Muestra

A continuación, es necesario seleccionar un número menor acorde de la población tomada para el desarrollo de un estudio, lo cual permitió representarlo a través de

la muestra. Para Arias (2012) la muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible.

Para ello se aplicó la siguiente fórmula para calcular la muestra, a través de la población que conforma en estudio:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + z^2 * p * q}$$

En el presente estudio se tomó un muestreo representativo como probabilístico estratificado, para el cual consiste en tomar la población de registro, conocer las características principales comunes, para poseer estratos iguales, homogéneos. Por ello, de acuerdo con el censo que se realizó por parte de la UNIBE en el año 2020, es necesario delimitar el número de personas que forman parte del estudio, la cantidad de sujetos debe ser abarcable en el momento de recabar la información.

La presente investigación se desarrolló en los diferentes CEAM de la ciudad de Quito, como cálculo del tamaño óptimo de la muestra con el 5% de margen de error máximo se tomarán en cuenta 76 mujeres como resultado a esta fórmula. Después de esto, 5 usuarios aplicaron una prueba piloto y los 71 beneficiarios restantes fueron los sujetos de investigación. Este proceso permite determinar de forma contable los datos necesarios para obtener resultados confiables, que se presentan a continuación en la siguiente tabla, en la cual se desarrolla los nombres de los centros que forman parte del estudio, y la cantidad de personas que conforman el censo realizado en la UNIB.E toda esta información torna alrededor de la ciudad capital en cada uno de los CEAM que participaron en este proceso.

A continuación, se presenta la fórmula para delimitar el muestreo estratificado:

$$n_i = n \cdot \frac{N_i}{N}$$

N: Número de los elementos de la población

n : Número de la muestra

N_i : Número del estrato i

Tabla N° 1. Muestreo estratificado de adultos mayores que pertenecen a los CEAM. Fuente: Suasnavas, 2021.

ESTRATO	NOMBRE DEL CEAM	Nº SUJETOS EN EL ESTRATO	PROPORCIÓN	MUESTRA
1	CEAM MANUELA SÁENZ	12	12,6%	10
2	CEAM LA DELICIA	15	15,8%	12
3	CEAM QUITUMBE	18	18,9%	14
4	CEAM EUGENIO ESPEJO	13	13,7%	10
5	CEAM TUMBACO	16	16,8%	13
6	CEAM CALDERÓN	11	11,6%	9
7	CEAM LOS CHILLOS	10	10,5%	8
		Correcto	100,0%	76

3.9. Técnicas de investigación

3.9.1 Técnicas

La técnica de recolección de datos permite obtener información con aspectos relacionados al presente trabajo de titulación, según Arias (2006) define como “las

técnicas de recolección de datos como el conjunto de procedimientos y métodos utilizados durante el proceso de investigación, con el propósito de conseguir la información pertinente a los objetivos formulados en una investigación” (p.376).

La técnica que se utilizó en este proceso fue la encuesta en la que existen dos secciones fundamentales, la persona que pregunta corresponde al encuestador en y la otra parte conformada por los adultos mayores que responden a la función de encuestados. En el caso de este estudio se empleó de forma virtual esta práctica, utilizando una plataforma accesible por medio del internet.

3.9.2. Instrumento

El instrumento que se aplicó para esta investigación fue un cuestionario, constituido por un sistema de preguntas ordenadas de forma coherentes dirigidas a obtener información necesaria para la presente investigación. Es importante que este posea una estructura lógica, su lenguaje sencillo y comprensible. De acuerdo a Hernández, Fernández, y Baptista (2014) el cuestionario es un complemento de varias interrogantes que se basan en una variable o más.

En el presente estudio, el cuestionario es el instrumento que permite al investigador recolectar datos procedentes de fuentes primarias, en este caso son los adultos mayores, los cuales aportaron con sus conocimientos sobre la imagen personal. Las preguntas se realizaron a través de una plataforma virtual, por medio de Google Forms con el link correspondiente: <https://forms.gle/jUq1zAPh6eKLZM867>. El cuestionario posee 12 items con preguntas de selección múltiple en las que se dictan opciones a escoger de acuerdo al criterio de cada persona. Para el desarrollo

del instrumento se tomó en cuenta las siguientes variables presentes en la tabla de operacionalización.

Tabla N° 2. Operacionalización de variables. Fuente: Suasnavas, 2021.

Objetivo Especifico	Dimensión	Indicadores	Ítems	Tecnica/Instrumento
Diagnosticar la necesidad del programa de asesoría y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.	Conocimiento sobre imagen personal	Morfología facial	1	ENCUESTA / CUESTIONARIO
			2	
		Morfología corporal	3	
		Vestimenta	4	
		Armonía de color	5	
		Cuidado de la piel y el cabello	6	
			7	
			8	
		Maquillaje	9	
		Hábitos saludables	10	
Necesidad del programa de asesoría		Aceptación	11	ENCUESTA / CUESTIONARIO
		Disponibilidad de tiempo	12	

3.10 Validez y Confiabilidad

En el análisis de un instrumento que recolecta información y datos es importante cumplir dos requerimientos fundamentales como son la validez y la confiabilidad.

“La validez y confiabilidad reflejan la manera en que el instrumento se ajusta a las

necesidades de la investigación” (Hurtado de Barrera, 2012, p.790). Estos requerimientos consolidaron el proceso adecuado del estudio realizado.

3.10.1. Validez

La validez en el presente trabajo de titulación hace referencia a la capacidad, del instrumento aplicado, para cuantificar de forma significativa y adecuada el rasgo para cuya medición ha sido diseñado. Según Arias (2012) significa que las preguntas o ítems deben tener una correspondencia directa con los objetivos de la investigación. Es decir, las interrogantes consultarán sólo aquello que se pretende conocer o medir. Por lo tanto, en este caso es el conocimiento de la imagen personal que posee el adulto mayor. Esta se comprobó a través de juicios de expertos los cuales estuvieron conformados por un profesional en el área de Cosmiatría, tres profesionales especializados en Imagen Integral, en este número un experto de nivel internacional y dos son nacionales; como último, una persona competente en el área de metodología (Anexo. 2).

Estos representantes evaluaron que el cuestionario sobre la asesoría de imagen personal para el adulto mayor sea propicio, que las preguntas que se realizaron eran las adecuadas para los usuarios pertenecientes de los CEAM. La validez por expertos se define como la opinión, juicio o valoración de una persona que tiene alto conocimiento de un tema o un área en específico (Pérez y Martínez, 2008).

3.10.2 Confiabilidad

La confiabilidad se calcula a través de la estudio de una formula. La aplicación de esta, en un instrumento permite establecer cuando un individuo u objeto es sometido a pruebas en repetidas ocasiones y los resultados que arroja son iguales

(Hernández, Fernández y Baptista, 2014). En el caso de la presente investigación se aplicó el cuestionario con las preguntas previamente establecidas y los resultados se sustentaron con el método, alfa de Cronbach el cual se procesa con variables de intervalos o de razón, según Hernández, et al. (2014). Esta técnica estadística de confiabilidad es dirigida a instrumentos que las opciones a elegir sean de carácter de opción múltiple.

A continuación, se presenta la fórmula que representa el método alfa de Cronbach:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

K: es el número de ítems

S_i^2 : Sumatoria de las varianzas con respecto a los ítems presentados.

S_T^2 : Varianza de las varianzas con respecto a los ítems presentados.

α : Coeficiente de acuerdo a lo establecido en el Alfa de Cronbach.

Para identificar los resultados de la confiabilidad, se dividió de acuerdo a la fórmula que se presenta en la parte superior, es decir el total de la suma de las diferentes varianzas de los ítems sobre la varianza del puntaje obtenido de las respuestas realizadas por los adultos mayores y se continúa con los cálculos. Los coeficientes de confiabilidad pueden oscilar entre 0 y 1, donde 0 representa una confiabilidad nula y 1 significa el máximo de confiabilidad que se obtiene.

Entre más se acerque el coeficiente a 0 habrá mayor error en la medición. Por lo tanto, esto permite al autor a identificar las modificaciones necesarias para aplicar de forma general el instrumento. Mendoza (2018) recalca que el instrumento puede presentar resultados, pero aquellos que sean superiores al decimal 0,6; poseen mayor grado de confiabilidad. Los resultados del cuestionario aplicado es 0,811; de acuerdo al autor investigado este instrumento posee una confiabilidad alta. Por lo tanto, se procede a mantener las preguntas planteadas y se las aplicará a la muestra del estudio de investigación.

Tabla N° 1. Estadísticas que posee el instrumento con respecto a la confiabilidad.

Fuente: Suasnavas, 2021.

ALFA DE CRONBACH: 0,811

NÚMERO DE ELEMENTOS: 12

3.11 Procesamiento y análisis de la información

El procedimiento que se aplicó en la presente investigación fue la recolección de datos a través de la aplicación de un cuestionario. Para ello realizó la aplicación de la estadística descriptiva la cual permite representar las características y los valores obtenidos para cada variable (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Luego de aplicado el instrumento se procedió a su respectiva observación. Todos estos resultados fueron interpretados en SPSS versión 25. En referencia, el análisis de los datos que se obtuvieron en el estudio investigativo a través de una sistemática proyectiva, método estadístico descriptivo fue necesario resumir una serie de datos con el fin de facilitar su interpretación. Para esto es importante

conocer que la forma adecuada para indicar los resultados obtenidos es a través de gráficos de barra y la agrupación por porcentajes de cada respuesta.

CAPÍTULO 4

RESULTADOS E INTERPRETACIÓN

En el presente capítulo se despliega el objetivo de explicar el análisis de los resultados e interpretación de los gráficos y tablas que consolidan los datos recopilados en el instrumento de investigación aplicado. De igual forma, se muestra el programa de asesoría de imagen para el adulto mayor propuesto del presente estudio.

4.1 Análisis de los datos obtenidos del instrumento aplicado y procedimientos a seguir

En el presente estudio se desarrolló un cuestionario que se denominó “La imagen personal en el adulto mayor”; este fue aplicado en el transcurso del proceso investigativo, con el fin de obtener un diagnóstico sobre el conocimiento del objeto de estudio, para poder establecer a través de los fundamentos realizados la propuesta del programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor.

Para el proceso de la aplicación del instrumento investigativo, se designó un cuestionario de 12 preguntas politómicas, este paso se encuentra basado en función de las variables. La aplicación del instrumento fue a 71 personas adultas mayores, que pertenecen a los diferentes CEAM. Después de este proceso, se recopiló los datos, respuestas de cada usuario y estos fueron analizados en el software Statical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 25, este proceso permite compendiar todas las encuestas previamente ya realizadas a los usuarios.

El instrumento consta de preguntas elaboradas con cuatro (4) opciones de respuesta, en las cuales únicamente una (1) es la correcta; en este cuestionario se desarrollan los temas referentes a la imagen personal y el adulto mayor. Este análisis permite a la investigadora evaluar el conocimiento y la necesidad sobre un programa de asesoría de imagen dirigido a estos beneficiarios. Después de su aplicación se obtuvieron los siguientes resultados.

A continuación, la tabla 4 en la que se explica la estadística obtenida de la pregunta 1 del cuestionario:

Tabla N° 2. Pregunta 1. Seleccione a continuación que considera usted que es la morfología facial. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	61	85,9%
Incorrectas	10	14,1%
Total	71	100%

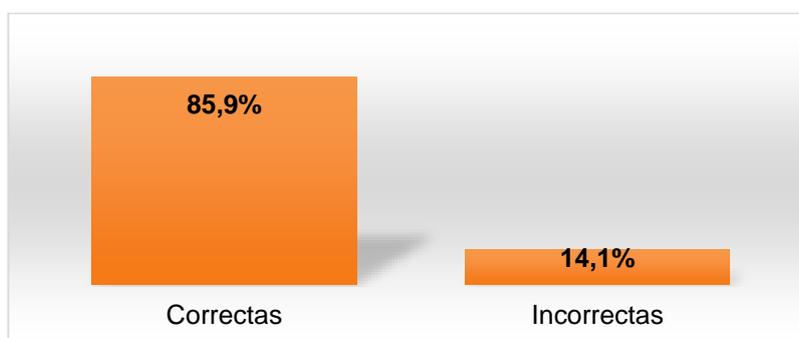


Figura 1. Pregunta 1. Seleccione a continuación que considera usted que es la morfología facial. Fuente: Suasnavas, 2021.

En la siguiente pregunta se colocaron 4 opciones de respuestas para identificar la morfología facial. De acuerdo al análisis de la tabla 4 se observa que 61 adultos mayores (85,9%) conocen sobre el significado de este término, mientras que 10

investigados restantes (14,1%) no identifican. De igual manera se puede observar de forma gráfica los resultados obtenidos en la figura 1, en la cual coincide con la tabla superior al obtener el 100% de personas que respondieron esta interrogación.

Según Ruiz (2021) este término se utiliza para identificar los diferentes rostros que existen de acuerdo a las dimensiones y proporciones, lo cual es indispensable para clasificarlo de acuerdo a su forma. Por todo lo expuesto, se observan estos resultados, la mayoría de usuarias de los diferentes CEAM identifican los vocablos, pese a que el término utilizado en el cuestionario al principio pareciese que era un poco difícil de definirlo.

De esta manera, se concluye que los usuarios poseen un acercamiento al término, no poseen un desconocimiento total sobre la temática. Por lo tanto, esto permite identificar que los temas sobre los tipos de rostro y la morfología facial que se proponen en el programa edifican los conocimientos de los adultos mayores y de igual forma estos serán de aceptación para el aprendizaje de las personas.

A continuación, la tabla 5 contiene la estadística obtenida de la pregunta 2 del cuestionario:

Tabla N° 3. Pregunta 2. De acuerdo a la forma del rostro existen varias formas para identificarlos, seleccione la respuesta correcta. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	44	62,0%
Incorrectas	27	38,0%
Total	71	100,0%

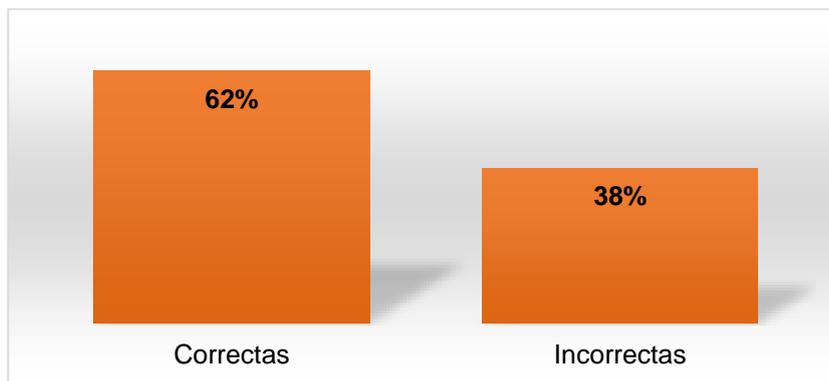


Figura N°2. Pregunta 2. De acuerdo a la forma del rostro existen varias representaciones para identificarlos, seleccione la respuesta correcta. Fuente: Suasnavas, 2021.

Para la siguiente interrogante se propone 4 opciones que describen las formas del rostro, para lo cual una de esta era la correcta. Según los resultados obtenidos en la tabla 5 se observa que 44 beneficiarias (62,0%) están en la capacidad de identificar los tipos de rostros que se muestran en el cuestionario e instrumento de investigación previamente utilizado. Sin embargo, se debe tomar en consideración que 27 investigados restantes (38%) poseen confusión de estas clasificaciones. Para consolidar esto, se puede observar de forma gráfica en la figura 2, donde se puede identificar que los 76 (100%) participantes respondieron esta pregunta.

Para comprender la importancia de esta pregunta propuesta es sustancial conocer la doctrina que estudia los tipos de rostros, la cual se conoce como Visagismo según Niño (2018) esto se define como la disciplina que analiza y estudia los diferentes tipos de rostros, ejes y referencias, las cuales de acuerdo a sus puntos predominantes permiten identificar rostros con forma cuadrada, ovalada, redonda y forma de diamante o corazón.

Por lo tanto, se manifiesta que más de la mitad de adultas mayores, se encuentran en la capacidad de poder diferenciar los tipos del rostro que a futuro servirán para

aplicar en técnicas de maquillaje, uso de bisuterías y poder destacar las facciones propias en su vida diaria las correcciones que conseguirán un efecto óptico de rostro equilibrado. Sin embargo, es necesario que el porcentaje de beneficiarias con este conocimiento aumente, que esta sea una temática comprensible para todas las personas sin ningún rango de edad y que los usuarios tengan la facilidad de poder aplicar estos conocimientos en su vida diaria.

A continuación, la tabla 6 contiene los resultados obtenidos de la pregunta 3 del instrumento aplicado:

Tabla N°4. Pregunta 3. Identifique los tipos de cuerpos que existen de acuerdo a su forma. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	37	52,1%
Incorrectas	34	47,9%
Total	71	100%

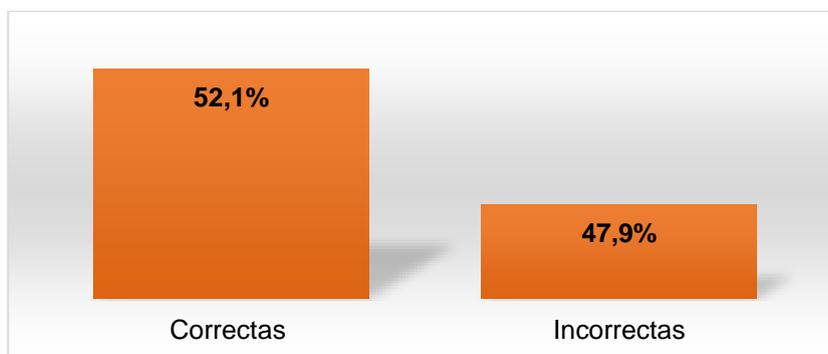


Figura N°3. Pregunta 3. Identifique los tipos de cuerpos que existen de acuerdo a su forma. Fuente: Suasnavas, 2021.

Para la tercera pregunta los resultados obtenidos se encuentran representados en la tabla 6 y la figura 3, de la siguiente manera, 37 beneficiarias (52,1%) diferencian los tipos de cuerpos utilizados y representados en el cuestionario. No obstante, 34 usuarias (47.9%) no tienen la destreza de identificar las siluetas de cuerpos

representadas en el instrumento. De acuerdo con Fager y Bermúdez (2019) realizaron varios estudios y explican la clasificación de las siluetas más comunes en el caso de las mujeres, como son: tipo rectángulo, tipo pera, reloj de arena, cuerpo triángulo y cuerpo redondo.

Después de conocer los resultados, se observa que aproximadamente la mitad de las personas que respondieron el cuestionario no diferencian las siluetas de la morfología corporal que se proponen en el área de imagen integral. Por lo tanto, se identificó la necesidad de instruir en la temática a los usuarios de los CEAM. Como resultado de esto, las beneficiarias podrán diferenciar su silueta corporal de manera individual. De esta manera, ellas cuando necesiten preparar un vestuario adecuado para resaltar su imagen, puedan acceder a las prendas e implementos adecuados.

A continuación, la tabla 7 representa los resultados obtenidos de la pregunta 4:

Tabla N°5. Pregunta 4. Las texturas más adecuadas para el uso de las prendas en los adultos mayores deben ser. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	47	66,2%
Incorrectas	24	33,8%
Total	71	100%

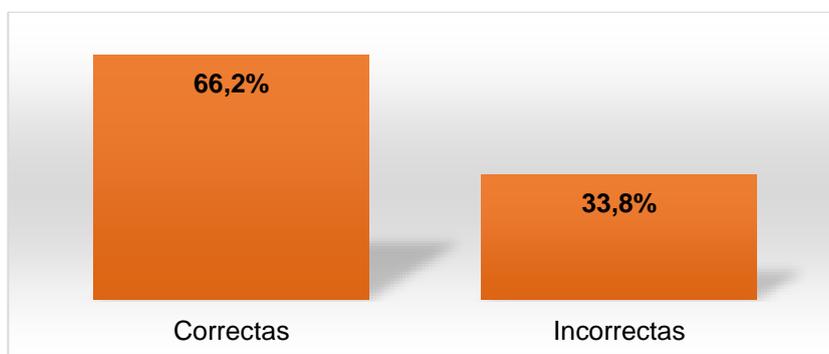


Figura N°4. Pregunta 4. Las texturas más adecuadas para el uso de las prendas en los adultos mayores deben ser. Fuente: Suasnavas, 2021.

En la tabla 7 y la figura 4 se observan los resultados obtenidos en esta pregunta, en la cual se planteó 4 propuestas con 1 respuesta correcta, para esto las deducciones son: 47 personas (66,2%) seleccionaron que las prendas de algodón y lana son las más adecuadas para el adulto mayor, las cuales representan a la respuesta correcta; mientras que 24 personas (33.8%) opinan que estas texturas pueden variar entre lino, casimir, cuero, seda y todas las opciones propuestas las cuales son incorrectas. Esto consolida el 100% de respuestas obtenidas.

De acuerdo al sitio web conocido como Vida Abuelo (2013) se concluye que las prendas elaboradas de fibras de algodón y lana son las más recomendadas para las personas adultas mayores, gracias a sus propiedades de conservar temperaturas estables y absorber líquidos corporales como el sudor y la orina. Por lo tanto, no se descarta el uso de otras texturas, pero se recomienda para mayor comodidad de estas personas, que su ropa sea elegida de forma apropiada.

De igual manera, los adultos mayores deben llevar prendas holgadas para no sofocarse y que exista un cuidado especial en las zonas genitales, ni irritaciones en la dermis, como es el caso de texturas del cuero y la seda son más asequibles en prendas apretadas. Mientras que, el uso de lino y casimir para las personas mayores no son de uso diario, sino de ocasiones especiales y formales.

A continuación, la tabla 8 contiene la estadística obtenida de la pregunta 5 del cuestionario:

Tabla N°6. Pregunta 5. Qué colores son los más apropiados para el uso en prendas, accesorios y bisutería. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	63	88,7%
Incorrectas	8	11,3%
Total	71	100%

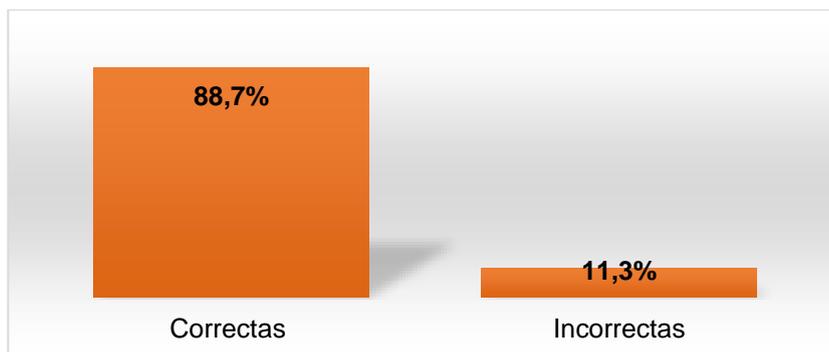


Figura N°5. Pregunta 5. Que colores son los más apropiados para el uso en prendas, accesorios y bisutería. Fuente: Suasnavas, 2021.

De acuerdo al análisis de la quinta pregunta se observan los siguientes resultados proyectados en la tabla 8 y de forma gráfica en la figura 5: 63 adultos mayores (88,7%) identifican que lo más adecuado para el uso de prendas, accesorios y bisutería se debe escoger de acuerdo a la combinación de colores y tonalidades debido a que es la respuesta correcta acorde a la temática; mientras que 8 investigados restantes (11,3%) prefieren únicamente tonos opacos o de preferencia solo brillantes. De acuerdo a Ramírez (2017):

El color de las prendas, sobre todo de las que van cerca de la cara afectan la luminosidad del rostro. Existen una gama de colores que nos hacen ver pálidas mientras otros colores nos realzan las facciones y nos permiten proyectar una imagen saludable. Estas gamas son aquellos colores adaptados a la teoría del color en la moda, se obtienen las cuatro paletas estacionales como guía para la elección de nuestra vestimenta, accesorios, maquillaje y coloración para el cabello. La armonía de los colores es un detalle importante para lograr una imagen armónica y equilibrada (párrafo. 2).

Como explica el autor citado y de igual forma los conocimientos previos de la investigadora, se concluye que, el uso del color no se puede delimitar únicamente

neutros, oscuros o a su vez nacarados, porque existen diferentes tonalidades que favorecen o, todo lo contrario, crean desventaja en los adultos mayores. Por lo tanto, es necesario comprender como implementar los colores en el estilo de vida de las beneficiarias pertenecientes a los CEAM.

A continuación, la tabla 9 contiene la estadística obtenida de la pregunta 6 del cuestionario:

Tabla N° 7. Pregunta 6. El cuidado de la piel también es significativo, cada qué tiempo se debe colocar protector solar. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	64	90,1%
Incorrectas	7	9,9%
Total	71	100%

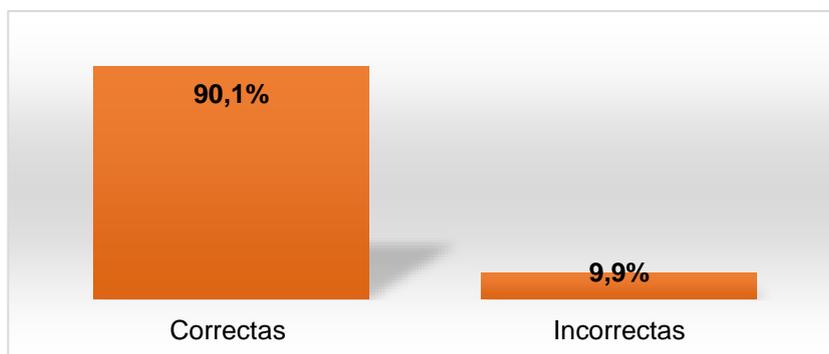


Figura N° 6. Pregunta 6. El cuidado de la piel también es significativo, cada qué tiempo se debe colocar protector solar. Fuente: Suasnavas, 2021.

Para la siguiente pregunta, se observa en la tabla 9 que 64 personas (90,1%) respondieron que el tiempo adecuado para colocarse protector solar es cada 3 a 4 horas, lo cual es correcto; mientras que 7 beneficiarias (9,9%) únicamente escogieron colocarse este producto de cuidado facial solo una vez al día siendo la respuesta incorrecta. De igual forma como representación gráfica se encuentra la

figura 6 que consolida la información de participantes en el cuestionario. De acuerdo a la Asociación Peruana de Empresa de Seguros APESEG (2019) explica que “lo recomendable es colocar el protector solar media hora antes de la exposición al sol y reaplicar cada 3-4 horas” (párrafo. 3).

La piel se encuentra constantemente expuesta a la luz solar, aparatos electrónicos e iluminación de luz blanca o amarilla, todos estos factores generan rayos UV que son dañinos para para la piel del ser humano cuando su exposición es alta y es aún más perjudicial cuando no se utiliza un filtro solar adecuado para cada tipo de piel. Por todo lo anterior descrito en este análisis, los resultados de esta pregunta son positivos porque el mayor porcentaje de usuarios de los CEAM, conocen la importancia y el uso adecuado de este producto, para evitar daños en su piel. En conclusión, el cuidado de la piel en los adultos mayores se convierte en un tema de atención e interés para estas beneficiarias.

Tabla N° 8. Pregunta 7. Para escoger un corte de cabello, que se debe tomar en cuenta. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	4	5,6%
Incorrectas	67	94,4%
Total	71	100%

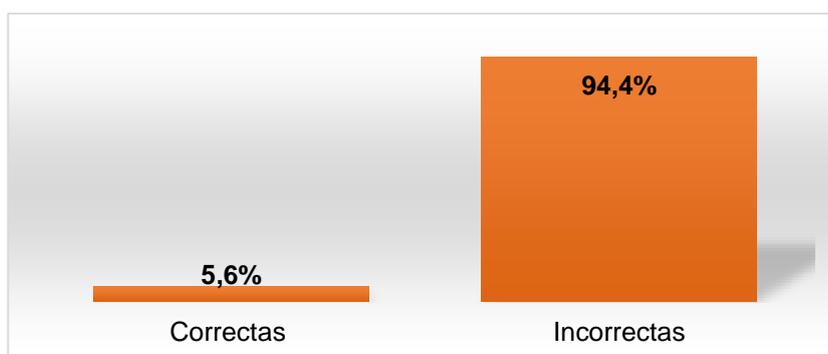


Figura N° 7. Pregunta 7. Para escoger un corte de cabello, que se debe tomar en cuenta. Fuente: Suasnavas, 2021.

En la tabla 10 y figura 7 se observan los resultados obtenidos en la siguiente pregunta, 67 adultas mayores (94,4%) escogieron las respuestas incorrectas para realizarse un corte de cabello toman y solo 4 personas (5,6%) escogieron la respuesta correcta la cual era: todas las opciones establecidas. De acuerdo con Ortiz y Olivares (2019) es importante elegir un corte adecuado del cabello, basándose en las leyes y técnicas que se aplica en el visagismo.

Para poder realizar un cambio de aspecto en el cabello, existen varios factores que se deben prestar la atención necesaria, como es la morfología facial, como es la hebra capilar, y las tendencias de cortes de acuerdo a la moda, todos estos aspectos son importantes porque a un sujeto le puede gustar un diseño, pero no será el más adecuado, ni apropiado para su imagen personal. Por lo tanto, los resultados de esta pregunta no son positivos con respecto a los conocimientos de los usuarios, pero es de gran ayuda para la presente investigación porque es una temática que es necesaria reforzarla en cuanto a conocimientos teóricos y prácticos.

Tabla N° 9. Pregunta 8. Qué aspectos debe tomar en cuenta para el cuidado del cabello. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	36	50,7%
Incorrectas	35	49,3%
Total	71	100%

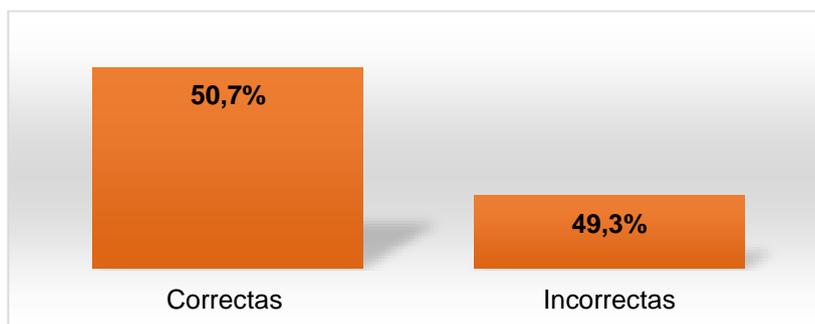


Figura N° 8. Pregunta 8. Qué aspectos debe tomar en cuenta para el cuidado del cabello. Fuente: Suasnavas, 2021.

Los resultados obtenidos en esta pregunta se desarrollan en la tabla 11 y figura 8, de la siguiente manera, 36 personas (50,7%) seleccionan todas las respuestas propuestas para el cuidado de cabello como el lavado de este, los productos que se deben aplicar sobre cuero cabelludo, la hebra capilar y los cortes mensuales, las cuales se encontraban en una respuesta correcta. No obstante, 35 adultas mayores (49,3%) escogieron las respuestas incorrectas. De acuerdo con Divins (2014), el cabello cuando se encuentra seco, es porque su cuidado no es correcto, la salud de este depende del cuidado personal.

Por esta razón, existen pacientes que pueden presentar alteraciones como la caída de cabello, la caspa, el cuero cabelludo grasoso que se los puede tratar productos existentes en el mercado. Para concluir, las personas encuestadas están en la capacidad de identificar las atenciones principales para el cuidado personal, sin embargo, es necesario explicar los factores que pueden llevar a perjudicar la salud capilar y de igual forma los beneficios de su protección.

Tabla N° 10. Pregunta 9. ¿Cuál de estas opciones considera que se debe realizar para un maquillaje a diario? Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	63	88,7%
Incorrectas	8	11,3%
Total	71	100%

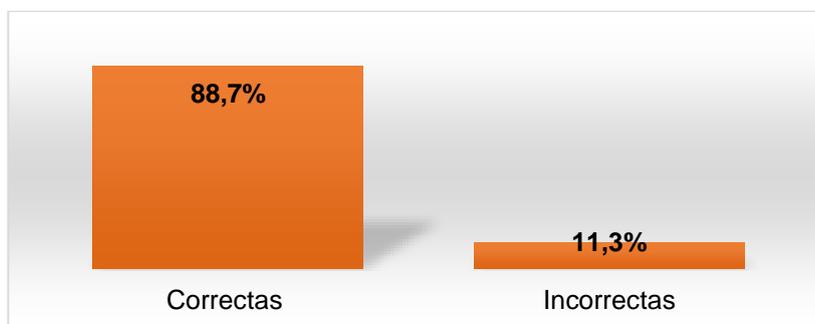


Figura N° 9. Pregunta 9. ¿Cuál de estas opciones considera que se debe realizar para un maquillaje a diario? Fuente: Suasnavas, 2021.

En el análisis de la presente pregunta de acuerdo la tabla 12 y figura 9, 63 personas (88,7%) respondieron correctamente sobre los pasos básicos para realizar un maquillaje diario, mientras que 8 usuarias (12,3%) respondieron con un criterio diferente e incorrecto. Según Estética Link, (2013) la comunidad de Profesionales explica que los productos cosméticos “se utilizan para la higiene corporal o para mejorar la apariencia y proteger la piel. Aliados femeninos a la hora de la belleza, están expuestos a sufrir alteraciones que pueden afectar la salud si no se toman las precauciones necesarias” (párrafo. 2).

Por lo tanto, es importante conocer el uso adecuado del maquillaje para evitar afecciones en la piel. De acuerdo con la experticia de la autora, de igual forma se refuerza esta contestación correcta por parte de las usuarias en el cuestionario aplicado debido a que, al momento de utilizar maquillaje es importante la higienización, antes y después de haberlo ocupado. Los pacientes que realizan este proceso ayudan a disminuir las manchas, las líneas de expresión y alteraciones en

general de dermis y epidermis. El resto de opciones propuestas en el instrumento son erróneas debido a que el exfoliar o depilar la piel a diario lastiman y generan cicatrices en la piel.

Tabla N° 11. Pregunta 10. De las siguientes actividades, cuál considera que es la más adecuada para usted. Fuente: Suasnavas, 2021.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Correctas	69	97,2%
Incorrectas	2	2,8%
Total	71	100%

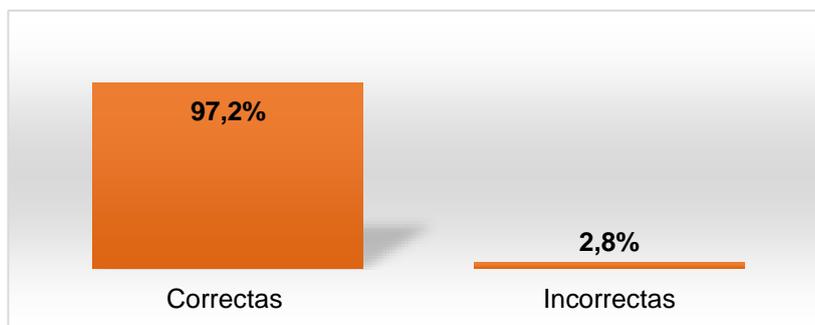


Figura N° 10. Pregunta 10. De las siguientes actividades, cuál considera que es la más adecuada para usted. Fuente: Suasnavas, 2021.

En la décima pregunta los resultados fueron los siguientes, 69 usuarias (97,2) escogieron como actividades adecuadas a realizar para el adulto mayor, la bailoterapia y la caminata, es decir la respuesta correcta; mientras que 2 personas (2,8%) seleccionaron que pueden realizar otras actividades de mayor esfuerzo como correr, saltar y otros deportes. Sin embargo, de acuerdo a la opinión de Losada (2017)

El adulto mayor tiene unas necesidades diferentes y unas mayores limitaciones físicas que una persona de mediana edad. Por eso la intensidad del ejercicio debe de ser de frecuencia y duración más baja. El tipo de deporte debe ser de intensidad media o baja y nunca sobrepasar el 85% de la frecuencia cardíaca máxima (párrafo. 4).

Sin embargo, se debe tomar en cuenta que el envejecimiento es un proceso, más no un limitante. Las personas indistintamente por su edad, sexo y condiciones son competentes de realizar todo tipo de ejercicio físico de acuerdo con sus capacidades y predisposición personal. Por lo tanto, esta temática desarrollada en el presente cuestionario es apropiada para el adulto mayor y es óptima instruirlo en el programa de asesoría de imagen porque permite explicar detalladamente los beneficios de poseer hábitos saludables necesarios para mantener una vida adecuada en los adultos mayores.

Tabla N° 12. Pregunta 11. Considera importante que el adulto mayor adquiera un mejor conocimiento sobre la imagen personal. Fuente: Suasnavas, 2021.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
De mucha importancia	69	97,2	97,2
Poca importancia	1	1,4	98,6
Es indiferente	1	1,4	100,0
Total	71	100,0	

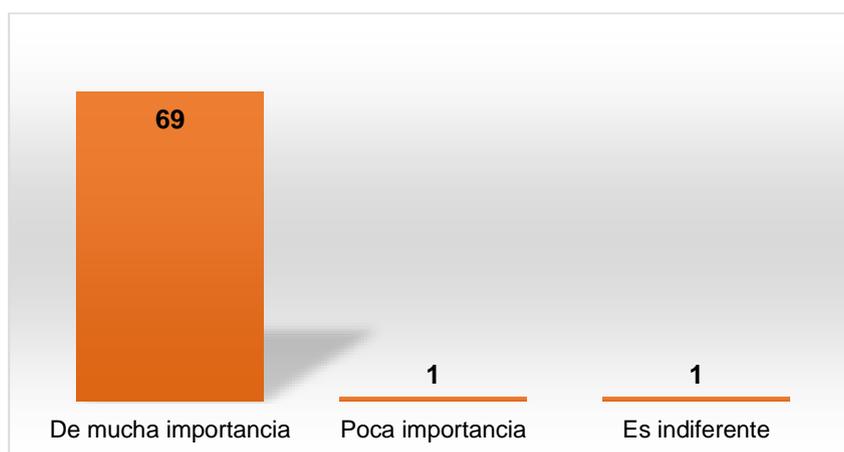


Figura N° 11. Pregunta 11. Considera importante que el adulto mayor adquiera un mejor conocimiento sobre la imagen personal. Fuente: Suasnavas, 2021.

Los resultados de las estadísticas de la pregunta número once, indican que para 69 adultas mayores (97,2%) es de gran importancia instruirse sobre la imagen personal, mientras que un bajo porcentaje representado por 2 usuarias (1,8%), establece que esta temática no es relevante para su aprendizaje cotidiano. Por lo tanto, estos resultados son beneficiosos para el desarrollo del presente trabajo investigativo porque permite comprender que el adulto mayor es un ser, que busca el aprendizaje constante y no se limita a lo que conoce y aún menos, no se acompleja por su edad para instruirse en nuevos temas.

Tabla N° 13. Pregunta 12. ¿Qué tiempo invertiría para adquirir nuevos conocimientos sobre la imagen personal? Fuente: Suasnavas, 2021.

Opciones	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
1 hora diaria, por 2 veces a la semana.	41	57,7	57,7
1 hora diaria, todos los días.	9	12,7	70,4
4 horas intensivas los fines de semana.	4	5,6	76,1
1 hora a la semana.	17	23,9	100,0
Total	71	100,0	



Figura N° 12. Pregunta 12. ¿Qué tiempo invertiría para adquirir nuevos conocimientos sobre la imagen personal? Fuente: Suasnavas, 2021.

En el análisis de la doceava pregunta, los adultos mayores tenían cuatro diferentes propuestas de la cantidad de horas y días a la semana para recibir el programa de asesoría de imagen propuesto en el presente estudio de investigación. Como resultados pertinentes, se tomará en cuenta las dos tabulaciones más altas en las cuales 41 beneficiarias (57,7%) prefieren tomar el programa por 1 hora diaria, 2 veces a la semana, mientras que 17 personas (23,9%) optan por 1 hora a la semana.

Por lo tanto, para la elaboración de la planificación de tiempos y actividades del programa de asesoría de imagen es necesario adaptarlo de acuerdo a las necesidades y preferencias de las personas encuestadas. De acuerdo con Pérez y Gardey (2015) explican que la función de un programa de trabajo es “sistematizar las actividades que se planean realizar” (párrafo. 1). Por lo tanto, para la elaboración de esta propuesta se debe colocar de forma ordenada y explícita las actividades que se desean realizar.

Tabla N° 14. Análisis general descriptivo del instrumento aplicado. Fuente: Suasnavas, 2021.

<i>Columna1</i>	
Media	6,87
Desviación estándar	1,47
Mínimo	2
Máximo	9

Para el análisis general de la recopilación de información adquirida sobre la dimensión propuesta “conocimiento de la imagen personal” en el cuestionario aplicado a los adultos mayores, es necesario identificar los datos propuestos en la

tabla 16, como es la media, la desviación estándar, los cuales son indicadores que permiten conocer estadísticamente los resultados adquiridos.

Por lo tanto, para la interpretación de esta tabla se debe comprender una escala de calificaciones, en la cual se propone de la siguiente manera: conocimiento alto con un puntaje mayor o igual a 7 hasta 10; conocimiento medio con un puntaje mayor o igual a 4 hasta menos de 7 y por último conocimiento bajo de 0 hasta menos de 4.

Por tal motivo, cabe recalcar que los adultos mayores evaluados poseen conocimiento medio con un promedio de 6,8/10 puntos. Es decir, los resultados se encuentran dentro de lo propuesto y esperado en el proceso investigativo, como son los conocimientos generales de la imagen personal: la antropometría, la armonía del color y maquillaje. Sin embargo, se debe tomar en cuenta que el instrumento aplicado, desplegaba temas generales, es decir, ninguna temática valorada se debe excluir en el programa.

Con esta información universal se procede a la realización del programa propuesto dirigido a los adultos mayores, tomando en cuenta que es necesario desarrollar actividades que sean didácticas y dinámicas para la comprensión y atención de estos usuarios.

4.2 Programa de asesoría de imagen personal

A continuación, se desarrolla la propuesta del programa de asesoría de imagen para el adulto mayor en los centros de experiencia del adulto mayor

Nombre del programa: “Impulsando tu imagen personal”

Fundamentos del programa:

El ser humano posee diferentes procesos para el desarrollo de la vida el cual se despliegan a través de etapas graduales con determinadas características en cada una de ellas. Una de estas fases, se encuentra representada por los adultos mayores, como su nombre lo dice, son personas que se poseen altas edades, entre estos se encuentran usuarios con 60 años en adelante. En Ecuador existen más de 1,8 millones de usuarios con estas características. Ciertos datos se encuentran delimitados en el INEC (Rosero, 2020). En la actualidad se ha incrementado la esperanza de vida de la gente, sin embargo, el proceso de envejecimiento difiere de acuerdo a la condición social.

Por lo tanto, es importante desarrollar propuestas con diferentes alternativas y áreas que permitan al adulto mayor mejorar sus condiciones de vida, todo esto es posible realizarlo a través de la planificación de programas, proyectos los cuales permitirán llevar a cabo un satisfactorio proceso de inclusión social con estos usuarios. Sin embargo, el adulto mayor debido a varios factores como: el abandono familia, el vivir de manera solitaria, la pérdida de seres queridos, diferentes problemas de salud, tiende a descuidarse de su cuidado e imagen personal.

Abordar esta temática, es muy importante porque permite incluir a los adultos mayores en el desarrollo de la sociedad y evitar que ellos se encuentren inactivos. Para poder interactuar y comprender a estos usuarios es fundamental crear un ambiente de confianza, seguridad y buena comunicación. Si se alcanzan estos propósitos se conseguirá establecer una relación adecuada con los beneficiarios mayores de 60 años. La higiene y los cuidados personales son importantes en el proceso de desarrollo vital del adulto mayor (GRUPOLASMIMOSAS, 2019). Esto permite que las personas posean una etapa saludable y se disminuya la aparición

de ciertos problemas de salud como enfermedades de la piel, infecciones, problemas en la piel e incluso un decaimiento general. De igual manera, los cambios fisiológicos que cursan los usuarios en el período de envejecimiento traen problemas que modifican sus necesidades personales, entre ellas se encuentran la aparición de arrugas, canas, cambios en su aspecto físico. (Bolet y Socarrás, 2009). Es decir, los hábitos saludables, externos, motivacionales y nutricionales son otras temáticas importantes que se deben determinar en la vejez a través de pautas de enseñanza sobre el impulso de sus características físicas, hábitos nutricionales y actividades físicas adecuadas.

El programa de asesoría de imagen personal dirigido a los beneficiarios de los diferentes Centros de Experiencia del adulto mayor, contribuye a que los usuarios conozcan cómo potenciar su imagen personal de un individuo y de su entorno, tomando en cuenta aspectos como comportamientos, conductas, actividades cotidianas, el entorno que los rodea, en las que se desarrollarán temáticas como la antropometría, la armonía del color, usos de productos cosméticos en la piel y de igual forma hábitos generales para mejorar la salud del adulto mayor. Por lo tanto, se procederá a enseñar varias técnicas de asesoría personal. El profesional u asesor de imagen encargado de impartir el programa tiene como objetivo común potenciar, armonizar y equilibrar la imagen externa del adulto mayor mediante el empleo y aplicación de técnicas de estilismo, estética, comunicación a partir de la integración de varios contenidos previamente analizados.

OBJETIVO GENERAL:

- Incrementar el nivel de conocimiento del adulto mayor respecto a la imagen personal.

El Programa contempla la utilización de técnicas cognitivas, dinámicas grupales, participativas, charlas, etc. Con la utilización de métodos lúdicos educativos basados en el intercambio, la asimilación de conocimientos, recursos y técnicas para identificar la importancia de impulsar la imagen personal en el adulto mayor.

Alcance:

- Promocional: el programa fomenta el aprendizaje sobre la imagen personal para mejorar la calidad de vida de los participantes, entre ellas se destacan la práctica del cuidado de la higiene diario, aspectos que mejoren la apariencia y destaquen los atributos de los adultos mayores, empleo adecuado de las diferentes técnicas de vestuario y maquillaje, incentivar el ejercicio físico y una nutrición adecuada.
- Explicativo: a partir de los conocimientos y recursos que se ofrecen en el programa, las habilidades y destrezas comprendidas en el desarrollo del mismo, estimula a los sujetos que se vinculen al programa y pongan en práctica las diferentes técnicas sobre la imagen personal.

Participantes:

- El Programa está dirigido fundamentalmente a personas adultas mayores que posean aptitudes de aprendizaje resaltando como elemento esencial la disposición que tengan los sujetos a formar parte del mismo.
- Teniendo en cuenta las técnicas que se emplean se recomienda que los usuarios posean el conocimiento previo del uso del computador basado en plataformas como Gmail, Zoom y Word.

Ejecutores:

- Profesionales de la Cosmiatría vinculados al conocimiento y la práctica de la Imagen Integral. Uno de ellos desempeñará el rol de promotor y el otro de facilitador.

Recursos:

- **Recursos profesionales:** Para la ejecución del mismo se requiere de la presencia de uno o más profesionales con experiencia en el trabajo con grupos, así como con un adecuado nivel de conocimientos sobre la temática de la asesoría de imagen personal.
- **Recursos materiales:** Se necesita de un local con adecuadas condiciones de privacidad, iluminación y ventilación, materiales de papel y lápiz, técnicas de color, prendas de vestir, maquillajes, medios audiovisuales (fundamentalmente cámara, audífonos y micrófono) y otros.

Criterios de efectividad:

- Se incrementa el nivel de conocimientos que tienen los sujetos sobre la imagen personal.
- Se estimula el nivel de autoconocimiento de los miembros del grupo sobre el análisis de la morfología facial y corporal, las diferentes técnicas de vestimenta, color, maquillaje; hábitos de nutrición y cuidado personal.
- Se logra que los miembros del grupo se apropien de técnicas y recursos para mejorar su estilo de vida e imagen personal.
- Se desarrollan habilidades en el dominio de las técnicas y recursos de la imagen personal.
- Se logra la generalización de la experiencia en el manejo de las diferentes técnicas en el estudio de la imagen personal.

Metodología:

El Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor se basa fundamentalmente en el trabajo en grupo teniendo en cuenta las ventajas que el mismo ofrece. En este sentido se recomienda que el número de participantes oscile entre 10 y 15 personas, dada cierta complejidad que conlleva el aprendizaje para estos usuarios, no es conveniente un número mayor de participantes. Al conformar el grupo es conveniente lograr la mayor homogeneidad posible en cuanto a edad, sexo y condiciones físicas.

Se debe partir de un diagnóstico general, inicial de los sujetos con el objetivo de identificar el conocimiento sobre la imagen personal que posee el adulto mayor. Cabe recalcar, que este diagnóstico debe ser dinámico para captar la atención de los usuarios, esto ayudará a motivar el aprendizaje de esta temática. Para tales efectos se sugiere el uso de las siguientes técnicas lúdicas y participativas:

- Dramatización
- Adivinanza
- Ronda de preguntas
- Juegos como: adivinar la palabra, completar la frase.

Para cumplimentar los objetivos del mismo, el Programa consta de 3 etapas distribuidas en 10 sesiones de intervención, que se realizarán con una frecuencia semanal de 90 minutos de duración.

Diseño por etapas:

Etapas I: Conformación del Grupo	
<u>Objetivos:</u>	<u>Criterios de Efectividad:</u>
<ul style="list-style-type: none"> ● Conformar el grupo con un número adecuado de participantes. ● Estimular la cohesión grupal. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Se logra un conocimiento entre los miembros del grupo. ● Se fomenta un clima favorable.

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Aumentar el nivel de motivación por el Programa. • Realizar preguntas y actividades lúdicas para diagnosticar a los adultos mayores, sobre la imagen personal. | <ul style="list-style-type: none"> • Se estimula la motivación de los miembros del grupo por el programa. • Se establecen las normas y expectativas del grupo. • Diagnosticar a los adultos mayores sobre el conocimiento general de la imagen personal a través de actividades motivadoras. |
|---|---|

Etapa II: Cognoscitiva y desarrollo de habilidades

Objetivos:

- Incrementar el nivel del conocimiento que tienen los adultos mayores sobre la imagen personal.
- Estimular en los participantes el aprendizaje sobre las diferentes técnicas y tendencias que se utilizan en beneficio de la imagen personal.
- Proporcionar técnicas lúdicas, de aprendizaje y estimular el desarrollo de habilidades en el empleo, práctica de los conocimientos adquiridos de la imagen personal.
- Aseverar el dominio de los nuevos conocimientos adquiridos a través de dinámicas pedagógicas.

Criterios de efectividad:

- Se estimula el nivel de autoconocimiento de los miembros del grupo sobre la imagen personal y sus diferentes técnicas y tendencias que se utilizan en una asesoría.
- Se logra que los miembros del grupo se apropien de técnicas y recursos propicios para adecuar su imagen personal.
- Se desarrollan habilidades en el dominio de las técnicas y recursos aptos para la imagen personal.
- Se constata el dominio de las habilidades y destrezas adquiridas por el adulto mayor, para mejorar su imagen personal.

Etapa III: Balance y Cierre del Grupo

Objetivos:

- Realizar un balance del cumplimiento de los objetivos y expectativas del Programa.
- Estimular la consolidación del grupo.

Criterios de efectividad:

- Los miembros del grupo realizan un balance satisfactorio de la efectividad del Programa.
- Se consolida el trabajo en equipo y el apoyo entre los miembros del grupo.

Diseño por sesiones:

Etapa I: Conformación del grupo.

Módulo I. Conocimiento de la imagen personal.

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
	<ul style="list-style-type: none"> • Promover el conocimiento entre los 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación individual. • Desarrollo de experiencias personales. • Adivinanzas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esferos gráficos • Lápiz • Papel

1	miembros del grupo.	<ul style="list-style-type: none"> Realizar actividades dinámicas de diagnóstico sobre la imagen personal. Proyección de videos interactivos. 	<ul style="list-style-type: none"> Tijeras Goma en barra.
Tiempo: 90 min	<ul style="list-style-type: none"> Estimular la motivación hacia Programa. 		

Etapa II: cognoscitiva y desarrollo de habilidades

Módulo II. Antropometría.

Temática I. Morfología facial

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
2	<ul style="list-style-type: none"> Comprender el significado de la morfología facial. Identificar los diferentes tipos de rostros de acuerdo a su forma. 	<ul style="list-style-type: none"> Proyección de material previamente preparado sobre la temática. Clase dinámica, explicativa y participativa, sobre el estudio del rostro en plano horizontal y vertical. Identificación de elementos que conforman el rostro. Actividad lúdica: los participantes deben emparejar los tipos de rostros, con las fotografías de diferentes actores y famosos que se proyectará en la pantalla, esta actividad permitirá consolidar la información redactada por el profesional a cargo. 	<ul style="list-style-type: none"> Presentación POWER POINT. Proyección de videos interactivos. Ejemplos de los diferentes rostros con fotografías referenciales. Material didáctico: Plantilla con las diferentes formas de rostro y su denominación. Espejo facial. Regla de 30 cm. Bolígrafos y lápices de colores.
2			
Tiempo: 90 min			

Módulo II. Antropometría.

Temática II. Morfología corporal

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
3	<ul style="list-style-type: none"> Conocer la definición de morfología corporal. Identificar los diferentes tipos de 	<ul style="list-style-type: none"> Proyección de material previamente preparado sobre la temática. Presentación de varios ejemplos de tipos de silueta. 	<ul style="list-style-type: none"> Presentación POWER POINT. Proyección de videos interactivos.

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
Tiempo : 90 min	<p>cuerpo de acuerdo a su silueta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Considerar las recomendaciones impartidas sobre la imagen personal para aplicarlas de manera favorable y positiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Toma de medidas antropométricas de forma individual en compañía del profesional asignado. • Actividad lúdica: los participantes deben identificar las fotografías de diferentes actores y famosos que se proyectarán en la pantalla, con lo cual deben nombrar los tipos de siluetas que observen, esta actividad permitirá consolidar la información redactada por el profesional a cargo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Material didáctico: • Plantilla con las diferentes tipos de cuerpo y su denominación. • Cinta métrica. • Bolígrafos y lápices de colores.

Módulo III. Lenguaje de las prendas.

Temática I. Vestuario adecuado para el adulto mayor.

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
4 Tiempo: 90 min	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la importancia de usar prendas adecuadas las cuales permitirán potencializar la silueta de cada usuario. • Identificar el tipo y textura de vestimenta apropiada para el uso personal de acuerdo a la ocasión y el lugar. • Desarrollar actividades que beneficien la motricidad del adulto mayor. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de material previamente preparado sobre la temática. • Muestrario de imágenes sobre prendas de uso adecuado e inadecuado para el adulto mayor. • Presentación de video sobre la imagen personal. • Ronda de preguntas sobre lo explicado, participación verbal por medio de los adultos mayores, preguntas, opiniones, entre otras. • Actividad lúdica: se entregará a los participantes "cucas o muñecas de papel" referenciales del adulto mayor, para que elaboren una propuesta de vestimenta adecuada para una ocasión específica de acuerdo a la consideración del profesional encargado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación POWER POINT. • Proyección de videos interactivos. • Fotografías referenciales de tipos de prendas. • Book de texturas <p>Material didáctico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tijeras. • Goma en barra. • Cinta adhesiva. • Marcadores, lápices de colores, esferos.

Módulo IV. Armonía de color.

Temática I. El uso del color.

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
5	<ul style="list-style-type: none"> • Diferenciar las dimensiones del color (tonalidad, saturación y brillantez) 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de material previamente preparado sobre la temática. • Se proyectará una tabla ordenada con los colores y su significado de 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación POWER POINT. • Proyección de videos interactivos.

	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la importancia de la armonía del color. • Determinar los colores que favorecen a cada persona. 	<p>acuerdo al lenguaje que estos proyectan en su uso correspondiente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación verbal por medio de los adultos mayores, preguntas, opiniones, entre otras. • Actividad lúdica: para finalizar, se realizará un crucigrama con 10 preguntas de complejidad baja, para que los participantes respondan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilización de tabla de contenidos sobre el lenguaje del color con su nombre y significado correspondiente, esta se entregará impresa en una hoja de papel A4. <p>Material didáctico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lámina del círculo cromático. • Esferos gráficos, lápices de color.
--	---	--	---

Módulo V. Hábitos saludables en la imagen personal.

Temática I. La importancia de la nutrición para la imagen personal

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
6 Tiempo: 90 min	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar pautas de alimentación y nutrición, • Analizar la influencia de la nutrición en la imagen corporal y en la piel. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de material previamente preparado sobre la temática. • Participación verbal por medio de los adultos mayores, preguntas, opiniones, entre otras. • Actividad dinámica: se dividirá en parejas o grupos de tres a los participantes, deberán armar un rompecabezas de 10 piezas que tienen la fotografía de la pirámide alimenticia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esferos gráficos • Lápiz • Papel • Tijeras • Goma en barra. • Presentación POWER POINT. • Proyección de videos interactivos.

Módulo V. Hábitos saludables en la imagen personal.

Temática II. Cuidado de la piel

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
7	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los diferentes riesgos y enfermedades que se pueden presentar en la piel del adulto mayor. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación individual. • Lluvia de ideas. • Desarrollo de experiencias personales. • Adivinanzas • Proyección de videos interactivos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esferos gráficos • Lápiz • Papel • Tijeras • Goma en barra.

<p>Tiempo: 90 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer cuidados necesarios para el cuidado de la piel. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de material previamente preparado sobre la temática. • Actividad lúdica: conformación de pares con imágenes sobre la piel y los problemas que pueden presentar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación POWER POINT. • Proyección de videos interactivos • Cartas con imágenes sobre la piel.
-----------------------	---	---	--

Módulo V. Hábitos saludables en la imagen personal.

Unidad III. Cuidado personal del cabello, uñas de las manos y los pies

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
<p>8</p> <p>Tiempo: 90 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer la importancia del cuidado del cabello. • Analizar los aspectos importantes para tomar en cuenta para realizarse un cambio de aspecto y corte de cabello. • Recomendar diferentes tratamientos para el cuidado de las manos, los pies y las uñas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de material previamente preparado sobre la temática. • Participación verbal por medio de los adultos mayores, preguntas, opiniones, entre otras. • Actividad dinámica: Realizar su propio estilo de cabello plasmado en un dibujo • Adivinanzas • Proyección de videos interactivos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esferos gráficos • Lápiz • Papel • Tijeras • Goma en barra. • Lanas • Hilos

Módulo VI. Maquillaje.

Temática I. Técnicas básicas de maquillaje para el uso diario

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
<p>9</p> <p>Tiempo: 90 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las leyes básicas del visagismo. • Consolidar la identificación del tipo de rostro y piel. • Analizar los cuidados que se deben llevar para uso adecuado de productos cosméticos. • Conocer los productos de uso diario para maquillaje. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación individual. • Lluvia de ideas. • Técnica “reconoce las imágenes y juntar pares” • Face-Chart (practica tu maquillaje sobre papel) • Desarrollo de experiencias personales. • Proyección de videos interactivos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esferos gráficos • Lápiz • Papel • Tijeras • Goma en barra. • Plantilla de siluetas de rostros

Etapa V: Balance y cierre del programa
Módulo VII. Cierre del programa

Sesión	Objetivos	Técnicas	Recursos
10 Tiempo: 90 min	<ul style="list-style-type: none"> • Demostrar el efecto que tiene el conocimiento de la imagen personal en el adulto mayor. • Evaluar el nivel de satisfacción de los participantes con los resultados del Programa. • Reforzar el apoyo social entre los miembros del grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cine-Debate del filme: Tercera edad dicen que somos. Cortometraje Documental https://www.youtube.com/watch?v=q9AHVBa7KdQ • Técnica del Amigo Secreto. • Fiesta de graduación. • Entrega de certificados del curso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Video • Papel • Lápiz • Certificado del Curso

4.3 Validación del programa a través de juicio de expertos:

Con el propósito de culminar el cuarto objetivo específico propuesto en el trabajo de investigación, se procedió a realizar la validación abalada por cinco profesionales expertos en el área de Imagen Integral, como se puede observar en el Anexo N 5. Para desarrollar este acápite fue necesario realizar un formato que respalde la pertinencia del programa elaborado con respecto al área, las actividades adecuadas para la etapa de los adultos mayores.

Los expertos que conformaron el grupo de evaluadores de la propuesta del programa de asesoría de imagen personal, estuvo detallada de la siguiente manera: Claudia Merino, experta internacional proveniente de la ciudad de México, Directora General de CM Estrategia en Imagen y Comunicación; Dalinda Cepeda, docente de la carrera de Cosmiatría de la Universidad Iberoamericana; Dayana Chávez, Licenciada en Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen Integral; Estefanía López, Licenciada en Cosmiatría; Tannia Idrovo, Asesora de Imagen en el Canal Nacional “Teleamazonas”.

A continuación, se observan los resultados obtenidos en los formularios evaluativos:

Tabla 15. Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa

Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa			
	Frecuencia		Porcentaje obtenido
	Si	No	
Claridad en la redacción	5		100%
Correspondencia metodológica	5		100%
Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen	5		100%
Actividades adecuadas para la población	5		100%
Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar	5		100%

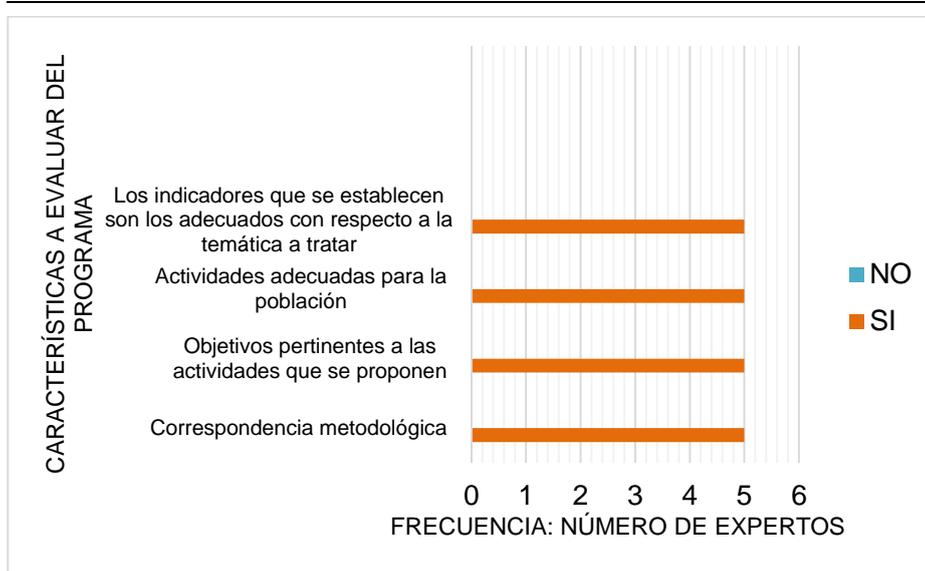


Figura 14. Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa
 Como se desarrolla en la tabla 17, se tomaron en cuenta varios aspectos evaluativos en la propuesta del programa, como son: la claridad de la redacción es decir una escritura comprensible para el lector; la correspondencia metodológica, donde se desarrolla las técnicas y proceso necesarios para aplicar el programa; los

objetivos pertinentes a las actividades que se proponen; de igual forma que las actividades sean adecuadas para los adultos mayores y como último ente a evaluar, la correspondencia a la temática sobre la imagen personal.

Para comprender los resultados obtenidos se observa la figura N° 14, en la que se identifica que todos los expertos que dieron su juicio de valor sobre la propuesta del programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor, dieron su máxima evaluación, certificando que es adecuado para validar su pertinencia, debido a que se cumple las diferentes características que debe tener un programa.

Otra evaluación necesaria, fue conocer si es aplicable o no la propuesta del programa. A continuación, se desarrolla la siguiente tabla:

Tabla N° 16. Valoración del programa de acuerdo a su aplicación. Fuente: Suasnavas, 2021.

Valoración del programa de acuerdo a su aplicación			
Número de expertos	Criterio evaluativo		
	Aplicable	Modificable	No aplicable
Juicio de experto 1 Claudia Merino	X		
Juicio de experto 2 Dalinda Cepeda	X		
Juicio de experto 3 Dayana Chávez	X		
Juicio de experto 4 Estefanía López	X		
Juicio de experto 5 Tannia Idrovo	X		

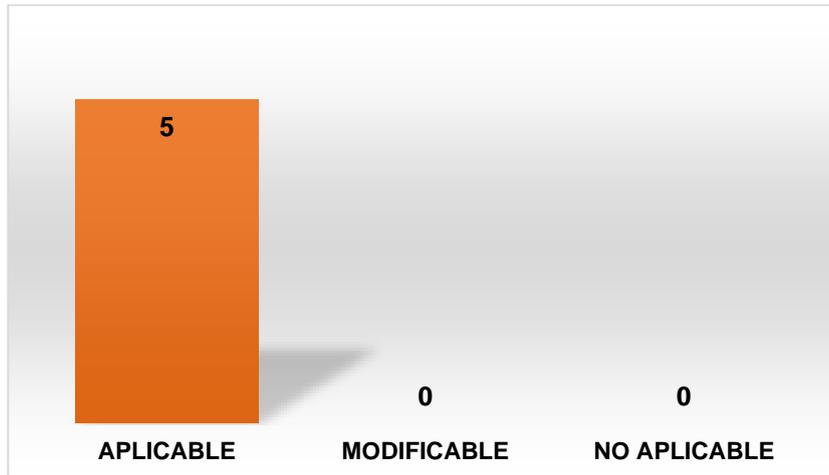


Figura N° 15. Características a evaluar en las actividades propuestas en el programa. Fuente: Suasnavas, 2021.

En el desarrollo del juicio de expertos, los cinco profesionales que conformaron este proceso evaluaron de igual forma la pertinencia y aplicabilidad de Programa de Asesoría de Imagen Personal Para El Adulto Mayor. Como resultados alcanzados se obtiene la aprobación de los cinco especialistas para la aplicación de la propuesta realizada en el proyecto investigativo.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En el presente capítulo se presentan las conclusiones y recomendaciones obtenidas a lo largo del proceso investigativo basado en la importancia de la imagen personal en los adultos mayores, la aplicación de un instrumento dirigido a los usuarios de los diferentes CEAM lo cual fue de total importancia para consolidar la información necesaria para la elaboración de la propuesta sobre el programa de asesoría de imagen planteado.

5.1 Conclusiones:

- A partir del estudio realizado en el diagnóstico aplicado al adulto mayor, de acuerdo con la necesidad del programa de asesoría y el conocimiento sobre la imagen personal, se concluye que el nivel de conocimiento de los adultos mayores sobre el tema es medio. Debido a que, el promedio es de 6.87 de un total de 10 puntos en función a las deducciones del instrumento. Por lo tanto, estos usuarios poseen interés por comprender e instruirse sobre la imagen personal, y es necesario la elaboración de un programa que les permita incrementar sus destrezas y habilidades en el área de imagen personal.
- Después del análisis respectivo, se determinó que los contenidos fundamentales para el programa sobre la imagen personal del adulto mayor son: antropometría facial, armonía del color, maquillaje. Sin embargo, se debe brindar mayor énfasis en las temáticas que hablan sobre la antropometría y morfología corporal, hábitos saludables, técnicas de

visagismo, debido a que estas preguntas en las estadísticas obtuvieron resultados bajos.

- Se diseñó un programa de asesoría de imagen personal pertinente para el adulto mayor. Este consta de 3 etapas distribuidas en 10 sesiones, que se realizarán con una frecuencia semanal de 90 minutos de duración. El programa permite tratar varias temáticas sobre la imagen, como son: morfología facial, corporal, la vestimenta adecuada para cada ocasión, la armonía de color, los cuidados para su aspecto físico, maquillaje.
- De igual forma, teniendo en cuenta las características de este grupo etario, se desarrolló la propuesta de programa de asesoría de imagen, la cual está conformada de actividades lúdicas y participativas, juegos entre los participantes, ejercicios manuales, dinamos físicos. Estas se encuentran planteadas en el programa con el objetivo de captar el interés de los usuarios.
 - Gracias a las observaciones y recomendaciones de expertos en el área Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen integral, gracias a sus observaciones y recomendaciones se pudo constatar que el programa es aplicable para los adultos mayores y permite en el desarrollo de destrezas y habilidades en la temática de la imagen personal en el grupo etario al que pertenecen.

5.2 Recomendaciones:

- Aplicar el programa propuesto en los diferentes CEAM, con la participación de los adultos mayores.

- Motivar al adulto mayor de género masculino a la participación de estos programas, debido a que en el presente trabajo de titulación únicamente se tuvo la colaboración de mujeres adultas mayores.
- Para formar parte de la propuesta del programa es necesario que el adulto mayor tenga desarrollado destrezas y competencias tecnológicas, para que estos usuarios posean menor dificultad al utilizar aparatos electrónicos y programas de la internet
- Ampliar el estudio incluyendo temas psicológicos asociados a la imagen personal en el adulto mayor.

5.3 Glosario de términos

Adulto mayor: Este concepto se refiere aquellas personas que cursan la etapa de envejecimiento, la cual puede empezar entre los 55 y 60 años. De acuerdo a varios autores se consolida el proceso de estos usuarios que “se hallan en una etapa de cambios a nivel físico y psicológico, y dentro de la comunidad se les debe dar condiciones y garantías para la efectividad de los derechos económicos y sociales” (Abaunza y otros, 2014, p.62). En definitiva, el adulto mayor conforma la sociedad y debe ser tomado en cuenta para incluirlo en las diferentes actividades y procesos de la comunidad que los rodea.

Asesoría de imagen: Este proceso conforma un conjunto de técnicas profesionales para mejorar el aspecto de una o un grupo de personas. El experto que realiza este procedimiento modifica la vestimenta, peinados, maquillaje; “su labor es elegir el estilo más compatible teniendo en cuenta factores como la personalidad, el presupuesto o el estilo de vida” (SEFHOR, 2019, párrafo. 2). El conjunto de

actividades que realiza el profesional debe ser adecuado para el público que se dirige, sin olvidar características generales como el sexo, la edad y la cultura.

Cabello: El cabello es un elemento que conforma el cuerpo humano y de igual forma un componente de la imagen personal del ser humano. Existen diferentes tipos, colores y formas de cabello que delimitaran la silueta del rostro (Zelaya, 2015). Por lo tanto, el uso adecuado de productos en el cuero cabelludo, permiten brindar vitalidad a los folículos pilosos.

Ejercicio físico: Es el conjunto de actividades que permiten desarrollar habilidades motrices en todas las etapas de la vida. Este “es un concepto que abarca cualquier movimiento corporal realizado por músculos esqueléticos que provocan un gasto de energía” (Vidarte et al., 2011, p.205). Sin embargo, es importante delimitar las etapas de la vida de cada persona, para que el ejercicio sea adecuado y productivo para el usuario.

Imagen personal: Se refiere a la carta de presentación de cada persona, este término se refiere al conjunto de varios aspectos externos e internos de un ser humano, como son la apariencia física, el estilo de vida, la forma de expresarse. La imagen es un elemento que permite al ser humano relacionarse con su medio (Domínguez, 2019). Por consiguiente, cada individuo durante toda su vida va modificando su presencia personal.

Maquillaje: Las diferentes técnicas de maquillaje se utilizan en el rostro y diferentes partes del cuerpo con la finalidad de mejorar el aspecto exterior y predominar las diferentes cualidades físicas de una persona. El maquillaje permite decorar la textura de la piel, el rostro, el cuerpo con el fin de para resaltar sus rasgos (Merys,

2010). El uso adecuado de los diferentes productos cosméticos permite que la piel se mantenga natural y no sobreexpuesta a compuestos químicos dañinos.

Moda: La moda es el conjunto de tendencias, prendas de vestir, accesorios, adornos y todos aquellos implementos que se repiten en varios periodos de tiempo. “La moda es un fenómeno complejo que liga las culturas locales con la creación de una cultura global” (Cabello, 2016, párrafo. 4). Como se explica, la moda varía entre diferentes costumbres y culturas, y se debe tomar en cuenta que se delimita de acuerdo a las etapas de vida, edades, sexo y preferencias.

Vestimenta: El ser humano a través del tiempo ha utilizado prendas de vestir por diferentes razones, como son para protegerse de cambios ambientales, diferenciar clases sociales, culturas, moda, entre otras. La vestimenta “es el conjunto de prendas generalmente textiles, fabricadas con diversos materiales y usadas para vestirse, protegerse del clima adverso y en ocasiones por pudor (ropa interior), y para evitar daños en la piel por condiciones externas” (Espinosa, 2013, p.10). Con relación a lo redactado, es indispensable el uso de prendas de vestir, sin embargo, el modelo, la textura y el estilo de cada prenda se debe escoger tomando en cuenta las cualidades antropométricas, edad, sexo de la persona y diversas cualidades personales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Fuentes electrónicas

- Alguacil, R. (2010). *Imagen Personal*. España. Editorial vértice. 366 pp. Recuperado el 20 de noviembre de 2020, de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=oioumR1UDdQC&oi=fnd&pg=PP2&dq=imagen+personal+pdf&ots=2ealjGWbTr&sig=VoSvAx3keu1Xw5K2awd3islb73g#v=onepage&q&f=false>
- Aleaga, A. (2018). *Análisis de la situación del adulto mayor en Quito Caso: Hogar de Ancianos Santa Catalina Labouré, período 2017*. Trabajo de Titulación. Universidad Andina Simón Bolívar. Pp 113. Recuperado el 18 de mayo de 2021, de <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6465/1/T2772-MGDE-Aleaga-Analisis.pdf>
- Aranda, J.; Flores, O.; Gonzales, L. y Revilla, L. (2018). *Asesoría de Imagen y Personal Shopper para Mujeres*. Trabajo de Titulación. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Pp: 135. Recuperado el 18 de noviembre de 2020, de https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/624765/Revilla%20_FL.pdf?s_equence=1&isAllowed=y
- Arias, F (2012). *El Proyecto de Investigación Introducción a la metodología científica*. Caracas. Venezuela. Sexta Edición. Editorial Episteme. Recuperado el 20 de diciembre de 2020, de <https://metodologiaecs.files.wordpress.com/2014/07/el-proyecto-de-investigacion-fidias-arias-6ta-ed-2012.pdf>
- APESSEG, (2019). *Consejos sobre prevención en nuestro blog*. Recuperado el 10 de julio de 2021, de <https://www.apeseg.org.pe/2019/11/tips-para-el-uso-adecuado-del-protector-solar/>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Recuperado el 19 de junio de 2021, de <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%c3%b3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>
- Bolet, M. y Socarrás, M. (2009). *La alimentación y nutrición de las personas mayores de 60 años*. Cuba. Hospital Universitario General Calixto García Iñiguez. Recuperado el 23 de julio de 2021, de <http://scielo.sld.cu/pdf/rhcm/v8n1/rhcm20109.pdf>
- Bustamante, Lapo, Torres y Camino, (2017). *Factores Socioeconómicos de la Calidad de Vida de los Adultos Mayores en la Provincia de Guayas, Ecuador*. Ecuador. Recuperado el 23 de julio de 2021, de <https://www.scielo.cl/pdf/infotec/v28n5/art17.pdf>

- Calderón, D. (2018). *Epidemiología de la depresión en el adulto mayor*. Rev Med Hered. Recuperado el 27 de octubre de 2020, de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v29n3/a09v29n3.pdf>
- Casado, D. (2016). *Morfología del cuerpo humano*. Recuperado el 14 de mayo de 2021, de <https://silo.tips/download/1morfologia-del-cuerpo-humano-contenidos>
- Cabello, M. (2016). *El Desarrollo Histórico del Sistema de la Moda*. Universitat Autònoma de Barcelona, Bellaterra, España. Recuperado el 4 de junio de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/537/53744426012.pdf>
- Constitución de La Republica del Ecuador, (2008). *Elementos Constitutivos del Estado*. Recuperado el 5 de julio de 2021, de https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Dávila, E. (2017). “*La imagen personal de los estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria de la Universidad Nacional del Altiplano en comparación a los estudiantes del instituto superior Pedagógico público que realizaron sus prácticas preprofesionales en las instituciones educativas secundarias de la ciudad de Puno hasta el año académico 2016*”. Recuperado el 2 de enero de 2021, de http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/5072/Davila_Calizaya_Brayan_Edson.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Díaz, J., Espinoza, O. & Pino, A. (2015). *Características Antropométricas y Fisiológicas de Adultos Mayores de la Comuna de Arica-Chile*. Recuperado el 15 de marzo de 2021, de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v33n2/art27.pdf>
- Divins, M. (2014) *Cuidado del cabello*. Elsevier. Recuperado el 10 de julio de 2021, de <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-pdf-0213932414396326>
- Dominguez, R. (2019). *Imagen personal*. EcuRed. Recuperado el 8 de agosto de 2021, de https://www.ecured.cu/index.php?title=Imagen_personal&oldid=3435271
- Espinosa, S. (2013). *La vestimenta. Conceptos textiles*. Ecuador. Recuperado el 23 de julio de 2021, de [http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/5798/T-PUCE-5954%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=La%20ropa%20\(tambi%C3%A9n%20llamada%20vestimenta,condiciones%20externas%20\(entorno%20laboral\)](http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/5798/T-PUCE-5954%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=La%20ropa%20(tambi%C3%A9n%20llamada%20vestimenta,condiciones%20externas%20(entorno%20laboral))
- Estética Link, (2013). *Recomendaciones para el uso adecuado de cosméticos*. Recuperado el 20 de julio de 2021, de <https://www.esteticalink.com/quimica-cosmetica/recomendaciones-para-el-uso-adecuado-de-cosmeticos>
- Facultad de Medicina de la UNAM. (2014). *Dermatología geriátrica, Principales alteraciones fisiopatológicas y dermatosis más comunes en el viejo*.

Recuperado el 10 de mayo de 2021, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2014/un146i.pdf>

Fager, N y Bermudez, K. (2019). *Estudio de caracterización de medidas corporales*. Artículo de investigación. Recuperado el 4 de octubre de 2020, de <http://revistas.sena.edu.co/index.php/innlab/article/view/2109>

Gereatricarea. (2016). *Cuidar la imagen personal favorece la autoestima y calidad de vida del mayor*. Recuperado el 2 de diciembre de 2020, de <https://www.geriatricarea.com/2016/08/04/cuidar-la-imagen-personal-favorece-la-autoestima-y-calidad-de-vida-del-mayor/#:~:text=En%20este%20sentido%2C%20no%20dejar,los%20especialistas%20de%20Sanitas%20Mayores.>

GRUPOLASMIMOSAS, (2019). *Los cuidados básicos en la vejez*. Recuperado el 23 de julio de 2021, de <https://grupolasmimosas.com/mimoonline/cuidados-basicos-del-anciano/>

Hallawell, P. (2017). *Visagismo integrado: identidad, estilo e beleza*. Editora Senac. São Paulo, Brazil. 284pp. Recuperado el 9 de diciembre de 2020, de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=hsk-DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=visagismo&ots=8r60eCVy9K&sig=baz9K0zP2etlgtmwkKgeAqK20dQ#v=onepage&q=visagismo&f=false>.

Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Sexta Edición. McGraw Hill Education. Recuperado el 24 de noviembre de 2020, de https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Hurtado de Barrera, J. (2000). *Metodología de la Investigación Holística*. Caracas. Venezuela. Tercera Edición. Editorial Fundación Sypal. Recuperado el 20 de diciembre de 2020, de <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/jacqueline-hurtado-de-barrera-metodologia-de-investigacion-holistica.pdf>

Iglesias, J. (2015). *¿Cómo influye la moda en el comportamiento de los adolescentes?* Universidad de Santiago de Compostela. Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 24 de noviembre de 2020, de <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol3num1-2015/57-66%20Como%20influye%20la%20moda%20en%20el%20comportamiento.pdf>

Instituto de investigaciones científicas y tecnológicas de la Universidad Iberoamericana (2018). *Dominios y líneas de investigación 2015 - 2018, 2018 - 2021*. Recuperado el 24 de octubre de 2020, de <https://bfeb42e9-a2ec-4ccf-946e-en:>

a82dcfd80548.filesusr.com/ugd/560ecf_9e2350221f6c449781b082c0affbdd8d.pdf

Jijena, R. (2012). *Imagen personal: cómo mejorarla, sostenerla o revertirla*. Tomo 1. Buenos Aires, Argentina. Editorial Nobuko. 318pp. Recuperado el 24 de noviembre de 2020, de <https://elibro.net/es/ereader/unibe/77884?page=152>

Ley orgánica de las personas adultas mayores, (2019). *Ley s/n (Suplemento del Registro Oficial 484, 9-V-2019)*. Presidencia De La República del Ecuador. Recuperado el 13 de noviembre de 2020, de https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2019-06/Documento_%20LEY%20ORGANICA%20DE%20LAS%20PERSONAS%20ADULTAS%20MAYORES.pdf

Loredo M., Gallegos R., Xequé A., Palomé G. y Juárez A. (2016). *Nivel de dependencia, autocuidado y calidad de vida del adulto mayor* Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, México. 318pp. Recuperado el 24 de noviembre de 2020, de <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v13n3/1665-7063-eu-13-03-00159.pdf>.

Losada, T. (2017). *Nueve deportes adecuados para los mayores*. Muy saludable Recuperado el 24 de noviembre de 2020, de <https://muysaludable.sanitas.es/salud/nueve-deportes-adecuados-los-mayores/>

Mendoza, M., Tijerino, M. y Espinoza, M. (2018). *Metodologías lúdicas empleadas en el proceso enseñanza- Aprendizaje a los niños atendidos en el Ministerio Luz y Sal, ciudad Darío, Matagalpa, II semestre 2017*. Nicaragua. Recuperado el 23 de julio de 2021, de <https://1library.co/document/y959l0wz-metodologias-ludicas-empleadas-ensenanza-aprendizaje-atendidos-ministerio-matagalpa.html#fulltext-content>

Merys, R. (2010). *Conceptos del maquillaje*. The makeup world. Recuperado el 13 de diciembre de 2020, de <http://temakeupworld.blogspot.com/2010/05/concepto-de-maquillaje.html>
Fecha de consulta 13 de diciembre de 2020.

Montse, M. y Olivé, E. (2013). *¿Qué me pongo?* Barcelona. España. Grupo Planeta, Libros cúpula. 180pp. Recuperado el 9 de diciembre de 2020, de https://books.google.com.ec/books?id=iqiCdzyysiAC&pg=PT7&dq=imagen+personal&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiL0_yo9sDtAhUNjVkkHSnsCSc4ChDoATACegQIBRAC#v=onepage&q=imagen%20personal&f=false

Niño E. (2018). *VISAUREA: Herramienta de implementación práctica en la teoría cosmética*. (Trabajo de pregrado). Fundación Universitaria Jorge Tadeo Lozano, Bogotá. Recuperado el 7 de diciembre de 2020, de <http://expeditiorepositorio.utadeo.edu.co/bitstream/handle/20.500.12010/6844/2018DINI%c3%b1oEdnaVisaura.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Envejecimiento y salud*. Recuperado el 15 de mayo de 2021, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *RESUMEN. Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Recuperado el 15 de mayo de 2021, de http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Panamericana de la Salud. (2020). *Las personas mayores de 60 años han sido las más afectadas por la COVID-19 en las Américas*. Recuperado el 15 de mayo de 2021, de <https://www.paho.org/es/noticias/30-9-2020-personas-mayores-60-anos-han-sido-mas-afectadas-por-covid-19-americas>
- Olivares, S. y Ortiz C. (2019). *La ratonera*. (Tesis de Pregrado). Universidad Andrés Bello, Colombia. Recuperado el 1 de diciembre de 2020, de http://repositorio.unab.cl/xmlui/bitstream/handle/ria/18520/a131884_Olivares_S_La_ratonera_2019_tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Patronato Municipal San José. (2019). *Sistema Integral de Atención al Adulto Mayor*. Recuperado el 14 de octubre de 2020, de <https://www.patronato.quito.gob.ec/sistema-integral-de-atencion-al-adulto-mayor.html>
- Pavón, G. (2017). *Construcción de la imagen personal en los jóvenes de 18 a 20 años de edad, pertenecientes a primero y segundo semestre de la facultad de comunicación social de la Universidad Central del Ecuador, para la configuración de su perfil social en Facebook*. Trabajo de Titulación. Universidad Central Del Ecuador. Facultad de Comunicación Social. Pp 93. Recuperado el 18 de mayo de 2021, de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/13049/1/T-UCE-0009-042-2017.pdf>
- Pérez, V.; Baute, M. y Maldonado, M. (2017). *La asesoría: una forma de organización para la preparación de los directivos de educación superior en la evaluación profesoral*. *Universidad y Sociedad*. Revista Científica de la Universidad de Cienfuegos. Sexta Edición. Recuperado el 9 de diciembre de 2020, de <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v9n3/rus15317.pdf>
- Pérez, J. y Martínez, A. (2008). *Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización*. Colombia. Recuperado el 20 de enero de 2020, de https://www.researchgate.net/profile/Jazmine_EscobarPerez/publication/302438451_Validez_de_contenido_y_juicio_de_expertos_Una_aproximacion_a_su_utilizacion/links/59a8daecaca27202ed5f593a/Validez-de-contenidoy-juicio-de-expertos-Una-aproximacion-a-su-utilizacion.pdf
- Plaza, A. (2020). *Colorimetría: Teoría de las Cuatro Estaciones*. ANA/PLAZA Personal Stylist en Zaragoza, Recuperado el 13 de diciembre de 2020, de

<https://www.personalshopperzaragoza.com/blog/2020/01/10/colorimetria-teoria-de-las-cuatro-estaciones/>

García, P., Linares R., Ruiz N. y Urios, M. (2007). *La micropigmentación y sus técnicas previas*. España, Madrid: Editorial Paraninfo. S.A., Recuperado el 25 de mayo de 2021, de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8XXFJvfVqsUC&oi=fnd&pg=PR15&dq=visagismo+del+rostro&ots=_TsZTCZRlx&sig=xYqXTafNa8cRIHmZ_2n_-NjzASl#v=onepage&q=visagismo%20del%20rostro&f=false

Patronato Municipal San José, (2020). *60 y Piquito*. Quito, Ecuador. Recuperado el 15 de marzo de 2021, de <https://www.patronato.quito.gob.ec/programas/adulto-mayor/>

Pavón, D. (2017). *Construcción de la imagen personal en los jóvenes de 18 a 20 años de edad, pertenecientes a primero y segundo semestre de la facultad de comunicación social de la Universidad Central del Ecuador, para la configuración de su perfil social en Facebook*. Recuperado el 9 de julio de 2021, de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/13049/1/T-UCE-0009-042-2017.pdf>

Pinto, L. (2016). *Conceptos básicos e importancia de la imagen*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Recuperado el 1 de diciembre de 2020, de https://tecnicasentrevistacun.files.wordpress.com/2016/08/1-_conceptos_importancia_y_elementos_de_la_imagen.pdf

Ramírez, M. (2017). *Por qué es importante elegir el color correcto en nuestras prendas*. Recuperado el 22 de marzo de 2021, de <https://mercatrend.com/importante-elegir-color-correcto-nuestras-prendas/>

Rosero, M. (27 de abril de 2020). *¿A qué edad una persona se convierte en adulto mayor? La OMS lo explica*. EL COMERCIO. Recuperado el 14 de octubre de 2020, de En: <https://www.elcomercio.com/actualidad/adulto-mayor-riesgo-coronavirus-ecuador.html>.

Ruiz, N. (2021). *Descubriendo la morfología del rostro*. DSIGNO Recuperado el 2 de junio de 2021, de <https://www.dsigno.es/blog/estilismo-y-tendencias/descubriendo-la-morfologia-del-rostro>

Ruiza, M., Fernández, T. y Tamaro, E. (2004). Biografía de Alphonse Bertillon. En *Biografías y Vidas*. La enciclopedia biográfica en línea. Barcelona, España. Recuperado el 26 de mayo de 2021, de <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/b/bertillon.htm>

SEFHOR. (2019). *Asesor de imagen: qué es y cómo puede ayudarte*. Recuperado el 26 de mayo de 2021, de <https://sefhor.com/asesor-de-imagen/>

Quintero Osorio, M. (2011). *La salud de los adultos mayores Una visión compartida*. Organización Panamericana de la Salud. Recuperado el 21 de octubre de 2020, de

https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51598/9789275332504_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- United Nation. (2020). *World Population Ageing 2019*. New York. Recuperado el 14 de mayo de 2020, de https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.de.sa.pd/files/files/documents/2020/Jan/un_2019_worldpopulationageing_report.pdf
- Varela, L. (2016). *Salud y calidad de vida en el adulto mayor*. Rev. Perú Med Exp Salud Publica. *SciELO*. Recuperado el 9 de octubre de 2020, de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v33n2/a01v33n2.pdf>.
- Valle, P. (2020). *Análisis de la imagen de la novia contemporánea para alcanzar una adecuada Asesoría de Imagen*. Trabajo de Titulación. Universidad Técnica De Ambato. Escuela de Cosmiatría. Pp 95. Recuperado el 18 de noviembre de 2020, de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31582/1/Valle%20Paulina.pdf>
- Vida Abuelo, (2013). *Ropa adecuada para el adulto mayor. Parte 1*. Recuperado el 10 de mayo de 2021, de <https://vidaabuelo.com/ropa-adecuada-para-el-adulto-mayor-parte-1-2/>
- Vidarte, J., Vélez, C. y Mora, M. (2011). *Actividad física. Estrategia de Promoción de la Salud*. Recuperado el 1 de noviembre de 2020, de <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>
- Yanes, S. (2019). *Elaboración de un programa de higiene postural para mejorar la calidad de vida de los estudiantes que acuden al servicio de fisioterapia de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí*. Trabajo de Titulación. Universidad Católica De Santiago De Guayaquil Sistema de posgrado maestría en Gerencia En Servicios De La Salud. Pp 115. Recuperado el 18 de mayo de 2021, de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/13455/1/T-UCSG-POS-MGSS-208.pdf>
- Yumpu. (2020). *El óvalo: Estudio y corrección*. Recuperado el 14 de diciembre de 2020, de <https://www.yumpu.com/es/document/read/63067045/visagismo-cejas-pdf>
- Zelaya, D. (2015). *Corte y cuidado del cabello*. Tegucigalpa, M.D.C., Honduras. Recuperado el 4 de junio de 2021, de <https://core.ac.uk/download/pdf/157831679.pdf>

ANEXOS

ANEXOS 1. VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR
FACULTAD DE COSMIATRÍA
ESCUELA DE COSMIATRÍA



VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO

Autor:

Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel

Tutora:

Raisa Torres

Quito, 2021

Quito, D.M. 08 de junio 2021

Msc.
Presente. -

Me dirijo a usted, en la oportunidad de solicitar su colaboración, dada su experiencia en el área temática, en la revisión, evaluación y validación del presente instrumento que será aplicado para realizar un trabajo de investigación titulado: **Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor en los Centros de Experiencia del Adulto Mayor**, para optar al grado de **Licenciatura en Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen Integral** en la Universidad Iberoamericana del Ecuador, UNIB.E.

Los objetivos del estudio son:

Objetivo general

Proponer un programa de asesoría de imagen personal para adultos mayores de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor.

Objetivos específicos

- Diagnosticar la necesidad del programa de asesoría y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.
- Determinar las actividades y contenidos para el desarrollo del programa de asesoría sobre imagen personal dirigido los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.
- Diseñar el programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor.

- Validar el programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor de experiencia, a través de valoración por expertos.

Agradeciendo de antemano su valiosa colaboración.

Atentamente



Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel

Operacionalización de variables:

Objetivo Específico	Dimensión	Indicadores	Ítems	Técnica/Instrumento		
Diagnosticar la necesidad del programa de asesoría y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.	Conocimiento sobre imagen personal	Morfología facial	1 2	ENCUESTA / CUESTIONARIO		
		Morfología corporal	3.			
		Vestimenta	4.			
		Armonía de color	5.			
		Cuidado de la piel y el cabello	6. 7. 8.			
		Maquillaje	9.			
		Hábitos saludables	10.			
		Necesidad del programa de asesoría	Aceptación		11	ENCUESTA / CUESTIONARIO
			Disponibilidad de tiempo		12	

CUESTIONARIO

Objetivo del Instrumento:

- Diagnosticar la necesidad y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.

INSTRUCCIONES:

El presente cuestionario se realiza con el objetivo de identificar su conocimiento relacionado con la imagen personal léalo detenidamente y escoja la respuesta que se adapte mejor forma a su criterio. Las siguientes preguntas poseen una sola respuesta.

CONFIDENCIALIDAD:

Sus respuestas serán anónimas y absolutamente confidenciales. Muchas gracias por su colaboración

NOTA: Las respuestas que se encuentran subrayadas son las correctas.

CONOCIMIENTO SOBRE IMAGEN PERSONAL:

MORFOLOGÍA FACIAL:

1. Seleccione a continuación que considera usted que es la morfología facial:
 - Corresponde a todos los elementos que componen su cuerpo.
 - La estructura del cráneo
 - **El estudio de las proporciones del rostro**
 - Todas las anteriores
2. De acuerdo a la forma del rostro existen varias formas para identificarlos, seleccione la respuesta correcta:
 - Reloj de arena, rectangular.

- **Diamante, cuadrado, triángulo.**
- Pera, manzana, corazón.
- Todas las anteriores

MORFOLOGÍA CORPORAL

3. Identifique los tipos de cuerpos que existen de acuerdo a su forma:

- Triangular, redondo, ovalado, cuadrado.
- **Reloj de arena, triangulo invertido, pera.**
- Mesomorfo, ectomorfo, polimorfo
- Todas las anteriores
- Ninguna de las anteriores

VESTIMENTA

4. Las texturas más adecuadas para las prendas de los adultos mayores

deben ser:

- Lino, casimir
- Cuero, seda.
- **Algodón, lana.**
- Todas las anteriores

ARMONÍA DE COLOR

5. Que colores son los más apropiados para el uso en prendas, accesorios y

bisutería:

- Colores opacos.
- Únicamente colores brillantes.
- **Se debe combinar el color de acuerdo a la ocasión.**
- Todas las anteriores.

CUIDADO DE LA PIEL Y EL CABELLO

6. El cuidado de la piel también es significativo, cada que tiempo se debe

colocar protector solar:

- Cada 3 a 4 horas.
- Una vez al día.
- En las noches
- No se debe utilizar protector solar.

7. Para escoger un corte de cabello, que se debe tomar en cuenta:

- La forma del rostro que usted posee.
- Las tendencias y cortes de cabello en el momento específico.
- El tipo y color de cabello.

· Todas las anteriores

8. Que aspectos debe tomar en cuenta para el cuidado del cabello:

- Lavar el cabello de 2 a 3 veces por semana el cabello.
- Colocar productos dermatológicos para el cuidado del cabello.
- Cortes de cabello mensualmente.

· Todas las anteriores

MAQUILLAJE:

9. Cuál de estas opciones considera que se debe realizar para un maquillaje a

diario:

- Exfoliar el rostro, protector solar y maquillaje
- Depilar el rostro, base, rímel y labial.

· Lavarse el rostro, colocar crema hidratante, protector solar, y maquillaje

· Todas las anteriores

HÁBITOS SALUDABLES:

10. De las siguientes actividades, cuál considera qué es la más adecuada para

usted:

- Correr, saltar
- Realizar bailoterapia y caminar
- Deportes extremos
- Todas las anteriores

NECESIDAD DEL PROGRAMA DE ASESORÍA

ACEPTACIÓN

11. Considera importante que el adulto mayor adquiriera un mejor conocimiento

sobre la imagen personal:

- De mucha importancia
- Poca importancia
- No es importante
- Es indiferente

DISPONIBILIDAD DE TIEMPO

12. Que tiempo invertiría para adquirir nuevos conocimientos sobre la imagen

personal:

- 1 hora diaria, por 2 veces a la semana.
 - 1 hora diaria, todos los días.
- 4 horas intensivas los fines de semana.
 - 1 hora a la semana.

ANEXOS 2. Validación de expertos

JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 1

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X		X		X		X		X			Interesante
2	X		X		X			X	X		X			No saben las formas, ni los nombres
3	X		X		X			X	X		X			No saben las formas, ni los nombres
4	X		X		X		X		X		X			
5	X		X		X		X		X		X			Excelente pregunta
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			Buena información
9	X		X		X		X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
10	X		X		X		X		X		X			
11	X		X		X		X		X		X			Muy importante
12	X		X		X		X		X		X			

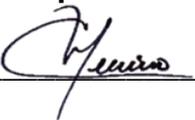
Apreciación cualitativa: Aprobado, excelente diagnóstico para adultos mayores

Observaciones: Felicidades Michelle Suasnavas Peñafiel por tan buen trabajo, estoy segura que serás una gran profesional en el ramo de la Imagen Integral.

Validado por: Claudia Merino

Profesión: Asesora de Imagen Personal y Corporativa

Cargo que desempeña: Fundadora & Directora General de CM Estrategia en Imagen y Comunicación.

Firma:  _____

Fecha: 14 de junio de 2021

CI: _____

JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 2

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X		X			X		X	X			Sugiero sean gráficas
2	X		X		X			X		X	X			Sugiero sean gráficas
3	X		X		X			X		X	X			Sugiero sean gráficas
4	X		X		X		X		X		X			
5	X		X		X		X		X		X			
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
9	X		X		X		X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
10	X		X		X		X		X		X			
11	X		X		X		X		X		X			
12	X		X		X		X		X		X			

Apreciación cualitativa: Considero que es muy importante dar importancia a este segmento de la población muchas veces olvidado, darles un aporte para sentirse bien porque considero que la imagen es la proyección de nuestros sentimientos de cómo nos sentimos por dentro.

Observaciones: Como lo sugiero en la parte de arriba las 3 primeras preguntas, son temas actuales no todos los adultos mayores sabrán a que se refiere salvo les den una pequeña charla antes, pero si ponemos imágenes creo se les hará más familiar.

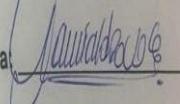
Validado por: Dis. Tannia Idrovo

Profesión: Diseñadora de Modas, Certificada Internacional en Asesora de imagen miembro AICI, Certificada Internacional en Etiqueta y Protocolo.

Cargo que desempeña: Asesora de Imagen en Teleamazonas y externa.

CI: 1803781234

Fecha: 17/06/2021

Cargo que desempeña: Asesora
Firma: 

JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 3

INSTRUCCIONES:

Coloque una "X" en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X		X		X		X		X			
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			
4	X		X		X		X		X		X			
5	X		X		X		X		X		X			
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
9	X		X		X		X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
10	x		X		x		X		x		x			Cambiar la opción de deportes extremos por Deportes (voley , natación.....)
11	x		X		x		X		x		x			Colocar en las opciones Muy importante, poco importante
12	x		X		x		X		x		x			

Apreciación cualitativa: _____ Todas las preguntas responden a los objetivos planteados

Observaciones: _____

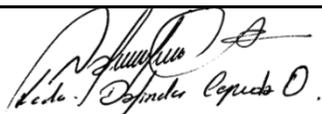
Validado por: _____ Dalinda Cepeda _____

Profesión: _____ Lcda. Cosmiatría

Cargo que desempeña: _____ Docente _____

Firma: _____

Fecha: 9/06/202



Dalinda Cepeda

JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 4

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X		X		X		X		X			
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			
4	X		X		X		X		X		X			
5	X		X		X		X		X		X			
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
9	X		X		X		X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
10	x		X		x		X		x		x			
11	x		X		x		X		x		x			
12	x		X		x		X		x		x			

Apreciación cualitativa: La Asesoría de imagen es un proceso aplicable a toda persona, niños, adultos, adultos mayores, etc, que desean potenciar su apariencia física.

Observaciones: La experiencia profesional me permite conocer que un adulto mayor ya no posee interés por verse bien físicamente, a partir de los 60 años para ellos es lo de menos. Recomiendo impulsar la temática tanto de forma externa, física; como interna, psicológica.

Validado por: Betty Silva Guerra

Profesión: Consultora de Imagen y Neurocomunicación

Cargo que desempeña: Directora General Agencia Internacional de Imagen e Identidad de Imagen Publica



Firma: _____

Fecha: 19 junio 2021 **CI:** 1712628385

JUICIO DE EXPERTO. NÚMERO 5

INSTRUCCIONES:

Coloque una "X" en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X		X		X		X		X			
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			
4	X		X		X		X		X		X			
5	X		X		X		X		X		X			
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
9	X		X		X		X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
10	x		X		x		X		x		x			
11	x		X		x		X		x		x			
12	x		X		x		X		x		x			

Apreciación cualitativa: Aplicable

Observaciones: _____

Validado por: ALIRIO ANTONIO MEJIA MARÍN

Profesión: DOCENTE

Cargo que desempeña: DOCENTE DEL ÁREA DE METODOLOGÍA

Firma:  Firmado electrónicamente por: ALIRIO

Fecha: 17-06-2021

CI: 1758997124

ANEXO 3. Cuestionario aplicado a los adultos mayores de los CEAM.

CONOCIMIENTO SOBRE IMAGEN PERSONAL:

Objetivo del Instrumento:

Diagnosticar la necesidad y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.

INSTRUCCIONES:

El presente cuestionario se realiza con el objetivo de identificar su conocimiento relacionado con la imagen personal léalo detenidamente y escoja la respuesta que se adapte mejor forma a su criterio.

LAS SIGUIENTES PREGUNTAS POSEEN UNA SOLA RESPUESTA.

***Obligatorio**

CONFIDENCIALIDAD:

Sus respuestas serán anónimas y absolutamente confidenciales. Muchas gracias por su colaboración

EDAD (en números Ej: 60) *

IDENTIDAD DE GENERO *

FEMENINO

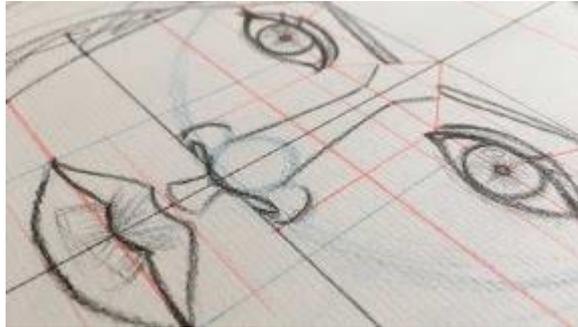
MASCULINO

OTRO

Nombre, apellido y número de cédula Ej: Michelle Suasnavas, 1724195552 *

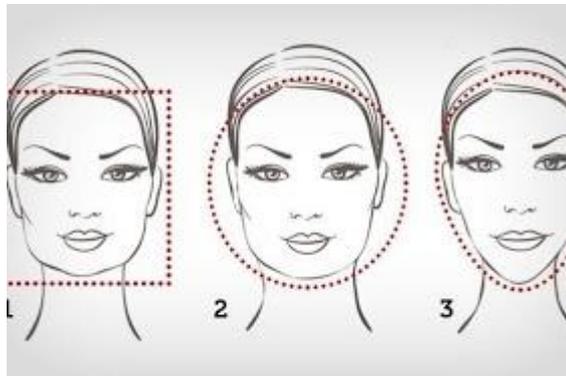
DIRECCION DONDE VIVE (Ejemplo: Quito, sector Carcelén, barrio Mastodontes) *

1. Seleccione a continuación que considera usted que es la morfología facial: *



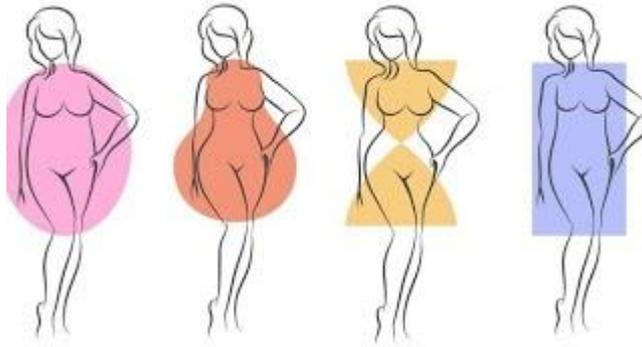
- Corresponde a todos los elementos que componen su cuerpo.
 - La estructura del cráneo
 - El estudio de las proporciones del rostro
 - Todas las anteriores

2. De acuerdo a la forma del rostro existen varias formas para identificarlos, seleccione la respuesta correcta: *



- Reloj de arena, rectangular.
- Cuadrado, redondo, diamante.
- Pera, manzana, corazón.
- Todas las anteriores

3. Identifique los tipos de cuerpos que existen de acuerdo a su forma: *



- Triangular, redondo, ovalado, cuadrado.
- Redondo, pera, reloj de arena, rectangular.
- Mesomorfo, ectomorfo, polimorfo
 - Todas las anteriores

4. Las texturas más adecuadas para el uso de las prendas en los adultos mayores deben ser:

- Lino, casimir
- Cuero, seda.
- Algodón, lana.
- Todas las anteriores

5. Que colores son los más apropiados para el uso en prendas, accesorios y bisutería: *

- Colores opacos.
- Únicamente colores brillantes.
- Se debe combinar el color de acuerdo a la ocasión.
- Todas las anteriores

6. El cuidado de la piel también es significativo, cada que tiempo se debe colocar protector solar: *

- Cada 3 a 4 horas.
- Una vez al día.
- En las noches

- No se debe utilizar protector solar.

7. Para escoger un corte de cabello, que se debe tomar en cuenta: *

- La forma del rostro que usted posee.
- Las tendencias y cortes de cabello en el momento específico.
 - El tipo y color de cabello.
 - Todas las anteriores

8. Que aspectos debe tomar en cuenta para el cuidado del cabello: *

- Lavar el cabello de 2 a 3 veces por semana.
- Colocar productos de cuidado el cabello.
- Cortes de cabello, mensualmente.
 - Todas las anteriores

9. Cuál de estas opciones considera que se debe realizar para un maquillaje a diario: *

- Exfoliar el rostro, protector solar y maquillaje
 - Depilar el rostro, base, rímel y labial.
- Lavarse el rostro, colocar crema hidratante, protector solar, y maquillaje
 - Todas las anteriores

10. De las siguientes actividades, cuál considera qué es la más adecuada para usted: *

- Correr, saltar
- Realizar bailoterapia y caminar
 - Deportes extremos
 - Todas las anteriores

11. Considera importante que el adulto mayor adquiera un mejor conocimiento sobre la imagen personal: *

- De mucha importancia

- Poca importancia
- No es importante
- Es indiferente

12. Que tiempo invertiría para adquirir nuevos conocimientos sobre la imagen personal: *

- 1 hora diaria, por 2 veces a la semana.
 - 1 hora diaria, todos los días.
- 4 horas intensivas los fines de semana.
 - 1 hora a la semana.

Número de teléfono (ej: 0987898375)

ANEXOS 4. Consentimiento informado

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR – UNIB.E
ESCUELA DE COSMIATRÍA, TERAPAS HOLÍSTICAS E IMAGEN INTEGRAL
Trabajo de Titulación para la obtención del Título de Licenciada en Cosmiatría

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Cuestionario dirigido a al adulto mayor.

Yo _____ identificada con el número de cédula _____ por medio de la presente autorizo a la estudiante **Michelle Suasnavas**, con número de cédula **1724194442**, llevar a cabo el desarrollo de un cuestionario que se presenta a continuación, este tiene como propósito identificar los conocimientos previos sobre la imagen personal que posee el adulto mayor y aportará para elaboración de la investigación titulada: **Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor Centros de Experiencia del Adulto Mayor.**

Además, dejo constancia que la estudiante supo explicarme detalladamente sobre proceso que se va a llevar. Así mismo, declaro que la información suministrada en el cuestionario es verdad.

En tal sentido se agradece su valiosa atención prestada para responder las preguntas del presente cuestionario. La información tiene carácter anónimo. Se le agradece de antemano su colaboración



Nombre del usuario

Firma de la profesional.

CI: _____

CI: 1724194442

ANEXOS 5. VALIDACIÓN DEL PROGRAMA

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR

FACULTAD DE COSMIATRÍA

ESCUELA DE COSMIATRÍA



VALIDACIÓN DEL PROGRAMA

Autor:

Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel

Tutora:

Raisa Torres

Quito, 2021

Quito, D.M. 30 de julio 2021

Msc.
Presente. -

Me dirijo a usted, en la oportunidad de solicitar su colaboración, dada su experiencia en el área temática, en la revisión, evaluación y validación de la propuesta del aporte investigativo titulado: **Programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor en los Centros de Experiencia del Adulto Mayor**, para optar al grado de **Licenciatura en Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen Integral** en la Universidad Iberoamericana del Ecuador, UNIB.E.

Es importante tomar en cuenta que la validación de la propuesta del estudio investigativo, es uno de los objetivos específicos propuestos en el trabajo de titulación desarrollado. Por lo tanto, se presentan los objetivos pertinentes:

Objetivo general

Proponer un programa de asesoría de imagen personal para adultos mayores de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor.

Objetivos específicos

- Diagnosticar la necesidad del programa de asesoría y el conocimiento sobre imagen personal que poseen los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.
- Determinar las actividades y contenidos para el desarrollo del programa de asesoría sobre imagen personal dirigido los adultos mayores de los Centro de Experiencia del Adulto Mayor.

- Diseñar el programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor.
- Validar el programa de asesoría de imagen personal para el adulto mayor de los Centros de Experiencia del Adulto Mayor de experiencia, a través de valoración por expertos.

Dando cumplimiento al cuarto objetivo específico del trabajo de titulación de la autora, agradezco de antemano su valiosa colaboración.

Atentamente



Michelle Alejandra Suasnavas Peñafiel

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 1

INSTRUCCIONES:

Coloque una "X" en la casilla correspondiente según su apreciación de cada sesión detallada en el programa propuesto, según los criterios que se detallan a continuación:

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	.Conocimiento sobre la Imagen Personal.													Excelente Tema de mucha ayuda
1	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Antropometría facial y corporal													
2	X		X		X		X		X		X			Muy bien
3	X		X		X		X		X		X			Muy bien

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Vestimenta													Muy bien ejemplificado y didáctico
4	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Armonía del color													Importante tema
5	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Hábitos saludables													
6	X		X		X		X		X		X			Muy importante tema
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Maquillaje													Con un maquillaje mínimo,

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
														podemos vernos mejor
9	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Cierre del programa													
10	X		X		X		X		X		X	X		Excelente programa para adultos mayores

Apreciación cualitativa:

Observaciones: _Me encantó todo lo que Michelle Suasnavas propone en este programa especial de Asesoría de Imagen personal para adultos mayores, muy explicativo, está tocando casi todos los temas dinámico y didáctico, excelente de verdad, ¡tiene todo lo necesario para que estas personas se vean y sientan bien... muchas felicidades!!!

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable (x) Aplicable después de corregir () No aplicable ()**

Validado por (apellidos y nombres del juez validador): _Claudia Merino_____

Profesión: _Asesora de Imagen Personal y Corporativa

Código de registro de titulación: _____

Cargo que desempeña: Directora General de CM Estrategia en Imagen y Comunicación.

Tiempo de experiencia (ámbito laboral y desarrollo profesional): 10 años de experiencia como Asesora de Imagen Personal y Empresarial

Firma:

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'C. Merino', written over a horizontal line.

Fecha: 09/08/2021

Lugar: Ciudad de México

CI: _____

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 2

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada sesión detallada en el programa propuesto, según los criterios que se detallan a continuación:

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	.Conocimiento sobre la Imagen Personal.													
1	x		x		x		x		x		x			
Módulo	Antropometría facial y corporal													
2	x		x		x		x		x		x			
3	x		x		x		x		x		x			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Vestimenta													
4	x		x		x		x		x		x			
Módulo	Armonía del color													
5	x		x		x		x		x		x			
Módulo	Hábitos saludables													
6	x		x		x		x		x		x			
7	x		x		x		x		x		x			
8	x		x		x		x		x		x			
Módulo	Maquillaje													
9	x		x		x		x		x		x			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Cierre del programa													
10	x		x		x		x		x		x			

Apreciación cualitativa:

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Validado por (apellidos y nombres del juez validador): ___Cepeda Ortiz Dalinda de los Ángeles

Profesión: _____COSMIATRA_____

Código de registro de titulación: _____1073-13-1230148_____

Cargo que desempeña: _____ Docente _____

Tiempo de experiencia (ámbito laboral y desarrollo profesional): 8 años

Firma: 
Edoardo J. Defrutos Espinoza D.

Fecha: ___09/08/2021_____

CI: ___1723508949_____

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 3

INSTRUCCIONES:

Coloque una "X" en la casilla correspondiente según su apreciación de cada sesión detallada en el programa propuesto, según los criterios que se detallan a continuación:

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	.Conocimiento sobre la Imagen Personal.													
1	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Antropometría facial y corporal													
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Vestimenta													
4	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Armonía del color													
5	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Hábitos saludables													
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Maquillaje													
9	X		X		X		X		X		X			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Cierre del programa													
10	X		X		X		X		X		X			

Apreciación cualitativa:

Observaciones: _Excelente programa propuesto para el adulto mayor.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Validado por (apellidos y nombres del juez validador): Dayana Carolina Chávez Cuasapaz.

Profesión: Lic. Cosmiatría, Terapias Holísticas Imagen Integral.

Código de registro de titulación: 1073-2020-2207200

Cargo que desempeña: Dermoconsejera de Eucerin (Beiersdorf).

Tiempo de experiencia (ámbito laboral y desarrollo profesional): Dos años.

Firma: 

Fecha: 09/08/21

CI: 17217198-1

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 4

INSTRUCCIONES:

Coloque una "X" en la casilla correspondiente según su apreciación de cada sesión detallada en el programa propuesto, según los criterios que se detallan a continuación:

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	.Conocimiento sobre la Imagen Personal.													
1	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Antropometría facial y corporal													
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Vestimenta													
4	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Armonía del color													
5	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Hábitos saludables													
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Maquillaje													
9	X		X		X		X		X		X			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Cierre del programa													
10	x		X		X		X		X		X			

Apreciación cualitativa:

Observaciones: ninguna

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (x) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Validado por (apellidos y nombres del juez validador): López Pastrano Gloria Estefanía.

Profesión: Lic. Cosmiatría, Terapias Holísticas e Imagen Integral.

Código de registro de titulación: 1073-15-1333992

Cargo que desempeña: Propietaria.

Tiempo de experiencia (ámbito laboral y desarrollo profesional): 7 años.

Firma: _____

A handwritten signature in blue ink on a light-colored background. The signature reads "Estefanía" in a cursive script. There is a small blue star or asterisk mark below the end of the signature.

Fecha: 06/08/2021.

CI: 172448812-5.

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA VALIDACIÓN DEL PROGRAMA. NÚMERO 5

INSTRUCCIONES:

Coloque una "X" en la casilla correspondiente según su apreciación de cada sesión detallada en el programa propuesto, según los criterios que se detallan a continuación:

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	.Conocimiento sobre la Imagen Personal.													
1	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Antropometría facial y corporal													
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Vestimenta													
4	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Armonía del color													
5	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Hábitos saludables													
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
Módulo	Maquillaje													
9	X		X		X		X		X		X			

Número de Sesión	Claridad en la redacción		Correspondencia metodológica		Objetivos pertinentes a las actividades que se proponen		Actividades adecuadas para la población		Los indicadores que se establecen son los adecuados con respecto a la temática a tratar		Valoración (Acorde a la aplicación)			Observaciones y recomendaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Aplicable	Modificable	No aplicable	
Módulo	Cierre del programa													
10	X		X		X		X		X		X			

Apreciación cualitativa:

Observaciones: No tengo observación negativa para este proyecto, más bien aplaudo el hecho de que se tome en cuenta a los adultos mayores para un tema de imagen.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Validado por (apellidos y nombres del juez validador): Idrovo Cisneros Tannia Lorena

Profesión: Licenciada en Diseño de Modas certificada internacional en Asesoría de imagen, etiqueta y protocolo, miembro AICI

Código de registro de titulación:

Cargo que desempeña: Asesora de Imagen en Teleamazonas

Tiempo de experiencia (ámbito laboral y desarrollo profesional): 13 AÑOS

Firma:

A small, square image showing a handwritten signature in black ink on a light-colored background. The signature is cursive and appears to read 'J. M. ...'.

Fecha: 10/08/2021

CI:1803781234

