

Universidad Nacional
Facultad de Filosofía y Letras
Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

**Propuesta de Servicio de Biblioterapia para Personas Adultas Mayores en
la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, Costa Rica**

Proyecto de graduación para optar por el grado de Licenciatura en
Bibliotecología y Gestión de la Información

Presentado por:
Bachiller Ana Isabel Chaves Carballo

Heredia, Costa Rica
Abril, 2022

TRIBUNAL EVALUADOR

Máster Bibiana Núñez Alvarado
Decana de la Facultad de Filosofía y Letras

Máster Pablo Corella Parajeles
Director de la Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Máster Maribel Vallejos Vásquez
Tutora de Trabajo Final de Graduación

Máster Adriana Alvarado Romero
Lectora de Trabajo Final de Graduación

Licenciada Gabriela Barahona Salas
Lectora de Trabajo Final de Graduación

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi Dios bueno, que me permitió la oportunidad de cumplir este sueño, en quien me he fortalecido en cada momento difícil y a quien glorifico en cada una de mis alegrías.

A mis padres Maritza y Pedro, a mi hija Ariadna y a mi esposo Cristian, a mis hijos, hermanos y sobrinos quienes han sido mi soporte, mi apoyo y mi motivo para salir adelante y que siempre han estado para mí.

A mis abuelitas Mami Narda y Abuelita Ana (que de Dios goce), que han sido las motivadoras y primeras participantes de este proyecto.

A mis buenas amigas que siempre creyeron que podría y que siempre han estado para motivarme.

Para todos ustedes dedico mi esfuerzo, mi agradecimiento y todo el amor que tengo en mi corazón, Dios me los bendiga siempre.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios todo poderoso por la bendición de permitirme concluir este proceso tan importante y gratificante, porque durante todo este tiempo siempre estuvo presente, enviando ángeles a ayudarme.

Agradezco a mi familia y amigas que fueron mi apoyo siempre y que me acompañaron durante todas las etapas de este proceso.

Agradezco grandemente a los académicos de la Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información que con tanto cariño y dedicación me brindaron todos los conocimientos y el apoyo para crecer como profesional y dedicaron su valioso tiempo para asesorarme siempre que lo necesité, principalmente a los que en momentos difíciles fueron más que profesores y se convirtieron en mis amigos especialmente a la profesora Nidia Rojas, al profesor Pablo Corella, Maribel Vallejos, Lucrecia Barboza, Karla Rodríguez y Floribeth Sánchez, a todos los que fueron parte de mi formación como profesional y sé que hoy se alegran conmigo.

Agradezco a mi equipo de trabajo a Maribel Vallejos por aceptar ser mi tutora y guiarme con tanta dedicación, paciencia y profesionalismo; a Adriana Alvarado y Gabriela Barahona por dedicar su tiempo para colaborar desinteresadamente en este trabajo, gracias por todo el conocimiento y los valiosos aportes brindados.

A la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, a los adultos mayores y funcionarios del Hogar de Meche, a todos los que aceptaron ser parte de este proyecto, muchas gracias.

Tabla de Contenido

TRIBUNAL EVALUADOR	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS.....	iv
Lista de cuadros.....	viii
Lista de gráficos	ix
Índice de Siglas.....	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. El problema y su importancia.....	1
1.2. Estado del conocimiento	9
1.3. Objetivos.....	14
1.3.1. Objetivo general.....	14
1.3.2. Objetivos específicos.....	14
II. MARCO TEÓRICO.....	15
2.1 Las bibliotecas públicas	15
2.1.1. Antecedentes y definición de bibliotecas públicas.....	15
2.1.2. La misión y objetivos de las bibliotecas públicas.....	17
2.1.3. Clasificación de las bibliotecas públicas en Costa Rica.....	20
2.1.4. Servicios y productos.....	21
2.1.5. Usuarios	22
2.2. La población de personas adultas mayores	23
2.2.1. Características de la población adulta mayor.	28
2.2.2. Población Adulta Mayor y Legislación	30
2.2.3. Problemáticas de la población adulta mayor	41
2.2.4. Las bibliotecas públicas y las personas adultas mayores.....	43
2.3. La Biblioterapia.....	46
2.3.1. Definición de Biblioterapia	46
2.3.2. Antecedentes de la biblioterapia:.....	49
2.3.3. Tipos de biblioterapia.....	51
2.4. Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.....	53
2.4.1. Antecedentes.....	53
2.4.2. Servicios y productos.....	54

2.4.3. Usuarios	55
III. PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS.....	56
3.1. Enfoque metodológico	56
3.2. Tipo de investigación	56
3.3. Fuentes de Información	57
3.3.1. Fuentes personales	57
3.3.2. Fuentes documentales	58
3.4. Variables de la investigación.....	59
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	66
3.6. Alcances del estudio	69
3.6.1. Proyecciones	69
3.6.2. Limitaciones.....	69
IV. RESULTADOS.....	70
4.1. Situación actual de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia	70
4.2. Infraestructura de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia	70
4.3. Fuentes de información	72
4.4. Servicios	74
4.5. Necesidades de información de los adultos mayores.....	75
V. PROPUESTA DE SERVICIO DE BIBLIOTERAPIA	82
5.1. Proceso para implementar un servicio de biblioterapia para la población adulta mayor, en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia	82
5.2. Requerimientos para la implementación de estrategias de biblioterapia	83
5.2.1. Tipos de documentos y soportes requeridos	83
5.2.2. Infraestructura requerida para el servicio de biblioterapia	83
5.2.3. Mobiliario requerido para la implementación del servicio de biblioterapia	84
5.2.4. Recurso tecnológico requerido para el servicio de biblioterapia	84
5.2.5. Perfil profesional	84
5.2.6. Otros insumos requeridos.....	88
5.3. Frecuencia de las estrategias del servicio de biblioterapia.....	88
5.4. Estrategias de Biblioterapia para la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.....	88
VI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA EL SERVICIO DE BIBLIOTERAPIA PROPUESTO.....	115
6.1. Evaluación de las estrategias para el servicio de biblioterapia.....	115

VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	124
7.1. Conclusiones	124
7.2. Recomendaciones:	126
VIII.REFERENCIAS	128
IX. APÉNDICES.....	137
APÉNDICE 01. Guía de entrevista a profundidad 1	138
APÉNDICE 02. Hoja de observación abierta 1	144
APÉNDICE 03. Guía de entrevista en profundidad 2	148
APÉNDICE 04. Matriz de formulación 1	150
APÉNDICE 05. Hoja de cotejo 1	153
APÉNDICE 06. Hoja de observación abierta 2	156
X. ANEXOS	161
Anexo 01. Pizarra 1	162
Anexo 02. Pizarra 2	163
Anexo 03. Pizarra 3	164

Lista de cuadros

Cuadro 1: Compilación de datos sobre el estado de la situación de las personas adultas mayores según la Universidad de Costa Rica	29
Cuadro 2: Recopilación de normativas de Costa Rica en relación con el adulto mayor, según el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor	31
Cuadro 3: Compilación de datos sobre los derechos de las personas mayores, establecidos en instrumentos internacionales, según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe	37
Cuadro 4: Iniciativas institucionales para adultos mayores según la Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable según el Ministerio de Salud de Costa Rica	39
Cuadro 5: Tipos de biblioterapia según su campo de actuación	52
Cuadro 6: Objetivos, misión y visión de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia según el Sistema Nacional de Bibliotecas	54
Cuadro 7: Cuadro de variables de la investigación	59
Cuadro 8: Fuentes, técnicas e instrumentos a utilizar según los objetivos	68
Cuadro 9: Búsqueda documental en relación con temas aplicables a biblioterapia para la persona adulta mayor en el OPAC del SINABI.....	73
Cuadro 10: Perfil profesional de las personas que brindarán el servicio de biblioterapia	85
Cuadro 11: Criterios para evaluar las estrategias de información de la propuesta de servicio de biblioterapia para la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia	118
Cuadro 12: Cuadro Indicadores para evaluar las estrategias del servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia	119

Lista de gráficos

Gráfico 1: COMPILACIÓN DE DATOS SOBRE EL ESTADO DE LA SITUACIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES SEGÚN LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA.....74

Índice de Siglas

- AGECO:** Asociación Gerontológica Costarricense
- CCP:** Centro Centroamericano de la Población
- CCP:** Centro Centroamericano de Población
- CCSS:** Caja Costarricense de Seguro Social
- CEN-CINAI:** Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral
- CONAPAM:** Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor
- FOMUJER:** Fondo de Fomento a las Actividades Productivas y de Organización de las Mujeres
- HNGG:** Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología
- IFLA:** Federación Internacional de Asociaciones de Bibliotecarios y Bibliotecas
- IMAS:** Instituto Mixto de Ayuda Social
- INA:** Instituto Nacional de Aprendizaje
- INAMU:** Instituto Nacional de las Mujeres
- IPEC:** Instituto Profesional de Educación Comunitaria
- MCJ:** Ministerio de Cultura y Juventud
- OEA:** Organización de Estados Americanos
- OMS:** Organización Mundial de la Salud
- ONU:** Organización de Naciones Unidas
- OPAC:** Catálogo en línea de acceso público
- PANEA:** Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente
- PIAM:** Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor
- PNUD:** Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
- RAE:** Real Academia Española
- REBIUN:** Red de Bibliotecas Universitarias Españolas
- SICULTURA:** Sistema de Información Cultural
- SINABI:** Sistema Nacional de Bibliotecas de Costa Rica
- UNESCO:** Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

RESUMEN EJECUTIVO

Este proyecto se llevó a cabo con el objetivo de proponer un servicio de biblioterapia para la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, que contribuya en la satisfacción de necesidades de información de la población adulta mayor.

La metodología de investigación se realizó a partir de un enfoque mixto, obteniendo datos cualitativos y cuantitativos. Esta propuesta es de tipo descriptiva y proyectiva ya que detalla la situación actual de la población adulta mayor de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia como usuaria de los servicios de información de la biblioteca pública del cantón y se describen los procesos necesarios para el planteamiento del servicio de biblioterapia. Se utilizaron fuentes personales y documentales: las principales fuentes personales fueron los adultos mayores de la comunidad y el personal de la Biblioteca, obteniendo información por medio de entrevistas en profundidad a personas seleccionadas mediante una muestra no probabilística que permitió conformar un grupo diverso para rescatar la información requerida, así como la observación mediante las hojas de cotejo. Para las fuentes documentales se realizó el análisis de contenido mediante la matriz de formulación.

A partir del diagnóstico se concluye que la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia cuenta con recursos adecuados a las necesidades requeridas en la implementación de estrategias biblioterapéuticas para la población adulta mayor.

Se han identificado necesidades específicas manifestadas por las personas adultas mayores y se determinó que estas pueden ser solventadas mediante la implementación del servicio de biblioterapia, con talleres y actividades a la medida de las características de esta población.

Desde la propuesta de este servicio se logra plantear una serie de estrategias específicas relacionadas con necesidades puntuales de los adultos mayores, entre los que están: mejora del estado emocional, promoción de la salud, uso de tecnologías, fe y espiritualidad, tertulia y tradiciones, cocina y manualidades. Para cada necesidad se planificó una actividad que contempla el título, el

propósito, los objetivos de aprendizaje, los contenidos, las dinámicas que se ejecutarán, el personal y los recursos requeridos. Se espera que esta propuesta pueda ser implementada en otras unidades de información con características similares, dispuestas al servicio de la población adulta mayor del país.

Palabras claves:

**BIBLIOTERAPIA – ADULTOS MAYORES – BIENESTAR – ENVEJECIMIENTO
– CALIDAD DE VIDA- ACCIÓN SOCIAL – BIBLIOTECAS PÚBLICAS**

I. INTRODUCCIÓN

1.1. El problema y su importancia

Las bibliotecas públicas son instituciones que a través del tiempo han venido a proveer a la ciudadanía del mundo libre acceso a la información, a programas de impacto social y cultural en busca de mejoras integrales, en igualdad de condiciones y de forma gratuita. Según Monfasani (2014) citando a la IFLA/UNESCO, las bibliotecas públicas se definen como:

[...] una organización establecida, respaldada y financiada por la comunidad, ya sea por conducto de una autoridad u órgano local, regional o nacional, o mediante cualquier otra forma de organización colectiva. Brinda acceso al conocimiento, la información y las obras de la imaginación gracias a toda una serie de recursos y servicios a disposición de todos los miembros de la comunidad por igual, sean cuales fueren su raza, nacionalidad, edad, sexo, religión, idioma, discapacidad, condición económica y laboral y nivel de instrucción. (p. 88)

Conforme avanzan la tecnología y la sociedad, estos centros deben ir adaptando sus servicios a un público cambiante, exigente, variado e inclusivo, lo que demanda de los especialistas de la información un nivel de creatividad e innovación que les permita atender adecuadamente las necesidades de su población usuaria (real y potencial) de acuerdo con los tiempos actuales. Las Directrices de la IFLA/UNESCO (2001), establecen la finalidad de las bibliotecas públicas de la siguiente manera:

[...] facilitar recursos informativos y prestar servicios mediante diversos medios con el fin de cubrir las necesidades de personas y grupos en materia de instrucción, información y perfeccionamiento personal comprendidas actividades intelectuales de entretenimiento y ocio. Desempeñan un importante papel en el progreso y el mantenimiento de una sociedad democrática al ofrecer a cada persona acceso a toda una serie de conocimientos, ideas y opiniones. (p. 8)

Según se desprende de las Directrices IFLA/UNESCO, las bibliotecas públicas significan oportunidades de mejora, una herramienta en la búsqueda del desarrollo educativo, social, profesional e individual. El personal funcionario de las bibliotecas públicas debe ejecutar prácticas que les faculte conocer las necesidades de quienes frecuentan los servicios, gustos, la periodicidad de las consultas y los recursos que solicitan los usuarios, este conocimiento facilita la toma de decisiones con miras a optimizar el alcance de sus objetivos. También, es necesario explorar nuevos servicios y productos que atraigan a una población usuaria potencial, que como refiere la cita anterior, no solo pongan a disposición recursos de información; sino, que también ofrezca espacios de ocio y esparcimiento con el fin de alcanzar el desarrollo personal.

La Real Academia Española define el vocablo *servicio* como “Organización y personal destinados a cuidar intereses o satisfacer necesidades del público o de alguna entidad oficial o privada” (RAE, 2020, párr. 16). De acuerdo con esto, los servicios son pilares fundamentales en el quehacer bibliotecológico, si estos se adaptan a la demanda de las personas que frecuentan las bibliotecas el fin de esta se cumple a cabalidad. Morales (2018) enfatiza la importancia de los servicios de información estableciendo que “El servicio de información es central para la biblioteca, porque se trata del enlace entre las colecciones y los usuarios. Éste compuesto por servicios y productos que integrados permiten que la biblioteca posibilite el acceso a sus colecciones” (p. 6).

Las bibliotecas públicas cuentan con servicios dirigidos a la comunidad en la que se ubican, por lo general cuentan con servicios tradicionales como préstamo documental, referencia, salas de lectura, capacitaciones, clubes de lectura, entre otros; y servicios más innovadores que se van desarrollando conforme la tecnología y las nuevas generaciones lo exigen, tales como: servicios en línea, salas inteligentes, aplicaciones móviles, por nombrar algunos. Estos servicios se enfocan en el público meta, su entorno y características; para cada comunidad los profesionales de la información adaptan los servicios que ofrecen con ideas creativas e innovadoras.

En este sentido, es importante resaltar que las bibliotecas públicas orientan sus servicios a la promoción de la lectura, tanto para fines académicos, educativos,

como de recreación y motivación personal. La lectura va más allá del desarrollo del conocimiento, permite acrecentar el intelecto, estimula la imaginación, mejora la lectoescritura y la dialéctica, por mencionar algunos beneficios. Una de las técnicas que utiliza la lectura como medio para mejorar la salud de las personas se le denomina biblioterapia.

Gastón del Río (2011), define la biblioterapia como una “(...) técnica que permite modificar comportamientos a través del autoconocimiento, utilizando cuestiones cognitivas y emotivas de las personas que lo reciben, para obtener una modificación en su conducta.” (p. 3). Mediante la lectura y actividades similares las personas con algún padecimiento pueden encontrar maneras alternas de sanar sus dolencias, de auto conocerse, motivarse y alcanzar una mejor calidad de vida, como lo afirma este autor.

García Pintos citado por Gastón del Río (2011), señala que por “(...) biblioterapia debemos entender la utilización terapéutica del libro, pero tomando por tal (libro) no sólo y estrictamente “un libro” sino extendiendo la idea a toda “letra escrita”, sea prosa, poesía, canciones, aforismos y reflexiones” (p. 2). Lo anterior permite entender la práctica de la biblioterapia como un método de utilización de la información para estimular emociones mediante un mensaje positivo y motivador a través de la música, la poesía, el cuento, la tertulia u otros recursos que, apoyados por la tecnología o por medios tradicionales, pueden ser usados como actividades de convivencia para la población.

La biblioterapia ha sido una técnica desarrollada desde mucho tiempo atrás, algunos investigadores como Sousa y Fortkamp, (2018) afirman según la postura de Oaknin (1996) que estas prácticas son milenarias. Al respecto indican que:

Incluso antes de que existieran los libros, la biblioterapia ya existía. Porque, desde que existió el lenguaje oral, el ser humano ha estado transmitiendo pensamientos y transmitiendo el conocimiento de las historias, que durante mucho tiempo se han utilizado terapéuticamente, es decir, con el objetivo de cuidar al otro. (p. 176)

Aunque esta práctica no es novedosa, su aplicación desde las bibliotecas públicas puede incluirse como un servicio innovador. La utilización de la técnica biblioterapéutica es ideal para trabajar con poblaciones que se consideren en situación de vulnerabilidad, personas que encuentren en la lectura una salida a dificultades emocionales o que en ella logren un estado de bienestar conviviendo con individuos en situaciones similares. Una población ideal para el trabajo biblioterapéutico es la población de personas adultas mayores.

Según lo señala Jenkins (2018) "La población adulta mayor en Costa Rica va en aumento, debido a que desde los últimos 50 años se han disminuido las tasas de fecundidad y mortalidad, situación que dirige hacia un país más envejecido" (párr. 1). Esta situación no afecta únicamente a Costa Rica, el impacto global de este proceso de envejecimiento y la importancia de atender esta población ha sido un llamado a la conciencia por parte de diversas Instituciones como por ejemplo la Organización Mundial de la Salud.

Las personas adultas mayores son una población en crecimiento. Según los datos de la Organización Mundial de la Salud (2018, párr. 1):

- Entre 2015 y 2050, el porcentaje de los habitantes del planeta mayores de 60 años casi se duplicará, pasando del 12% al 22%.
- Para 2020, el número de personas de 60 años o más será superior al de niños menores de cinco años.
- En 2050, el 80% de las personas adultas mayores vivirá en países de ingresos bajos y medianos.
- La pauta de envejecimiento de la población es mucho más rápida que en el pasado.
- Todos los países se enfrentan a retos importantes para garantizar que sus sistemas sanitarios y sociales estén preparados para afrontar ese cambio demográfico.

Estos datos brindan un panorama de una situación que compete a cada familia dentro de la sociedad, la Organización de Naciones Unidas (ONU) (s.f.) afirma que según datos del informe "Perspectivas de la población mundial 2019" esta situación es un hecho visible en la actualidad:

[...] en 2018, por primera vez en la historia, las personas de 65 años o más superaron en número a los niños menores de cinco años en todo el mundo. Se estima que el número de personas de 80 años o más se triplicará, de 143 millones en 2019 a 426 millones en 2050. (ONU, s.f., párr. 5)

En atención a estos datos, las bibliotecas públicas, como instituciones proyectadas a la comunidad, podrían beneficiar a esta población a través de sus programas, actividades y servicios en favor de mejorar su calidad de vida y conservar al máximo las condiciones físicas y mentales de estas personas ya que como lo señala Fernández (2009) apoyado en las premisas de Antonucci, Okorodudu y Akiyama (2002) y Cohen y Syme (1985):

Una de las necesidades básicas del ser humano es el contacto social. A lo largo de toda la historia de la gerontología, la interacción y el apoyo social han sido cuestiones centrales. Dicho en pocas palabras, el funcionamiento social va asociado a la supervivencia y a la longevidad, la salud física y mental, el funcionamiento cognitivo saludable, la satisfacción con la vida, el bienestar y la calidad de vida. (p. 179)

Por otra parte, en la normativa nacional, la Ley de Protección Integral de la Persona Adulta Mayor (Ley N.º 7935) aprobada en 1999, dicta que se le debe garantizar un trato igualitario y no discriminatorio, la libertad de expresión, el acceso a la información oportuna, a tener una familia, a la recreación, al alimento, a recibir educación, gozar de la participación en el proceso productivo del país; tener asistencia social, protección jurídica y psicosocial; ejercer los derechos a la integridad, la seguridad, el respeto de su patrimonio, entre otros.

En este sentido, las bibliotecas públicas costarricenses ya han establecido programas para la atención de personas adultas mayores. Desde estas instituciones esta población puede encontrar espacios y actividades de convivencia entre pares para incentivar mejoras en la salud emocional. El Sistema Nacional de Bibliotecas de Costa Rica (SINABI, 2019), según lo indica en su página oficial brinda espacios para la atención de personas adultas mayores como son: “La biblioteca pública de la mano con la persona adulta y

Huellas de oro”, ambos programas tienen un enfoque de extensión bibliotecaria y cultural. Sin embargo, en el caso específico de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, según lo manifestó la señorita Marianna Barrantes quien era la funcionaria encargada de la biblioteca en el 2019, no se ofrece ningún servicio dirigido a personas adultas mayores.

Esta biblioteca corresponde a las denominadas bibliotecas semioficiales, las cuales según el SINABI (2019) “(...) son administradas mediante la firma de un convenio entre el SINABI-Ministerio de Cultura y Juventud, las municipalidades, las asociaciones de desarrollo comunal, las fundaciones o cualquier otra organización interesada” (párr. 3).

Al ser un ente financiado y administrado por la Municipalidad de Santa Bárbara y la Asociación de Desarrollo Integral, con apoyo y asesoría del SINABI, tiene la posibilidad de destinar recursos para distintas necesidades de la comunidad, en particular de la población adulta mayor que no cuente con medios económicos para costear servicios que promuevan el fortalecimiento de la salud mental y emocional. Ante esta realidad, es urgente proponer alternativas de servicios gratuitos que contribuyan con el mejoramiento de su calidad de vida, que se pueden ofrecer por medio de la biblioteca pública aprovechando los aportes que le brindan estas entidades.

Actualmente, la Biblioteca Pública de Santa Bárbara, según entrevista con el señor Verny Cortés (Comunicación personal, 10 de junio de 2020), secretario del Comité Cantonal y la Señorita Wendy Vega (Comunicación personal, 18 de febrero de 2021) encargada de la biblioteca, en representación de dicha entidad manifiestan que esta unidad de información cuenta con servicios dirigidos a una comunidad diversa como son los talleres de mejoramiento de la salud, talleres de tecnología, de motivación personal, y otras actividades dirigidas a niños, jóvenes y adultos en alianza con el Instituto Nacional de Aprendizaje (INA); no obstante, ninguno de ellos se enfoca en la población adulta mayor.

Por otra parte, en un estudio exploratorio del 2019 realizado en la comunidad de Santa Bárbara por Chaves Carballo, como requisito de la Ponencia

“Biblioterapia para el Adulto Mayor” y que tuvo como finalidad valorar la factibilidad de implementar técnicas biblioterapéuticas en dicha comunidad, se refleja que de 30 personas adultas mayores entrevistadas, el 87% manifiesta interés por servicios de biblioterapia que contengan temas como: estudios bíblicos, reflexiones, temas motivacionales, de promoción de la salud y de uso de la tecnología, lo que sustenta la implementación de la biblioterapia como un medio para satisfacer necesidades informativas, formativas y de bienestar en esta población.

Dada la situación es urgente ofrecer servicios adecuados a sus necesidades, por lo que, en particular esta investigación propone el diseño de un servicio de biblioterapia que contribuya al mejoramiento de la calidad de vida de esta población que por lo general es vulnerable.

Guerrero y Yépez (2014) señalan a las personas adultas mayores como personas vulnerables debido a las condiciones biológicas, sociales, a factores de riesgo como carencias económicas, personales, en su entorno familiar y comunitario, así como la necesidad de protección del Estado. Estos autores definen vulnerabilidad social como: “la desprotección de un grupo cuando enfrenta daños potenciales a su salud, amenazas a la satisfacción de sus necesidades y violación a sus derechos por no contar con recursos personales, sociales y legales” (p.122).

Por lo tanto, a importancia de la resolución de esta necesidad se muestra a continuación:

- Se contribuye en la solución a las necesidades de una comunidad vulnerable, mejorando su calidad de vida, de la familia y de la población. Como bien lo apunta Gastón del Río (2011) entre los principales beneficios que ofrece la biblioterapia están: mejorar las condiciones de salud física y mental de las personas adultas mayores, para que exista una mejor aceptación y adaptación al envejecimiento; brindar la oportunidad de compartir con personas en condiciones y situaciones similares; adquirir conciencia de sí misma y promover el desarrollo personal.

- Se promueve el aprovechamiento de los recursos que posee esta unidad de información, a la vez que se potencian las diversas actividades que ofrece la biblioteca ya que el acercamiento del adulto mayor propiciaría el uso de los demás servicios.
- Se contribuye en la función social de la biblioteca que tiene como fin máximo satisfacer las necesidades de los usuarios.
- Se atiende al llamado que hace la Organización Mundial de la Salud (2017) para que cada área de la sociedad haga su aporte en mejorar las condiciones de vida de las personas adultas mayores.
- Se colabora en el cumplimiento de lo estipulado en la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor (Ley N.º 7935) que establece que “se debe garantizar a las personas adultas mayores igualdad de oportunidades y una vida digna en todos los ámbitos” (p. 1).

Entre otros beneficios que tiene esta propuesta, es la posibilidad de convertirse en un modelo de servicio de biblioterapia que se adecúe a las necesidades de otras comunidades y pueda ser implementada en sus bibliotecas públicas. Además, las prácticas biblioterapéuticas pueden ser utilizadas desde las instituciones que se ocupan de atender a las personas adultas mayores como hogares de ancianos, centros de cuidado, entre otros. Otro beneficio que aporta la propuesta de biblioterapia, es que a partir de este servicio novedoso se pueden fortalecer otros servicios en la biblioteca atrayendo nuevos usuarios ya que los adultos mayores vienen acompañados generalmente por familiares que pueden aprovechar los recursos dispuestos.

Esta propuesta se constituye en el plan de trabajo del servicio de biblioterapia que puede ser adoptado para su ejecución por la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

Considerando los argumentos expuestos y para responder al problema planteado se formulan las siguientes preguntas:

¿Cuáles son las condiciones de infraestructura, fuentes de información, servicios, características y necesidades de la población adulta mayor de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia?

¿Cuál es el proceso necesario para la creación un servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia?

¿Cuáles recursos se necesitan para implementar el servicio de biblioterapia para personas adultas mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia?

¿Qué criterios se deben tomar en cuenta para la evaluación de un servicio de biblioterapia?

1.2. Estado del conocimiento

Con el propósito de conocer el estado del conocimiento en relación con el problema que se plantea, se realizó una búsqueda exhaustiva de bibliografía en la cual se logró recuperar y describir algunos trabajos de investigación. Esta revisión reflejó que en Costa Rica se evidencian pocas experiencias referentes a servicios de biblioterapia para las personas adultas mayores. En adelante se describen los trabajos nacionales y los internacionales que se recuperaron:

Afonso, Acosta y Barrera en el 2018 elaboraron el artículo *El valor de la biblioterapia en el adulto mayor en el municipio de Guáimaro*, dicha investigación se enfoca en determinar la calidad de vida del adulto mayor que asiste a grupos de biblioterapia, durante un período comprendido entre el 2016 y 2017. Los resultados de este proceso investigativo reflejan que la participación en los talleres permite a las personas adultas mayores mejorar la capacidad lectora, desarrollar hábitos y disciplinas que orientan a esta población a conocer sus capacidades y brindar herramientas para que logren un buen envejecimiento. Este trabajo concluye con la afirmación de que la biblioterapia contribuye a un buen envejecimiento y que implementando estas herramientas se pueden obtener beneficios en la salud física y emocional de los individuos, optimizando el estilo de vida de los adultos mayores. Este estudio tiene estrecha relación con el trabajo que se desea proponer, porque, aunque está enfocado en la evaluación es atinente, puesto que coincide con la población y el tema.

Naranjo, Navarro y Zúñiga en el 2017, realizaron la investigación *Biblioterapia como herramienta de ayuda aplicada en la biblioteca escolar: estudios de caso*, donde se explora la aplicación de biblioterapia en una biblioteca pública escolar costarricense, obteniendo como resultado la exposición y evidencia del aporte positivo que brinda la aplicación de biblioterapia en escuelas públicas de Costa Rica, en donde se observa una mejora en la actitud y comportamiento de los niños, en especial hacia los docentes del centro educativo, así como padres de familia. En la investigación se evidenció cómo la biblioteca escolar “actúa como un agente de cambio, promoviendo la cultura de paz dentro del estudiantado, por medio de programas de lectura, actividades y juegos que los involucren en el buen camino y en la autorreflexión” (p. 20) para lograr un óptimo trabajo con niños que tienen problemas de conducta a nivel escolar. La investigación evidencia que la biblioterapia permite conocer, desde el punto de vista práctico, los beneficios del estímulo que se puede generar a través de lecturas y actividades dando resultados positivos dentro de la comunidad usuaria, por lo que este estudio es una base fundamental para aportar a la investigación como guía a seguir para la creación del servicio de biblioterapia, tomando en cuenta que se difiere del tipo de Bibliotecas donde se impartirá el servicio y su comunidad usuaria.

Castro (2017) concretó una investigación sobre *La biblioterapia y la selección de fuentes de información: un ámbito de actuación para los profesionales de la Bibliotecología y la Ciencia de la Información*, con el objetivo de evidenciar el papel que poseen los profesionales de la Bibliotecología y la Ciencia de la Información en el desarrollo de la biblioterapia, así como la importancia de una buena selección de las fuentes de información; en sus resultados muestra que los bibliotecólogos son profesionales aptos para la creación e implementación de guías de esta índole, porque poseen el conocimiento para la búsqueda, recuperación y selección de fuentes de información pertinentes. La investigación de Castro sirve de respaldo para la propuesta de la creación de un servicio de biblioterapia en la biblioteca de Santa Bárbara, ya que, brinda información importante para el desarrollo de una guía de implementación para biblioterapia acorde y que permita la inclusión de fuentes de información

apropiadas para diseñar cada una de las actividades que ayuden en la aplicación del servicio.

Jiménez, Espinoza y Alcocer (2016) realizaron una investigación denominada: *La biblioterapia en el quehacer del gestor de la información. Un estudio de caso en el hospital docente de atención psicosocial "Dr. José Dolores Fletes Valles"*, donde se analiza la práctica de la biblioterapia, como un instrumento social interdisciplinario, a través de un estudio de caso en pacientes ingresados en el hospital, demostrando el protagonismo del gestor de información y la contribución con la rehabilitación de los pacientes con discapacidad intelectual o cognitiva. Se destaca la importancia de la biblioterapia en el quehacer del gestor y se valora el rol de este no solo para satisfacer necesidades de información de los usuarios, sino, como una contribución desde la parte humana para cambiar actitudes y conductas en personas que desean darse una oportunidad en la vida. Este estudio evidencia la contribución de la biblioterapia como forma de tratamiento hospitalario y su aporte en la mejoría del estado de ánimo cognitivo - conductual. Por tanto, esta investigación es un respaldo para la propuesta de creación de un servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia; aunque la población es diferente a la propuesta en esta investigación los beneficios obtenidos pueden ser similares.

Además, en el 2011 Gómez elaboró la investigación denominada: *La Biblioterapia como Práctica Profesional del Bibliotecólogo*, en donde se persigue determinar el campo de actuación que el profesional de bibliotecología obtiene dentro de la biblioterapia y los diferentes métodos para su aplicación. Entre los resultados se destaca que el campo de la bibliotecología es óptimo para la creación de programas de biblioterapia con su respectiva aplicación; también, resalta la importancia de formación académica adicional que el profesional de información necesita y que es un campo de actuación interdisciplinaria. Concluyendo que, la bibliotecología fue el campo de actuación profesional dominante, para desarrollar programas de biblioterapia y para su aplicación por la capacidad que posee el profesional de información para el desarrollo de programas y su aplicación en grupos de usuarios con necesidad informacionales. Esta tesis de Gómez muestra cómo se puede

ampliar el rol del bibliotecólogo con la creación de servicios que pueden ofrecer las unidades de información, para satisfacer las necesidades de la comunidad usuaria en la biblioteca pública de Santa Bárbara de Heredia.

Asimismo, Del Río en el 2011 desarrolló el artículo *El valor de la biblioterapia en la vejez*, donde determina los beneficios que aporta a la salud de las personas adultas mayores la participación en talleres de biblioterapia, bajo la hipótesis de que su aplicación favorece al “redescubrimiento de la realización interior de sentido en la vejez”. Una vez más el autor relaciona el problema propuesto, ya que demuestra la pertinencia de la utilización de esta técnica, dando como resultado efectos positivos y mejoras en la manera de percibir su estado de vejez también, brinda recomendaciones sobre su aplicación.

En 2004 Navas y Rodríguez elaboraron una investigación denominada *Propuesta para implementar un servicio de biblioterapia en la Biblioteca de Pacientes del Hospital Nacional Psiquiátrico*, por medio de la cual se realizó una exploración de la situación del país respecto al uso de la biblioterapia en pacientes psiquiátricos y se realizó una propuesta para su aplicación dentro de esta institución, destacando los beneficios que podría aportar a esta población. Esta investigación brinda información muy valiosa para el desarrollo de la propuesta a realizar, ya que se basa en la misma técnica terapéutica y muestra como su aplicación es viable dentro de una comunidad con problemas de salud mental, lo que ofrece un marco de referencia para ayudar a personas con diferentes padecimientos. Este estudio da como resultado una visión sobre cómo este método terapéutico puede ser aplicado y desarrollado desde la bibliotecología en un ambiente hospitalario, dando resultados positivos, siendo que el país no se ha sacado el máximo provecho a este recurso y haciendo un llamado al trabajo conjunto y colaborativo.

Serradas en el 1999 elaboró el artículo científico *El valor terapéutico de la lectura en el medio hospitalario, con el objetivo de reflejar los efectos positivos que tiene la lectura en niños hospitalizados y la práctica de la biblioterapia como actividad pedagógica, para sanidad, entretenimiento y disfrute*, mencionando un gran número de centros hospitalarios que se han visto beneficiados con estas terapias. La experiencia descrita, aunque esté dirigida a

niños y no a personas adultas mayores, representa un punto de partida o un ejemplo para la propuesta que se pretende implementar en esta investigación.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Elaborar una propuesta de servicio de biblioterapia para la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, que contribuya en la satisfacción de necesidades de información de la población adulta mayor.

1.3.2. Objetivos específicos

1. Diagnosticar la situación actual de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia en cuanto a infraestructura, fuentes de información, servicios, características y necesidades de información de la población adulta mayor.
2. Definir los procesos para la creación del servicio de biblioterapia para la población adulta mayor, que se pueden ejecutar en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.
3. Determinar los recursos de información, tecnológico, infraestructura y personal necesarios para la implementación un servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.
4. Establecer los criterios de evaluación para el servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Las bibliotecas públicas

2.1.1. Antecedentes y definición de bibliotecas públicas

Las bibliotecas públicas son instituciones que han sido construidas a base de cambios, algunos autores como Morales (2018), Linares (2004) y García (2007) enmarcan el inicio de las bibliotecas como espacios autónomos a partir del Siglo XIX, sin embargo, es sabido que las bibliotecas inician como un proceso de comunicación y conservación de la información, desde mucho tiempo antes.

Mencionando la historia de la biblioteca, Arguinzóniz (1980, pp. 9-10) resume a grandes rasgos:

Los antecedentes históricos de la biblioteca se encuentran en la más remota antigüedad. Antes de la era cristiana existían bibliotecas en Egipto y Mesopotamia. Sus acervos constaban de primitivas formas del libro, tabletas de barro y rollos de papiro. Entre las bibliotecas egipcias más notables figuran las de Tebas y la de Karnak. En Mesopotamia, se encontraban en los centros más famosos de la civilización asirio-caldea.

La misma autora destaca aspectos importantes que denotan la historia de las bibliotecas:

- Las tabletas de barro son los documentos más antiguos que se conocen, utilizados para plasmar títulos de propiedad, transacciones económicas, estados de cuentas y escasos textos de astronomía, medicina y matemáticas, posteriormente existieron talleres de copistas (monasterios), en Grecia y Roma se ubicaron bibliotecas siempre al servicio de la comunidad a las cuales tenían acceso principalmente los estudiosos y los eruditos, estos lugares también, eran centros para compartir en reuniones grupales, donde se leía en voz alta para todos.
- Tras los cambios surgidos en la edad media, la destrucción de muchas bibliotecas tras la guerra muchas eran custodiadas por los monjes

quienes protegían cuidadosamente los escritos como tesoros, restringiendo su acceso y utilizando métodos de conservación hasta el Renacimiento la cual fue una época muy importante para las bibliotecas, ya que en este período se dio el surgimiento de la imprenta, la renovación literaria, científica y artística.

Cada paso en la historia ha sido base para la consolidación de la biblioteca actual, la búsqueda de métodos de conservación de la información llevó a los especialistas a crear medios que permitieran mantener íntegra la información y sus soportes, como lo menciona la autora, desde tablas, papiros, dibujos en piedra y otros soportes cada vez más modernos y duraderos, pasando a la era del papel, la imprenta hasta los medios tecnológicos más innovadores que inician con las computadoras hasta los sistemas de red, dispositivos de almacenamiento, las bases de datos, la conservación de documentos en la nube y otros que cada vez superan al anterior.

Dentro de este proceso el papel del bibliotecólogo pasa a ser de un custodio de documentos a un facilitador de la información. Las bibliotecas dejarán de ser estantes para conservar documentos y pasarán a ser instalaciones y servicios dinámicos con capacidad para evolucionar según los cambios que el tiempo y la tecnología ameriten, alcanzando niveles competitivos de formación y apoyo académico.

La evolución de las bibliotecas ha permitido a estos espacios una mejora continua en sus productos y servicios, actualmente facilitan a las comunidades recursos bibliográficos, actividades culturales, sociales, espacios para la ejecución de sus trabajos, que impulsan la educación y fomentan la socialización. Estos centros pretenden no solo el progreso educativo y formativo, si no un lugar donde en igualdad de condiciones las personas puedan fomentar sus gustos, desarrollar el arte, la creatividad, compartir con otras personas y aumentar su conocimiento. El SINABI (2020, párr. 2) conceptualiza las bibliotecas públicas como:

(...) centros de información bibliográfica y extensión cultural, que ponen a disposición de los ciudadanos las obras más representativas del conocimiento universal, desarrollan una labor de fomento al hábito de la lectura y difusión de la información de carácter recreativo, informativo y educativo

Los recursos económicos, tecnológicos, de infraestructura y bibliográficos, están encausados por los profesionales de estos centros a facilitar el acceso al conocimiento de todas las personas en la lucha por reducir la desigualdad social brindando oportunidades de desarrollo en diferentes campos del saber. Estos centros son de gran valía para las comunidades en que se establecen.

Según IFLA/UNESCO (2001), las bibliotecas públicas se definen como:

[...] una organización establecida, respaldada y financiada por la comunidad, ya sea por conducto de una autoridad u órgano local, regional o nacional, o mediante cualquier otra forma de organización colectiva. Brinda acceso al conocimiento, la información y las obras de la imaginación gracias a toda una serie de recursos y servicios y está a disposición de todos los miembros de la comunidad por igual, sean cuales fueren su raza, nacionalidad, edad, sexo, religión, idioma, discapacidad, condición económica y laboral y nivel de instrucción.
(p. 88)

El aprovechamiento de estos recursos conlleva al bienestar de las personas, ayuda al sistema educativo a tener más herramientas para todos promoviendo la creación de nuevo conocimiento, el desarrollo social y cultural.

2.1.2. La misión y objetivos de las bibliotecas públicas

Las bibliotecas públicas tienen la misión de atender a las comunidades buscando medios para adaptar sus servicios en favor de las personas que requieran de los recursos bibliográficos y atrayendo ciudadanos con la apertura de programas y servicios cada vez más innovadores. El Manifiesto de la IFLA/UNESCO (1994, párr. 10) señala que la esencia de las bibliotecas públicas debe ser:

- Crear y consolidar los hábitos de lectura en los niños desde los primeros años.
- Prestar apoyo a la educación, tanto individual como autodidacta, así como a la educación formal en todos los niveles.
- Brindar posibilidades para el desarrollo personal creativo.
- Estimular la imaginación y creatividad de niños y jóvenes.
- Fomentar el conocimiento del patrimonio cultural, la valoración de las artes, de los logros e innovaciones científicas.
- Facilitar el acceso a las expresiones culturales de todas las manifestaciones artísticas.
- Fomentar el diálogo intercultural y favorecer la diversidad cultural.
- Prestar apoyo a la tradición oral.
- Garantizar a los ciudadanos el acceso a todo tipo de información de la comunidad.
- Prestar servicios adecuados de información a empresas, asociaciones y agrupaciones de ámbito local.
- Facilitar el progreso en el uso de la información y su manejo a través de medios informáticos.
- Prestar apoyo y participar en programas y actividades de alfabetización para todos los grupos de edad y, de ser necesario, iniciarlos.

En Costa Rica, en particular, la visión de las Bibliotecas Públicas, según el Sistema de Información Cultural de Costa Rica (2014, párr. 6), se enfoca en:

Ser una red de bibliotecas que trabaja por el desarrollo social y cultural del país, líder en servicios de información, acceso al conocimiento, extensión cultural, que garantiza la recreación y los programas que promuevan la lectura, reconocida a nivel nacional e internacional por su eficiencia y por la calidad de su gestión con capacidad de promover la investigación, la innovación, la creatividad y la difusión de la cultura nacional.

Esta visión busca el desarrollo social y cultural incentivando la lectura y el buen uso de la información, que son fundamentales para alcanzar el progreso social, educativo y tecnológico en el país, busca el desarrollo del conocimiento para la

investigación y promoción de actividades de desarrollo cultural, del arte y dinámicas que promueven el bienestar para las personas permitiendo un buen uso del tiempo y acompañamiento social.

Estas instituciones dirigen sus recursos al logro de los objetivos fijados con el fin de brindar cada vez más y mejores servicios para las comunidades, facilitando a los usuarios el alcance de sus metas educativas, formativas, así como espacios de bienestar general. Las Directrices IFLA/UNESCO (2001, p. 8) para el desarrollo del servicio de bibliotecas públicas señalan:

Los principales objetivos de la biblioteca pública son facilitar recursos informativos y prestar servicios mediante diversos medios con el fin de cubrir las necesidades de personas y grupos en materia de instrucción, información y perfeccionamiento personal comprendidas actividades intelectuales de entretenimiento y ocio. Desempeñan un importante papel en el progreso y el mantenimiento de una sociedad democrática al ofrecer a cada persona acceso a toda una serie de conocimientos, ideas y opiniones.

Estas bibliotecas, entonces, permiten minimizar la brecha social, brindando oportunidades a todos, haciendo de estas instituciones espacios importantes en las comunidades para las personas que aprovechan estos recursos.

Con el desarrollo de la información, comunicación y tecnología crece también la demanda de capacitación, formación, alcance de metas personales, crecimiento de nuevo conocimiento para todos y es donde las Bibliotecas Públicas emergen como espacios para facilitar el alcance de estos objetivos a las comunidades.

En Costa Rica, las bibliotecas públicas se han desarrollado al paso de los años cumpliendo una importante labor dentro de la sociedad, la educación y la cultura, que se encamina a promover el conocimiento y a mejorar el estilo de vida de muchos costarricenses abriendo puertas al saber, creando espacios que se modifican según la demanda de las personas y el cambio que la tecnología y el desarrollo exigen. Para resumir la historia de las bibliotecas públicas en Costa Rica, Gibrán (2017) relata:

El desarrollo de las bibliotecas en Costa Rica se puede ubicar en la segunda mitad del siglo XIX, luego de la llegada de la imprenta en 1830 y las reformas educativas que promovieron el establecimiento de la Dirección General de Bibliotecas en 1890, la creación de Bibliotecas Públicas en el distrito de San Ramón (1879) y la cabecera de provincia de Cartago (1882), Alajuela (1887) y Heredia (1890). Además, en el año 1888 se fundó la Biblioteca Nacional. Posteriormente se crearon más bibliotecas públicas por medio de la alianza con municipalidades, fundaciones o asociaciones que han identificado la biblioteca como aliado estratégico para el desarrollo cultural, social y económico del país y con las cuales se firmaron convenios en el año 1982.

En el año 1999 se crea el Sistema Nacional de Bibliotecas (SINABI) mediante decreto número 23382-C, en el que se oficializa como órgano rector de las bibliotecas públicas y de la Biblioteca Nacional, renovando las funciones y organización en concordancia con la funcionalidad institucional del momento. El proceso histórico de la Biblioteca Nacional y las bibliotecas públicas de Costa Rica ha permitido que para el año 2017 el SINABI esté conformado por 61 bibliotecas. (párr. 1-2)

2.1.3. Clasificación de las bibliotecas públicas en Costa Rica

En el país existen 60 bibliotecas públicas, según información de la suministrada por la página web SINABI (2020, párr. 2), las cuales se clasifican en 36 oficiales y 24 semioficiales, en este mismo espacio se aclara:

Las bibliotecas públicas oficiales son aquellas cuya administración y mantenimiento recae en el SINABI-Ministerio de Cultura y Juventud. Las bibliotecas públicas semioficiales creadas por decreto 11987-C del 17 de marzo de 1981, son administradas mediante la firma de un convenio entre el SINABI-Ministerio de Cultura y Juventud, las

municipalidades, las asociaciones de desarrollo comunal, las fundaciones o cualquier otra organización interesada. (SINABI, 2020, párr. 3)

A diferencia de las bibliotecas oficiales, las bibliotecas semi oficiales, según manifiesta la señorita W. Vega (Comunicación personal, 18 de febrero de 2021) son instituciones dependientes de entidades comunales las cuales deben asignar de sus ingresos, el presupuesto para el funcionamiento, motivo por el cual muchas bibliotecas semioficiales en el país no cuentan con bibliotecólogos como responsables de su gestión.

2.1.4. Servicios y productos

Idealmente los servicios que ofrecen las bibliotecas públicas se basan en las necesidades presentadas por los usuarios dentro de las comunidades. Para esto los responsables de las bibliotecas se adelantan a estas demandas realizando estudios de usuarios en busca de crear programas y servicios a la medida de las necesidades, procurando servicios cada vez más innovadores que mantengan el interés de sus usuarios frecuentes y que atraigan a una población potencial.

Las bibliotecas públicas en Costa Rica cuentan con servicios generales, algunos de ellos son anotados en página oficial SINABI (2020 párr. 1-10):

En la biblioteca:

- Cursos, talleres y capacitaciones
- Consulta y referencia para orientación al usuario
- Préstamo de salas de lectura y cómputo equipadas
- Acceso a internet
- Préstamos en sala y a domicilio de recursos bibliográficos
- Atención a usuarios con necesidades especiales
- Bibliobús: visitas a regiones con menos oportunidades de acceso a la recreación, a la cultura y a la información

Entre los servicios en línea o virtuales se ofrecen:

- Depósito legal de publicaciones producidas únicamente en formato digital.
- Pregunte a la biblioteca: consultas de información a la biblioteca.
- Atención personalizada: solicitud para consulta de colecciones especiales.
- Boletines: información en varias temáticas, así como de nuevos contenidos del portal.
- Notificación de actividades: información sobre las actividades que realizan las bibliotecas del SINABI y que son de su interés.
- Visita grupal a la biblioteca: solicitud de charla sobre la biblioteca y los servicios que ofrece para un grupo
- Búsqueda en línea: búsqueda integrada de información en el portal del SINABI.
- Solicitud de ISBN-ISSN: trámite el ISBN para libros e ISSN para publicaciones seriadas.
- Chat: para preguntas a la biblioteca utilizando el servicio de chat.

2.1.5. Usuarios

Los usuarios que frecuentan las bibliotecas públicas corresponden a un grupo de la comunidad donde se encuentra ubicada esta institución, así como investigadores y visitantes de otras regiones, según W. Vega (Comunicación personal, 18 de febrero de 2021) en su mayoría está compuesta por niños y jóvenes, sin embargo, estas bibliotecas hacen un gran esfuerzo por llegar a cada miembro de la población que lo requiera, creando espacios formativos en busca del desarrollo de nuevo conocimiento y de cambios favorables en el bienestar personal. La modalidad de trabajo de estas unidades de información busca formar grupos de personas, niños, adultos, adultos mayores, e incluso espacios de trabajo con infantes, donde las personas con características y gustos afines puedan atender sus requerimientos informativos y compartir con personas en situaciones y condiciones similares.

2.2. La población de personas adultas mayores

Las personas adultas mayores, a través de los años han pasado por cambios de imagen social según el contexto en que se vive. En los tiempos bíblicos, así como en algunas culturas, los adultos mayores eran un sinónimo de sabiduría, poderío y liderazgo; las personas jóvenes escuchaban con respeto y obediencia las enseñanzas ofrecidas por estas sabias personas. Con el paso de los años la sociedad encuentra en esta población debilidades atribuidas a los cambios inevitables de la edad, la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores (2016) menciona que “existen numerosas variables de tipo cultural, social, económico, político, biológico, psicológico e institucional que influyen en el concepto” (párr. 2). Este texto hace alusión a la vejez durante períodos históricos: la prehistoria, donde las condiciones de vida en la vejez eran casi nulas por situaciones de sobrevivencia; en el antiguo Egipto se percibía a la persona mayor como débil a causa de la pérdida de salud (ceguera, pérdida de capacidad auditiva, de capacidad física y mental), no siendo un obstáculo para que los adultos gozaran de prestigio social e imagen de sabios. En Grecia se rendía culto a la belleza y a la perfección, motivo que da inicio al deterioro del concepto de vejez, ya que esto se veía como un castigo. Los hebreos por su parte veían a los ancianos como consejeros, pero sin poder de decisión, a diferencia de los Romanos que daban a estas personas gran autoridad y poder político.

En la Edad Media se daba mucha importancia a la fuerza física y el adulto mayor es visto nuevamente como una persona débil, bajo la protección de su familia. Existía gran diferencia entre campesinos y clase noble en cuanto a la calidad de vida ofrecida a estas personas. Después de la peste bubónica se colocaba a las personas adultas mayores como cabezas de sus hogares ante la pérdida por enfermedad de personas jóvenes, los adultos mayores vuelven a asumir el liderazgo, período que decae ante la llegada del Renacimiento, donde nuevamente la belleza y la búsqueda de perfección aparecen de manera más agresiva denotado hasta en las imágenes artísticas donde se refleja a la mujer anciana con fuertes rasgos de fealdad y piel arrugada.

En el mundo moderno, el poder político se transforma y delegándose al pueblo, en este tiempo surgen las pensiones como derechos para el cuidado de las personas adultas mayores, que ya no serán responsabilidad únicamente de sus familiares, sino también, de la sociedad.

En el mundo contemporáneo las personas adultas mayores sufren al no adaptarse al mundo moderno, tiene dificultades para aprender y adecuarse a los cambios principalmente tecnológicos, sin embargo, estos avances y mejoras en la calidad de vida permiten una población cada vez más longeva, disminuye el índice de natalidad y se evidencia el envejecimiento de la población.

La Organización de Estados Americanos (OEA), en la Convención Interamericana sobre Derechos Humanos de las Personas adultas mayores (2015) define en su artículo 2º, como persona mayor, “a aquella de sesenta años o más, salvo que la ley interna determine una edad base menor o mayor, siempre que ésta no sea superior a los sesenta y cinco años. Este concepto incluye, entre otros, el de persona adulta mayor” (p. 3).

En Costa Rica, la persona adulta mayor es aquella que cuenta con 65 años o más según la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor y su reglamento (Ley 7935), sin embargo, esta cifra es solo un índice para definir a esta población, “a nivel biológico, el envejecimiento es el resultado de los efectos de la acumulación de gran variedad de daños moleculares y celulares que se producen con el transcurrir del tiempo” (Ministerio de Salud de Costa Rica, 2018, p. x); entonces, aunque se puede determinar un tiempo para considerar cuando una persona es adulta mayor, su condición real puede variar según su estado físico y mental.

Papalia y Martorell (2017) señalan que “especialistas en el estudio del envejecimiento se refieren en ocasiones a las personas entre las edades de 65 y 74 años como viejos jóvenes, a los mayores de 75 como viejos viejos y a los mayores de 85 años como los viejos de avanzada edad” (p. 526) haciendo referencia a la edad funcional de los individuos.

Existen muchas personas que disfrutan de una salud óptima aun superando los 65, 70 u 80 años, lo que se considera como un envejecimiento saludable, el cual es el “proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez” (Ministerio de Salud de Costa Rica, 2018, p. x).

Papalia, Sterns, Feldman y Camp (2009) indican que las personas pueden envejecer de diferentes formas, pero, no siempre de manera sincrónica en cada aspecto, señalan que las personas pueden variar su estado según:

- Edad cronológica: significa el tiempo en años, lo cual puede determinar una medición mínima o máxima para que las personas realicen funciones como conducir un auto, consumir alcohol u otras acciones que determinan según la edad, pero como afirman estos autores, únicamente el paso del tiempo no debe ser determinante para el desarrollo, ya que todas las personas son diferentes y pueden tener un ritmo distinto para cada cosa.
- Edad funcional: esta edad determina si una persona puede desenvolverse bien en un entorno físico y social con personas en sus mismas condiciones, o sea que una persona de edad avanzada puede tener las mismas capacidades para desenvolverse en un ambiente con jóvenes y realizar las mismas actividades. La edad no sería un impedimento para que una persona disfrute o caso contrario para que se sienta que no encaja en un ambiente determinado.
- Edad biológica: mide las condiciones físicas de una persona en cuanto al funcionamiento de sus sistemas vitales (respiratorio, circulatorio, cardíaco, digestivo, etc.), este período de vida puede variar e incluso revertirse si se toman medidas de cuidado personal y un estilo de vida saludable.

Según los aspectos mencionados, el aumento de la población se debe a un conjunto de factores que conllevan a mejoras en los estilos de vida: al desarrollo de técnicas que promuevan la salud mental y a la atención temprana de las dolencias físicas y emocionales, estos factores se alcanzan

principalmente gracias al sistema de seguridad social, a esfuerzos que realiza cada país y cada comunidad con la creación de leyes, decretos, reglamentos y programas que garanticen condiciones para optimizar la calidad de vida de las personas adultas mayores, así, en Costa Rica el Ministerio de Salud hace su parte dentro de este esfuerzo global:

Podremos garantizar los derechos de las personas de acuerdo con la aplicación de la legislación, las políticas y los planes en salud existentes en todos los niveles; bajo la premisa de que es desde el ámbito comunitario que deben robustecerse aquellas acciones que, desde el curso de vida, ayuden a que las personas vivan más y mejor. (Ministerio de Salud de Costa Rica, 2018, p. xiii).

Las condiciones personales, propias de cada individuo contribuyen en este proceso de envejecimiento poblacional, en conjunto situaciones como “dotación genética, entorno físico, entorno social, la respuesta individual y colectiva a los retos, las enfermedades, la accesibilidad, y eficacia de la atención sanitaria y la prosperidad personal” (Inui, 2003, p. 391) son elementos que hacen la diferencia entre una calidad de vida óptima o caso contrario un envejecimiento prematuro y condiciones de vulnerabilidad que en algunos casos son extremos.

Las personas adultas mayores sufren de cambios generales, que provocan que su apariencia física, funcionamiento corporal, su salud mental y otros aspectos se vean afectados de una manera cada vez más evidente, lo que provoca que su desempeño en general vaya cambiando, enlenteciéndose y fallando poco a poco, este proceso puede variar en relación con su estilo de vida, Papalia y Martorrell (2017), pp. 526-536) enlistan algunos aspectos en cuanto a los cambios físicos de las personas adultas mayores:

- Los cambios en los sistemas y órganos corporales son sumamente variables: aunque muchos de los sistemas continúan funcionando bien, el corazón se vuelve vulnerable.
- El cerebro cambia con la edad, los cambios suelen ser modestos. Las respuestas cerebrales pueden ser más lentas.

- Existen problemas de visión y audición que pueden corregirse: este es un aspecto importante de tratar para evitar lesiones o caídas, ya que son indispensables en la coordinación y desempeño de funciones diarias.
- Los ancianos duermen y sueñan menos que antes, se pueden deprimir a raíz del insomnio.
- Muchos adultos mayores mantienen la actividad sexual.

Los adultos mayores viven situaciones que hacen que la vida a la que están acostumbrados deba cambiar, en la mayoría de los casos adaptándose al uso de medicamentos, a visitas constantes al doctor, cambios en la dieta, uso de lentes, equipo auditivo, además de otras acciones y medios que les permitan mantener su estilo de vida lo mejor posible. Estos mismos autores señalan en cuanto a la salud física y mental:

- La mayoría de los adultos mayores son razonablemente sanos: reflejo de un estilo de vida saludable, aunque puede haber condiciones crónicas que afectan su desempeño.
- El ejercicio y la dieta son de suma importancia para mantener una buena salud y un bienestar general.
- La nutrición se puede ver afectada por la pérdida de dientes.
- Las personas adultas mayores suelen gozar de buena salud mental.
- Enfermedades como la depresión, el alcoholismo tienen tratamiento a diferencia de otras como la enfermedad del Alzheimer que es irreversible y degenerativa, esta es hereditaria, para lo cual es importante un diagnóstico temprano; se puede construir una reserva cognoscitiva que ayude al cerebro a funcionar mejor bajo estrés, así como la terapia conductual y los medicamentos que ayudan a enlentecer el deterioro.

Las prácticas físicas y de salud mental, entonces, son indispensables para prolongar la buena salud y mantener en buenas condiciones a estos individuos, los sistemas de salud se encargan de tratar las dolencias físicas de las personas adultas mayores, mientras que otros sectores de la sociedad se encargan de mejorar otras áreas como la recreación, el deporte, la socialización, entre otras.

2.2.1. Características de la población adulta mayor.

Atendiendo al llamado de instituciones y organizaciones que conocen y promueven buenas prácticas para mejorar la condición de vida de estos ciudadanos, los especialistas de la información deben conocer las características y derechos de los adultos mayores y la manera en que desde sus servicios puedan hacer su aporte en la mejora en la atención de esta población.

Para las personas adultas mayores resulta muy difícil continuar el estilo de vida que mantienen desde la juventud, pese a que la vida está llena de cambios en todos los aspectos, esta población se encuentra con limitaciones físicas, económicas, sociales, familiares, emocionales y otras que resultan inevitables, irreversibles y progresivas.

Muchas personas adultas mayores disfrutan del privilegio de tener una familia que les brinda seguridad, estabilidad, compañía amor y una vida digna; otros tienen posibilidades económicas que facilita la adquisición de productos y servicios para disfrutar de una vejez cómoda; sin embargo, otras personas no cuentan con familia, trabajo o estabilidad económica, principalmente, es en estos casos cuando la sociedad debe buscar formas alternas que aseguren las condiciones generales de las personas y disminuir la desigualdad social, económica, educativa, afectiva, de salud, entre otras. Oliveri (2020) señala en su blog:

En Costa Rica más de 300 mil personas (cerca de 6% de la población) prestan apoyo frecuentemente a algún familiar o amigo para realizar actividades básicas y/o instrumentales de la vida diaria. En la mayoría de los casos la persona que cuida es hijo o hija (43%) o cónyuge (32%) de la persona con dependencia. (párr. 4)

La Universidad de Costa Rica (2020), en su página web hace referencia al Informe del Estado de Situación de las Personas Adultas Mayores en el país, este informe destaca algunas características que muestran cuál es la situación actual para esta población respecto a:

Cuadro 1

Compilación de datos sobre el estado de la situación de las personas adultas mayores según la Universidad de Costa Rica

Situación	Descripción
Estabilidad Económica:	<ul style="list-style-type: none">• un 18% de los hogares con adultos mayores en el país son pobres.• un 13% de las personas pensionadas continúan laborando para aumentar sus ingresos y mantener beneficios en cuanto a seguridad social.• 59% de las personas adultas mayores que laboran son trabajadores independientes, 26% trabajan desde su casa y 13% trabajan en actividades agrícolas.• Cada vez se reflejan más personas con secundaria completa, que se encuentran solas, separadas, divorciadas o que viven en unión libre.
Acompañamiento y convivencia:	<ul style="list-style-type: none">• En San José existen 46 Centros de atención para adultos mayores, pero se estima que esta cifra es insuficiente para atender a la creciente población de personas que requieren de sus servicios.• En Costa Rica existen un total de 135 centros diurnos y fundaciones para atención de adultos mayores• Se busca que la atención de estas personas sea integral (social, emocional, cultural y de promoción de la salud)• Las redes de cuidado que ha desarrollado el país permiten actualmente la atención de 15 mil adultos mayores en 53 centros.• Aunque la mayoría de las personas adultas mayores viven con sus familias siguen expuestas, en muchos casos, a condiciones vulnerables.

<p>Discriminación y violencia:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Según el informe en mención el 43% de los adultos mayores reportan haber sido víctimas de algún tipo de violencia. • Entre los abusos más frecuentes reportados según Enadis (2018), destacan el abandono, la negligencia, abuso institucional, privación de seguridad social y servicios de salud, además, agresión psicológica, física, hurtos y agresión con arma. • El informe del Centro Centroamericano de Población (CCP) y Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) muestra percepciones de otros grupos que asocian a esta población con la pérdida de respeto, deterioro de su salud, aislamiento social, falta de independencia y depresión.
------------------------------------	--

Nota. Elaboración propia con datos tomados de la página web de la Universidad de Costa Rica (2020), respecto al Informe del Estado de Situación de las Personas Adultas Mayores en el país.

La situación mostrada en el informe presentado por la Universidad de Costa Rica evidencia el vulnerable escenario de las personas adultas mayores en el país y acrecienta la necesidad de búsqueda de soluciones para que esta cifra pueda disminuir mostrando el desarrollo del país en cuanto a conciencia social.

2.2.2. Población Adulta Mayor y Legislación

En relación con lo mencionado: “se evidencia que hay cada vez más personas adultas mayores conscientes de sus derechos y que buscan activamente protegerlos y demandarlos” (UCR, 2020, párr. 36).

El reconocimiento de las leyes y derechos que ampara a la población mayor es un paso importantísimo en el alcance del bienestar para estas personas, la divulgación, conocimiento y respeto de esta legislación permite impulsar una cultura social en cuanto al trato, beneficios y servicios ofrecidos a esta comunidad.

En el país, el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), cuenta con instrumentos bibliográficos físicos y digitales donde publica la información y aplicación de las leyes y directrices en beneficio de esta

población. A partir del folleto Normativa en beneficio de la Población Adulta Mayor del CONAPAM (2013) se presenta en el siguiente cuadro se resume textualmente este apartado:

Cuadro 2

Recopilación de normativas de Costa Rica en relación con el adulto mayor, según el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor

Legislación	Año	Descripción
Constitución Política	07 de noviembre de 1979	Este importante instrumento establece derechos y obligaciones para la población, detalla el artículo 50 y 51, el Estado debe procurar el mayor bienestar de la población; busca la protección especial para grupos vulnerables como son las personas adultas mayores. Además, el numeral 83 indica que el Estado debe patrocinar y organizar la educación de los adultos para combatir el analfabetismo, brindar oportunidades en la condición intelectual, social, cultural y económica.
Ley N°7935, Ley Integral para la Persona Adulta Mayor	25 de octubre de 1999	Es la normativa principal que regula la temática sobre envejecimiento y vejez. Establece derechos y garantías para la protección de las personas adultas mayores de 65 años, establece las obligaciones y responsabilidades para las instituciones públicas, promoviendo programas, proyectos, servicios dirigidos a esta población. Brinda pautas sobre el Derecho para mejorar la calidad de vida: derecho a la educación, jubilación,

		<p>actividades culturales y deportivas, vivienda digna, créditos, hogar y atención, atención hospitalaria, asistencia social, protección jurídica, trato preferencias, entre otros; derechos laborales: derecho a ser seleccionados para laborar, no ser discriminados por edad, evita la explotación, igualdad de condiciones; derechos de residentes usuarios de establecimientos privados: relacionarse con familiares, recibir información y costos de establecimientos, no ser aislados, respeto de su privacidad, entre otros; derecho a la integridad; derecho a la imagen.</p>
<p>Ley N°7052, Ley del Sistema Financiero Nacional para la Vivienda</p>	<p>13 de noviembre de 1986 y sus reformas</p>	<p>En el artículo 51, mediante la reforma la Ley N°8924 del 3 de febrero del 2011 se crea el subsidio de bono de vivienda para personas adultas mayores sin núcleo familiar, permite también bonos para reparaciones o ampliaciones para personas con ingresos bajos, en su artículo 59 según modificación de la Ley N°8534 del 20 de julio de 2006, para aquellas que no puedan realizar actividades para su sustento o no cuenten con núcleo familiar que les pueda apoyar.</p>
<p>Ley N°8783, Reforma a la Ley de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares N°5662</p>	<p>13 de octubre de 2009</p>	<p>Crea el Fondo de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares (FODESAF) el cual cuenta con un porcentaje que se destina a la atención de personas adultas mayores internadas en establecimientos o centros de cuidado.</p>

Ley N°8718, Autorización para cambio de nombre de la Junta de Protección Social y establecimiento de la distribución de las ventas de lotería nacional	17 de febrero de 2009	Designa un porcentaje de utilidad neta de la lotería, juegos y otros productos de azar sea otorgado a entidades que se dedican a la atención y protección de las personas adultas mayores, incluidos centros diurnos, hogares, albergues.
Ley N°8153 Reforma al Artículo 54 y Derogación del Tránsito Único de la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor, N°7935	14 de noviembre de 2001	Define que los establecimientos públicos, privados y mixtos, que destinados a la atención de la población adulta mayor deben habilitarse y estar en proceso de acreditación ante el Ministerio de Salud para que el CONAPAM y el IMAS puedan autorizar el financiamiento de recursos del Estado o brindarles el bienestar social para sus programas.
Ley N°7983, Ley de Protección al Trabajador	18 de febrero de 2000	Fortalece el régimen No Contributivo mediante el cual la CCSS otorga pensión a personas adultas mayores de bajos recursos. Universaliza este régimen para beneficiar a todos los adultos con esta condición.
Ley N°7972, Creación de Cargas Tributarias sobre Licores, Cerveza y Cigarrillos	22 de diciembre de 1999	Asigna recursos económicos al CONAPAM para la operación y mantenimiento, en procura de mejoras en la calidad de atención de los hogares, albergues, centros diurnos públicos y privados para la atención de las personas adultas mayores. Financia programas de atención, rehabilitación o tratamiento de personas en

		necesidad o indigencia, además de programas de organización, promoción, educación y capacitación para mejorar la calidad de vida y permita la permanencia de los adultos mayores en sus familias y comunidades.
Ley N°7936, Reformas al Artículo 33 de la Ley Reguladora de Transporte Remunerado de personas en vehículos automotores, N° 3503	15 de noviembre de 1999	Establece para personas adultas mayores que hagan uso del transporte colectivo remunerado, viajarán sin costo alguno cuando las distancias no excedan los 25 kilómetros. En viajes mayores a 25 kilómetros y menores a 50 pagaran la mitad del pasaje y en desplazamientos superiores de 50 kilómetros pagaran un setenta y cinco por ciento del pasaje.
Decretos		
Decreto N°37165-S	04 de junio de 2012	Establece la regulación que permite articular y fortalecer los hogares de larga estancia de personas adultas mayores para el desarrollo e implementación de actividades referentes al cuidado básico, higiene personal, apoyo en la vida diaria, alimentación, rehabilitación, recreación, nutrición, estimulación mental, especialmente para aquellas en riesgo social.
Decreto N°36607-MP	13 de mayo de 2011	Declara de interés público la conformación y desarrollo de la Red de Atención Progresiva para el Cuido Integral de las Personas adultas mayores en Costa Rica

Decreto N°36511-MOPT	29 de marzo de 2011	Reglamento para determinar las excepciones del pago de la tarifa del servicio de transporte colectivo regular las personas modalidad tren, mediante la exención total o parcial del pago de personas adultas mayores de 65 según desplazamiento.
Decreto N°94961-MP	25 de noviembre de 2008	Reglamenta para que CONAPAM califique a personas solas que soliciten el Bono de la Vivienda.
Decreto N°33158-MP	9 de mayo de 2006	Declara el 15 de junio de cada año como "Día Nacional contra el abuso, Maltrato, Marginación y Negligencia contra las personas Adultas Mayores"
Decreto N°33131-MP	3 de abril de 2006	Establece la creación del Premio "Diego Fernando Trejos Corrales- por el Mejoramiento de la Calidad de Vida de las Personas Adultas Mayores".
Decreto N°32062-MP-S	27 de setiembre de 2004	Establece el 1° de octubre de cada año como "Día de la persona Adulta Mayor".
Decreto N°30571-S	25 de junio de 2002	Establece el reglamento general de habilitación de establecimientos de salud y afines, para definir la clasificación a la que pertenecen los centros de atención de adulto mayor.
Decreto N°30107-MOPT	22 de enero de 2002	Determina las excepciones del pago de la tarifa del servicio de transporte colectivo a personas adultas mayores de 65 años.
Decreto	7 de agosto de	Determina la participación del CONAPAM en el desarrollo de

N°28867-MP	2000	campañas de comunicación de instituciones públicas y descentralizadas, dirigidas a las personas adultas mayores o población en general.
------------	------	---

Nota. elaboración propia con datos tomados del folleto Normativa en beneficio de la Población Adulta Mayor del CONAPAM (2013)

Tanto a nivel mundial como nacional, muchos Estados ante la situación que se evidencia y con miras a buscar soluciones de mejora, dan a conocer sus leyes y reglamentos con el fin de informar a la población y a los organismos competentes para que sean aplicadas de la manera más estricta y que los ciudadanos mayores puedan tener mejores condiciones de vida. En el marco jurídico internacional existen fuentes donde se establecen los derechos de las personas de edad avanzada, como lo sintetiza Villareal (2005) en el siguiente cuadro de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL):

Cuadro 3

Compilación de datos sobre los derechos de las personas mayores, establecidos en instrumentos internacionales, según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe

	Denominación	Carácter normativo	Especificaciones
Naciones Unidas	Declaración Universal de Derechos Humanos (1948)	No vinculante	Establece derechos fundamentales como el de igualdad y la prohibición de discriminación por cualquier condición, el derecho a la seguridad social y a condiciones de vida adecuadas, los que son aplicables por extensión a las personas mayores y de gran importancia para el desarrollo de las libertades en la vejez.
	Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966)	Vinculante	No contiene referencia explícita a los derechos de las personas mayores. Sin embargo, el artículo 9 relativo al "derecho de toda persona a la seguridad social, comprendiendo los seguros sociales", supone implícitamente el reconocimiento de un derecho a las prestaciones de la vejez. Las disposiciones del Pacto se aplican plenamente a todos los miembros de la sociedad, por lo que es evidente que las personas mayores deben gozar de la totalidad de los derechos en él reconocidos.
	Resolución 46/91 sobre Principios de las Naciones Unidas en favor de las Personas de Edad (1991)	No vinculante	Se enuncian cinco principios que tienen relación estrecha con los derechos consagrados en los instrumentos internacionales: independencia, participación, cuidados, autorrealización y dignidad.
	Recomendación 162 de la OIT (1980)	No vinculante	Relativa a la aplicación de un programa que permita a los trabajadores prever las disposiciones necesarias, con el fin de preparar su jubilación y adaptarse a su nueva situación, proporcionándoles información apropiada.
	Recomendación relativa a la seguridad social de la OIT (2001)	No vinculante	Hace un llamado especial a considerar las repercusiones que impone el envejecimiento de la población a la seguridad social, tanto en los sistemas de capitalización como en los de reparto.
	OEA	Convención Americana sobre Derechos Humanos (1969)	Vinculante
Protocolo Adicional en materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (Protocolo de San Salvador, 1999)		Vinculante	Es el único instrumento vinculante que estipula derechos básicos para las personas mayores. El artículo 9 indica que: "Toda persona tiene el derecho a la seguridad social que la proteja contra las consecuencias de la vejez", y el artículo 17 señala que: "Toda persona tiene derecho a la protección especial durante la ancianidad. En tal cometido, los Estados partes se comprometen a adoptar de manera progresiva las medidas necesarias a fin de llevar este derecho a la práctica".

Nota: Mónica Villareal Martínez, CEPAL (2005)

En cuanto a las instituciones que trabajan en favor del bienestar de las personas adultas mayores en Costa Rica, algunas de ellas son:

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), el cual es el órgano que regula todo lo referente a las personas adultas mayores en el país, mediante esta institución se busca el beneficio de muchas personas, buscando concientizar a la población y tomando acciones en conjunto con instituciones

públicas y privadas que brindan servicios y apoyan a esta población, en su página principal se conceptualiza sobre esta institución:

Este es el órgano rector en materia de envejecimiento y vejez en Costa Rica, que busca garantizar el mejoramiento en la calidad de vida de las personas adultas mayores mediante la formulación y ejecución de las políticas públicas integrales que generen la creación de condiciones y oportunidades para que las personas adultas mayores tengan una vida plena y digna. (CONAPAM, 2014, párr. 1)

Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO), como lo menciona en su misión: “es una organización no gubernamental que desarrolla programas sociales y servicios para las personas adultas mayores, promovemos la incidencia política y la sensibilización acerca de la vejez y el envejecimiento” (AGECO, 2019, párr. 1), esta institución busca incorporar a los adultos mayores como parte activa de la sociedad mediante la creación de programas sociales, culturales, educativos que facilitan la socialización, crea espacios físicos y virtuales donde estos ciudadanos pueden disfrutar de los programas que se desarrollan con el fin de mejorar su calidad de vida.

Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), que brinda ayudas mediante el beneficio de Atención a Familias, que dispone de un aporte económico al ingreso familiar propiciando mejores condiciones de vida, que favorece a las personas adultas mayores (IMAS, 2021), mediante este aporte se busca mejorar económicamente la calidad de vida de muchos adultos mayores que viven condiciones de pobreza.

Además de estas instituciones, el Ministerio de Salud, mediante el documento Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable, basado en el Curso de Vida 2018-2020, enlista una serie de instituciones públicas que mediante programas o proyectos realizan acciones que benefician a esta población y sus familias, esta información se dispone en el siguiente cuadro:

Cuadro 4

Iniciativas institucionales para adultos mayores según la Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable según el Ministerio de Salud de Costa Rica

Institución	Nombre del Programa o proyecto
Universidad Nacional	Envejecimiento saludable en zonas urbanas y rurales. Un análisis comparativo para su comprensión y promoción a nivel nacional.
	Modulación del proceso de envejecimiento.
	Proyecto Longitudinal. Estudio del envejecimiento exitoso en personas adultas mayores que acuden a programas educativos universitarios: efectos en su bienestar socioemocional y cognitivo (Proyecto LOL, Longitudinal Older Learners).
	Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM).
Universidad de Costa Rica	Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor PIAM-Programa Educativo.
	Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor PIAM-Voluntariado, facilitadores, Capacitación educación para mayores.
	Centro Centroamericano de la Población-CCP; ámbito de acción multidisciplinario en investigación, capacitación y diseminación de información en población con un ámbito centroamericano.
Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral (Dirección Nacional de CEN-CINAI)	Proyecto Niñez Ciudadana
	Programa Somos Familia
	Proyecto Recreando Valor
	Proyecto Huerta Adulto Mayor en Río Celeste de Guatuso
Asociación Empresarial para el Desarrollo (alianzas	Yo emprendedor
	Vivir la integración

público -privadas)	Relacionamiento estratégico con la comunidad
	Respuesta empresarial al VIH/SIDA
	Red de empresas inclusivas
	Prácticas responsables con consumidores
	Prácticas Laborales
	PIAD
Unión Nacional de Gobiernos Locales	Carrera administrativa municipal
	Incidencia política
	Comunicación
Patronato Nacional de la Infancia	Unidades Móviles
Ministerio de Educación Pública	Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente (PANEA)
	Programa de Huertas Estudiantiles
	Programa de Estudios de Educación para el Hogar de Primero y Segundo Ciclos.
Consejo de la Persona Joven	Programa institucional para personas jóvenes con discapacidad
	Programa Ponele a la Vida
Caja Costarricense de Seguro Social	Programa Normalización de la Atención de la Persona Adulta Mayor
	Programa Ampliado de Inmunizaciones
	Vacunación Influenza Adulto Mayor
	Ciudadano de Oro
	Régimen de Pensiones No Contributivas
	Régimen de Pensiones de Invalidez, Vejez y Muerte
	Atención especializada en Geriatría, Hospital Dr. Raúl Blanco Cervantes como HNGG
	Atención especializada en Geriatría en otros centros
Instituto Nacional de las Mujeres	FOMUJER: Fondo de Fomento a las Actividades Productivas y de Organización de las Mujeres

	Proyecto Emprende: brinda apoyo técnico y acompañamiento para mujeres con potencial empresarial
	Programa Avanzamos Mujeres: de capacitación y formación humana
	Proyecto INAMU-PNUD sobre el Sello de Igualdad de Género para organizaciones

Nota: Ministerio de Salud. Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable. Basado en el Curso de Vida 2018-2020

2.2.3. Problemáticas de la población adulta mayor

La Organización Mundial de la Salud (2017) manifiesta dentro de la problemática de las personas adultas mayores:

- Aumento poblacional: según se calcula, entre 2015 y 2050 la población mayor casi se duplicará, pasando de 12 a 22%.
- Deterioro de la salud física y mental: las personas adultas mayores según su genética experimentan, de manera inevitable cambios en su salud que son progresivos, con el paso del tiempo problemas físicos como pérdida de audición, de vista, de fuerza física, diabetes, hipertensión arterial, otros y mentales como demencia senil, depresión, alzhéimer y otros que provocan discapacidad, afectan el buen desarrollo y disfrute de la vida en esta población.
- Abuso de sustancias: consumo de alcohol, cigarro, algunas drogas, entre otros hábitos negativos que dañan paulatinamente la salud.
- Pérdida de seres queridos: durante la etapa de adulto mayor, las personas empiezan a experimentar la pérdida de personas cercanas, familia, amigos, esposos, entre otras personas allegadas esto hace que la situación de vida se vuelva muy triste, aislada y solitaria.
- Maltrato: las personas adultas mayores pueden ser vulnerables a maltrato físico, psicológico, sexual, económico, entre otros. Muchas personas adultas mayores se ven obligados a abandonar sus casas para ser reubicados en hogares de cuidado donde deben permanecer lejos a su núcleo familiar, se les priva del manejo económico de sus bienes y en

ocasiones pueden ser tratados con indiferencia, experimentando soledad, depresión y pérdida del sentido de la vida.

- Pérdida de independencia: este factor es muy relevante en esta población, pasar de vivir una vida de independencia y autosuficiencia, a depender del cuidado y la ayuda de otras personas, lo que aumenta en los adultos mayores la posibilidad de experimentar demencia o depresión, debido a la pérdida de capacidad física y mental, máxime si estos actos no se realizan por personas cercanas que ofrezcan amor, confianza, paciencia y perseverancia al adulto mayor.

La difícil situación experimentada por las personas adultas mayores se convierte en una preocupación social, la OMS (2017) hace un llamado a las personas a concientizar sobre la problemática que vive estas personas y la manera en que, desde diversas áreas se puede mejorar el estilo de vida de esta población. Si bien es cierto, muchas de las circunstancias que experimentan como las físicas y mentales dependen de cada individuo, de la manera en que vive, de sus costumbres y su genética, así como de las condiciones de vida, existen acciones que desde diversos campos pueden enlentecer el desarrollo y promover enfermedades como la depresión, existen otros programas que participan en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas como son los programas de promoción de la salud, promoción de la lectura, actividades recreativas, de esparcimiento y de compartir.

Aunado a lo anterior, la aparición de la pandemia es otro elemento que acrecienta la problemática que vive la población adulta mayor. A partir del año 2020 ante la presencia del virus SARS-CoV-2 que causa la enfermedad conocida como COVID-19, esta población se torna más vulnerable ante la pandemia que vive el mundo entero. Esta enfermedad respiratoria, altamente contagiosa, ha venido a transformar la vida de todas las personas, en especial aquellas con condiciones de salud delicada, como son las personas adultas mayores quienes tienen factores de alto riesgo propias de la edad, lo que las hace muy propensas al contagio, situación que obliga a un aislamiento social para reducir las posibilidades de contraer este virus.

La adaptación ante esta nueva normalidad ha requerido una mayor demanda de las instituciones en cuanto a la oferta de servicios tecnológicos, para facilitar el acceso la información, comunicación, productos y otros requerimientos.

Por lo tanto, es necesario que la atención a la población adulta mayor sea promovida en diversos sectores de la sociedad, como es el caso de las bibliotecas públicas, para lograr acrecentar la conciencia de seguridad social, servicio y bienestar en las comunidades.

2.2.4. Las bibliotecas públicas y las personas adultas mayores

Las bibliotecas públicas en su labor social contemplan a estas personas como una población importante de atender, por las condiciones antes mencionadas, en referencia a su estado de salud y emocional. Estas instituciones realizan esfuerzos por crear programas a la medida de las necesidades de su población. Para el caso de las personas adultas mayores, la labor de las bibliotecas significa mejoras en su calidad de vida física y emocional. Lamentablemente, muchas de estas personas desconocen los beneficios que estas instituciones pueden proveer y es importante que las bibliotecas se proyecten para tener visibilidad en la comunidad, acercando sus servicios a cada usuario real o potencial.

Retomando la descripción del SINABI, dentro de los espacios ofrecidos para la población mayor, según lo describe H. Benítez (Comunicación personal, 12 de mayo de 2021), en algunas bibliotecas del país se implementan programas tales como:

- La biblioteca pública de la mano con la persona adulta: este programa ofrece actividades virtuales para motivar a la lectura y aprender leyendo, son programas de fomento a la lectura que se realizan con personas adultas mediante redes sociales como el Facebook de la Biblioteca y WhatsApp.
- Huellas de oro: es un programa diseñado especialmente para los usuarios adultos mayores, en estas actividades se realizan conversatorios, lecturas y se les invita a compartir sobre experiencias propias de lecturas que hayan realizado, se rescatan historia del cantón,

estas dinámicas se trabajan una vez al mes, el primer viernes de cada mes, si el tema lo permite se les incluye música para ambientar la actividad.

- Programa puertas abiertas: son programas de extensión bibliotecaria y cultural que mediante el aprovechamiento de recursos lúdicos, tecnológicos, documentales y audiovisuales llegan a diversos centros, trasladando al personal con sus recursos en busca de promover la lectura, y llegar a la mayor cantidad de personas y lugares donde se requiera (CEN CINAI, Escuelas, Cárceles).

En la actualidad, ante la presencia del virus SARS-CoV-2, las bibliotecas han tenido que enfocarse en la promoción de servicios en línea para llevar la información a las personas que lo requieren hasta sus hogares.

Los especialistas de la información pueden ver esta situación como un reto laboral y encontrar nuevas maneras innovadoras de ofrecer servicios remotos. Las personas aprovechan la conexión mediante internet y sus herramientas tecnológicas de comunicación para mantenerse en contacto con sus seres queridos, el acceso a redes sociales, a comunidades con intereses comunes mediante la web, aumentan las dinámicas en línea, foros, chat, talleres, entre otros.

Las personas adultas mayores pueden verse beneficiados por los servicios ofrecidos por las bibliotecas como un medio de aprendizaje, de actualización, comunicación y socialización, sin embargo, muchos de ellos encuentran en la tecnología un reto muy difícil de superar, motivo por el cual el acompañamiento profesional es de gran ayuda en el proceso de superación de este obstáculo.

Estos servicios de lectura guiada o biblioterapia se convierte para las personas adultas mayores en una herramienta muy oportuna en estos tiempos, ya que permite a las personas encontrar en la lectura, las dinámicas, los juegos y los espacios de compartir una buena forma de enfrentar tiempos difíciles y aprender cosas nuevas, incluso desde su propia casa.

Desde la biblioterapia se pueden aplicar nuevas tendencias creativas para transmitir la información de diferentes formas que atraigan a la población usuaria garantizando el interés en el aprendizaje.

En los adultos mayores las actividades lúdicas son además de un entretenimiento una buena herramienta para llegar a la información y mantener un buen estado emocional y mental, desde el uso de juegos o gamificación como se conoce actualmente se puede ejercitar la mente con dinámicas como recordar imágenes, juegos de investigación, comprobación de conocimientos o juegos en que la suerte favorece al jugador, estos ejercicios además de traer entretenimiento son un buen medio para llegar a las personas desde los servicios bibliotecológicos, como mencionan Gómez y García (2018)

El juego es una metodología natural que en muchos casos sirve como herramienta de aprendizaje y de adquisición de habilidades y competencias. Jugar es una actividad placentera, sorprendente, incluso imprevisible, en la que la participación activa provoca que aumente la motivación y en la que se premia por conseguir objetivos y superar retos, por lo que es más fácil alcanzar metas que en otros contextos pueden resultar complicadas. (p. 125)

A nivel internacional se conoce de la existencia de programas enfocados en atender a la población de personas adultas mayores desde las bibliotecas obteniendo excelentes resultados, tanto para la mejora de los servicios bibliotecológicos como de su calidad de vida, un ejemplo de esto es el Programa Biblioterapia para mayores, de España, el cual según la Asociación de Profesionales de la Narración Oral en España (2019) es un

Proyecto de animación a la lectura de extensión bibliotecaria organizado por la Biblioteca Municipal de Soto del Real orientado a los usuarios de las residencias de la tercera edad, hogar del pensionista y a las personas adultas mayores del municipio con dificultades de movilidad. (párr. 1)

Este proyecto ha sido ganador de reconocimientos por parte del Ministerio de Cultura, ha recibido el Premio IX Congreso Nacional de Bibliotecas Públicas

2018, así como Premio REBIUN 2019, gracias a su iniciativa de atención a personas adultas mayores mediante lecturas, canciones, poesías, narraciones, entre otras actividades que han demostrado que tienen un efecto positivo en el bienestar de las personas adultas mayores

En la provincia de Camagüey, Cuba, según un estudio realizado por Afonso, Acosta y Barrera (2018), ente los años 2016 -2017 se implementa mediante un estudio de caso un programa de biblioterapia para personas adultas mayores que asisten a un grupo denominado Círculos del Abuelo, del Consejo Popular de Guáimaro Norte, mediante este estudio se ha podido afirmar que estas dinámicas contribuyen al desarrollo de la vejez, promueve prácticas para que las personas adultas mayores tengan una mejor calidad de vida, así como la efectividad de su implementación desde el campo bibliotecológico.

2.3. La Biblioterapia

2.3.1. Definición de Biblioterapia

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

Aunque la definición gira en un solo eje (lectura-terapia) muchos autores hacen aportes desde su conocimiento y experiencia donde amplían el ámbito de acción de esta técnica desde sus enfoques personales.

Para Gómez (2011) la biblioterapia son “prácticas en las que se utilizan textos como coadyuvantes en el tratamiento de personas afectadas por dolencias físicas o mentales que enfrentan momentos de crisis o de dificultad –la exclusión, la integración social, la separación de la familia, la comunicación, etc.”(p. vi) desde esta perspectiva, Gómez hace alusión no solo a personas enfermas, si no con dolencias emocionales o situaciones personales como la soledad y el abandono, desde esta visión la biblioterapia ayuda a personas en diversas situaciones que encuentran en la lectura y en los encuentros grupales

medios para soportar momentos de prueba, carencias y mejorar su enfoque de vida, este mismo autor resalta la importancia de la lectura compartida, definiendo la biblioterapia desde el aporte de Caldín (2001) el cual conceptualiza esta técnica como: “lectura dirigida y discusión en grupo que favorece la interacción entre las personas, llevándolas a expresar sus sentimientos, miedos, angustias y ansiedades” (p. 36), manifiesta que desde esta dinámica la persona que recibe la terapia ya no se verá más como un ser aislado, puede compartir desde estas actividades sus experiencias y vivencias con personas en situaciones similares, lo que produce una sensación de acompañamiento y comprensión al escuchar y expresarse en ambientes afines.

Así mismo, Oliveira, Fortkamp y Pinheiro da Silva (2006) indican que “los estudiosos de la biblioterapia lo asocian con la salud mental, el ajuste personal y social, la resolución interna de conflictos, la externalización de problemas íntimos y lo consideran como un complemento terapéutico en medicina y psiquiatría” (p. 400). Enfocando la utilización de la biblioterapia como un medio de tratamiento profesional complementario que permiten una sanidad mediante la interiorización individual y el acompañamiento con otras personas.

La mayoría de los biblioterapeutas, se basan en las lecturas para ejecutar las terapias, autores como Arias, Miguez, Molino, Rega (2000) indican respecto a las temáticas y medios que dentro de las posibilidades: “se plantea al libro como uno de esos recursos válidos. Se trata de la utilización terapéutica del libro, o sea de la biblioterapia, pero tomando por tal (libro) a 'toda letra escrita' ” (p. 88). Esta posición permite ampliar la visión de estas terapias a otros medios no únicamente libros, como lo son la música, los relatos, los videos, los cuentos e incluso juegos y dinámicas que sean medios para transmitir la información, donde los participantes puedan interactuar de una manera dinámica y creativa, esta posición es respaldada por Caldín (2001) citando a Alice Bryan (1949) quien define la biblioterapia como:

Una receta de materiales de lectura que ayudan a desarrollar la madurez y nutrir y mantener la salud mental. Incluye en biblioterapia; novelas, poesía, obras de teatro, filosofía, ética, religión, arte historia y libros científicos. Se presenta como objetivos: permitir al lector verificar que

hay más de una solución a su problema; ayudar al lector a verificar sus emociones en paralelo con emociones de los demás; ayudar al lector a pensar sobre la experiencia indirecta en términos humanos y no materiales; proporcionar información necesaria para la resolución de problemas y alentar al lector para enfrentar su situación de manera realista para llevar a la acción. (p. 33)

Autores como Sousa y Fortkamp (2018) entienden el concepto y mencionan que la

“Biblioterapia va más allá y puede traducirse como el cuidado de los demás a través de historias, ya sean leídas, narradas o dramatizadas. Este cuidado también se brinda a través del diálogo y la interacción con todos los involucrados en el proceso para que sea posible producir significado y construir un nuevo texto y un nuevo ser, que se produce a partir de la interpretación y la comprensión”. (párr. 175)

Al igual que a un niño cuando lee un cuento infantil, las lecturas permiten a los individuos involucrarse en otros mundos, en otros contextos y desde experiencias ajenas, vivir emociones y situaciones nuevas renovando sus pensamientos con base en nuevo conocimiento.

Entonces, se puede ver la biblioterapia como una dinámica que utiliza la información a través de diversos métodos y que por los resultados esta información puede influir no solo en la manera de pensar o el aprendizaje, sino que tiene efectos que causan cambios de mejora en la salud física simultáneamente.

Si el individuo canaliza sus emociones de manera positiva esta se refleja también en la salud corporal. La Organización Mundial de la Salud (2019) define la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (párr. 1). Para alcanzar este estado de bienestar es necesario que exista un equilibrio entre la mente y el cuerpo. Como lo menciona la página del Observatorio de Discapacidad Física (2016), “Las personas afectadas por un problema de salud mental, tienen más probabilidades de sufrir otras patologías como diabetes,

cardiopatías y cáncer de colon y de mama” (párr. 2). Podemos afirmar entonces que la biblioterapia produce beneficios globales en el estado de salud del individuo.

2.3.2. Antecedentes de la biblioterapia:

Muchos autores a través del tiempo han realizado estudios donde además de describir lo que para sí representa la biblioterapia, demuestran sus múltiples beneficios y la manera en que se puede aplicar sacando el mayor provecho a esta dinámica terapéutica. Según estos autores el término “biblioterapia” se comienza a escuchar desde tiempos muy antiguos, tiene su base teórica desde diversas disciplinas (medicina, psicología, bibliotecología, educación), lo que demuestra que es una práctica interdisciplinaria y cuentan su historia desde diferentes estudios y perspectivas:

Castro (2017), hace referencia a las primeras fuentes bibliográficas en registrar la relación entre la salud y la lectura, mencionando autores como el clérigo alemán Giorg Heinrich Gotze (1667-1728) quien en su libro “Biblioteca de enfermos” refiere al médico y químico norteamericano Benjamín Rush, el cual recomendaba la existencia de pequeñas bibliotecas en los centros médicos y la conveniencia de orientar a ciertas lecturas como parte de los tratamientos de personas con trastornos mentales. Esta autora afirma que años después en Europa y Estados Unidos, se buscan métodos más humanitarios para atender enfermedades mentales.

Castro, menciona al autor John Minson Galt, quien fue uno de los pioneros en la biblioterapia, el cual realiza un artículo publicado en 1853 donde resalta los beneficios de los libros en el tratamiento de los pacientes psiquiátricos. Sin embargo, esta autora hace alusión a los cambios definidos en el siglo XX, con el conocimiento y actualización de información sobre el papel de las bibliotecas y su participación dentro de esta actividad mediante la promoción de la lectura de tal manera que para el año 1904 se consideraba inherente a las funciones del bibliotecario; por tanto, parte de la disciplina bibliotecológica.

Pereira, Borges y Silva (2017) señalan la lectura como actividades terapéuticas del pasado:

En el viejo Egipto, el faraón Ramses II, colocaba en el frontispicio de su biblioteca la frase "Remedios para el alma" y Las bibliotecas estaban ubicadas en templos llamados "casas de vida". El romano Aulus Cornelius Celsus usó la lectura como un procedimiento médico, recomendándolo y discutiendo trabajos de estudiosos de la época para generar el lado crítico de sus pacientes. La biblioteca de St. Gall Abbey tenía expuesto en su entrada la siguiente frase "tesoro de las medicinas del alma". Los griegos solían leer libros como tratamiento médico y espiritual y llamadas bibliotecas "la medicina del alma". (p. 4)

Desde su conocimiento Deberti (2011) considera que "la Biblioterapia... haya surgido "oficialmente" durante la Segunda Guerra Mundial, en los hospitales desbordados de pacientes donde millares de seres sufrientes, en situaciones absolutamente traumatizantes, hallaban alivio a través de la lectura que un alguien ofrecía" (p. 147).

Lo anterior afirma los efectos positivos y sanadores de las lecturas, no solo en pacientes enfermos si no, en aquellos que han vivido procesos traumáticos, depresión, los cuales, basados en experiencias, historias, motivaciones que desde la lectura tratan su padecimiento para la sanidad de heridas profundas.

En la actualidad, la biblioterapia ofrece un campo muy amplio para explorar, principalmente desde las bibliotecas y una oportunidad de desarrollo y mejora en los servicios bibliotecológicos que se puede extender hacia muchas otras áreas (medicina, educación, psicología) y de manera remota o presencial, la autora Laura Martínez (2017) en su blog Biblogtecarios, menciona que la biblioterapia "se considera como un proceso de desarrollo personal o un proceso clínico de cura", por lo cual indica que existen dos tipos: Biblioterapia clínica y biblioterapia para el desarrollo personal (párr. 6-9).

La biblioterapia entonces ha venido experimentando cambios y adaptándose a las tendencias de la época, actualmente existe gran cantidad de maneras para implementarla, dejando de lado la centralización de su esencia únicamente en los libros y ante la innovación tecnológica se amplían las posibilidades de su uso motivando a los profesionales a sacar el máximo provecho de estas

nuevas herramientas, e incentivar su creatividad e innovación desde sus unidades de información según las necesidades de sus usuarios.

2.3.3. Tipos de biblioterapia

La revisión de literatura ha permitido analizar la teoría escrita desde diferentes autores sobre los tipos de biblioterapia que se pueden implementar. Flores y Rioseco (2020), al igual que Martínez (2017) lo clasifican en 2 grandes grupos, biblioterapia clínica y biblioterapia para el desarrollo personal, sin embargo, desde otros puntos de vista autores como Da Silva (2005), Gómez (2011) y Ramírez y Perdomo (2014) lo amplían formando un tercer tipo: la biblioterapia institucional, la cual Abreu, Zulueta y Henríquez (2013) citando a Rubín (1978) define de la siguiente manera:

- **Biblioterapia institucional:** es aquella que “utiliza literatura didáctica, ocurre individualmente o en grupo, tiene como objetivo la información y el conocimiento y es aplicado por un equipo” (p. 101), este tipo de biblioterapia puede ser aplicado por educadores, médicos, trabajadores sociales, psicólogos y bibliotecólogos, entre otros según el lugar dónde se desee impartir y el grupo de profesionales a su cargo, tanto en instituciones públicas como privadas.
- **Biblioterapia Clínica:** este tipo de Biblioterapia “se refiere al uso, en una primera fase, de la literatura imaginativa, con un grupo de pacientes que experimenta problemas emocionales o de comportamiento” (Oliveira y Jerônimo, 2020, p. 46). Mediante sesiones grupales en una comunidad o institución, se utiliza la lectura de textos narrativos que comparten en las sesiones para entablar un diálogo referente al tema visto, esto con el fin que los participantes compartan sentimientos, emociones y pensamientos. Los profesionales que lo imparten por lo general son especialistas de la salud y bibliotecólogos o ambos que se comparten información, según refiere el autor, comúnmente utilizada para mejorar estados de ánimo ante situaciones comunes, como pérdidas, enfermedades, depresión, otras.
- **Biblioterapia para el desarrollo personal:** mediante este tipo de biblioterapia “se utiliza la literatura de una manera imaginativa y

didáctica para el tratamiento de personas que no presentan ningún trastorno o cambio de comportamiento. Se realiza en grupo y con el liderazgo del profesional bibliotecario u otro profesional (Oliveira y Jerônimo, 2020, p. 46). Busca que las personas participantes puedan realizar estas dinámicas como una mejora en su estilo de vida, en lo cotidiano, que su día a día sea más agradable fomentando encontrar un sentido positivo a la vida. Es utilizado en escuelas, bibliotecas públicas como apoyo en el aprendizaje y es un medio para fomentar el conocimiento y compartir experiencias.

Para comprender mejor estos términos en su campo de acción y ámbito profesional Gómez (2011) presenta la información contenida en el cuadro 5.

Cuadro 5

Tipos de biblioterapia según su campo de actuación

TIPOS DE BIBLIOTERAPIA			
Tipos	Institucional	Clínica	Desarrollo
Aspectos			
FORMATO	Individual o grupo generalmente pasivo	Grupo activo voluntario o involuntario	-Grupo activo -Grupo voluntario
CLIENTE	Paciente médico o psiquiátrico, prisionero o cliente en práctica privada	Personas con problema emocional o de comportamiento	Persona normal generalmente en situación de crisis
CONTRATISTA	Sociedad	Sociedad o individuo	Individual
TERAPEUTA	Equipo médico o bibliotecario	Médico, instructor de salud mental o bibliotecario generalmente en consulta	Bibliotecario , profesor u otro
MATERIAL USADO	Tradicionalmente didáctico	Literatura generalmente imaginativa	Literatura imaginativa y/o didáctica
TÉCNICA	Discusión de material	Discusión de material con énfasis en las visiones y reacciones del cliente	Discusión de material con énfasis en las visiones y reacciones del cliente
LUGAR	Práctica de institución pública o privada	Práctica de institución privada o comunidades	Comunidades
META	Generalmente informativo con alguna visión interna	Visión interna y/o cambio de comportamiento	Comportamiento normal y autorealizado

Nota. Cuadro con información de Pereira, M. (1996, p. 59) traducido por Gómez, K. (2011) tomado de artículo: La Biblioterapia como práctica profesional del bibliotecólogo.

Según se puede observar en las definiciones presentadas, tanto la biblioterapia clínica como la biblioterapia para el desarrollo personal podrían ser aplicables desde las bibliotecas. Estas terapias pueden ser impartidas por el profesional de la información, preferiblemente con el acompañamiento de un profesional en psicología que le asesore, para el caso de la biblioterapia clínica; sin embargo, la biblioterapia para el desarrollo personal no requiere estrictamente la vigilancia de un profesional de la salud. Es más, un método de promoción de la lectura en convivencia con personas voluntarias y participantes con características y gustos en común que quieran encontrar en las lecturas y actividades informativas un medio para mejorar su estado de ánimo y su calidad de vida.

2.4. Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

2.4.1. Antecedentes

Según una entrevista realizada a la señora Mariela Barrantes en el año 2018, la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia fue creada mediante convenio entre La Municipalidad, la Asociación de Desarrollo y el Ministerio de Cultura, Juventud y Deportes en el año de 1981.

Por motivos presupuestarios cierran en el año de 1995 y se abre nuevamente en el año 2001, administrada por la Asociación de Desarrollo. A partir del año 2020 durante el período de pandemia esta biblioteca permanece cerrada, reabre sus puertas nuevamente en enero del 2021 con un horario presencial los lunes y jueves de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. y con atención remota los martes, miércoles y viernes, mediante correo electrónico y a través de la red social Facebook (W. Vega, Comunicación personal, 18 de febrero de 2021)

Esta biblioteca al ser un centro semioficial adopta los objetivos, visión y misión para la biblioteca que ofrece el SINABI y realiza un gran esfuerzo para que sus servicios sean acordes a lo que se menciona en la página web de SICULTURA (2014, párr. 2-3):

Cuadro 6

Objetivos, misión y visión de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia según el Sistema Nacional de Bibliotecas

Objetivo:
Establecer políticas, programas, proyectos y acciones dirigidos al desarrollo del Sistema Nacional de Bibliotecas que promuevan la educación, investigación, recreación y cultura nacional para la eficiente prestación de servicios a la comunidad de Santa Bárbara de Heredia. Barrantes (2018), la unidad de información comparte la misma visión y misión que el SINABI, según SICULTURA
Misión:
El Sistema Nacional de Bibliotecas propicia un desarrollo social y cultural para el fortalecimiento de una sociedad democrática y pluralista; promoviendo el conocimiento, la educación, la cultura, la recreación y la difusión de la memoria local y nacional, mediante el acceso a recursos, servicios y tecnología de información.
Visión:
Ser una red de bibliotecas que trabaja por el desarrollo social y cultural del país, líder en servicios de información, acceso al conocimiento, extensión cultural, que garantiza la recreación y los programas que promuevan la lectura, reconocida a nivel nacional e internacional por su eficiencia y por la calidad de su gestión con capacidad de promover la investigación, la innovación, la creatividad y la difusión de la cultura nacional.

Nota: información página web SINABI

2.4.2. Servicios y productos

Los servicios que ofrece esta biblioteca según refiere Wendy Vega (Comunicación personal, 18 de febrero de 2021) en entrevista personal son:

- Préstamos en sala y a domicilio de recursos bibliográficos

- Cursos, talleres y capacitaciones mediante el Instituto Nacional de Aprendizaje (INA) y el Instituto Profesional de Educación Comunitaria (IPEC)
- Préstamo de espacios para talleres
- Sala infantil y de juegos lúdicos
- Préstamo de equipo de computo
- Acceso a internet
- Búsqueda en línea: búsqueda integrada de información en el portal del SINABI.
- Atención de consultas mediante correo electrónico y mediante red social Facebook

2.4.3. Usuarios

Sobre los usuarios de la biblioteca la encargada Wendy Vega (Comunicación personal, 18 de febrero de 2021) refiere que la población es variada, entre niños jóvenes y adultos, según manifiesta, existe un grupo de personas adultas mayores que frecuentaban la biblioteca para participar en actividades de acceso al conocimiento y dinámicas, estas personas están a la espera de servicios que se adapten a la nueva realidad que vive el país y el mundo, retomando su atención de una manera tradicional o innovadora.

III. PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS

3.1. Enfoque metodológico

Para este estudio se utilizó un enfoque mixto, que facilita el alcance de los objetivos planteados para la investigación, con el fin de obtener la recolección de datos tanto cualitativos como cuantitativos. Barrantes (2016) concuerda con la postura de Hernández, Fernández y Baptista al manifestar que este enfoque (...) “utiliza las fortalezas de ambos tipos de investigación combinándolos y trata de minimizar sus debilidades” (p. 99).

Desde el enfoque cuantitativo se observan aspectos propios de la unidad de información como son los servicios, la colección, la cantidad de personas que lo frecuentan y los recursos con los que dispone la biblioteca para su funcionamiento, todo esto desde un punto de vista analítico para interpretar los datos recolectados; además, se utilizó el enfoque cualitativo para comprender la realidad vivida por los adultos mayores, sus necesidades de información y la manera de abordarlo mediante este enfoque.

Lo anterior entonces, con el fin de conocer y comprender a la población estudiada y lo que permitió generar una visión sobre sus características y necesidades y facilitó la definición de los servicios de biblioterapia que mejor se adaptan a las necesidades de la población.

En consecuencia, las herramientas para la obtención de los datos son tanto cualitativas como cuantitativas.

3.2. Tipo de investigación

La propuesta es de tipo descriptiva y proyectiva. La investigación descriptiva según Hernández, Fernández y Batista (2014), “busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p. 92). Es así como en este trabajo se detalla la situación actual de la población adulta mayor de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia como usuario de los servicios de información de la biblioteca pública del cantón y se

describen los procesos necesarios para el planteamiento de los servicios de biblioterapia.

De acuerdo con este alcance se logra un acercamiento a la población que ha permitido conocer a profundidad sus características, necesidades y preferencias, de esta manera adecuar los servicios propuestos a la realidad actual de los adultos mayores.

Por su parte, como señala Hurtado (2012) la investigación proyectiva “[...] Propone soluciones a una situación determinada a partir de un proceso de indagación. Implica explorar, describir, explicar y proponer alternativas de cambio, más no necesariamente ejecutar la propuesta” (p. 122). Esta categoría se adapta al tipo de investigación propuesto por sus características, ya que a través de este proceso investigativo han propuesto posibles soluciones a carencias identificadas.

3.3. Fuentes de Información

A continuación, se indican las diferentes fuentes utilizadas para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

3.3.1. Fuentes personales

Para esta investigación, las principales fuentes personales son los adultos mayores de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia, de los que se obtuvo la información por medio de entrevistas cualitativas a personas adultas mayores seleccionadas mediante una muestra no probabilística que permitió conformar un grupo diverso para rescatar información asociada a las características y necesidades de información. Como lo aclara Martínez (2019) “la muestra no probabilística corresponde a la selección de las unidades o elementos, según el criterio o conveniencia” (p. 30).

Otra fuente importante de información es la persona encargada de la biblioteca, quien desde su experiencia brindó los datos requeridos para analizar aspectos sobre los recursos existentes, usuarios frecuentes, necesidades manifestadas y

otros aportes que a modo de conversación facilitaron la recolección de los datos.

3.3.2. Fuentes documentales

En cuanto a las fuentes documentales se utilizaron las siguientes: documentos y sitios web del SINABI y de las bibliotecas públicas que contienen información sobre proyectos y programas para la atención de personas adultas mayores, así como las instituciones nacionales que brindan servicios para esta población, como son el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO), la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS), Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), entre otros.

Otras fuentes de información que complementaron esta investigación fueron sustentadas por: Documentos sobre biblioterapia (libros, revistas, trabajos finales de graduación) y otros relacionados con problemas emocionales de los adultos mayores, con la aplicación de este método y los temas relativos a la vejez, entre otros. Particularmente, se analizaron todas las leyes costarricenses que se asocian a los derechos de los adultos mayores.

3.4. Variables de la investigación

Cuadro 7

Cuadro de variables de la investigación

Objetivos Específicos	Variable	Definición Conceptual	Operacionalización	Instrumentalización
<p>Diagnosticar la situación actual de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia en cuanto infraestructura, fuentes de información, servicios, características y necesidades de información de la población adulta mayor</p>	<p>Infraestructura</p>	<p>Es el espacio físico, instalaciones, equipo y mobiliario con el que dispone la biblioteca para la adecuada atención de las personas y el desarrollo de sus actividades.</p>	<p>Edificio Ubicación Pisos (Plantas baja o alta) Salas Baños Entrada principal Zonas de seguridad Salidas de emergencias</p>	<p>Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice 1) pregunta 5 Hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)</p>
			<p>Mobiliario Cantidad y capacidad del mobiliario Muebles en buen estado (sillas, mesas)</p>	<p>Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice 1) pregunta 6 Hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)</p>
			<p>Equipo tecnológico</p>	<p>Guía de Entrevista en</p>

			Computadoras Impresora Proyector Acceso a internet	profundidad 1 (apéndice 1) pregunta 7 Hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)
			Condiciones de acceso según Ley 7600 Mobiliario adaptable Rampas de acceso servicio sanitario con agarraderas Puertas aptas para sillas de ruedas Pisos antideslizantes Otros	Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice 1) pregunta 8 hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)
	Fuentes de información	Es el conjunto de documentos de diferentes tipos con los que cuenta la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia para disposición de su población usuaria.	Cantidad de documentos - Tipos de documentos Monografías Revistas Discos Archivos electrónicos y digitales Juegos lúdicos Otros	Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice 1) Pregunta 2 y 3 Hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)
			- Temáticas Literatura	Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice

			<p>Social Ambiental Ciencia Tecnología Arte Manualidades Otros</p>	<p>1) Pregunta 4 Hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)</p>
	Servicios	<p>Conjunto de actividades que desarrolla la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia para satisfacer las necesidades de sus usuarios.</p>	<p>Tipos de servicios Préstamo a sala Préstamo a Domicilio Préstamo de equipo tecnológico Referencia Talleres Otros</p>	<p>Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice 1) Pregunta 1</p>
	Necesidades de información	<p>Son las carencias de información que manifiestan las personas adultas mayores en la comunidad, lo que les impide tener completa plenitud para su bienestar.</p>	<p>Para inferir cuales son las necesidades de información de acuerdo con las características de los adultos mayores de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia se analizará: Su condición laboral Su condición de salud El grupo familiar y su</p>	<p>Guía de entrevista en profundidad 2 (apéndice 3)</p>

			compañía Preferencias Pasatiempos Necesidades de Atención física y emocional Necesidades económicas Necesidad de capacitación Otros	
Definir los procesos para la creación del servicio de biblioterapia para la población adulta mayor, que se pueden ejecutar en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.	Servicio de Biblioterapia	Son el conjunto de estrategias diseñadas mediante lecturas y dinámicas grupales como medio terapéutico para mejorar estados de ánimo, de salud física y mental, con el fin de optimizar la calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia.	Descripción de la necesidad específica a la que se asocia la actividad biblioterapéutica Título de la actividad Identificación de los recursos requeridos para la actividad Propósito de la actividad Objetivos de aprendizaje de la actividad Contenidos de la actividad Acciones de la actividad Personal requerido para ejecutar la actividad.	Matriz de formulación 1 (apéndice 4)

<p>Determinar los recursos de información, tecnológico, infraestructura, mobiliario y personal necesarios para la implementación del servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.</p>	<p>Recursos de información para el servicio de bioterapia.</p>	<p>Son las diferentes fuentes de información documental pertinentes para la implementación de las estrategias del servicio de biblioterapia.</p>	<p>Temas: Motivacionales Literatura Espiritualidad Romance Tecnología Ficción Otros</p>	<p>Hoja de cotejo 1 (apéndice 5) Matriz de formulación 1 (apéndice 4)</p>
			<p>Tipos de documentos: Libros Música Juegos de mesa Videos Artículos de revista Películas otros</p>	<p>Hoja de cotejo 1 (apéndice 5)</p>
			<p>Soporte de documentos: Papel Electrónico Digital Otros</p>	
<p>Infraestructura requerida para el servicio de biblioterapia.</p>	<p>Es el espacio físico pertinente para ejecutar las estrategias correspondientes al servicio de</p>	<p>Edificio Ubicación Salas Baños</p>	<p>Hoja de cotejo 1 (apéndice 5)</p>	

		biblioterapia.	Zonas de seguridad Salidas de emergencias Rampas de acceso	
	Mobiliario requerido para la implementación del servicio de biblioterapia	Son los muebles requeridos dentro de la biblioteca para poder implementar las estrategias del servicio de biblioterapia	Sillas Mesas Estantes otros	Hoja de cotejo 1 (apéndice 5)
	Recurso tecnológico requerido para el servicio de biblioterapia.	Son los medios tecnológicos necesarios para realizar las estrategias del servicio de biblioterapia.	Equipo tecnológico Computadora Impresora Proyector Acceso a internet Otros	Hoja de cotejo 1 (apéndice 5)
	Personal requerido para el servicio de biblioterapia.	Se refiere al personal con las competencias requeridas para la planeación, guía y ejecución de las estrategias del servicio de biblioterapia	Perfil profesional Especialidad Dominio del tema Valores Otros	Hoja de cotejo 1 (apéndice 5)

<p>Establecer los criterios de evaluación para el servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.</p>	<p>Criterios de Evaluación</p>	<p>Criterios utilizados para la recopilación de datos que permitan mostrar la eficacia de las estrategias del servicio de biblioterapia.</p>	<p>Aspectos por considerar en la evaluación de los servicios: Tiempo de aplicación Calidad del contenido de la actividad Actualidad del tema Objetivos logrados Sugerencias</p>	<p>Hoja de observación abierta 2 (apéndice 6)</p>
---	--------------------------------	--	--	---

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para el objetivo uno de esta investigación se utilizaron las técnicas de la entrevista en profundidad y observación cualitativa. Barrantes (2016) define el primer término como “una conversación entre iguales y no un intercambio de preguntas y respuestas” (p. 293), es así como, a través del contacto con la bibliotecóloga para la obtención de la información, se recolectaron datos que contribuyan a la toma de decisiones y que respaldan la presente propuesta. Se utilizó como instrumento la guía de entrevista en profundidad 1 (apéndice 1).

Como medio de recolección de información para los adultos mayores se utilizó la entrevista en profundidad, esta técnica según lo menciona Fernández (2001) “constituye el fluir natural, espontáneo y profundo de las vivencias y recuerdos de una persona mediante la presencia y estímulo de otra que investiga, quien logra, a través de esa descripción, captar toda la riqueza de sus diversos significados” (p. 15). Lo que también se conoce como entrevista cualitativa.

De esta manera, se obtuvieron datos de forma espontánea a modo de conversación, dentro de un ambiente de diálogo entre las personas adultas mayores y el entrevistador, creando un espacio para que las personas se expresen libremente y compartan cuáles son las necesidades de información que consideran podrían mejorar a partir de las estrategias de biblioterapia propuestas. Esta actividad se realizó a partir de la guía de entrevista en profundidad 2 (apéndice 3)

Por su parte, Hernández, Fernández y Batista (2016) manifiestan que la observación cualitativa “No es mera contemplación (“sentarse a ver el mundo y tomar notas”); implica adentrarnos profundamente en situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones” (p. 399), esta técnica se utilizó para observar la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia; y permitió evaluar a través del reconocimiento de los detalles la situación actual y las condiciones que pueden facilitar la implementación de biblioterapia (colección, infraestructura,

personas, recurso tecnológico). La hoja de observación 1 ha sido el instrumento utilizado en esta técnica (ver apéndice 2). Por otra parte, la hoja de observación a abierta 2, se dispone como propuesta de método de evaluación para las estrategias propuestas (ver apéndice 6).

Para definir y describir el proceso de creación de los servicios de biblioterapia se utilizó una matriz de formulación. Según el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (2013) “es una herramienta que facilita el diseño, la organización y el seguimiento de los programas” (p. 5), por eso, se seleccionó como guía para esta etapa de la investigación (apéndice 4, matriz de formulación 1).

Para la obtención de datos en cuanto a los recursos necesarios para la implementación de esta propuesta se utilizó la hoja de cotejo 1 (apéndice 5), las cuales según Barrantes (2016) es, “una matriz de doble entrada en la que se anota en las filas los conceptos o aspectos que voy a observar y, en las columnas, la nota que otorgo a esa observación” (p. 261).

En el objetivo tres y cuatro se utilizó la técnica de análisis de contenido. Piñuel (2002) se refiere esta técnica como el

[...] conjunto de procedimientos interpretativos de productos comunicativos (mensajes, textos o discursos) que proceden de procesos singulares de comunicación previamente registrados, y que, basados en técnicas de medida, a veces cuantitativas (estadísticas basadas en el recuento de unidades), a veces cualitativas (lógicas basadas en la combinación de categorías) tienen por objeto elaborar y procesar datos relevantes sobre las condiciones mismas en que se han producido aquellos textos, o sobre las condiciones que puedan darse para su empleo posterior. (p. 2)

Se utilizó como instrumento la matriz de formulación 1 (apéndice 4).

En el cuadro 7 se observan, en resumen, los objetivos con sus correspondientes fuentes, técnicas e instrumentos.

Cuadro 8

Fuentes, técnicas e instrumentos a utilizar según los objetivos

Objetivos Específicos	Fuente	Técnica	Instrumento
Diagnosticar la situación actual de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia en cuanto infraestructura, fuentes de información, servicios, características y necesidades de información de la población adulta mayor	Bibliotecólogo Adultos mayores	Entrevista a profundidad Entrevista en profundidad	Guía de Entrevista en profundidad 1 (apéndice 1) Guía de entrevista en profundidad 2 (apéndice 3)
	Biblioteca	Observación cualitativa	Hoja de observación abierta 1 (apéndice 2)
Definir los procesos para la creación del servicio de biblioterapia para la población adulta mayor, que se pueden ejecutar en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.	Fuentes documentales	Análisis de contenido	Matriz de formulación 1 (Apéndice 4)
Determinar los recursos de información, tecnológico, infraestructura, mobiliario y personal necesarios para la implementación del servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.	Biblioteca	Observación	Hoja de cotejo 1 (Apéndice 5)
	Fuentes documentales	Análisis de contenido	Matriz de formulación 1 (apéndice 4)
Establecer los criterios de evaluación para el servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.	Fuentes documentales	Análisis de contenido	Hoja de observación abierta 2 (apéndice 6)

3.6. Alcances del estudio

3.6.1. Proyecciones

Este trabajo pretende la creación de una propuesta de implementación de servicios de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, amplíe nuevas visiones y opciones dentro del SINABI y los diferentes tipos de bibliotecas en sus portafolios de servicios; mejorando y aumentando las opciones, que a su vez incorporen a la población adulta mayor dentro de las actividades de las unidades de información. Además, que sea de insumo para innovar en nuevas áreas del campo bibliotecológico.

3.6.2. Limitaciones

Como limitaciones encontradas principalmente está la poca información en Costa Rica respecto al tema de investigación, y las escasas experiencias de aplicación de la biblioterapia en la población adulta mayor.

IV. RESULTADOS

4.1. Situación actual de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

En este apartado se detalla la situación actual de la Pública de Santa Bárbara de Heredia en relación con la infraestructura, fuentes de información, servicios, características y necesidades de información de la población adulta mayor.

4.2. Infraestructura de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

La Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia se ubica en la provincia de Heredia, en el cantón de Santa Bárbara, de la Municipalidad 200 m oeste, 50 m norte y 25 m oeste, en la planta baja del Salón Comunal que pertenece a la Asociación de Desarrollo, normalmente trabaja con un horario de lunes a viernes 9:00 a.m. a 4:00 p.m., sin embargo, este horario ha sido modificado actualmente para modalidad presencial a los días lunes y jueves de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. y los demás días se ofrecen servicios de manera remota.

La biblioteca cuenta con un espacio físico ubicado en una sola planta, dividido en cuatro aposentos que corresponden a sala de consulta, sala de tecnologías de información, un espacio infantil, una sala conjunta entre la recepción que conecta con el espacio donde se ubica la colección bibliográfica, además, dos servicios sanitarios, uno de ellos utilizado únicamente por el personal, en donde también, se guardan los implementos de limpieza.

Este edificio se encuentra en buen estado físico, con piso de adoquín, paredes de blog en buen estado de pintura, la entrada de la biblioteca se encuentra frente a calle principal, cuenta con amplias aceras, demarcadas, cerradas y con barras protectoras que evitan el contacto con los vehículos y permiten el resguardo de los funcionarios y personas visitantes, estos espacios son utilizados como zonas de seguridad en caso de emergencias, tomando en cuenta que la entrada frontal es la única salida que tiene este centro de información.

Esta unidad de información dispone dentro de su mobiliario con 16 mesas de trabajo individuales con equipo de cómputo completo para el acceso a red y tecnologías, 2 computadoras adicionales propiedad del Instituto Profesional de Educación Comunitaria (IPEC) para impartir cursos ofrecidos por esta institución.

También, cuenta con una mesa para trabajo grupal con capacidad para 6 personas ubicada en la sala de préstamo. La sala infantil tiene una mesa grande para trabajo grupal de 6 personas y tres mesas pequeñas para 6 niños, en este mismo espacio se ubica una estantería con libros infantiles y juegos lúdicos. Tiene un espacio de recepción donde la encargada atiende a las personas usuarias. Para la colección documental dispone de 7 estanterías de madera.

El acceso a la búsqueda de documentos en la colección es automatizado mediante el buscador que brinda la página web del SINABI del programa Janium para registro, control, búsqueda y recuperación de la documentación. En este programa se pueden hacer búsquedas documentales de todas las bibliotecas que componen el SINABI en el país.

Como se mencionó, en cuanto al equipo tecnológico, las 16 computadoras propiedad de la biblioteca cuentan con audífonos, cámara para video, internet y equipo de respaldo de energía o UPS. La biblioteca tiene una impresora y un proyector que puede ser facilitado a las personas que lo requieran.

Aún con recursos limitados, la administración de la biblioteca en apego a los requerimientos de la Ley de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad (Ley 7600), tiene espacios apropiados con puertas y baños amplios, rampas de acceso, agarraderas en la entrada y en los baños, pisos antideslizantes para que las personas que acuden a este centro en sillas de ruedas, andaderas o bastón tengan las facilidades para el ingreso. Igualmente, para los no videntes ofrecen equipos como audífonos y computadoras con sonido alto, para poder escuchar la información que requieran.

4.3. Fuentes de información

La Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia cuenta con una colección física de aproximadamente 50 metros lineales, se desconoce exactamente la cantidad total de documentos que lo componen, según refiere la encargada. Cuando se necesita buscar un documento se consulta la base de datos donde se verifica si el material requerido se encuentra dentro de la colección.

Dispone de documentos como: monografías, revistas, documentos tanto en formato papel, electrónico y digital; material audiovisual: películas, vídeos y algunos juguetes en la sala de juegos infantiles. Además, esta biblioteca tiene acceso al portal del SINABI que ofrece más de 96.000 documentos digitales a texto completo con temáticas sobre Costa Rica y otros contenidos.

En cuanto a temáticas cuentan con gran variedad clasificadas según Dewey en sus diez categorías; predominan los libros de literatura, documentos sobre la sociedad costarricense, sobre prácticas ambientales, ciencia, tecnología, arte y manualidades.

A partir de una búsqueda en el Catálogo en Línea de Acceso Público (Opac) de la colección documental de esta biblioteca se identificaron variadas fuentes de información que pueden ser utilizadas especialmente para actividades de biblioterapia. En el cuadro número 9 se muestra las cantidades de cada uno de estos recursos:

Cuadro 9

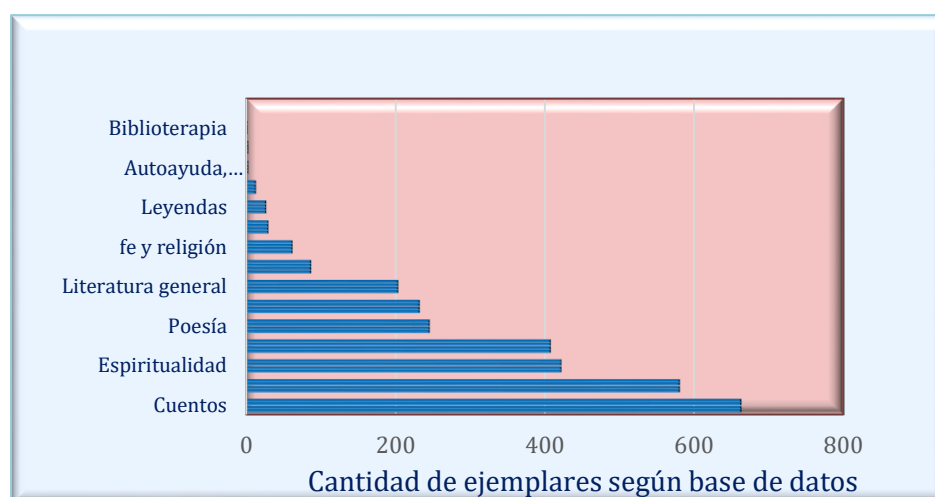
Búsqueda documental en relación con temas aplicables a biblioterapia para la persona adulta mayor en el OPAC del SINABI

Tema	Cantidad de ejemplares según base de datos
Cuentos	663
Terapia	580
Espiritualidad	421
Tecnología educación	407
Poesía	245
Juegos y dinámicas	232
Literatura general	203
Música	87
Fe y religión	62
Salud	30
Leyendas	27
Sentido de la vida	13
Autoayuda, desarrollo personal	3
Persona mayor	3
Biblioterapia	2
Sanidad	1

En el gráfico 1 se muestra cantidad de documentos recuperados según las temáticas aplicables a la biblioterapia.

Gráfico 1

Documentos recuperados según las temáticas aplicables a la biblioterapia.



4.4. Servicios

Los servicios que ofrece esta biblioteca según refiere W. Vega (Comunicación personal, 18 de febrero de 2021) son:

- Préstamo documental: préstamo de material bibliográfico en sala y a domicilio.
- Préstamo de equipo tecnológico: la señorita Vega indica que esta institución se considera un Centro Comunitario Inteligente (CECI) ya que facilita en calidad de préstamo equipo de cómputo con acceso a internet, fuente de poder, audífonos, cámara, este equipo es suministrado por el Ministerio de Ciencia y Tecnología, para ser utilizado por cualquier miembro de la comunidad.

- Búsqueda de documentos en Opac y Bases de datos: mediante el Opac que ofrece el SINABI permite identificar los documentos con que cuenta la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia y las demás bibliotecas del SINABI.
- Talleres: los talleres que ofrece esta biblioteca son variados, los imparte la encargada de la biblioteca, el IPEC, o algún invitado especial, se ofrecen según las necesidades manifestadas por los visitantes, por ejemplo: talleres sobre uso de tecnología, uso de internet, entre otros.
- Tardes de cuento: son espacios para niños con edades de 5 a 9 años donde se comparten lecturas infantiles para que los niños expresen ideas, realicen actividades preparadas afines a la lectura como dibujos, juegos, entre otros.
- Tardes de cine: consiste en la proyección de películas y en crear espacios de convivencia y participación mediante conversatorios sobre el tema visto en cada película, los cuales se realizan dos veces a la semana. Uno dirigido a niños de 4 a 11 años y el otro a personas adultas mayores (de 60 años en adelante). Se buscan temas con intereses a fin a las edades y gustos de los participantes, y se prepara un refrigerio para compartir después de la actividad.
- Préstamo de espacios para educación y formación: en esta biblioteca se pueden solicitar espacios para estudio individual o grupal.
- Medios de comunicación y redes sociales: mediante la plataforma Facebook, Messenger, correo electrónico y vía telefónica la funcionaria de la biblioteca brinda información sobre los servicios, talleres y las nuevas adquisiciones de la biblioteca, además, responde las consultas y solicitudes de las personas.

4.5. Necesidades de información de los adultos mayores

Luego de verificar las condiciones de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia se demuestra que esta unidad de información ofrece un espacio apropiado y las condiciones requeridas para poder llevar con éxito un programa de

biblioterapia para la población adulta mayor, sin embargo, es necesario inferir cuáles son las necesidades de información de acuerdo con las características de estos adultos mayores de la comunidad de Santa Bárbara.

A partir de la entrevista en profundidad realizada a 17 adultos mayores vecinos de la comunidad, con edades entre 65 y 89 años, seleccionadas mediante una muestra no probabilística. Se determinó que un 47.1% son del distrito Jesús, 17.6% de la localidad de Birrí, 11.8% de San Juan, 11.8% de San Pedro y 11.8% del centro de Santa Bárbara.

De esta población el 47.1% corresponde a hombres, y 52.9% son mujeres. En relación con el estado civil de estas personas, el 52.9% son casadas, el 29.4% son viudas y el 17.6% solteras.

En cuanto a la ocupación de los adultos mayores entrevistados la mayoría de las mujeres indicaban que fueron amas de casa, pocas que trabajaron en el campo o en oficios domésticos, únicamente una de las señoras entrevistadas manifestó que aún trabaja realizando ventas por catálogo desde su casa; en cuanto a los señores, manifestaron que la mayoría eran trabajadores del campo, cuidadores, conserjes, choferes y comerciantes, de ellos el 100 por ciento se encuentra retirado, disfrutan de pensión o sus gastos son sufragados por sus familiares.

El grupo familiar de las personas adultas mayores que fueron entrevistadas es muy similar, casi la totalidad cuenta con un grupo familiar que funge como red de apoyo, cuida de su salud, tratamiento médico, vestimenta, entretenimiento y otros.

De estas 17 personas, 5 de ellas mencionan no haber tenido hijos, las doce restantes indican que viven o vivieron con su cónyuge e hijos y que tienen una familia, se muestran muy satisfechos en cuanto a su grupo familiar. Uno de los señores entrevistados manifestó “tengo una hermosa y unida familia”. Casi el 30% de estas personas son residentes del Hogar Los Abuelos de Meche y aunque la mayoría cuentan con familia indican que desde que inició la pandemia por COVID-19 la comunicación y visitas de los familiares han disminuido grandemente. Cabe

destacar que, de este grupo, uno de los señores manifestó que no tenía un hogar, ni familia que cuidara de él, dependía de los cuidadores del centro diurno donde era interno, que lo acogieron sin costo alguno para ayudarlo.

En cuanto al apoyo emocional la mayoría de los entrevistados coinciden en que sí reciben atención por parte de sus familiares, algunos en más y otros en menor medida. Los que no cuentan con este apoyo son esencialmente los que viven en el hogar de cuidado. Algunas frases compartidas por estas personas fueron “trabajé toda mi vida y cuidé de otros y ahora que ya no puedo trabajar me siento muy inútil, a veces deseara descansar pronto”, “nunca pensé envejecer estando tan sola, ni que cuando ya no tuviera dinero o bienes qué ofrecer me abandonaría mi familia”, “no nos falta nada, solo que cómo me gustaría sentirme en familia otra vez”.

Los adultos mayores que cuentan con una familia que está pendiente de sus necesidades se referían con gran alegría y orgullo de sus hijos y personas cercanas, sin embargo, manifiestan soledad, ya que sus familiares se encuentran muy ocupadas en sus actividades laborales o sociales.

En cuanto al estado de salud, se evidencia que la mayoría de las personas adultas mayores padecen de algún tipo de enfermedad crónica, dentro de los padecimientos manifestados en primer lugar esta la diabetes mellitus e hipertensión arterial, seguido de problemas respiratorios, auditivos, de vista, desgaste óseo, escoliosis, hipertiroidismo, mal de Parkinson, depresión, demencia senil, problemas digestivos, entre otros. En oposición a la condición de salud presentada por la mayoría, destaca un señor que durante toda su vida ha realizado deporte y aunque padece de presión alta controlada, según lo manifiesta “se siente como un chiquillo” y puede realizar cualquier tarea mental o física e indica “aún tengo mucho que ofrecer”.

Con respecto a la condición socioeconómica, en general es de regular a buena, ya que desde su casa u hogar de retiro solventan sus necesidades. Uno de los señores entrevistados manifestó: “no me falta nada, aunque no me sobra nada”.

La mayoría de ellos tiene una pensión, pero no les alcanza para solventar todas sus necesidades básicas, por lo que requieren el apoyo adicional de la familia, por ejemplo, en casos de urgencias, el pago de servicios médicos privados y compra de medicamentos.

En relación con el nivel educativo que manifiestan tener las personas adultas mayores entrevistadas, un 58.8% únicamente cursaron la escuela primaria sin completarla, un 29.4% lograron completar la educación primaria y únicamente un 11.8% lograron completar sus estudios secundarios.

En cuanto al ambiente de convivencia aquellas que se encuentran en un centro de cuidado, consideran que el ambiente es muy agradable, porque pueden compartir con personas en condiciones similares, algunos incluso se sienten útiles colaborando con otras personas en condiciones de salud delicada o con dificultad para trasladarse, es una forma de seguir activos como parte de la sociedad, aunque se encuentren aislados del resto de las personas. Al respecto, varios de ellos indican que serían más felices si sus familiares se comunicaran o los visitaran con mayor frecuencia.

Así mismo, los que residen con su familia indican que, aunque “las cosas no siempre son color de rosa” tienen una buena relación con sus seres queridos, porque reciben afecto, sin embargo, a veces se sienten solos en su propio hogar, por falta de comunicación o porque pasan mucho tiempo sin compañía, pero aún y con estos altibajos viven una vida tranquila.

Es importante indicar que a la gran mayoría les gusta compartir con otras personas, sentirse parte activa de la sociedad, aun siendo de edad avanzada. De hecho, 12 de estas personas manifestaron sentirse completamente funcionales e independientes, que pueden valerse por sí mismos para cualquier actividad, son dinámicos, participativos y útiles en su entorno.

En cuanto a los pasatiempos, coinciden en que disfrutan mucho de las actividades tradicionales, algunos desde una perspectiva más dinámica y alegre. Indican que

les gustan las tradicionales bombas, retahílas, el baile, la tertulia, los juegos de mesa, las caminatas, el deporte; otros prefieren actividades pasivas como ver televisión, leer, asistir a actividades religiosas, cocinar, tejer y todos indican lo mucho que disfrutan de pasar tiempo con familiares, amigos y conocer personas con las que puedan comunicarse, compartir experiencias, contar anécdotas y sentirse acompañados.

Sobre el acceso a la información, muchos dependen de que otras personas más jóvenes les compartan información, que les cuente sobre la situación familiar o mundial. La televisión sigue siendo una fuente primaria de información, la mayoría de estas personas indican que se informan a través de las noticias. Los adultos mayores que se encuentran en el centro de cuidado manifiestan que tienen poco o nulo contacto con el mundo exterior, que dependen de las cuidadoras para que les brinden la información que llega a ellos mediante las noticias televisivas o uno que otro visitante.

Las personas adultas mayores que viven con sus familias reciben información por parte de ellos, por la televisión, periódicos y las redes sociales, uno de los señores indica que era un lector frecuente, sin embargo, la pérdida de la vista ha repercutido en la actividad lectora que tanto disfrutaba, indica que en ocasiones pide a alguien que le lea, sin embargo, los familiares cuentan con poco tiempo.

Los señores que utilizan el teléfono inteligente indican que disfrutan mucho de información que encuentran, por ejemplo, información sobre el cuidado de la salud, las recetas que logran adquirir mediante internet, así como las charlas con temas de motivación y religión.

Muchos indican que le gustaría aprender a manejar mejor la tecnología, sienten que este aprendizaje puede facilitarles las cosas, la comunicación, el entretenimiento y la obtención de la información. Sin embargo, son pocos los que utilizan herramientas tecnológicas como Facebook, WhatsApp, las plataformas para video llamadas como Skype y Zoom, algunos no tienen tecnología o no saben utilizarla por lo que recurren únicamente a la radio o televisión.

Dentro de los pasatiempos favoritos de las personas adultas mayores está compartir con las personas cercanas, la mayoría indica que esta es su actividad favorita, otros prefieren visitar la iglesia y participar en eventos de índole religiosa, esto les permite fortalecer su fe y vivir llenos de paz, algunos indican que les gustan las actividades que les permite mantenerse en buena condición física, como caminar, bailar, nadar, cocinar, hacer deporte, pasear en la playa, comer fuera, otros disfrutan ver películas, leer el periódico, algún libro de interés, los juegos de mesa, actividades culturales, entre otras.

A partir de la información brindada se evidencia que, aunque este grupo de personas no son adineradas cuentan con los medios para llevar una vida digna, que tienen quien cubra sus necesidades, aunque sean las básicas. Todas estas personas se encuentran cubiertas por la Caja Costarricense de Seguro Social, por tanto, reciben atención medica constante y se les da un seguimiento de su condición de salud.

Cabe destacar que se les consultó a los adultos mayores, si sabían sobre la existencia de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara, en donde podían obtener información, recibir talleres de interés y tener acceso a medios tecnológicos, a lo que más de la mitad contestó que lo desconocían.

A partir de la realidad manifestada por esta población se puede inferir que es una comunidad que necesita de actividades que les brinden información, capacitación, acompañamiento y entretenimiento. Es así como expresan el interés en temas tales como:

- Mejora del estado emocional
- Promoción de la salud
- Uso de tecnologías
- Fe y espiritualidad
- Tertulia y tradiciones
- Cocina
- Manualidades

Esta situación demuestra la importancia del rol que puede tener la biblioteca para contribuir con el mejoramiento de la calidad de vida, proponiendo entre sus servicios la biblioterapia como medio para coadyuvar con la atención de las necesidades expresadas por esta población.

V. PROPUESTA DE SERVICIO DE BIBLIOTERAPIA

5.1. Proceso para implementar un servicio de biblioterapia para la población adulta mayor, en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

Considerando las necesidades manifestadas por los adultos mayores entrevistados de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia, en adelante se proponen una serie de estrategias para desarrollar el servicio de biblioterapia. Este servicio partirá de las características comunes como lo son el disfrute por la compañía, la necesidad de sentirse parte activa de esta comunidad, el gusto por dinámicas de grupo, las temáticas de interés, entre otros.

El objetivo del servicio de biblioterapia es ofrecer estrategias tomando como base lecturas asociadas a las realidades de los adultos mayores de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia, con el propósito de contribuir con el mejoramiento de la calidad de vida de esta población.

Este servicio tendrá como objetivos específicos:

- Seleccionar lecturas con mensajes asociados a las necesidades o situaciones que se abordarán en cada estrategia con la que se desea contribuir para la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores.
- Planear actividades complementarias que se adecúen a las condiciones físicas, emocionales y cognitivas de los adultos mayores para realizar la reflexión a partir de las lecturas.
- Definir los recursos bibliográficos, didácticos, de equipo tecnológicos y mobiliarios necesarios para el desarrollo de cada estrategia.
- Evaluar el personal que estará a cargo de cada estrategia según la especificidad del tema que se abordará.
- Establecer el método de evaluación que se adecue a las características de cada estrategia y de los participantes.

5.2. Requerimientos para la implementación de estrategias de biblioterapia

5.2.1. Tipos de documentos y soportes requeridos

Para la implementación de la biblioterapia en adultos mayores de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia, son necesarias una serie de lecturas cortas que permitirán suministrar información a las personas adultas mayores de tal manera que logren mantener la atención sin que esta dinámica se convierta en un proceso de aprendizaje agotador. Se pretende que ellos encuentren en la lectura un medio de aprendizaje y disfrute, por lo cual todas las lecturas serán extractos de libros, artículos de revista, cuentos, documentos propios elaborados por los encargados de la actividad y ajustados a las necesidades de las temáticas expuestas.

Las dinámicas estarán acompañadas de música acorde a con temática, videos, películas y algunas presentaciones en algún software de ofimática diseñado para elaborar presentación de diapositivas preparadas por el personal de la biblioteca o algún invitado voluntario.

5.2.2. Infraestructura requerida para el servicio de biblioterapia

El espacio previsto para este servicio será la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia ubicada, de la Municipalidad 200 m oeste, 50 m norte y 25 m oeste, en la planta baja del Salón Comunal que pertenece a la Asociación de Desarrollo.

Este local es adecuado para el desarrollo de las estrategias de biblioterapia por su ubicación, además, cuenta con una sola planta lo que facilita el acceso de los adultos mayores, cuenta con rampas, agarraderas para acceder al salón y a los servicios sanitarios. Facilita la salida a las zonas demarcadas como seguras y de frente dispone de salidas de emergencias con rampas.

5.2.3. Mobiliario requerido para la implementación del servicio de biblioterapia

Esta unidad de información dispone de sillas y mesas suficientes hasta para veinticinco personas cómodamente sentadas. La dinámica de biblioterapia requiere de unas 15 sillas, mesas individuales, mesas grandes que se pueden utilizar para realizar conversatorios, exponer sus obras y compartir un refrigerio.

5.2.4. Recurso tecnológico requerido para el servicio de biblioterapia

El recurso tecnológico en esta práctica será indispensable para la mayoría de las estrategias. Será requerido un equipo de cómputo completo para la persona o personas animadoras y coordinadoras. El equipo completo debe contar con los recursos básicos (CPU, monitor, ratón, cable de electricidad), con conexión a internet, proyector y parlantes.

Se requerirá que la biblioteca facilite el equipo de cómputo completo para los participantes cuando sea necesario como es el caso de los talleres tecnológicos. Para algunas actividades se requerirán tabletas, en caso de no contar con este insumo en la biblioteca puede coordinarse el préstamo interbibliotecario en otras bibliotecas del SINABI o en la Biblioteca Central de la Universidad Nacional, o consultar previamente si algún participante cuenta con este recurso o con teléfonos inteligentes que puedan traerlos para trabajar durante las actividades.

5.2.5. Perfil profesional

En cuanto a los profesionales requeridos para desarrollar las estrategias biblioterapéuticas y lograr un resultado integral, colaborativo y complementario, es importante considerar algunas características que deben disponer los especialistas

que colaborarán con la realización de las actividades del servicio de biblioterapia. En el siguiente cuadro se muestran algunas características y requisitos según la especialidad de los facilitadores.

Cuadro 10

Perfil profesional de las personas que brindarán el servicio de biblioterapia

Profesionales	Formación	Especialidad – enfoque	Valores
Personal profesional en bibliotecología	Profesional, universitario en bibliotecología	Competencias en Alfabetización informacional para adultos mayores y estrategias pedagógicas.	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Justicia • Tolerancia • Responsabilidad • Amabilidad • Compromiso • Empatía
Motivador Profesional	Profesional universitario psicología, trabajo social, coaching y otras afines.	Experiencia en trabajo con adultos mayores y poblaciones vulnerables.	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Justicia • Tolerancia • Responsabilidad • Amabilidad • Compromiso • Empatía
Promotor de la salud	Profesionales de la salud, el deporte y acondicionamiento físico.	Orientar a personas adultas mayores adquirir hábitos y prácticas de salud, alimentación y condicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none"> • Disciplina • Amabilidad • Empatía • Compromiso • Responsabilidad • Tolerancia
Promotor de tecnologías	Profesionales en informática y uso de tecnologías.	Habilidades para enseñar el uso de tecnologías a	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Justicia • Tolerancia

		personas adultas mayores.	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad • Amabilidad • Compromiso • Habilidad • Empatía
Fe y espiritualidad	Motivador espiritual	Habilidades para enseñar sobre la fe, promover prácticas espirituales como medio de afrontar situaciones de la vida	<ul style="list-style-type: none"> • Fe • Solidaridad • Justicia • Tolerancia • Responsabilidad • Amabilidad • Compromiso • Habilidad • Empatía • Espiritualidad
Tradiciones	Charlista, folclorista cuenta cuentos, Educador	Dar a conocer las tradiciones, la cultura y los elementos propios de una región para reforzar la identidad a los adultos mayores.	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Tolerancia • Sabiduría • Responsabilidad • Amabilidad • Compromiso • Habilidad • Empatía
Cocina	Personas dedicadas al arte culinario	Habilidades para enseñar recetas sobre alimentos tradicionales y su preparación	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Amabilidad • Compromiso • Habilidad • Empatía
Manualidades	Persona con conocimientos en elaboración de manualidades.	Habilidades para brindar técnicas de elaboración de manualidades	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Sabiduría • Responsabilidad • Amabilidad • Compromiso • Habilidad • Empatía

Voluntarios	Personal voluntario para apoyo de diversas estrategias	Brindar acompañamiento, apoyo y ayuda en el desarrollo de estrategias de biblioterapia.	<ul style="list-style-type: none">• Solidaridad• Amabilidad• Compromiso• Habilidad• Empatía• Responsabilidad
-------------	--	---	---

5.2.6. Otros insumos requeridos

Se requerirá que la biblioteca cuente con presupuesto suficiente para adquirir insumos para ejecución de las estrategias, como materiales para artesanías, hojas de papel, goma, pintura, tijeras y otros según la actividad que se realice.

En el espacio dedicado al refrigerio se requerirán alimentos para los participantes, por ejemplo: como jugos, frutas, galletas, panes, café y otros, estos recursos pueden ser donados por patrocinadores, empresas voluntarias o personas que así lo deseen, con el fin de llevar a cabo la actividad sin causar un gasto mayor a la biblioteca.

5.3. Frecuencia de las estrategias del servicio de biblioterapia

Las estrategias se realizarán semanalmente con un tiempo estimado de una hora, el tiempo podría variar dependiendo de las acciones y la participación de los adultos mayores.

5.4. Estrategias de Biblioterapia para la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

De acuerdo con las necesidades manifestadas por las personas adultas mayores se proponen algunas estrategias para establecer y brindar el servicio de biblioterapia. Estas contemplan en primer lugar la necesidad o situación en la que se desea contribuir para mejorar la calidad de vida de esta población, el título de la estrategia que se plantearía para abordar esta situación, el propósito, los objetivos de aprendizaje, los contenidos temáticos, las actividades que se ejecutarán, el perfil del personal requerido y los recursos. Para cada estrategia se incorporan ejemplos de actividades que se podrían realizar acordes a las temáticas que se estén trabajando.

A continuación, se desarrolla cada estrategia para la implementación de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia:

5.4.1. Estrategia 1: Mejoramiento del estado emocional

Propósito: Ofrecer a las personas participantes lecturas cortas sobre el sentido de la vida y algunos actos que ayuden en la mejora del estado emocional.

Objetivos de aprendizaje:

- Reflexionar sobre aspectos conceptuales relativos a las emociones.
- Realizar actividades para manifestar y expresar su estado emocional.
- Realizar dinámicas grupales que permita compartir sentimientos y emociones con personas en situaciones similares.

Contenido temático:

La estrategia debe contener al menos dos lecturas con temas relacionados al mejoramiento del estado emocional.

El personal encargado de realizar esta actividad deberá seleccionar las lecturas idóneas en relación con el fortalecimiento del estado emocional de los adultos mayores.

En la colección de la biblioteca se identificaron algunos documentos que pueden ser utilizados para esta estrategia:

- 1- Fuerzas motivadoras, Quesada, L., 1998.
- 2- El poder de la motivación, Quesada, L., 2001.
- 3- Reflexiones en torno a la motivación y autoestima al inicio del nuevo milenio, Villalobos, A., 2002.
- 4- La motivación: una actividad inicial o un proceso permanente, Alfaro, A. y Chavarría, G., 2002.
- 5- El cuerpo, las emociones y el lenguaje: fundamentos de la convivencia social, Toro, B., 2002.

- 6- El aprendizaje y las emociones, Casas, G., 2004.
- 7- Llorar, gritar, reír son expresiones de la vida, Krause, A., 1986
- 8- La voz de servir para comunicar los sentimientos y las emociones, Marín, S., 1995.
- 9- Beneficios curativos de la psicoterapia grupal en adultos mayores: experiencias del grupo Renacer, Sandoval, C., 2004.
- 10- Incipiente apoyo a adultos mayores (II parte), González, S., 1998.

Programa:

- Bienvenida. Se dará el recibimiento a la actividad, la cual estará a cargo de personal de la biblioteca. El bibliotecólogo, quien será el anfitrión, dará algunas indicaciones sobre el desarrollo y orden de la actividad. Guiará a los participantes para que se presenten.

- Comprensión e interiorización del mensaje de las lecturas:

Se brindarán lecturas cortas guiando a los participantes en un tiempo de reflexión e interiorización, estas lecturas serán proyectadas y leídas por la persona anfitriona. Se motivará a cada participante a reflexionar y a exponer sobre la comprensión de la lectura y el mensaje percibido.

- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.

- Se brinda un espacio para socialización.

➤ **Actividad 01. El hilo de tejer**

Mediante esta actividad se solicita a los participantes compartir de una manera ordenada sus pensamientos, experiencias y opiniones sobre las lecturas, prestando atención a las palabras de los otros compañeros.

La dinámica consiste en tomar un rollo de hilo de tejer el cual se va extendiendo conforme pasa de participante en participante, el fin será que cada persona en cuanto tome el extremo del hilo haga una participación, comparta sus pensamiento y sentimiento y pase el rollo a otra persona, así sucesivamente, al llegar al último participante, se solicita regresar el hilo de manera ordenada y que cada persona pueda recordar algo de lo que el participante anterior mencionó.

Mediante esta actividad las personas podrán compartir su experiencia y externar cualquier situación o sentimiento con base en las lecturas aportadas, además de sentirse escuchados por otros en condiciones similares.

➤ **Actividad 02. Creando mi árbol de vida**

A partir de la comprensión de las lecturas, se solicita a las personas participantes enlistar en cuadros de papel de colores en forma de frutas (manzanas, naranjas, otros) algunas cualidades y valores de sí mismas.

Estos papelitos serán colocados de manera visible en un árbol de papel elaborada por la persona encargada de dirigir la actividad.

Cuando todos los participantes hayan colocado sus aportes en el árbol se les pedirá observen y reconozcan las ideas que representa todo lo vivido, aprendido y cosechado sobre sí mismos, todas aquellas características buenas que tiene cada persona y a partir de ahí interioricen sobre su propio valor y auto aceptación.

➤ **Actividad 03. Juego tradicional “la papa caliente”**

Mediante esta actividad se solicitará a los participantes compartir opiniones y experiencias personales para mejorar el estado de ánimo.

Se ordena el grupo en círculo, se entrega a un participante una papa la cual debe pasar de persona a persona al compás de la música. Cuando la música se detiene se le pide a la persona participante que sostiene en ese momento la papa, que dé una opinión e indique cuáles maneras encuentra para motivarse en momentos difíciles o cuando su estado de ánimo está bajo.

Intervención del especialista invitado:

Un especialista invitado (Psicólogo o Trabajador Social) intervendrá para hacer recomendaciones de acciones que permitan a las personas adultas mayores mejorar su estado de ánimo y encontrar sentido a la vida.

Personal requerido: Personal de la biblioteca, un especialista en psicología o trabajo social y dos voluntarios asistentes.

Recursos necesarios: Espacio para realizar la actividad, sillas y mesas, recursos bibliográficos, computadora y proyector, hilo de tejer, papel de colores, cartulina, tijeras, una papa, refrigerio.

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

5.4.2. Estrategia 2: Promoviendo buenas prácticas saludables

Propósito: Brindar a los participantes los conocimientos básicos sobre el cuidado de la salud y técnicas para conservar el bienestar físico y mental a través del ejercicio y la buena alimentación.

Objetivos de aprendizaje:

- Obtener información sobre el cuidado de la salud desde la alimentación sana.
- Aprender la manera correcta de realizar algunos ejercicios prácticos recomendados para personas adultas mayores.
- Compartir ideas y opiniones sobre buenas prácticas para mejorar la salud.

Contenido temático:

Material escrito o vídeos con información teórica y práctica que brinde a las personas adultas mayores técnicas para mejorar la salud física y mental mediante el ejercicio y la buena alimentación.

Con base en lecturas seleccionadas a criterio de la persona encargada de la actividad se puede aportar una lectura corta o preparar material escrito (folleto) con información útil para las personas adultas mayores.

En la colección de la biblioteca se identificaron algunos documentos que pueden ser utilizados según el criterio del encargado de realizar esta actividad.

- 1- Respuesta a la terapia física de los adultos mayores con trastornos de la marcha, Cyrus, E., 2000.
- 2- Adultos mayores y salud, La Prensa Libre, 1999.
- 3- Alto riesgo de desnutrición en adultos mayores, Marín, A., 2001.
- 4- La promoción de la salud del adulto: un reto para los servicios de salud, Cartín, M., 1993.
- 5- La Promoción de la salud: un instrumento para prevenir las enfermedades cardiovasculares.

- 6- La percepción sobre el ejercicio físico y las actividades recreativas como alternativas en la promoción de la salud, Meneses, M., 1998.
- 7- Alimentación sana, fuente de vida saber comer: el secreto de una larga vida, Arboleda, A., 1993.
- 8- Por siempre joven el programa del éxito: ejercicios físicos, alimentación sana, pensamientos positivos para mantenerse joven, Strunz, U., 2001

Programa:

- Bienvenida. Se realizará una actividad de bienvenida, en la cual se les brindará a las personas participantes información sobre el cuidado de la salud, se recomienda entregar un folleto o documento con información escrita e imágenes y se hará lectura de este.
- Intervención del especialista invitado:
Un especialista en promoción de la salud ofrecerá una orientación a las personas participantes sobre prácticas saludables, alimentación y ejercicios adecuados para personas adultas mayores.
- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.
- Espacio para consultas e intercambio de opiniones:
Se abrirá un espacio para que las personas participantes puedan hacer intervenciones, dar su opinión y realizar consultas al especialista.

➤ **Actividad 01. Ejercicios físicos de estiramiento**

En esta actividad se les enseñará a los participantes algunos ejercicios básicos de estiramiento que pueden realizar diariamente con el fin de mantenerse en buen estado físico, procurando que las personas se diviertan y se ejerciten mientras comparten con otras personas al son de música adecuada para la actividad.

➤ **Actividad 02. Juego con una bola**

El personal encargado de dirigir esta actividad guiará a los participantes para realizar ejercicios sencillos como subir y bajar, moverse en diferentes direcciones, atajar la bola y otros según sus capacidades, esperando que puedan ejercitar todo su cuerpo de una manera divertida y entretenida al son de música adecuada para la actividad.

Como parte de esta actividad se les indicará a los participantes pasar la bola de persona en persona y cuando la música se detenga la persona que conserve la bola, se le solicitará que haga un comentario sobre lo aprendido o con lo que más se identifican respecto a las lecturas del folleto compartido.

➤ **Actividad 03. Aprendiendo baile popular**

En esta actividad se enseñará a los participantes algunos pasos de baile popular que permita ejercitar el cuerpo mientras se divierten, aprenden o repasan pasos de baile al ritmo de la música. Algunos participantes podrán mostrar pasos de baile que recuerden en caso de tener conocimientos y sugerir qué tipo de música quieren aprender a bailar.

Personal requerido: se requerirá personal de la biblioteca, un profesional promotor de la salud (profesor de educación física, nutricionista, profesor de baile, médico u otro profesional) con conocimientos adecuados con la temática y al menos dos voluntarios asistentes.

Recursos necesarios: espacio para realizar la actividad, sillas y mesas, recursos bibliográficos (folleto explicativo sobre el cuidado de la salud), computadora, proyector, música, una bola suave, refrigerio saludable

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

5.4.3. Estrategia 3: Aprendiendo sobre tecnología

Propósito: Brindar conocimientos prácticos sobre el uso básico de dispositivos tecnológicos como medio de información y socialización en ambientes de la web 2.0.

Objetivos de aprendizaje:

- Obtener información sobre el uso básico de los aparatos tecnológicos: encender, reconocer las aplicaciones básicas (explorador de internet, Facebook, WhatsApp, YouTube, otras), explorar, apagar.
- Reconocer la utilidad, alcances y limitaciones sobre el uso de aplicaciones específicas, según las necesidades individuales.
- Realizar ejercicios prácticos de uso básico de las tecnologías.

Contenido temático:

Presentaciones de diapositivas sobre el uso de tecnologías.

El personal encargado de esta actividad deberá seleccionar información a partir de los documentos localizados en la base de datos de la biblioteca, además de conocimientos propios para ayudar a explicar el uso básico de la tecnología a las personas adultas mayores.

Dentro de los textos dispuestos en la base de datos se han seleccionado algunos que podrían ser utilizados son:

- 1- Cómo triunfar en las redes sociales: consejos prácticos y técnicas para conseguir todo lo que te propongas en internet y sacarle más partido a tus redes sociales: Facebook, Twitter, Instagram, Moreno, M., 2000.
- 2- Computación, fácil y divertida 1, Rojas, J., 2001.
- 3- Computación básica herramienta para todos, Pazmiño, A., 2002.

- 4- Paquete básico de computación para cursos en línea, manual de procedimientos / Karol Castro Chaves, Castro, K., 2003.
- 5- Análisis virtual del uso de las herramientas sociales modernas en la campaña electoral, período 2010 [recurso electrónico], Alfaro, S., 2009
- 6- Computación 1, Echeverri, A., 2011
- 7- Tecnología de comunicación de campo cercano (NFC) y sus aplicaciones, Chavarría, D., 2011.
- 8- Las herramientas Web 2.0 en las bibliotecas, Camacho, G., 2015

Programa:

- Bienvenida. Se realizará una actividad de bienvenida y una pequeña introducción sobre el beneficio del uso de las tecnologías, a cargo de personal de la biblioteca.

- Presentación:

Se proyectará a los participantes una presentación de diapositivas, a cargo de un especialista en uso de tecnologías. Se les brindará información sobre equipo tecnológico que se utilizará según la actividad que corresponda: computadoras, celulares y tabletas. Se incluirá información sobre los alcances, beneficios y algunos cuidados que se deben tomar en cuenta a la hora de utilizar estos equipos

- Evaluación diagnóstica:

De previo a la actividad principal se realizará una evaluación individual sobre los conocimientos existentes y necesidades de información manifestadas por los participantes.

Con base en el diagnóstico, se dividirá el grupo en tres partes considerando si no se tiene ningún conocimiento, si se tiene conocimiento básico, o si es avanzado sobre el uso de equipo tecnológico.

- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.
- Se brinda un espacio para socialización.

➤ **Actividad 01. Uso de teléfonos inteligentes y tabletas**

Se preguntará a los participantes si cuentan con teléfonos inteligentes o tabletas. De ser así, se solicitará que lleven a la actividad el equipo con que cuenten.

Para aquellos que no dispongan de este insumo, el personal de la biblioteca o encargados de la actividad facilitarán tabletas.

Se formarán pequeños grupos de trabajo para brindar información personalizada realizando algunos ejercicios de uso, exploración y medidas preventivas a cargo de personal voluntario.

Con aquellos participantes que lo deseen se realizará una dinámica de creación de un grupo para comunicación y socialización utilizando las redes sociales de su preferencia (ejemplo WhatsApp).

➤ **Actividad 02. Aprendiendo sobre computación**

En esta actividad se guiará paso a paso a los participantes en la práctica de cómo utilizar el equipo de cómputo, las actividades básicas de encendido, explorar las aplicaciones, escribir un documento Word, según sean los conocimientos previos que manifiesten los participantes.

Se les solicitará escribir unas cuantas palabras de motivación para compartir con alguien que deseen o con alguno de sus compañeros.

Finalmente, se les imprimirá el documento elaborado para que lo entreguen a quien así hayan elegido.

Se les indicará la manera correcta de apagar el equipo de cómputo.

➤ **Actividad 03. Navegando en internet**

Con base en la presentación impartida y los conocimientos adquiridos en la actividad anterior se guiará a los participantes para que naveguen en internet, utilizando sitios web con información relevante según sus intereses.

Se les darán frases o palabras para realizar pequeñas búsquedas en el explorador.

Personal requerido: personal de la biblioteca, un especialista preferiblemente informático o un especialista en uso de tecnologías y al menos tres voluntarios asistentes.

Recursos necesarios: espacio para realizar la actividad, sillas y mesas, recursos bibliográficos: presentación de diapositivas sobre uso de tecnologías, computadoras con acceso a internet, proyector, tabletas o teléfonos inteligentes, refrigerio.

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

5.4.4. Estrategia 4: Fe y espiritualidad en los adultos mayores

Propósito: Brindar a los participantes lecturas motivacionales y espirituales para mejorar su estado emocional durante la edad adulta.

Objetivos de aprendizaje

- Reflexionar sobre el aprovechamiento de la lectura espiritual en la vida adulta.
- Compartir pensamientos y sentimientos sobre el mensaje percibido.

Contenido temático

Lectura espiritual acompañado de una película sobre la fe, la espiritualidad y sentido de la vida.

Para esta actividad se utilizarán lecturas cortas con temáticas espirituales, en la base de datos de la biblioteca se encuentran documentos que pueden ser utilizados, tales como:

- 1- La espiritualidad, una dimensión impostergable en la intervención terapéutica. Campos, I. y Casas, G., 2002.
- 2- Hugo Assmann: teología, espiritualidad solidaria y la belleza de vivir, Jung, M., 2008.
- 3- La interpretación de la Biblia en la vida de la Iglesia: por una hermenéutica espiritual y liberadora. Richard, P., 1997.
- 4- Apoyando a cuidadores de adultos mayores. Torres, S., 2001.
- 5- Vida y milagros de la hermana Lucía. Meza, G., 2005.
- 6- Ser santo... ¿es posible hoy? Castagna, D., 1997.
- 7- Oraciones para la tercera edad Héctor Muñoz. Muñoz, H., 1992.

Además, la base de datos de la biblioteca cuenta con películas con contenido afín con la temática en formato CD como, por ejemplo:

- El camino a la felicidad: una guía basada en el sentido común para vivir mejor, Hubbard, R., 2009

También, existen diversas plataformas para ver películas en línea que pueden facilitar la selección de aquellas que permitan lograr el objetivo de esta actividad, algunas películas que se podrían considerar son:

- 1- Dios no está muerto, escrita por Solomón, C., 2014
- 2- El cielo es real, dirigida por Wallace, R., 2014
- 3- Milagros del cielo, dirigida por Rikken, P., 2016
- 4- Milagro azul, dirigida por Quintana, J., 2021

Programa:

- Bienvenida. Esta actividad dará inicio con una bienvenida y la presentación del profesional motivador, quien realizará una reflexión inicial, una lectura espiritual introductoria seleccionada acorde al tema.
- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.
- Se brinda un espacio para socialización.

➤ Actividad 01. Compartiendo mensajes positivos

En esta actividad se les entregará a los participantes una serie de frases espirituales, se les solicitará a las personas mayores leerlas y seleccionar una con la que se identifiquen o que sea de su preferencia.

Se abrirá un espacio para que cada persona lea y exponga su frase e indique por qué es su favorita, mientras se degusta un café y bocadillos.

➤ Actividad 02. Tarde de cine

Como parte de la actividad se repartirán refrescos y palomitas para simular una visita al cine. Se proyectará la película elegida previamente por los anfitriones sobre la importancia de la espiritualidad y la fe en la vida de las personas.

Mesa redonda o conversatorio:

El especialista motivador espiritual en conjunto con personal de la biblioteca preparará un espacio a modo de mesa redonda o conversatorio, donde los adultos mayores podrán compartir opiniones, hacer consultas y expresarse sobre lo leído y comprendido de la película mientras disfrutan de un café y bocadillos.

➤ **Actividad 03. La bandera y el círculo**

Se colocarán las sillas en el espacio asignado para que formen un círculo. Se solicitará la participación de un charlista o motivador espiritual para que exponga sobre temas motivacionales y sobre la sanidad espiritual con base en las lecturas previamente seleccionadas. Durante la participación del moderador o charlista este sostendrá una bandera, signo de que es el dueño de la palabra.

El moderador realizará un ejercicio sobre sanación interior.

Seguidamente se solicitará a los participantes que quieran hacerlo compartir sus pensamientos, anécdotas o comentarios sobre la información suministrada, y cómo se sintieron con la actividad de sanación, además de solicitará brindar algún consejo a sus compañeros sobre cómo auto motivarse en tiempos difíciles. Cuando la persona tenga la palabra sostendrá la bandera y se la pasará a la siguiente persona participante.

Personal requerido: profesional en bibliotecología, un invitado motivador espiritual y al menos dos voluntarios asistentes.

Recursos necesarios: espacio para realizar la actividad con sillas y mesas, recursos bibliográficos, película, papel, tijeras, computadora, proyector, música, una bandera, refrigerio (palomitas, refrescos, bocadillos, café).

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

5.4.5. Estrategia 5: Tertulia y tradiciones

Propósito: ofrecer a las personas participantes un espacio para compartir conocimientos, ideas, recuerdos y pensamientos sobre leyendas, tradiciones culturales, costumbres locales y nacionales.

Objetivos de aprendizaje:

- Realizar una síntesis de las leyendas tradicionales más populares.
- Rememorar tradiciones y costumbres locales y nacionales.
- Brindar un espacio de “tertulia” para que los participantes puedan aportar su propio conocimiento y experiencias.

Contenido temático:

Lecturas sobre leyendas tradicionales, costumbres locales y nacionales.

El personal encargado de dirigir la actividad seleccionará algunos textos que relacionen las leyendas, tradiciones, costumbres populares locales y del país.

Se recomienda seleccionar de la base de datos algunos textos afines con la temática de la actividad. Según la búsqueda realizada algunos de los contenidos que se podrían utilizar para esta dinámica son:

- 1- Santa Bárbara de Heredia 113 aniversario, Municipalidad de Santa Bárbara, 2000.
- 2- El cadejos, Izcar, F., 1985.
- 3- Tradición oral indígena costarricense, UCR, 1984.
- 4- La leyenda de la laguna del Volcán Barba, Chinchilla, K., 1993.

- 5- Apuntes sobre tres versiones bocotás de la leyenda de la “Madre del Maíz”, Margery, E., 1992.
- 6- Historias, Guevara, M., 1989.
- 7- Dios dejó la tierra para nosotros, Stifler, D., 1989.
- 8- Historias y memorias, Bozzolli, M., s.f.
- 9- ¡Sucesos!, ¿Creencias? O leyendas de los afrocaribeños, Francis, E., s.f.
- 10-Por los caminos de la llorona, Jiménez, M. y Rojas, M., 2001.
- 11-La llorona, Garner, J., 1904.
- 12-Leyendas ticas, Jura, S., 1908.
- 13-Una leyenda, Peralta, H., 1923.

Programa:

- Bienvenida. Para dar la bienvenida, el personal de la biblioteca en colaboración con las personas voluntarias preparará el espacio en el cual se realizará la actividad, con decoración afín con la temática, puede colocar máscaras, imágenes y otras. El personal de la biblioteca invitará a los participantes a ponerse cómodos para compartir un buen momento de leyendas y tradiciones.
- Narración de historias, leyendas costumbres:
Se iniciará con la lectura de algunos textos con contenido temático sobre tradiciones, leyendas locales y nacionales.
- Comprensión e interiorización del mensaje de las lecturas:
Se abrirá un espacio de conversación sobre las costumbres de tiempos antiguos, permitiendo que las personas puedan hacer su participación y aportar su versión o perspectiva con base en sus experiencias y conocimientos.
- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.
- Se brinda un espacio para socialización.

➤ **Actividad 01. Cuenta cuentos o narrador**

Se dará espacio a una especialista en folclore, historiador costarricense o cuenta cuentos que hará una participación sobre alguna historia y tradiciones nacionales.

Se presentarán imágenes a modo de exposición, sobre leyendas tradicionales, locales y nacionales. Se solicitará a los participantes observen las imágenes y realicen algún aporte a la información brindada, como diferentes versiones de la misma leyenda u opiniones de las imágenes vistas.

➤ **Actividad 02. Tarde de tertulia y creación de nueva información**

Se entregará un pequeño cartel con diferentes tradiciones nacionales a cada participante que incluye una frase corta que define la tradición y se les solicitará que expongan y aporten algo a la frase presentada.

Se abrirá un espacio de tertulia en el cual se espera que la información aportada sea una recopilación de historias, cuentos y anécdotas de los participantes, a fin de recoger nuevo conocimiento.

En esta actividad se compilará la información aportada por los participantes para formar un folleto que incluya la versión personalizada de la tradición expuesta por cada participante.

El personal de la biblioteca realizará los folletos con la información suministrada y los expondrá con la fotografía y los datos de cada autor (adulto mayor participante) esta dinámica permitirá que los participantes sean autores de una historia que podrán compartir con otras personas.

➤ **Actividad 03. Juego de bingo**

Se elaborará un juego de bingo original con temáticas relativas a las tradiciones y leyendas costarricenses y como premios se brindarán pequeños obsequios.

Personal requerido: personal de la biblioteca, un profesional cuentacuentos, historiador o folclorista, al menos dos voluntarios más como asistentes.

Recursos necesarios: espacio para realizar la actividad, sillas y mesas, recursos bibliográficos: leyendas, cuentos, juego de mesa, decoración acorde con la temática, premios para el bingo, refrigerio.

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

5.4.6. Estrategia 6: Cocina tradicional saludable

Propósito: brindar a los participantes conocimientos sobre la cocina tradicional saludable.

Objetivos de aprendizaje:

Obtener información sobre la cocina tradicional saludable.

- Compartir algunos platillos tradicionales, su preparación y consejos personales.
- Mostrar paso a paso la elaboración de platillos tradicionales
- Realizar una dinámica grupal para compartir variedad de formas e ingredientes para preparar diferentes platillos.

Contenido temático:

Recetas escritas con imágenes.

El personal encargado de realizar la actividad compilará las recetas preparadas por los voluntarios para crear un recetario original, la información para este instrumento puede ser seleccionada de textos localizados en la colección de la

institución. Algunos documentos con información afín con la temática rescatados de la base de datos son:

- 1- Gran libro de la cocina natural técnica y práctica de una alimentación sana, completa y apetitosa, Aubert, C. y Aubert, E., 1998.
- 2- Recetas útiles, Magazín costarricense, 1910.
- 3- Buenos alimentos...buenos premios, La Nación, 1986.
- 4- Alimentación sana, fuente de vida saber comer: el secreto de una larga vida, Arboleda, A., 1993

Programa:

- Bienvenida. El personal de la biblioteca dará la bienvenida a las personas participantes.

Esta actividad estará a cargo de un profesional especialista en nutrición y preparación de alimentos saludables, éste brindará información sobre los tipos de alimentos y las mejores formas de prepararlos para que no pierdan sus nutrientes. Se brindará información escrita, en imágenes, folletos u otro material previamente elaborado para la actividad.

- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.
- Se brinda un espacio para socialización

➤ Actividad 01. La tienda

Para esta actividad se prepararán figuras de cartulina de colores en forma de los alimentos saludables y no saludables, estos serán los ingredientes para preparar diferentes platillos con base en la información aportada por la especialista.

A cada participante se le brindará un grupo de billetes de papel. Se colocarán estos ingredientes (saludables y no saludables) en una mesa cual si fuera una

tienda y se solicitará a los participantes que pasen y compren aquellos elementos para preparar una receta original.

Se elaborará un dibujo de una olla grande y se solicitará a los participantes que uno a uno pase y haga una demostración de los conocimientos aprendidos mostrando su receta original pegando con cinta adhesiva en esta imagen los ingredientes que adquirieron en la tienda.

➤ **Actividad 02. Concurso de la receta familiar**

Se solicitará a los participantes que comenten sobre alguna receta familiar y que indique los ingredientes y la manera de preparación.

El personal de la biblioteca elaborará un escrito de las recetas presentadas y estas serán expuestas, para que otras personas puedan votar y de esta manera escoger cuál receta contiene los elementos más saludables y sabrosos según cada participante.

➤ **Actividad 03. Miniferia de alimentos**

Para esta actividad se solicitará a personas voluntarias con conocimientos en preparación de alimentos, elaborar algunos platillos tradicionales para compartir con los participantes. Con la información sobre la preparación y sus ingredientes se elaborará un pequeño recetario que se repartirá conforme avance la visita a la feria.

Se preparará la biblioteca a modo de feria, con 5 estaciones donde se colocarán los platillos preparados y el documento con sus respectivas recetas.

El moderador solicitará a los participantes visitar cada una de las estaciones, donde podrán probar los platillos y conocer la receta con su preparación mediante

la información escrita que se suministrará en cada puesto; además, podrán consultar con los cocineros sobre la preparación e ingredientes.

Se designará un espacio para probar los alimentos, compartir diferentes formas de preparar la misma receta, consultas, sugerencias y comentarios.

Personal requerido: se requiere de personal de la biblioteca, al menos 5 cocineros voluntarios.

Recursos necesarios: espacio para realizar la actividad, sillas y mesas, recursos bibliográficos: recetas, información sobre preparación, alimentación saludable, alimentos aportados por los cocineros voluntarios con sus respectivas recetas, cartulina de colores, goma, papel, marcadores, cinta adhesiva.

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

5.4.7. Estrategia 7: Taller de manualidades creativas

Propósito: Dirigir a los adultos mayores en la elaboración de manualidades como actividad creativa, estimulante y social.

Objetivos de aprendizaje:

- Aprender teóricamente el paso a paso la realización de una manualidad.
- Ejecutar el procedimiento para elaborar una manualidad.
- Hacer una demostración de los trabajos realizados.

Contenido temático:

Lecturas sobre elaboración de manualidades.

Para esta actividad se puede utilizar como referencia algunos documentos encontrados en la base de datos acorde con la temática como los siguientes:

- 1- Manualidades con tela, Perfil de manualidades, 1999.
- 2- Manualidades para todos, Martín, M., 1999.
- 3- Manualidades: crear y divertirse, González, F., 2000
- 4- Culturito nuevas manualidades dibujos, Fernández, F., 2001.
- 5- Eco-manualidades ¡por un mundo mejor!, Bayo, I., Ribón, M., 2008
- 6- Manualidades en cartón y en tela, Rondán, M., 1994
- 7- Arte y técnicas de las manualidades, muebles pintados, Pécheur, J., 1994.
- 8- Arte y técnica de las manualidades, papel maché, Loiselot, C., 1994

Programa:

- Bienvenida. El personal de la biblioteca dará la bienvenida a la actividad y compartirá una información introductoria mediante un video preparado por personal a cargo. Se entregarán los implementos requeridos a cada participante para elaborar una manualidad.

- Se realizan las actividades seleccionadas para el desarrollo de la estrategia.
- Exhibición de manualidades y refrigerio:

Al finalizar cada actividad se colocarán las manualidades de cada participante o grupo para que sean expuestas mientras se degusta del refrigerio.

➤ **Actividad 01. Pintura en cerámica**

El personal de la biblioteca entregará los materiales para realizar la manualidad que en ese caso será una figura de cerámica para pintar.

El profesional invitado dará las instrucciones y guiará paso a paso a las personas para realizar una pintura en una pieza de cerámica. Las personas participantes serán asistidas por personal voluntario para ayudarles en la ejecución de la actividad.

Al finalizar, se colocarán las piezas de cerámica en una mesa con el nombre del autor de cada manualidad para que sean expuestas en la biblioteca.

➤ **Actividad 02. Flores de papel**

El personal de la biblioteca entregará los materiales para realizar las flores de papel (papel de colores, goma, alambre, tijeras)

El profesional invitado dará las instrucciones y guiará paso a paso a las personas para elaborar diferentes figuras como flores de papel. Las personas participantes serán asistidas por personal voluntario para ayudarles en la ejecución de la actividad.

Finalmente, se solicitará a los participantes que obsequien a una persona una de las flores elaboradas con un mensaje positivo.

➤ **Actividad 03. Rompecabezas de madera**

La persona coordinadora de la actividad solicitará a los participantes hacer grupos de 3 personas. Se entregará a cada grupo una serie de piezas de madera a modo de rompecabezas para que vayan dando forma a una figura.

Cuando finalicen se les solicitará pintar la pieza con el aporte de cada participante.

Personal requerido: se requiere personal de la biblioteca, profesional en artes plásticas, manualidades y al menos 2 voluntarios asistentes.

Recursos necesarios: espacio para realizar la actividad, sillas y mesas, recursos bibliográficos: lecturas, revistas, libros de manualidades, materiales para arte: artesanía en crudo, pintura, pinceles, papel, otros, refrigerio.

Evaluación: para la evaluación de esta estrategia se utilizará el instrumento denominado hoja de observación abierta 2 (Ver apéndice 6)

Estas actividades son ejemplos de estrategias que se pueden utilizar, sin embargo, el personal de la biblioteca con base en su experiencia, innovación y creatividad puede implementar actividades a la medida de las necesidades cambiantes en los adultos mayores.

VI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA EL SERVICIO DE BIBLIOTERAPIA PROPUESTO

6.1. Evaluación de las estrategias para el servicio de biblioterapia

La evaluación de los servicios en una biblioteca permite determinar el alcance de los objetivos que responde a la satisfacción de las necesidades de las personas usuarias del servicio identificando las oportunidades de mejora en las estrategias implementadas.

Para conceptualizar la evaluación de los servicios Alarcón, Cárdenas, Bellas y Santiesteban (2007) citando a Peón (1995) definen evaluación como “el establecimiento de un procedimiento permanente de captación y valoración de información que, a su vez, suministra los datos resultantes de esos procesos, para lograr el mejor aprovechamiento posible, eficaz y eficiente de los recursos” (p. 3). El análisis de resultados permitirá reconocer la calidad de los servicios implementados permitiendo una mejora continua a partir de los hechos registrados.

Para valorar la calidad y el éxito de los servicios de biblioterapia propuestos es importante definir indicadores a la medida de los objetivos, Pérez, Lores, Pérez y Díaz (2014) refieren que éstos “actúan como herramienta para evaluar la calidad de los servicios y las fuentes de información que brinda la institución de información, así como otras actividades realizadas por la misma”. Según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística de Colombia (DANE) se clasifican en tres tipos: gestión, producto y efecto

- **Gestión:** cuantifica los recursos físicos, humanos y financieros utilizados en el desarrollo de las acciones; y mide la cantidad de acciones, procesos, procedimientos y operaciones realizadas durante de la etapa de implementación.

- **Producto:** cuantifica los bienes y servicios (intermedios o finales) producidos y/o provisionados a partir de una determinada intervención, así como los cambios generados por esta que son pertinentes para el logro de los efectos directos.
- **Efecto:** mide los cambios resultantes en el bienestar de la población objetivo de la intervención como consecuencia (directa o indirecta) de la entrega de los productos. (Departamento Administración de la Función Pública, 2015, p. 33)

En el servicio de biblioterapia propuesto se espera que la evaluación de cada estrategia desarrollada esté a cargo del personal de la biblioteca, quienes a través de la observación podrán captar las opiniones, sugerencias y recomendaciones de los adultos mayores de una manera guiada, expedita y cómoda para ellos, buscando obtener esta información de forma cualitativa en el lugar, considerando que este proceso forma parte de la misma actividad. En otras palabras, la evaluación no corresponde a un acto final, sino que se desarrolla durante el tiempo que se desarrolle el servicio de biblioterapia.

La información recopilada será utilizada por el encargado de la biblioteca para crear mejoras en los servicios y complementar los temas para dinámicas similares que se pueden implementar tanto esta biblioteca como en otras del SINABI.

El propósito de la evaluación es verificar el cumplimiento de los objetivos y la satisfacción manifestada por los adultos mayores sobre el servicio de biblioterapia en cada una de las estrategias.

Algunas de las acciones específicas que se recomiendan para esta evaluación son:

- Observar el comportamiento de los adultos mayores durante la participación en las diversas estrategias para determinar el grado de motivación.
- Comprobar la calidad de cada una de las estrategias desarrolladas.

- Llevar a cabo las modificaciones y ajustes necesarios según las opiniones manifestadas por las personas adultas mayores para el mejoramiento continuo de las estrategias de biblioterapia.

Cuadro 11

Criterios para evaluar las estrategias de información de la propuesta de servicio de biblioterapia para la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

Criterios de evaluación	Alcances
<ul style="list-style-type: none">• Eficacia (recursos, competencias del moderador)	Lograr el efecto deseado en concordancia con los objetivos de la biblioterapia y los recursos disponibles.
<ul style="list-style-type: none">• Aprendizaje	Proceso de adquisición del conocimiento a partir del mensaje transmitido.
<ul style="list-style-type: none">• Participación	Intervención de los participantes de manera voluntaria en las actividades.
<ul style="list-style-type: none">• Comunicación	Recepción del mensaje y disposición para transmitir y compartir con otros participantes.
<ul style="list-style-type: none">• Motivación	Manifestación de interés y gusto por el aprendizaje y la participación en las actividades.
<ul style="list-style-type: none">• Socialización	Disposición de incorporarse dentro del grupo de personas participantes.

A continuación, se proponen algunos indicadores que permitan obtener los criterios de evaluación respecto a las estrategias aplicadas en el servicio de biblioterapia.

Cuadro 12

Cuadro Indicadores para evaluar las estrategias del servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

Objetivo de la actividad	Criterio	Indicador	Objetivos del indicador	Aspectos para evaluar (preguntas de observación)
<p>Seleccionar lecturas con mensajes asociados a las necesidades o situaciones que se abordarán en cada estrategia con la que se desea contribuir para la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores.</p>	<p>Eficacia</p>	<p>Calidad de las lecturas</p>	<p>Comprobar si el mensaje y los conceptos fueron interiorizados y apropiados a la temática.</p>	<p>¿El adulto mayor comprende el mensaje?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Replica y participa de la actividad - Pone ejemplos desde su experiencia <p>¿El adulto mayor se muestra anuente a poner en práctica los aprendizajes?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apropiación del conocimiento. <p>¿El adulto mayor realiza propuestas para abordar otras realidades en procesos de biblioterapia?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Propone ideas de otros temas y de acciones de mejora.

	Aprendizaje	Reconocimiento del mensaje expuesto	Identificar los conocimientos adquiridos	<p>¿El adulto mayor puede conceptualizar lo aprendido con sus propias palabras?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Define conceptos con sus propias palabras • Brinda ejemplos de casos reales
Planear actividades complementarias que se adecuen a las condiciones físicas, emocionales y cognitivas de los adultos mayores para realizar la reflexión a partir de las lecturas.	Participación	Grado de participación	Observar si las acciones fueron ejecutadas, si la participación es dinámica o pasiva	<p>¿Se percibe una participación por parte de todos los adultos mayores?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participación activa - Participación pasiva - Muestra dinamismo por las actividades
	Motivación	Grado de la motivación	Medir el grado de motivación manifestado por las personas participantes	<p>¿Las personas participantes muestran disfrute en la realización de las dinámicas?</p> <ul style="list-style-type: none"> - La persona refleja disposición - Participa de ejercicio de imágenes sobre su estado de motivación (evaluación caritas)
	Comunicación	Nivel de comunicación	Verificar si las personas mayores se comunican entre ellos y hacia los	<p>¿Las personas participantes expresan opiniones?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comentan y dan opiniones

			motivadores.	<p>personales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuenta de que manera lo ha aplicado en su vida <p>¿Las personas mayores comparten ideas con las demás personas?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajan en equipo (cuando la actividad así lo requiere) - Cooperan entre sí
<p>Evaluar el personal que estará a cargo de cada estrategia según la especificidad del tema que se abordará</p>	Eficacia	Evaluación del profesional moderador	<p>Evaluar si el bibliotecólogo o invitado moderador cumple con los requerimientos en cuanto a conocimiento, capacidad para exponer el mensaje, otros</p>	<p>¿El profesional moderador cuenta con formación académica adecuada para impartir las capacitaciones?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formación profesional <p>¿Cuenta con experiencia en trabajo con adultos mayores?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Experiencia de trabajo con personas adultas mayores <p>¿El profesional moderador comunica el tema con claridad?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Claridad en la exposición

				<p>¿El profesional moderador atiende las dudas o comentarios?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Atención a dudas, consultas y opiniones. <p>¿El profesional moderador es amable y respetuoso?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trato amable, respetuoso, cortés. - Empático, gentil.
<p>Definir los recursos bibliográficos, didácticos, de equipo tecnológicos y mobiliarios necesarios para el desarrollo de cada estrategia.</p>	Eficacia	Evaluación de los recursos	<p>Evaluar la utilidad y suficiencia de los recursos</p>	<p>¿Los recursos materiales requeridos son suficientes para la actividad?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Suficiencia del recurso - Materiales adecuados a las necesidades de las personas mayores <p>¿La infraestructura es adecuada para realizar la actividad?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espacio suficiente - Espacio adecuado a las necesidades de las personas

				<p>adultas mayores</p> <ul style="list-style-type: none">- Acorde a la Ley 7600 <p>¿La biblioteca cuenta con suficiente mobiliario para realizar la actividad?</p> <ul style="list-style-type: none">- Mobiliario suficiente- Mobiliario adecuado a las necesidades de los adultos mayores
--	--	--	--	---

VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. Conclusiones

El aprendizaje obtenido a través de la consulta bibliográfica y el acercamiento con la persona adulta mayor ha permitido reconocer la situación actual que vive esta población y la importancia de atender las necesidades que estas personas manifiestan desde diferentes sectores de la sociedad, especialmente desde las bibliotecas, donde los servicios que brinda pueden hacer un cambio significativo en su calidad de vida.

A partir del diagnóstico realizado en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia se ha podido verificar que esta institución cuenta con una infraestructura adecuada a las necesidades requeridas para la realización de actividades biblioterapéuticas para la población adulta mayor; además, esta biblioteca dispone de personal, mobiliario y recursos bibliográficos que pueden ser aprovechados para este propósito.

Con base en la información brindada por la encargada de la biblioteca se puede deducir que los servicios suministrados a los adultos mayores eran generales, no específicamente a la medida de las necesidades de esta población. Actualmente, debido a la pandemia del COVID-19, las actividades presenciales han sido suspendidas hasta que las disposiciones del Ministerio de Salud estén vigentes, esto como medida de prevención y cuidado de la salud.

Con base en los resultados de la presente investigación, se evidenció que, aunque la mayoría de los adultos mayores en la comunidad de Santa Bárbara de Heredia cuentan con un núcleo familiar que vela por sus necesidades, hay muchas personas que mencionaron sentirse solas, que afirman tener deseos de convivir con otras en condiciones similares, ser parte útil y activa para la sociedad. Así que, satisfacer esta necesidad contribuiría en mejorar tanto su estado físico como emocional, logrando optimizar su calidad de vida y permitiendo que a través de la compañía puedan apoyar y solventar esta necesidad.

Muchas de las personas adultas mayores manifiestan que las fuentes de información con que cuentan provienen en su mayoría de la televisión y de las personas que los frecuentan, denotando una necesidad de acceso a la información veraz y oportuna. Este problema en gran medida se debe a la falta de recursos o conocimientos en cuanto a las tecnologías básicas, como los teléfonos inteligentes, las computadoras y el acceso a internet.

Las necesidades manifestadas por las personas adultas mayores se podrían solventar mediante la implementación del servicio de biblioterapia, promoviendo talleres y cursos a la medida de esta población. La biblioterapia es un método de mejoramiento de la salud física y mental que, aplicado de una forma constante, permite mejoras paulatinas en la salud desde la motivación y el pensamiento positivo.

A partir de la realidad dilucidada en la comunidad de Santa Bárbara en cuanto a la población adulta mayor, se propone paso a paso el proceso para la implementación del servicio de biblioterapia, el cual se fundamenta con el objetivo general, objetivos específicos, requerimientos documentales de temas y contenidos, de infraestructura física y tecnológica, competencias del personal a cargo, forma de evaluación y otros requerimientos del servicio.

Desde la propuesta de este servicio se logra plantear una serie de estrategias específicas relacionadas con necesidades puntuales de los adultos mayores, entre los que están: mejora del estado emocional, promoción de la salud, uso de tecnologías, fe y espiritualidad, tertulia y tradiciones, cocina y manualidades. Para cada necesidad se planificó una actividad que contempla el título, el propósito, los objetivos de aprendizaje, los contenidos, las dinámicas que se ejecutarán, el personal a cargo y los recursos requeridos.

Esta investigación determina que la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia dispone de los recursos necesarios para la implementación de las estrategias propuestas y se enlistan según sus características. Los criterios de evaluación se desarrollaron con base en cada uno de los objetivos de las

estrategias propuestas. Cada formulación de la estrategia está ampliamente desarrollada con el propósito de que el personal profesional en bibliotecología o personal encargado de la biblioteca pueda planificar la ejecución del servicio de biblioterapia, tanto en la biblioteca propuesta como en cualquier otra unidad de información que con características similares quiera desarrollar este servicio.

7.2. Recomendaciones:

Se recomienda a la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia implementar y evaluar los resultados del servicio de biblioterapia, para que este proyecto sirva de base para el desarrollo de actividades similares en otras bibliotecas del SINABI, incorporando acciones de mejora y fortalecimiento continuo según los resultados observados.

La implementación de la biblioterapia propiciaría el bienestar integral mediante la utilización de actividades motivacionales y la generación de espacios para compartir con otras personas lo que coadyuvaría a su inclusión social. De continuar la situación pandémica del país, la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia podría ajustar las actividades biblioterapéuticas a las condiciones de virtualidad para satisfacer las necesidades de esta población. Como un valor agregado para las bibliotecas públicas, se recomienda implementar y promover el servicio de biblioterapia brindando atención domiciliar a las personas habitantes de centros de cuidado u hogares de ancianos.

Se recomienda al personal de la biblioteca establecer un programa permanente de alfabetización informacional y tecnológica, orientado al uso adecuado de la información, la utilización de tecnologías, aplicaciones móviles, redes sociales y espacios remotos compartidos, entre otros.

Se recomienda a la Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información, contemplar en los contenidos de los cursos, métodos pedagógicos para atender poblaciones vulnerables como son las personas adultas mayores, dando a

conocer sus características, derechos y necesidades, además de las responsabilidades que tienen los bibliotecólogos de acuerdo con su función social.

Se recomienda a las instituciones sociales, en especial a la Municipalidad de Santa Bárbara brindar apoyo a las bibliotecas para el fortalecimiento de servicios enfocados al mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores.

VIII. REFERENCIAS

- Abreu, A., Zulueta, M. y Henríquez, A. (2012). Biblioterapia: estado da questão. *Cadernos de Biblioteconomia, Arquivística e Documentação*, 1(2), pp. 95–111.
<http://web.s.ebscohost.com.una.remotexs.co/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=48c9d950-33d2-4130-9214-463919032400%40redis>
- Afonso, L., Acosta, I. y Barrera, A. (2018). “El valor de la biblioterapia en el adulto mayor en el municipio de Guaimaro”, *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. 1(5). <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/05/biblioterapia-adulto-mayor.html//hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1805biblioterapia-adulto-mayor>
- Alarcón, M., Cárdenas, L., Bellas, M. y Santiesteban, I. (2007). Evaluación y calidad de los servicios de información: una propuesta teórico-metodológica. *Acimed*. 15(4), pp. 1-9. <http://scielo.sld.cu/pdf/aci/v15n4/aci07407.pdf>
- Arguinzóniz, M. (1980). *Guía de la biblioteca: funciones y actividades*. Trillas
- Arias, M., Miguez, L., Molfino, E. y Rega, L. (2000). Biblioterapia. *Información, Cultura Y Sociedad*, 2, pp. 85-93.
- Asociación de Profesionales de Narración Oral en España. (2019). Personas mayores y narración oral, un camino de ida y vuelta.
<https://www.narracionoral.es/index.php/es/documentos/boletines-y-noticias/boletines/1602-boletin-n-77-personas-mayores-y-narracion-oral-un-camino-de-ida-y-vuelta>
- Asociación Gerontológica Costarricense. (2019). *Sobre AGECO nuestra labor*.
<https://ageco.org/nuestra-labor/>
- Barrantes, R. (2016). *Investigación: un camino al conocimiento, un enfoque cualitativo y cuantitativo*. EUNED.

- Caldín, C. (2001). A leitura como função terapêutica: biblioterapia. *Encontros Bibli*, 6(12), pp. 32-44. <https://periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/1518-2924.2001v6n12p32/5200>
- Castro, Y. (2017). La biblioterapia y la selección de fuentes de información: un ámbito de actuación para los profesionales de la Bibliotecología y la Ciencia de la Información. *Anales de Investigación*. 13 (1), pp. 82-95. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6051899>
- Chaves, A. (Ponente). (15 de mayo de 2019). *Biblioterapia para el usuario adulto mayor*. En el II Congreso sobre usuarios de la Información. Conferencia llevada a cabo en Lima, Perú. [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=RKf-JK84X-Uyfeature=youtu.be>
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (2013). *Guía para la Elaboración de la Matriz de Indicadores para Resultados*. https://www.coneval.org.mx/Informes/Coordinacion/Publicaciones%20oficiales/GUIA_PARA_LA_ELABORACION_DE_MATRIZ_DE_INDICADORES.pdf
- Consejo Nacional de la persona adulta mayor. (2013). Normativa en beneficio de la Población Adulta Mayor. [folleto]. <https://www.conapam.go.cr/mantenimiento/FOLLETO%20NORMATIVA.pdf>
- Consejo Nacional de la persona adulta mayor. (2014). Inicio: Consejo Nacional de la persona adulta mayor <https://www.conapam.go.cr/mapa-sitio/>
- Da Silva, A. (2005). Características Da Produção Documental Sobre Biblioterapia No Brasil (Tesis de maestría, Universidad Federal de Santa Catarina). Repositorio UFSC. <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/101729/220699.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- De Oliveira, L.; Fortkamp, C. y Pinheiro, P. (2006). Biblioterapia para crianças em idade pré-escolar: Estudo de caso. *Perspectivas Em Ciência Da Informação*,

11(3), pp. 398-415.

<https://www.scielo.br/j/pci/a/bHbjc6YTjmRC3Sq3StWRw8m/?lang=pt&format=pdf>

Del Río, G. (2011). El valor de la biblioterapia en la vejez. *Revista Longevivier*, 15, pp. 25-33. <file:///C:/Users/Ana%20Chaves/Downloads/195-195-1-PB.pdf>

Departamento Administrativo de la Función Pública. (2015). *Guía para la construcción y análisis de Indicadores de Gestión*.

https://www.funcionpublica.gov.co/eva/admon/files/empresas/ZW1wcmVzYV83Ng==/imgproductos/1450054776_b93eb12298e646b5dd4c5c2a3d3a8d23.

Diverti, C. (2011). Leer: un derecho también en el hospital. *Información Cultura y sociedad*, 25, pp. 145-152.

<http://www.scielo.org.ar/pdf/ics/n25/n25a08.pdf>

Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores.

(2016), La vejez vista desde la historia y las culturas. <https://fiapam.org/la-vejez-vista-desde-la-historia-y-las-culturas/>

Federación Internacional de Asociaciones de Bibliotecarios y Bibliotecas y Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (IFLA /UNESCO) (2001) *Directrices IFLA/UNESCO para el desarrollo del servicio de bibliotecas públicas*.

<https://www.ifla.org/files/assets/hq/publications/archive/the-public-library-service/pg01-s.pdf>

Federación Internacional de Asociaciones de Bibliotecarios y Bibliotecas (IFLA) Y Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (1994). *Manifiesto de la IFLA/UNESCO sobre la biblioteca pública de 1994*. <https://www.ifla.org/ES/publications/manifiesto-de-la-ifla-unesco-sobre-la-biblioteca-p-blica-1994>

- Fernández, C. (2001). La entrevista en la investigación cualitativa. *Revista pensamiento actual*. 2,(3), pp. 14-21.
- Fernández, R. (2009). *Envejecimiento activo: contribuciones de la psicología*. Ediciones Pirámide.
- Flores, F. y Rioseco, M. (2020). La biblioterapia y sus contextos de uso en niños y en adolescentes. *Revista cubana de información en ciencias de la salud*. 31(3). Redalyc. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-21132020000300016
- García, L. (2007). Evolución histórica de los conceptos de biblioteca pública, sistema de bibliotecas y política bibliotecaria. *Revista Códice*, 3(2), pp. 9-20. <https://core.ac.uk/download/pdf/290487278.pdf>
- Gibrán, K. (2017). Sistema de Bibliotecas de Costa Rica, respuesta oportuna para gestionar la información. CERLALC. [https://cerlalc.org/el-sistema-nacional-de-bibliotecas-de-costa-rica-una-respuesta-oportuna-para-la-gestion-de-la-informacion/#:~:text=El%20desarrollo%20de%20las%20bibliotecas,distrito%20de%20San%20Ram%C3%B3n%20\(1879\)](https://cerlalc.org/el-sistema-nacional-de-bibliotecas-de-costa-rica-una-respuesta-oportuna-para-la-gestion-de-la-informacion/#:~:text=El%20desarrollo%20de%20las%20bibliotecas,distrito%20de%20San%20Ram%C3%B3n%20(1879))
- Gómez, K. (2011). *La biblioterapia como práctica profesional del bibliotecólogo*. Editorial Academia Española. <http://eprints.rclis.org/15583/>
- Gómez, R. y García, A. (2018). “Bibliotecas, juegos y gamificación: una tendencia de presente con mucho futuro”. *Anuario ThinkEPI*, 12, pp. 125-135. <https://recyt.fecyt.es/index.php/ThinkEPI/article/view/thinkepi.2018.13>
- Guerrero N. y Yépez M. (2015) Factores asociados a la vulnerabilidad del adulto mayor con alteraciones de salud. *Revista Universidad y salud*. 17 (1), pp. 121-131. <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v17n1/v17n1a11.pdf>
- Guerrero, N y Yopez, M. (2014). Factores asociados a la vulnerabilidad del adulto mayor con alteraciones de salud. *Revista Universidad y Salud*. 17(1), pp. 121-131. <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v17n1/v17n1a11.pdf>

- Hernández, R., Fernández, C y Baptista, M. (2016). *Metodología de la Investigación*. McGRAW-HILL.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGRAW-HILL.
- Hurtado, J. (2012). *El proyecto de investigación. Comprensión holística de la metodología y la investigación*. Ediciones Quirón.
https://issuu.com/jorgeleonardosalazarrangel/docs/jacqueline_hurtado
- Instituto Mixto de Ayuda Social. (2021). *IMAS brinda atención a más de 8000 personas adultas mayores*. <https://www.imas.go.cr/es/comunicado/imas-brinda-atencion-mas-de-8000-personas-adultas-mayores>
- Inui, T. (2003). The need for an integrated biopsychosocial approach to research on successful aging. *Annals Internal Medicine*, 139, pp. 391-394.
<https://search.proquest.com.una.remotexs.co/docview/73648006?pq-origsite=primo&accountid=37045>
- Jenkins, M. (2018). Población Adulta Mayor en Costa Rica. ICAP.
<https://icap.ac.cr/blog/2018/06/27/poblacion-adulta-mayor-en-costa-rica/>
- Jiménez, P., Espinoza, M. y Alcocer, G. (2016) *La biblioterapia en el quehacer del gestor de la información. Un estudio de caso en el hospital docente de atención psicosocial “Dr. José Dolores Fletes Valles”* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua) Repositorio UNAN.
<https://repositorio.unan.edu.ni/10555/1/8766.pdf>
- Ley 7935 de 1999. *Ley integral para la persona adulta mayor*.
http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=43655&nValor3=95259&strTipM
- Linares, R. (2004). La bibliotecología y sus orígenes. *E-Ciencias De La Información*, 35(3), pp. 37-42.

- Linares, R. (2015). La Bibliotecología en dos tiempos. *Revista Cubana de Información en Ciencias de la Salud*, 26(4), pp. 1-6.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-21132015000400004&lng=es&tlng=es.
- Martínez, C. (2019). *Estadística y muestreo*. Ecoe Ediciones.
<http://elibro.net.una.remotexs.co/es/ereader/unacr/125946?page=30>
- Martínez, L. (29 de abril de 2017). La biblioterapia: un instrumento social. *Bibliogtecarios*. <https://www.bibliogtecarios.es/lauramartinez/la-biblioterapia-un-instrumento-social/>
- Ministerio de Salud de Costa Rica. (2018). Estrategia Nacional para un envejecimiento saludable basado en el curso de vida 2018-2020.
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-ministerio/politcas-y-planes-en-salud/estrategias/3864-estrategia-nacional-para-un-envejecimiento-saludable-2018-2020/file>
- Monfasani, R. (2014). *Competencias bibliotecarias y entorno laboral*. Alfagrama.
- Morales, V. (2018). Evolución del concepto producto y servicio en la biblioteca: organización orientada al servicio e intensiva en conocimiento. *E-Ciencias de la Información*, 8(2), pp. 64-82.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-41422018000200064
- Naranjo, K., Navarro, G., y Zúñiga, T. (2017). La biblioterapia como herramienta de ayuda aplicada en la biblioteca escolar: estudios de caso. *Costa Rica : E-Ciencias De La Información*, 7(2), pp. 1-26.
<https://doi.org/10.15517/eci.v7i2.29259>
- Navas, S., y Rodríguez, D. (2004). *Propuesta para implementar un servicio de biblioterapia en la biblioteca de pacientes del Hospital Nacional Psiquiátrico*

- (Tesis de maestría, Universidad de Costa Rica). Repositorio SIBDI.
<http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/xmlui/handle/123456789/3207>
- Observatorio de la Discapacidad Física y Mental. (2016). *¿Cuál es el impacto de la salud mental en la salud física?*
<https://www.observatoridiscapacitat.org/es/cual-es-el-impacto-de-la-salud-mental-en-la-salud-fisica>
- Oliveira, A y Jerônimo (2020). A Biblioterapia como ferramenta de restabelecimento emocional. *BIBLIOTECOLÓGICA*. 34(85), pp. 33-59.
<http://www.scielo.org.mx/pdf/ib/v34n85/2448-8321-ib-34-85-33.pdf>
- Oliveri, L. (2020). *¿Quién cuida a los adultos mayores en América Latina y el Caribe?* [Mensaje en un blog]. BID mejorando vidas.
<https://blogs.iadb.org/salud/es/adultos-mayores-america-latina-caribe/>
- Organización de Estados Americanos. (2015). La Convención Interamericana sobre Derechos Humanos de las Personas Mayores. <http://www.oas.org/es/>
- Organización de Naciones Unidas (s.f.). *Desafíos globales: envejecimiento*.
<https://www.un.org/es/global-issues/ageing>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Envejecimiento y Salud.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). La OMS mantiene su firme compromiso con los principios establecidos en el preámbulo de la Constitución.
<https://www.who.int/es/about/governance/constitution#:~:text=La%20salud%20es%20un%20estado,o%20condici%C3%B3n%20econ%C3%B3mica%20o%20social.>
- Organización Mundial de la Salud (2018). *La salud mental y los adultos mayores*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>

- Organización Mundial de la Salud. (2017). Envejecimiento y Salud.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Papalia, D. y Martorell, G. (2017). Desarrollo humano. McGraw Hill.
- Pereira, A.; Borges, R. y Silva, T. (2017). *Biblioterapia: estudo comparativo das práticas biblioterápicas brasileiras e norte- americanas. Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde*. 11 (2), pp. 1-15.
<https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/1072/2119>
- Pérez, A., Lores, A., Pérez, L., Lores, A, y Díaz, Y. (2014). Evaluación de la calidad de los servicios bibliotecarios: un reto actual en bibliotecas médicas. *Correo Científico Médico*, 18(3), pp. 577-592.
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000300026&lng=es&tlng=es.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000300026&lng=es&tlng=es)
- Pérez, M. y Herrera, J. (2006). *Teoría y nuevos escenarios de la biblioteconomía*. Alfagrama.
- Piñuel, J. (2002). Epistemología, metodología y técnicas del análisis de contenido. *Estudios de Sociolingüística* 3(1), pp. 1-42.
https://www.ucm.es/data/cont/docs/268-2013-07-29-Pinuel_Raigada_AnalisisContenido_2002_EstudiosSociolinguisticaUVigo.pdf
- Ramírez, A. y Perdomo, V. (2014). La biblioterapia como herramienta bibliotecológica para la animación de lectura en niños de 7 a 13 años de edad con algunos derechos fundamentales vulnerados del centro para el reintegro y atención del niño – Cran. *Ciencias de la Salle*.
https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1042&context=sistemas_informacion_documentacion
- Real Academia Española (2020). *Diccionario de la lengua española*.
<https://dle.rae.es>

Serradas, M. (1999). El valor terapéutico de la lectura en el medio hospitalario. *Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*. 11, pp. 233-245.

<https://revistas.usal.es/index.php/0214-3402/article/view/3533/3553>

Sistema de Información Cultural de Costa Rica (2014). Sistema Nacional de Bibliotecas del Ministerio de Cultura y Juventud (SINABI).

<https://si.cultura.cr/agrupaciones-y-organizaciones/sistema-nacional-de-bibliotecas-del-ministerio-de-cultura-y-juventud.html>

Sistema Nacional de Bibliotecas. (2020). *Actividades*.

https://www.sinabi.go.cr/bibliotecas/biblioteca_publica.aspx#.X9JO7mVKjIU

Sistema Nacional de Bibliotecas. (2020). *Bibliotecas Públicas*.

https://www.sinabi.go.cr/bibliotecas/biblioteca_publica.aspx#.YjvaJerMLIU

Sousa, C. y Fortkamp, k. (2018). Biblioterapia e Hermenêutica. *Perspectivas em Ciência da Informação*. 23(2), pp. 174-188.

<https://www.scielo.br/pdf/pci/v23n2/1413-9936-pci-23-02-00174.pdf>

Universidad de Costa Rica (2020) ¿Cuáles son las principales condiciones y necesidades de los adultos mayores en el país?

<https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/10/12/cuales-son-las-principales-condiciones-y-necesidades-de-los-adultos-mayores-en-el-pais.html>

Villareal, C. (2005). La legislación en favor de las personas mayores en América Latina y el Caribe.

https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/7206/S0501092_es.pdf

IX. APÉNDICES

APÉNDICE 01. Guía de entrevista a profundidad 1

Universidad Nacional de Costa Rica

Facultad de Filosofía y Letras

Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Trabajo Final de Graduación: Propuesta de Servicios de Biblioterapia para Personas Adultas Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, Costa Rica

Estudiante: Ana Isabel Chaves Carballo.

Guía de entrevista en profundidad 1

Guía de entrevista en profundidad para el encargado de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia

La presente guía tiene como objetivo recoger información para identificar los servicios, colección, infraestructura, personal y recurso tecnológico de la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

La información suministrada será confidencial, los datos obtenidos a través de esta guía serán con fines académicos para justificar la propuesta de creación de un servicio de biblioterapia en esta institución como parte del Trabajo Final de Graduación para optar por el grado de la Licenciatura en Bibliotecología y Gestión de la Información.

1. Servicios que ofrece la biblioteca

Observaciones:

2. Cantidad de ejemplares con que cuenta la colección

3. Tipos de documentos que contiene la colección

Observaciones:

4. Temáticas que incluye la colección

Observaciones: _____

5. Infraestructura

	Observaciones
Edificio	
Plantas	
Ubicación	
Salas	
Baños	
Entrada principal	
Zonas de seguridad	

Salidas de emergencias	
Otros	

6. Mobiliario

	Observaciones
Cantidad de muebles y capacidad	
Condición de los muebles	

7- Equipo tecnológico

	Observaciones
Computadoras	

Impresora	
Proyector	
Otros	

8- Cumplimiento de la Ley 7600

Ley 7600	Observaciones
Mobiliario adaptable a necesidades especiales	
Baños con agarraderas	
Puertas aptas para ingreso con sillas de ruedas	
Pisos antideslizantes	

Rampas de acceso	
------------------	--

APÉNDICE 02. Hoja de observación abierta 1

Universidad Nacional de Costa Rica

Facultad de Filosofía y Letras

Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Trabajo Final de Graduación: Propuesta de Servicios de Biblioterapia para Personas Adultos Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

Estudiante: Ana Isabel Chaves Carballo.

Hoja de observación abierta 1

Este instrumento tiene como propósito recoger los datos observados por la investigadora de la situación actual de la biblioteca.

Anotar detalles observados durante la visita a la biblioteca.

Observaciones	
Tipos de documentos	
Monografías	
Revistas	
Discos	
Archivos electrónicos y digitales	

Juegos lúdicos	
Otros	
Temáticas	
Literatura	
Social	
Ambiental	
Tecnología	
Ciencia	
Arte	
Manualidades	
Otros	
Condiciones y capacidad del mobiliario	
Sillas	
Mesas	
Estantes	

Otros	
Condiciones y capacidad del equipo tecnológico	
Computadoras	
Impresoras	
Proyector	

Otros	
Condiciones de Infraestructura	
Ubicación	
Pisos (Plantas baja o alta)	
Salas	
Baños	
Entrada principal	
Zonas de seguridad	

Salidas de emergencias	
Condiciones del edificio que respondan a la ley 7600:	
Mobiliario adaptable	
Rampas de acceso	
Servicios sanitarios con agarraderas	
Puertas aptas para sillas de ruedas	
Pisos antideslizantes	
Otros	

APÉNDICE 03. Guía de entrevista en profundidad 2

Universidad Nacional de Costa Rica

Facultad de Filosofía y Letras

Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Trabajo Final de Graduación: Propuesta de Servicios de Biblioterapia para Personas Adultas Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, Costa Rica

Estudiante: Ana Isabel Chaves Carballo.

Guía de entrevista en profundidad 2

Entrevista cualitativa para el adulto mayor de la comunidad de Santa Bárbara de Heredia

La presente entrevista tiene como objetivo recoger información para la identificación de las necesidades de información de la población adulta mayor en la comunidad Santa Bárbara de Heredia.

La información suministrada será confidencial, los datos obtenidos a través de esta guía serán con fines académicos, para justificar la propuesta de creación de un servicio de biblioterapia en esta institución como parte del Trabajo Final de Graduación para optar por el grado de la Licenciatura en Bibliotecología y Gestión de la Información.

Fecha: _____

Contenidos para desarrollar en la actividad

Para inferir las necesidades de información es necesario conocer las características personales, el contexto en el que se desenvuelve y las actividades que realiza la población.

Nombre:
Edad:
Género:
Dirección:
Estado civil:
Condición laboral u ocupación:
Grupo familiar:
Apoyo familiar: (sentido económico, acompañamiento, seguimiento de necesidades)
Condiciones de Salud (comorbilidad): padecimiento, control, seguimiento, si este padecimiento le produce algún impedimento.
Nivel escolar:
Condición socioeconómica: (Disposición de recursos, atención de necesidades básicas)
Dependencia económica:
Ambiente de convivencia:(ambiente del lugar donde vive, acompañamiento, atención, relación con otras personas)
Capacidad funcional: (física, emocionalmente, cómo se siente, se integra a grupos)
Pasatiempos:
Necesidades formativas e informativas: ¿En qué requiere información? ¿Qué le gustaría aprender? ¿Cómo consigue información? ?
Manejo de tecnología:

APÉNDICE 04. Matriz de formulación 1

Universidad Nacional de Costa Rica

Facultad de Filosofía y Letras

Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Trabajo Final de Graduación: Propuesta de Servicios de Biblioterapia para Personas Adultas Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia, Costa Rica

Estudiante: Ana Isabel Chaves Carballo.

Matriz de formulación 1

Este instrumento permitirá ordenar los elementos para planificar las actividades que se proponen como implementación del servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

Definición de la necesidad específica:

Nombre del servicio que se implementará:

	Descripción
Propósito ¿Qué resultado concreto se espera obtener?	

<p>Objetivos de aprendizaje</p> <p>¿Cuáles son los objetivos específicos que se esperan lograr?</p>	
<p>Contenidos</p> <p>¿Cuáles son temas que le dan fundamento al servicio?</p>	
<p>Actividades</p> <p>¿Qué acciones se deben llevar a cabo para alcanzar el objetivo?</p>	
<p>Personal</p> <p>¿Qué competencias requieren los encargados de ejecutar la actividad?</p>	
<p>Recursos</p>	

<p>¿Qué recursos se requieren para la ejecución de la actividad?</p>	
<p>Evaluación</p> <p>¿Qué criterios son necesarios para evaluar cada actividad?</p>	

APÉNDICE 05. Hoja de cotejo 1

Universidad Nacional de Costa Rica

Facultad de Filosofía y Letras

Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Trabajo Final de Graduación: Propuesta de Servicios de Biblioterapia para Personas Adultos Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

Estudiante: Ana Isabel Chaves Carballo.

Hoja de cotejo 1

Por medio de esta hoja de cotejo se permite visualizar cada uno de los recursos necesarios para la aplicación del servicio de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

Recursos necesarios para aplicar el servicio de biblioterapia en las Bibliotecas:		
Personal:	Características	Descripción
Especialistas para dirigir los servicios de biblioterapia (Bibliotecólogo, sicólogo, motivador, trabajador social, informático, guía espiritual)	Perfil profesional	
	Especialidad	
	Dominio del tema	
	Valores	
Tipos de documentos requeridos		
Monografías		
Poesía		
Música		
Juegos de mesa		

Videos	
Artículos de revista	
Cuentos	
Soportes que se requerirán	
Papel	
Digital	
Electrónicos	
Otros	
Temáticas que se abordarán	
Motivacionales	
Literatura	
Espiritualidad	
Romance	
Tecnología	
Ficción	
Espacio físico requerido	
Edificio	
Ubicación	
Salas	
Baños	
Zonas de seguridad	
Salidas de emergencias	
Rampas de acceso	
Mobiliario requerido	
Sillas	
Mesas	
Estantes	
Equipo tecnológico	
Computadoras	
Impresora	

Proyector	
Acceso a internet	
Equipo de sonido	

APÉNDICE 06. Hoja de observación abierta 2

Universidad Nacional de Costa Rica

Facultad de Filosofía y Letras

Escuela de Bibliotecología, Documentación e Información

Trabajo Final de Graduación: Propuesta de Servicios de Biblioterapia para Personas Adultos Mayores en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

Estudiante: Ana Isabel Chaves Carballo.

Hoja de observación abierta 2

Este instrumento tiene como propósito evaluar el resultado de cada actividad biblioterapéutica realizada.

Anotar detalles observados que permitan evaluar el resultado de las estrategias.

Evaluación de las lecturas ofrecidas	
Preguntas orientadoras	Observación
¿El adulto mayor comprende el mensaje?	- Replica y participa ()
¿El adulto mayor realiza propuestas para abordar otras realidades en procesos de biblioterapia?	- Pone ejemplos desde su experiencia () - Manifiesta apropiación del conocimiento ()
¿El adulto mayor realiza propuestas para abordar otras realidades en procesos de biblioterapia?	- Propone ideas de otros temas y de acciones de mejora ()
¿El adulto mayor puede conceptualizar lo	

<p>aprendido con sus propias palabras?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Define conceptos con sus propias palabras () - Brinda ejemplos de casos reales () <p>Observaciones:</p>
--	--

Evaluación de las actividades

<p align="center">Preguntas orientadoras</p>	<p align="center">Observación</p>
<p>¿Se percibe una participación por parte de todos los adultos mayores?</p> <p>¿Las personas participantes muestran disfrute en la realización de las dinámicas?</p> <p>¿Las personas participantes expresan opiniones?</p> <p>¿Las personas mayores comparten ideas con las demás personas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Participación activa () - Participación pasiva () - Muestra dinamismo por las actividades () - La persona refleja disposición Comentan y dan opiniones personales () - Participa de ejercicio de imágenes sobre su estado de motivación (evaluación caritas) () - Comentan y dan opiniones personales ()

	<ul style="list-style-type: none"> - Cuenta de que manera lo ha aplicado en su vida () - Trabajan en equipo (cuando la actividad así lo requiere () - Cooperan entre sí () <p>Observaciones:</p>
--	--

Evaluación del desempeño del personal

Preguntas orientadoras	Observación
<p>¿El profesional moderador cuenta con formación académica adecuada para impartir las capacitaciones?</p> <p>¿Cuenta con experiencia en trabajo con adultos mayores?</p> <p>¿El profesional moderador comunica el tema con claridad?</p> <p>¿El profesional moderador atiende las dudas o comentarios?</p> <p>¿El profesional moderador es amable y respetuoso?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Claridad en la exposición () - Atención a dudas, consultas y opiniones () - Trato amable, respetuoso, cortés () - Empático, gentil () <p>Observaciones:</p>

Evaluación del recurso	
Preguntas orientadoras	Observación
<p>¿Los recursos materiales requeridos son suficientes para la actividad?</p> <p>¿La infraestructura es adecuada para realizar la actividad?</p> <p>¿La biblioteca cuenta con suficiente mobiliario para realizar la actividad?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Suficiencia del recurso () - Materiales adecuados a las necesidades de las personas mayores () - Espacio suficiente () - Espacio adecuado a las necesidades de las personas adultas mayores () - Acorde a la Ley 7600 () - Mobiliario suficiente () - Mobiliario adecuado a las necesidades de los adultos mayores () <p>Observaciones:</p>
<p>Evaluación de las opiniones manifestadas por las personas mayores</p> <p>Dinámica para determinar el grado de motivación</p>	
Preguntas orientadoras	Observación

<p>¿Cómo se siente con la biblioterapia?</p>	<p>Muy Feliz (%) _____</p>
	<p>Feliz (%) _____</p>
	<p>Indiferente (%) _____</p>
<p>¿Qué le parecieron las lecturas?</p>	<p>Buenas (%) _____</p>
<p>¿Qué le parecieron las actividades?</p>	<p>Regulares (%) _____</p>
<p>¿Qué podemos mejorar?</p>	<p>Pueden mejorar (%) _____</p>
	<p>Observaciones, opiniones, oportunidades de mejora:</p>
	<p>_____</p>
	<p>_____</p>

X. ANEXOS

Anexo 01. Pizarra 1

Pizarra para evaluar las emociones de los adultos mayores participantes de las estrategias de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.



Anexo 02. Pizarra 2

Pizarra para evaluar las emociones de los adultos mayores participantes de las estrategias de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.



Anexo 03. Pizarra 3

Pizarra para evaluar las emociones de los adultos mayores participantes de las estrategias de biblioterapia en la Biblioteca Pública de Santa Bárbara de Heredia.

