

**BENEFICIOS DEL MASAJE GERIÁTRICO EN LA SALUD DE LOS ANCIANOS
DE LA FUNDACIÓN GRANITOS DE PAZ DURANTE EL SEGUNDO PERÍODO
DEL 2012 Y PRIMER PERÍODO DEL 2013.**

**INVESTIGADORA PRINCIPAL
MARIA CLAUDIA GONZALEZ FEGALI
T.L. EN ESTÉTICA Y COSMETOLOGÍA
D.C.F.C. PROYECCION SOCIAL APH-TEC-TMD CURN**

**Asesora Metodológica
INGRIT GONZALEZ ARTETA
Odontóloga U. de C.
Especialista en Gerencia Administración y Auditoria en Salud
Epidemióloga de la Escuela de Medicina Juan N. Corpas de Bogotá
Docente Grado I - D.C.F.C. Investigación APH-TEC-TMD CURN**

**COINVESTIGADORAS
PEDROZO CHACON ANGIE
MARRUGO TORRES WENDY**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA TECNOLOGÍA EN ESTÉTICA Y COSMETOLOGÍA
CARTAGENA 2013**

**BENEFICIOS DEL MASAJE GERIÁTRICO EN LA SALUD DE LOS ANCIANOS
DE LA FUNDACIÓN GRANITOS DE PAZ DURANTE EL SEGUNDO PERÍODO
DEL 2012 Y PRIMER PERÍODO DEL 2013.**

**INVESTIGADORA PRINCIPAL
MARIA CLAUDIA GONZALEZ FEGALI
T.L. EN ESTÉTICA Y COSMETOLOGÍA
D.C.F.C. PROYECCION SOCIAL APH-TEC-TMD CURN**

**ASESORA METODOLÓGICA
INGRIT GONZALEZ ARTETA
Odontóloga U. de C.
Especialista en Gerencia Administración y Auditoria en Salud
Epidemióloga de la Escuela de Medicina Juan N. Corpas de Bogotá
Docente Grado I - D.C.F.C. Investigación APH-TEC-TMD CURN**

**COINVESTIGADORAS
PEDROZO CHACON ANGIE
MARRUGO TORRES WENDY**

**REQUISITO PARA OPTAR EL TITULO DE TECNOLOGA EN ESTÈTICA Y
COSMETOLOGÌA**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA TECNOLOGÍA EN ESTÉTICA Y COSMETOLOGÍA**

DIRECTIVOS:

CONSEJO SUPERIOR: Miguel Henríquez Emiliani

RECTOR: Miguel A. Henríquez López

VICERRECTORA ACADÉMICA: Patricia de Moya

DECANO CIENCIAS DE LA SALUD: Juan C. Lozano

DIRECTOR DE PROGRAMA: María del S. Morales S

SECRETARIA GENERAL: Viviana Henríquez

ADVERTENCIA:

“Ni la universidad ni el jurado de grado serán responsables de las ideas expuestas por el graduando”

Reglamento estudiantil Art. 154

NOTA DE ACEPTACIÓN

DIRECTOR

JURADO

JURADO

CARTAGENA 2013

AGRADECIMIENTOS

Al finalizar un trabajo arduo y lleno de dificultades como lo es el desarrollo de una tesis de grado es inevitable que te lleve a concentrar la mayor parte del mérito y el aporte que has hecho, sin embargo el análisis objetivo te muestra inmediatamente que la magnitud de ese aporte hubiese sido casi imposible sin la participación de personas e instituciones que facilitaron las cosas para que este trabajo llegue a un feliz término.

Para nosotras es un verdadero placer utilizar este espacio para ser justo y consecuente con ellas expresándoles nuestros agradecimientos.

A Dios, por darnos las fuerzas para no desfallecer en el camino.

*Debemos agradecer de manera especial y sincera a nuestra profesora **María Claudia Gonzales Fegali**, por aceptarnos para realizar esta tesis bajo su dirección, su apoyo, confianza en nuestro trabajo y su capacidad para guiar nuestras ideas ha sido un aporte invaluable.*

A Nuestros Padres, por su apoyo incondicional, por impulsarnos a salir adelante, por su esfuerzo y sacrificios los amamos.

Alejandra Ochoa, por su paciencia y apoyo incondicional, por guiarnos siempre a ser mejores personas, sus consejos que han sido muy valiosos para nosotras y lograr esta meta.

Ingrid González mil gracias por su paciencia y apoyo incondicional.

Todos ustedes han sido fuente de inspiradoras de perseverancia y Constancia en el deseo de superación personal y profesional.

GLOSARIO

- **Aceites:** Los aceites esenciales son mezclas de varias sustancias químicas biosintetizadas por las plantas, que dan el aroma característico a algunas flores, árboles, frutos, hierbas, especias, semillas y a ciertos extractos de origen animal (almizcle, civeta, ámbar gris). Se trata de productos químicos intensamente aromáticos, no grasos (por lo que no se enrancian), volátiles por naturaleza (se evaporan rápidamente) y livianos (poco densos).
- **Anticoagulantes:** Un anticoagulante es una sustancia que se opone o retarda la coagulación de la sangre, circunstancia que ocurre de una manera natural cuando se extrae del torrente circulatorio.
- **Bienestar:** conjunto de factores que participan en la calidad de vida de la persona que hacen que su existencia posea todos aquellos elementos que dan lugar a la tranquilidad y satisfacción humana.
- **Circulación:** La circulación es la distribución, a todas las células del organismo, de las moléculas alimenticias y también del oxígeno, así como la recogida del dióxido de carbono, del agua y del amoníaco o sus derivados, que son los productos de desecho de la respiración celular.
- **Depresión:** Es el diagnóstico psiquiátrico que describe un trastorno del estado de ánimo, transitorio o permanente, caracterizado por sentimientos de abatimiento, infelicidad y culpabilidad, además de provocar una incapacidad total o parcial para disfrutar de las cosas y de los acontecimientos de la vida cotidiana.

- Fractura: Una fractura es la pérdida de continuidad normal de la sustancia ósea o cartilaginosa. La fractura es una discontinuidad en los huesos, a consecuencia de golpes, fuerzas o tracciones cuyas intensidades superen la elasticidad del hueso.
- Geriátrico: Es una institución compuesta por médicos y enfermeros que se ocupa exclusivamente del cuidado y el tratamiento de los individuos ancianos.
- Hematoma: El hematoma, también conocido con los nombres de moretón, moratón o cardenal, constituye una equimosis. Este tipo de manchas puede aparecer en la piel o en los órganos internos del cuerpo por múltiples causas.
- Masaje: Actividad que consiste en frotar, presionar o golpear con un cierto ritmo e intensidad diversas partes del cuerpo con fines terapéuticos, estéticos o deportivos.
- Soledad: aislamiento o confinamiento, falta de contacto con otras personas.
- Tejidos: son aquellos materiales constituidos por un conjunto organizado de células, con sus respectivos organoides iguales.
- Relajación: La Relajación es nuestro estado natural, proporciona, principalmente, un estado de descanso profundo a la vez que se regula el metabolismo, ritmo cardíaco y respiración, nos libera de nuestras tensiones, tanto musculares como psíquicas que se han acumulado con el paso del tiempo.

- Sedentarismo: carencia de actividad física de moderada a intensa como la que se realiza en el deporte, lo que por lo general pone al organismo humano en una situación vulnerable ante enfermedades, especialmente cardíacas.

- Trauma: Se trata de una lesión física generada por un agente externo o de un golpe emocional que genera un perjuicio persistente en el inconsciente.

CONTENIDO

- **Glosario**
- **Resumen**
- **Introducción**
- **Capítulo I**
 - Marco teórico
 - Referencial
- **Capítulo II**
 - Metodología
 - Tipo de estudio
 - Población
 - Muestra
 - Operacionalización de Variables
 - Método de trabajo
- **Capítulo III**
 - Resultados
- **Capítulo IV**
 - Discusión
 - Conclusiones
 - Recomendaciones
 - Bibliografía
 - Anexos

RESUMEN

Introducción: el masaje es una combinación de manipulaciones o maniobras realizadas armoniosa y metódicamente con fines preventivos y terapéuticos que se emplean en estética, medicina y kinesiología,¹ es importante resaltar que un excelente complemento del masaje es el uso de aceites esenciales que permitan a la persona no solo el consuelo en sus doloridos cuerpos, sino también que pueda ser obtenido un relajamiento total que proporcione descanso y sensación de bienestar.² **Objetivo:** Identificar los beneficios que aporta el masaje geriátrico a la salud de los ancianos que asisten a la fundación granitos de paz de Cartagena. **Materiales Y Métodos:** El estudio que se realizo fue descriptivo – transversal, la población escogida fueron los adultos mayores de la fundación granitos de paz que aceptaron participar en este proyecto. **Resultados:** Para realizar este proyecto se realizaron 2 encuestas a cada uno de los adultos mayores que participaron en el proyecto, en edades comprendidas entre 60-90 años de diferentes sexos quienes manifestaron en un 100% que el masaje geriátrico mejoro su autoestima, dolencias, calidad de vida y recomiendan realizar el masaje geriátrico a otros adultos mayores de otros centros de vida. **Conclusión:** El estudio realizado demostró que el masaje geriátrico si aporta beneficios a la salud de los adultos mayores de la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena y se comprobó que mediante la utilización de técnicas específicas en la realización de cada maniobra los adultos mayores sentían mejoría con cada movimiento realizado. **Recomendaciones:** Seguir apoyando a la fundación granitos de paz, especialmente al club san pancracio con las actividades de proyección social realizándoles jornadas de masaje geriátrico a los adultos mayores y seguir entregándoles momentos de alegría para que sigan sintiéndose importantes, mejorándoles la calidad de vida.

¹ P. H. Greenman, Principios y práctica de la medicina manual, Médica Panamericana. 2005.

² C. L. Alba. Aroma Terapia, El Milenario Mundo De Los Aromas Sus Técnicas Milenarias Para Curar El Cuerpo Y La Mente, Masaje Geriátrico. 2011.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad el masaje se define como una combinación de manipulaciones o maniobras realizadas armoniosa y metódicamente con fines preventivos y terapéuticos que se emplean en estética, medicina, kinesiología etc.³

Se podría hacer una síntesis en la historia del masaje, en la china en los años (1000 a.c), existían cuatro tipos de personas que usaban el masaje como método terapéutico.⁴

En la india era una técnica habitual al igual que en China pues el hombre por intuición la utilizaba. Luego se empleó en Egipto y en Grecia después paso a roma y declino durante la edad media. Tiempo después resurgió en el renacimiento, junto con esto se ampliaron los conocimientos que hicieron que el masaje tuviera fines terapéuticos, de relajación, en los que se aplicaban directamente en atletas, personas con patologías; a partir de esa época y hasta nuestros días, las técnicas del masaje se han ido perfeccionando y solidificando con los aportes de la ciencia y otras disciplina.⁵

Este proyecto tiene como finalidad realizar un estudio teórico práctico, basándose en la realización de masajes a los adultos mayores de la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, con el fin de estimular e implantar técnicas en los masajes, buscando hacer sentir queridos y relajados que puedan adquirir mejorías y realizar actividades que anteriormente no podían realizar.

El masaje geriátrico es una técnica de masaje aplicada al adulto mayor que no produce efectos adversos, pero no debe aplicarse, en casos de haber fracturas, áreas inflamadas, hematomas, úlceras de decúbito abiertas o sin sanar, venas varicosas, cirugías recientes, dolor agudo importante, trastornos cardíacos,

³ibíd.

⁴ SANCHEZ,C, Colaboradores, CORVECHER, Pilar, GUIJARRO, Isabel, SAYAGO, Victoria, MARTÍNEZ, Nuria, FALK, Ana, MARTINEZ, Teresa, Masaje y Drenaje Aplicado A La Estética integral, Tema 1, Historia Del Masaje Pág., 8,9,10,11,12,13, España, 2008.

⁵ Ibíd.

algunos tipos de cáncer, antecedentes de formación de coágulos sanguíneos o tratamientos farmacológicos con anticoagulantes, debido a que aumenta el riesgo de sangrados bajo la piel. Si es vigoroso, puede asociarse a sangrados de órganos vitales, como el hígado, y a la formación de coágulos sanguíneos. Al ser impartido debe tenerse mucho cuidado puesto que la piel a esta edad es mucho más frágil.⁶ Es importante resaltar que un excelente complemento del masaje es la utilización de aceites esenciales que permitan a la persona no solo el consuelo en sus doloridos cuerpos, sino también que pueda ser obtenido un relajamiento total que proporcione descanso y sensación de bienestar. Los aceites además de atender los problemas que aquejan a los adultos mayores, humectarán sus sensibles pieles, pero además los aromas serán un excelente reactivador para sus cansadas mentes⁷

Aceites como Manzanilla, Lavanda, Naranja, Limón, Nerolí, Romero, pueden ser algunos de los mejores aliados para mejorar la calidad de vida de las personas que padecen molestias por su edad. En sus tiempos, “las sobadas” como ellos les llamaban, eran muy comunes en los pueblos, y cuando tenían algún problema como dolor de reuma, espalda o problemas estomacales por ejemplo, siempre acudían con la persona que les daba una especie de masaje fuerte, o frotaban sus cuerpos con alcohol que contenía alguna planta medicinal macerada, con lo que aliviaban sus molestias.⁸

El uso de los aceites esenciales da mayor facilidad en la atención de los problemas que aquejan, ya que no son requeridos de grandes proporciones de plantas, sino solo bastan de cuantas gotas para aliviar dolencias tanto físicas y traumas emocionales.⁹

⁶ GULLEN, M, Margarita, Terapias Alternativas Masaje En La Tercera Edad, Vida Y Salud Natural. 2007.

⁷ ibíd.

⁸ ibíd.

⁹ ibíd.

A medida que envejecen las personas se producen modificaciones en su estado de salud: se alteran las estructuras y se reducen las funciones de las células y los tejidos de todos los sistemas del organismo.¹⁰

Dentro de las encuestas realizadas por las estudiantes utilizando una ficha técnica de encuestas se encontró que la gran mayoría de los adultos mayores presentaban problemas de depresión, soledad, tristeza y problemas de salud por ende con el masaje geriátrico se busca satisfacer sus necesidades y por esta razón se implanto la realización de este proyecto de investigación.

Los familiares directos son quienes frecuentemente asumen las obligaciones que supone el cuidado constante pero no son muchos los que pueden ser atendidos por sus parientes o cuando lo son, no reciben la atención que ellos esperan, puesto que quienes los cuidan deben repartir el tiempo y las labores del hogar en estos casos los asilos son la mejor opción, esto conlleva a que los adultos mayores se sientan en abandono y entren en estados depresivos.¹¹

Los beneficios que aporta el masaje geriátrico deben ser considerados en todos los centros de vida y por parte de los familiares como parte de un plan de atención de salud para los adultos mayores que deseen mantener su energía, vitalidad e independencia en sus años dorados.

Del anterior planteamiento surge el siguiente interrogante.

¿Será Posible Que El Masaje Geriátrico Aporte Beneficio A La Salud De Los Ancianos De La Fundación Granitos De Paz De Cartagena De Indias?

Se puede Identificar los beneficios que aportan el masaje geriátrico a la salud de los ancianos de la Fundación Granitos de Paz de Cartagena y al mismo tiempo se verifica el mejoramiento de la actividad física mediante el masaje geriátrico, para

¹⁰ ALBAMONTE, A, Ejercicios para la Tercera edad. Ed. Albatros, Argentina. 1991.

¹¹ CALLE, V, Carla, Proyecto de Inversión Empresarial Guardería de Ancianos "Jardines Años Dorados" Ecuador, 2010.

Comprobar mediante la utilización de técnicas el aumento de motivación, autoestima de los adultos mayores.

La realización de esta investigación se hace necesario para verificar en el sitio mediante la utilización de las metodologías de investigación adecuadas, si efectivamente el masaje geriátrico aplicado a personas de la tercera edad cumple las funciones de aumentar la circulación sanguínea, mejora la calidad de vida, ayuda a la movilidad por lo que evita complicaciones en diabéticos, mejora la circulación linfática al eliminar sustancias tóxicas, ayuda la duración del sueño, dolores diversos, acelera la recuperación de lesiones, produce relajación física y mental, aumenta el autoestima.¹²

Aplicando las mismas técnicas que el masaje general, utilizando movimientos suaves, confortables y relajantes alivian la tensión muscular, corporal y mental; los pasivos con estiramientos suaves de hombros, piernas y pies favorecen en la movilidad y flexibilidad articular.¹³

El convivir con una persona senil no sólo es ayudarlo o darle sus medicamentos. El adulto mayor generalmente cae en estados de depresión y cansancio. Los largos años de su vida van cobrando el precio en sus cuerpos llenándolos de dolor. Muchas veces sus enfermedades los llevan a permanecer postrados largas horas en cama, lo que también contribuye a aumentar sus molestias.¹⁴

¹² *Ibíd.*

¹³ *Ibíd.*

¹⁴ C. L. Alba. *Aroma Terapia, El Milenario Mundo De Los Aromas Sus Técnicas Milenarias Para Curar El Cuerpo Y La Mente, Masaje Geriátrico.* 2011

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

MARCO REFERENCIAL.

MASAJE GERIATRICO ESTIMULA EL FLUJO LINFATICO.

Con los años, también llegan padecimientos relacionados con la edad. Desde falta de movilidad hasta ansiedad y depresión.¹⁵

Buen Día acude al masaje, para que los adultos mayores tengan una mejor calidad de vida, y recupere algunas funciones físicas.

Este masaje aumenta la circulación sanguínea por lo que evita complicaciones en diabéticos; mejora la circulación linfática al eliminar sustancias tóxicas del organismo.

En el masaje geriátrico se emplean las mismas técnicas básicas que en el masaje general, en sesiones breves. La calidad y duración del sueño también mejora sustancialmente.

Los movimientos suaves, confortables y relajantes alivian la tensión muscular y mental. Estiramientos suaves de hombros, piernas y pies favorecen la movilidad y flexibilidad articular.

Los beneficios del masaje geriátrico deben ser considerados como parte de un plan de atención de salud para adultos mayores que deseen mantener su energía, vitalidad e independencia en sus años dorados.

¹⁵ CAMPBELL, Sasha, Masaje Geriátrico, Estimula El Flujo Linfático ,2011.

Existen otras terapias para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

- La fitoterapia o uso medicinal de plantas para el insomnio y trastornos gastrointestinales.
- El Taichí y yoga ayudan a recuperar el tono muscular.
- El Chi kung, regula el reloj biológico y permite dormir mejor.
- La acupuntura, digito puntura y el shiatsu, disminuyen el estrés y previenen descompensaciones en diabéticos e hipertensos.

CONCEPTUAL

Masaje Geriátrico

El masaje geriátrico es una técnica mas de las que se utiliza dentro de la terapia emocional, es una técnica de manipulación que satisface las necesidades específicas del adulto mayor como cualquier otra técnica manual su función es masajear los tejidos blandos, mejorar la circulación sanguínea, mejorar los movimientos en general y el dolor. El movimiento activo y pasivo de las articulaciones puede formar parte del masaje.¹⁶

El masaje geriátrico es recomendado también para enfermos terminales o aquellos que requieren de largos períodos de convalecencia. La geriatría se encarga del cuidado de los enfermos que tienen más de sesenta años. Este cuidado especializado se realiza en colaboración con los médicos de familia o de cabecera.¹⁷

¹⁶ SWAMI, Ardhanari, El Masaje Emocional, Donostia, Giposkua, 2010.

¹⁷ MALDONADO, R, Ángel, Aprende las Técnicas Del Masaje Geriátrico, Universo Humano.

El masaje geriátrico es un complemento efectivo y específico en el proceso de la vejez, interviene por medio del contacto sensible, sutil, con técnicas y manipulaciones que estimulan los procesos fisiológicos y orgánicos a mejorar su funcionamiento evitando el deterioro, proporciona salud física y emocional, mejorando la calidad de vida en el usuario. Las personas comenzamos a envejecer en el momento en que dejamos de crecer, sin embargo una persona comienza a envejecer a partir de los 30 años de acorde a lo que muchos investigadores han dicho.¹⁸

El cuerpo de un anciano fisiológicamente es sustancialmente diferente del de un adulto. La vejez es el período de manifestación de la disminución o deterioro de la funciones de los diversos órganos y sistemas en el cuerpo. Esto varía de acuerdo a varios de los órganos de reserva (por ejemplo, los fumadores consumen su sistema respiratorio de reserva temprano y rápidamente). El cuerpo por naturaleza envejece, lo importante es la actitud que tomamos ante lo inevitable, aceptar y tomar la decisión de cómo queremos envejecer, y lo mejor de todo ello es llegar siendo felices, estar satisfechos de los logros y metas alcanzadas, apreciar cada momento y etapa de nuestras vidas.¹⁹

El masaje geriátrico no produce efectos adversos, pero no debe emplearse si hay fracturas, áreas inflamadas, hematomas, úlceras de decúbito abiertas o sin sanar, venas varicosas, cirugías recientes, dolor agudo importante, trastornos cardíacos, algunos tipos de cáncer, antecedentes de formación de coágulos sanguíneos o tratamientos farmacológicos con anticoagulantes, ya que aumenta el riesgo de sangrados bajo la piel. Si es vigoroso, puede asociarse a sangrados de órganos vitales, como el hígado, y a la formación de coágulos sanguíneos.²⁰

Técnicas para la realización del masaje geriátrico

¹⁸ Ibíd.

¹⁹ VASQUEZ, H, Miriam, Creación de un Centro de Atención Integral para adultos mayores en el cantón La Joya de los Sachas, 2011.

²⁰ Ibíd.

- Masaje: Suave y firme a la vez, cuidar la fragilidad de la piel
- Aceites Esenciales: Manzanilla, Naranja, Romero, Neroli y otros
- Motivación Personal: Temas que estimulen su autoestima que les hagan sentir importantes y queridos²¹

Beneficios del Masaje Geriátrico

- Mejora la circulación sanguínea.
- Mejora los movimientos en general y alivia el dolor.
- Mejora la calidad y cantidad del sueño.
- Alivia la tensión, el estrés y los estados de ánimo.
- Colabora en la disminución y frecuencia de cuadros depresivos.
- Reduce la presión arterial.
- Estimula el flujo linfático.
- Reduce los edemas de los miembros inferiores.
- Alivia dolores intensos como la migraña.
- Aumenta la autoestima y alivia el mal humor.
- Produce relajación física y mental.²²

²¹ B, R, Arley, Técnicas para la realización del masaje geriátrico.

²² ibíd.

CAPÍTULO II

METODOLOGIA

El tipo de estudio empleado para este proyecto es Descriptivo por que busca únicamente describir una situación o un caso que parte de determinar unas condiciones de las variables involucradas en el estudio en un momento dado con relación a la presencia de dolores musculares, inmovilidad, tristeza, soledad, etc. y presencia de alteraciones en la salud en los adultos mayores de la fundación granitos de paz de Cartagena. Es importante anotar que este estudio solo apunta a presentar los hechos encontrados. También es Transversal por que describe la situación en un momento dado y aprovechando también la ventaja de este tipo de estudio, como es, la practicidad, la economía y el tiempo de duración, de igual forma el fácil control de las variables.

La muestra escogida para este estudio fue no probabilística ya que la población tuvo la opción de decidir si quería o no participar en el proyecto

El criterio de inclusión utilizado fueron todos los adultos mayores que asisten a la fundación granito de paz en el barrio Olaya herrera sector Rafael Núñez zona de influencia de la Corporación Universitaria Rafael Núñez, y el criterio de exclusión que se utilizó fueron todos los adultos mayores de diferentes edades que asisten a la fundación granitos de paz que se acogieron al proyecto.

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	NIVEL DE MEDICIÓN	INDICADORES
Sexo	Los adultos mayores de diferentes sexos que aceptaron participar en el proyecto	Nominal	Femenino Masculino
Edad	Los adultos mayores en edades comprendidas que participaron en el proyecto	Razón	60 – 90 años

Masaje	Forma de estímulo físico, de preferencia, manual sobre el organismo que provoca reacciones biológicas, metabólicas, psicológicas y sociales beneficiosas.	Nominal	Masaje realizado
--------	---	---------	------------------

MÉTODO DE TRABAJO

Para la realización de este proyecto se realizaron los siguientes pasos:

- Convocatoria a la fundación.
- Visita a la fundación
- Elaboración de cronograma de actividades
- Aplicación de encuestas
- Presentación de propuestas
- Desarrollo de charlas
- Realización de la técnica
- Presentación de ante proyecto
- Realización de encuesta final
- Elaboración de informe final

CAPITULO III

RESULTADOS

En el estudio se realizaron 2 encuestas, los resultados fueron los esperados y muy satisfactorios, estos se presentaran en tablas con sus respectivos análisis Ver Anexo.

Resultados Encuesta Inicial

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo una encuesta antes de recibir el masaje, aplicada la encuesta se encontró que el 62% sabe que es un masaje y un 38% no. Ver Anexo A tabla N^a1.

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo una encuesta antes de recibir el masaje geriátrico, una vez aplicada la encuesta se encontró que el 54% se ha sentido solo, deprimido, el 45% no se ha sentido solo y deprimido y 1% no sabe. Ver Anexo A tabla N^a2.

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo una encuesta antes de recibir el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 37% sufre de hipertensión, el 10% de diabetes, el 4% de gastritis, el 1% de mala circulación, el 1% tabaquismo, el 2% ceguera, el 1% de colon, el 5% de artritis, el 39% de asma. Ver Anexo A tabla N^o 3.

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo una encuesta antes de recibir el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 61% se ha realizado un masaje y el 39% no, Ver Anexo A tabla N^o4.

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo una encuesta antes de recibir el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 19% cree que el masaje puede brindarle un completo bienestar y el 81% no. Ver Anexo A tabla N°5.

Resultados Encuesta De Satisfacción.

El estudio se realizó en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación Granitos de Paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizó el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 100% manifestó que las dolencias habían mejorado con este: Ver Anexo A tabla Nª 6

El estudio se realizo en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 100% manifestó que su autoestima había mejorado con la realización de este: Ver Anexo A tabla Nª 7

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 100% manifestó que le gustaría seguir realizándose el masaje geriátrico para mejorar su calidad de vida: Ver Anexo A tabla Nª 8

El estudio realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo el masaje geriátrico, aplicada la encuesta se encontró que el 100% recomendaría la realización del masaje geriátrico a sus compañeros de otros centros de vida: Ver Anexo A tabla Nª 9

El estudios realizado en 80 adultos mayores pertenecientes a la fundación granitos de paz de la ciudad de Cartagena, a los cuales se les realizo el masaje geriátrico,

aplicada la encuesta se encontró que el 100% se sintió querido, mimado por medio del contacto con el masaje: Ver Anexo A tabla Nª 10

CAPITULO IV

DISCUSIÓN

En el ámbito de la realización de masajes en población de la tercera edad, por parte de profesionales de la estética y la cosmetología, no se ha encontrado evidencias, motivo por el cual, no existen estudios frente a los cuales se pueda utilizar sus resultados para comparar las similitudes y diferencias con el que hoy se presenta, por tal razón no se pudo realizar la discusión, sin embargo esta situación le agrega importancia a este trabajo, ya que se está con el generando información valiosa para el desarrollo de la investigación en la estética y la cosmetología.

CONCLUSIONES

Los resultados que se obtuvieron al realizar este proyecto a los adultos mayores de la fundación granito de paz se concluyó que fueron muy satisfactorios ya que se demostró que el masaje geriátrico si aporta beneficios a la salud de los adultos mayores, se pudo verificar el mejoramiento de la actividad física con ayuda del masaje geriátrico, y se comprobó que mediante la utilización de técnicas específicas en la realización de cada maniobra los adultos mayores sentían mejoría con cada movimiento realizado.

RECOMENDACIONES

A partir de este proyecto de investigación en el cual fue muy grato trabajar es invitar que las estudiantes de estética de los semestres siguientes sigan apoyando a la fundación granitos de paz especialmente al club san pancracio con las actividades de proyección social realizándoles jornadas de masaje geriátrico a los adultos mayores para entregarles momentos de alegría, para que sigan sintiéndose importantes y mejorándoles su calidad de vida a estas personas que fueron muy especiales para nosotras durante el año que estuvimos visitándolos nos hicieron sentir personas especiales e importantes para sus vidas.

BIBLIOGRAFIA

- SIEGLER, E.L., Hyer, K., Fulmer, T., & Mezey, M. Capacitación geriátrica equipo interdisciplinario. New York: Springer.2000
- STRUMPF, N.E., Patterson, J.E., Wagner, J.S., & Evans, L.K. Restraint-free care; Enfoques individualizadosPara ancianos frágiles. New York: Springer. 2002
- YOSHIKAWA, T.T., Cobbs, E.L., & Brummel-Smith, K.B). Practica ambulatoriaia de geriátríaa (2nd ed.). New York: Mosby. 2003
- TERESI, J.A., Lawton, M.P., Holmes, D., &Ory, M. Medición en las poblaciones de ancianos atención crónica. Nueva York: Springer Publishing Company.). New York: Springer Publishing Company. 2007
- CAMPBELL Sasha. Masaje geriátrico una terapia de vida. Teletica.com.
- SALAR. Beatriz y Jaime A Nicolau. beneficios del masaje geriátrico en la disminución del dolor del paciente adulto mayor terminal. enfermeriageriatrica-articulos.blogspot.com. España 2002.
- VÁZQUEZ Gallego. El masaje deportivo y terapéutico. Madrid. Mándala. 2003.
- MITTY, E., & Mezey, M. Integración avanzada práctica enfermeras en cuidados en el hogar: recomendaciones para un programa de enseñanza de cuidados del anciano en el hogar. Perspectivas de cuidado de salud y enfermería, Vol. 19 No. 6. 2000.

- Terapias Alternativas – Masaje En La Tercera Edad. Vidaysaludnatural.blogspot.com.2007.
- Terapias Manuales – El Masaje Geriátrico 2007.
- Masaje Geriátrico. Alma terapia.
- Masaje y Drenaje Aplicado A La Estética Integral. Video cinco.

ANEXOS

Anexo A - Encuesta Inicial

Tabla N° 1

1. ¿Sabe usted que es un masaje?	
SI	62%
NO	38%

TABLA N° 2

2. ¿Alguna vez se ha sentido solo, deprimido, etc.?	
SI	54%
NO	45%
NO SABE	1%

TABLA N° 3

3. ¿Sufre usted de alguna enfermedad?	
Hipertensión	37%
Diabetes	10%
Gastritis	4%
Mala circulación	1%
Tabaquismo	1%
Ceguera	2%
Colon	1%
Artritis	5%
Asma	39%

TABLA N° 4

4. ¿Alguna vez se ha realizado algún masaje?	
SI	61%
NO	39%

TABLA N° 5

5. ¿Cree usted que el masaje puede brindarle un completo bienestar?	
SI	19%
NO	81%

Tablas Encuesta De Satisfacción.

TABLA N° 6

1. ¿cree usted que el masaje geriátrico mejoro sus dolencias?		
Si	80	100%
No	0	0%
No sabe	0	0%

Fuente: Encuesta aplicada 24-04-13

TABLA N° 7

2. ¿Después de los masajes realizados Ud. mejoro su autoestima?		
Si	80	100%
No	0	0%
No sabe	0	0%

Fuente: Encuesta aplicada 24-04-13

TABLA N° 8

3. ¿Le gustaría seguir realizándose masajes para mejorar su calidad de vida?		
Si	80	100%
No	0	0%
No sabe	0	0%

Fuente: Encuesta aplicada 24-04-13

TABLA N° 9

4. ¿Recomendaría la realización del masaje geriátrico a sus compañeros de otros centros de vida?		
Si	80	100%
No	0	0%
No sabe	0	0%

Fuente: Encuesta aplicada 24-04-13

TABLA N° 10

5. ¿Cree Ud. que por medio del contacto con el masaje Ud. se sintió querido, mimado etc.?		
Si	80	100%
No	0	0%
No sabe	0	0%

Fuente: Encuesta aplicada 24-04-13

ANEXO B

Encuesta Inicial

TEMA			
	Si	No	No Sabe
1. ¿Sabe usted lo que es un masaje?	1	2	3
2. ¿Alguna vez se ha sentido solo, deprimido, frustrado?	1	2	3
3. ¿Sufre usted de alguna enfermedad? ¿Cuál?	1	2	3
4. ¿Alguna vez se ha realizado usted algún masaje?	1	2	3
5. ¿Cree usted que el masaje puede ayudarle a estar en completo bienestar?	1	2	3

NOTA: Le agradecemos su participación seria, responsable y sincera. Se garantiza absoluta confidencialidad. Por favor entregue esta encuesta.

Yo _____ identificado con cc de ciudadanía N° _____ aseguro que he respondido todas las preguntas y no he omitido ninguna información y conozco el tratamiento a realizar por lo cual entiendo y exonero al profesional de toda responsabilidad.

Firma paciente: _____

Firma Esteticista: _____

Anexo C
Encuesta De Satisfacción

TEMA	 Si	 No	 No Sabe
1. ¿Cree Ud. que el masaje geriátrico mejoro sus dolencias?	1	2	3
2. ¿Después de los masajes realizados Ud. mejoro su autoestima?	1	2	3
3. ¿Le gustaría seguir realizándose masajes para mejorar su calidad de vida	1	2	3
4. ¿Recomendaría la realización del masaje geriátrico s sus compañeros de otros centros de vida?	1	2	3
5. ¿Cree Ud. que por medio del contacto con el masaje Ud. se sintió querido, mimado etc.?	1	2	3

NOTA: Le agradecemos su participación seria, responsable y sincera. Se garantiza absoluta confidencialidad. Por favor entregue esta encuesta.

Yo _____ identificado con cc de ciudadanía N°_____ aseguro que he respondido todas las preguntas y no he omitido ninguna información y conozco el tratamiento a realizar por lo cual entiendo y exonero al profesional de toda responsabilidad.

Firma paciente: _____

Firma Esteticista: _____