

ACTIVIDADES DE OCIO EN ANCIANOS

Inmaculada Gómez Becerra*
M. Carmen Luciano Soriano*
José Luis Ybarra Sagarduy*
M. Carmen Plaza Sánchez**

* Universidad de Almería, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos.

** Centro de Día para la Tercera Edad. Hogar I, Almería

RESUMEN

En la vejez son escasos los estudios dirigidos a fomentar actividades de ocio o tiempo libre en la tercera edad. Los existentes muestran variabilidad en los resultados y mínimo mantenimiento de los cambios. Por otro lado, las técnicas de correspondencia decir-hacer fomentan un tipo de comportamiento en el cual hay una concordancia, aunque arbitraria, entre lo que una persona dice que va a hacer y lo que realmente hace y viceversa. El presente estudio

El presente estudio fue realizado en el servicio de estancias diurnas para la tercera edad "Hogar I" dependiente del Instituto Andaluz de Servicios Sociales (IASS). Resúmenes del mismo han sido presentados en la 24th Association for Behavior Analysis Convention, Orlando, 1998, y en el Third European Meeting for the Experimental Analysis of Behaviour, Dublín, 1997.

Los autores desean hacer explícito un agradecimiento especial a Trinidad Heredia como directora del centro por la colaboración prestada. Igualmente, nuestro agradecimiento a los usuarios y demás profesionales del centro, así como a los observadores Emilio Moreno y M^a Jose Gázquez.

La correspondencia concerniente al artículo puede ser enviada a: Dra. Inmaculada Gómez Becerra. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Facultad de Humanidades. Universidad de Almería. 04120- Almería. e-mail: igomez@ualm.es. Telf.: 950-015205. Fax: 950-015471

trata de fomentar en 3 ancianas (64-75 años), que acudían regularmente a un servicio de estancias diurnas para la tercera edad, ciertas actividades que informaban les gustaría hacer pero no hacían o hacían raramente (actividades voluntarias) mediante un procedimiento de correspondencia decir-hacer. Se tuvieron en cuenta para cada una de las ancianas dos actividades de ocio. Se aplicó un diseño intrasujeto de línea base múltiple a través de conductas con replicaciones a través de sujetos y con un seguimiento de cuatro a seis meses. El procedimiento aporta diversas variaciones con respecto a estudios previos: los decires no fueron instruidos, se minimizó el posible control social y se llevó a cabo una eliminación rápida de los componentes de acuerdo a principios de mínima intrusividad y máxima naturalidad. Los resultados muestran correspondencia en los tres sujetos en las dos actividades de ocio consiguiéndose un incremento en el nivel de actividad de los mismos que se mantuvo en cuatro o seis meses. Se discuten los resultados en términos del tipo de seguimiento de instrucciones fomentado y su valor en el contexto natural.

Palabras claves: *PROMOVER ACTIVIDADES DE OCIO, ANCIANOS, CORRESPONDENCIA DECIR-HACER, CONTINGENCIAS NATURALES (TRACKING).*

SUMMARY

Interventions to increase engagement of older adults in leisure or free-time activities are scarce, with high variability and minimal maintenance. On the other hand, say-do correspondence describes a type of behavior in which there is a correspondence between what a person says he or she will do and what he or she actually does, and viceversa. The present study tries to establish in three subjects (women among 64-75 years), who assist regularly a day service for elderly, the activities they say like to do but they do not do through the procedure say-do correspondence. Two activities were taken into account for each subject. A multiple baseline design was applied across behaviors with four to six months follow-up periods. The procedure used brings several changes in relation to previous studies: say was not instructed and social control was diminished as well as components were eliminated following principles of minimal

intrusiveness and maximal naturality. Say-do correspondence was established and maintained in the three subjects. Effects are discussed in the context of rule-governed behavior and elderly programs.

Key words: PROMOTION OF "VOLUNTARY" ACTIVITIES, ELDERLY PEOPLE, SAY-DO CORRESPONDENCE, NATURAL CONTINGENCIES (TRACKING).

ACTIVIDADES DE OCIO EN ANCIANOS Y CORRESPONDENCIA DECIR-HACER

De especial interés para este estudio resulta la constatación de que los ancianos, institucionalizados o no, suelen ser personas de escasas iniciativas, que se acomodan o se dejan guiar por otros, que en su mayoría mantienen una vida de inactividad y de espacios o momentos "vacíos" (por ejemplo, Aleixandre y Sáez, 1996; Fernández-Ballesteros, Zamarrón y Maciá, 1996; Ferrey, Legoues, Bobes, 1994; Moragas, 1991; Salvarezza, 1991). A pesar de ello, son escasos los estudios realizados con el fin de fomentar actividades de ocio o tiempo libre en la tercera edad (Xaverius, 1998). Las intervenciones se han dirigido, básicamente, a realizar cambios en el ambiente (por ejemplo, proveer juegos y otras oportunidades de ocio) (Jenkins, Felce, Lunt y Powell, 1977) o a combinar el uso de ayudas (por ejemplo, anuncios públicos, invitaciones personales, avisos a través de posters, etcétera) y de posibles alicientes (como refrescos, premios, etcétera) (Carstensen y Erickson, 1986) con el objetivo de incrementar tanto la asistencia a distintas actividades como el nivel de participación en las mismas. A su vez, se han llevado a cabo programas educativos para el ocio basados en sesiones de tipo lectivo dirigidas al desarrollo de conocimientos, valores, actitudes, habilidades y recursos sobre este tipo de actividades (Dunn y Wilhite, 1997). En general, se han obtenido resultados muy diversos, desde incrementos en los niveles de actividad hasta la falta de efectos. Esta variabilidad en los resultados podría deberse a que estas intervenciones se fundamentan en el logro de "supuestas" (hipotéticas o casi

míticas) preferencias de las personas mayores, sin ajustarse a las motivaciones o preferencias individualizadas (Moragas, 1991); lo que probablemente esté a la base de los problemas de adherencia y de mantenimiento de tales actividades.

Por otro lado, el análisis de los *procedimientos en correspondencia decir-hacer* muestra estrategias que permiten establecer relaciones arbitrarias entre la conducta verbal y otras conductas (Baer, Williams, Osnes y Stokes, 1985; Catania, 1992; Hayes y Hayes, 1989; Herruzo y Luciano, 1994; Luciano, 1992; Luciano, Herruzo y Barnes, 2001; Reese, 1989; Vaughan, 1989). Los estudios que abordan los procedimientos decir-hacer (Herruzo y Luciano, 1994; Lloyd, 1994; Luciano, 1993, 2000; Paniagua, 1990, 1997) se centran en el establecimiento de la relación arbitraria decir-hacer o hacer-decir a través, en primer lugar, de descripciones relativas a lo que se tiene que hacer que son instruidas o prescritas. La relación decir-hacer se establece tras el reforzamiento diferencial en el que se describe la relación entre lo dicho y lo hecho a través de numerosos ejemplos. Además, las contingencias utilizadas en el reforzamiento positivo han sido aprobación social, caricias, etcétera; y, en ocasiones, también se han proporcionado reforzadores tangibles (como, fichas, golosinas...). En este sentido, parece que la mayoría de los estudios han potenciado seguimiento de instrucciones de tipo *pliance* más que de tipo *tracking*¹ (Hayes, Zettle y Rosenfarb, 1989; Zettle y Young, 1987), en tanto que la implicación de otros es notoria en el contenido del decir y, especialmente, por la obtención de consecuencias sociales contingentes a la relación decir-hacer.

Los procedimientos de entrenamiento en correspondencia decir-hacer se han ejemplificado en una variedad de conductas o tareas: juegos (Baer, Detrich y Wenniger, 1988; Baer, Williams, Osnes y Stokes, 1984; Israel, 1973; Israel y O'Leary, 1973), habilidades sociales (Guevremont, Osnes y Stokes, 1986a, 1986b; Keogh, Burgio, Whitman y Hohnson, 1983; Osnes, Guevremont y Stokes, 1987), habilidades

1 La conducta de *tracking* como "conducta gobernada por reglas bajo control de la correspondencia aparente entre la regla y la forma en la que el mundo está hecho..., el oyente no media el cumplimiento"; y la conducta de *pliance* como "conducta gobernada por reglas bajo control de aparentes consecuencias mediadas socialmente..., por la comunidad verbal" (Hayes y cols., 1989, pg. 203).

de autonomía personal (Baer, Osnes y Stokes, 1983), hábitos y rutinas de estudio (Gómez, 1995), cepillado de dientes (Gil Roales-Nieto, Luciano y Molina, 1998), succión de dedos (Luciano, Vilchez y Herruzo, 1992), reducción de comportamientos perturbadores en niños hiperactivos (Paniagua y Black, 1990; Paniagua, Pumariega y Black, 1988) y alteración de patrones crónicos (Luciano, Molina y Gómez, 2000).

Los sujetos que han participado mayoritariamente en este tipo de estudios han sido niños en edad preescolar y con un desarrollo "normalizado" y, excepcionalmente, niños diagnosticados de retraso en el desarrollo (Luciano, Molina y Gómez, 2000; Whitman, Sciback, Butler, Richter y Johnson, 1982; Wilson, Rusch y Ree, 1992), además de adultos moderadamente retrasados (Deacon y Konarski, 1987).

Se pretende en este estudio aplicar un procedimiento de correspondencia decir-hacer con ancianos, de manera tal que se fomenten comportamientos regulados en torno a descripciones referidas a volver a hacer algo que los ancianos ya no suelen hacer aunque expresen que les gustaría hacerlo y presentan una larga historia de decir querer hacer estas cosas en su tiempo libre y raramente hacerlas. En definitiva, el objetivo de este estudio es potenciar en los ancianos participantes la realización de actividades voluntarias y de ocio utilizando un procedimiento de correspondencia decir-hacer en el que se reducirán las contingencias sociales por las actividades realizadas y se resaltarán las consecuencias directas de la acción, es decir procurando fomentar relaciones instruccionales de tipo *tracking*.

MÉTODO

Participantes

Participaron tres mujeres entre 64 y 75 años de edad (concretamente, Ana de 64 años, Irene de 75 y Marta de 72), que acudían con regularidad a un centro de día para la tercera edad (5, 4 y 3 días por semana, respectivamente). Presentaban características similares respecto a salud física (entre ellas, problemas de movilidad), prescripciones médicas y apoyo social.

Mostraban ligeras diferencias a otros niveles, Ana e Irene disponían de bajo nivel sociocultural y sin habilidades de lectura ni escritura; mientras que Marta mostraba un nivel sociocultural más alto, con implicación laboral y educativa.

Contexto y aparatos

El estudio se realizó en un centro de día para la tercera edad. Se delimitaron dos habitaciones, una para el contexto de decir (receptor y enfermería del centro), y otra para el contexto de hacer (salón de ocio o tiempo libre y patio).

Se introdujo una grabadora para controlar las condiciones en las que los sujetos establecían los decires o las descripciones relativas a lo que iban a hacer (por ejemplo, se grababan las diferentes ayudas proporcionadas por los investigadores), se usaron hojas de registro de los haceres y un cronómetro. Adicionalmente, se usó un informe o diario (a través de tarjetas) para que los sujetos describieran las actividades realizadas (véase procedimiento).

Variables y diseño

Se seleccionaron tres actividades calificadas como voluntarias o *haceres* que los sujetos informaban les gustaría hacer en su tiempo libre, pero que no llegaban a hacer o hacían raramente. Fueron escribir, actividad de lectura y cuidar plantas. *Escribir*, consistía bien en copiar letras góticas en un cuaderno, bien escribir cartas o bien tomar notas. *Actividad de lectura*, para la anciana con un adecuado nivel educativo consistía tanto en leer como en hojear o mirar revistas, periódicos o libros que luego comentaba con sus compañeros, pero para las dos ancianas que no sabían leer ni escribir consistía sólo en hojear o mirar revistas y periódicos (las fotos de estos) y comentar -conectando con el mismo contenido de información proporcionado por otros medios como televisión o comentarios de otras personas. Por último, *cuidar plantas* se refería a quitar las hojas secas de alguna planta ubicada en el patio, regarlas, cambiarlas de sitio o mover la tierra.

Marta seleccionó las actividades de *lectura y escribir*, que no realizaba desde hacía dos años. Ana declaró que cuidar las *plantas* y *la actividad de pseudolectura* las llevaba a cabo muy raramente o casi nunca. Irene seleccionó cuidar las *plantas* y *lectura (hojear)*, que raramente hacía.

Estos haceres se midieron a través de un registro de muestreo temporal instantáneo. Concretamente, cada tres minutos se observaba durante un minuto si los sujetos llevaban a cabo, o no, las actividades (haceres) de ocio seleccionadas voluntariamente.

La condición experimental consistió en el *entrenamiento en correspondencia* decir-hacer con dos características: (a) establecer de manera *semimoldeada* la descripción sobre lo que harían (*decires*), y (b) administrar *contingencias diferenciales* a la correspondencia entre *decir* y *hacer*, o sea *realzar* que habían hecho lo que se habían propuesto y *describir* las consecuencias directas de las propias actividades de ocio. Los decires en presencia de los investigadores se cambiaron posteriormente a un *sistema de recordatorio* (tarjetas) que completaban los sujetos (véase Luciano, Herruzo y Barnes, 2001), anotando las actividades que se proponían realizar en algún momento del día (decir) y también anotando si al final de su estancia en el centro las habían llevado a cabo.

Se utilizó un diseño intrasujeto de línea base múltiple a través de conductas con replicaciones a través de sujetos.

Procedimiento

El estudio se llevó a cabo cuatro días (sesiones) por semana en el horario de actividad libre del centro (9:30-11:30 horas). Cada día se consideró como una sesión. Se sucedieron cinco fases: preparación, línea base, aplicación del procedimiento de correspondencia decir-hacer con desvanecimiento de componentes, recordatorio y seguimiento.

Preparación

Durante un total de 19 días se procedió a la selección de los sujetos y de las distintas actividades voluntarias así como al entre-

namiento de los observadores. A los ancianos se les indicó que se iba a llevar a cabo una experiencia para fomentar su nivel de autonomía y de iniciativa personal, una actividad que iban a realizar psicólogos de la universidad que colaboraban con el centro desde hacía dos años.

Los sujetos participantes en el estudio fueron seleccionados según criterios de similitud en nivel de salud física, autonomía personal y seguimiento de normas del centro. Estos criterios de similitud fueron obtenidos a través de: (a) entrevistas a distintos profesionales del centro; (b) análisis de informes médicos y de los expedientes del centro relativos a los sujetos; y (c) entrevistas formales a los ancianos.

Las entrevistas realizadas a los ancianos recogían la siguiente información: los datos personales, la actividad diaria, el estado de salud, el apoyo social y familiar, así como información tanto de las actividades que no les gustaban hacer pero debían hacerlas (por prescripción médica o por formar parte de la programación del centro) como de las actividades que les gustaba hacer (en este caso, tanto respecto de aquellas que hacían como de aquellas que no llevaban a cabo o las hacían raramente). Este último bloque de actividades, denominadas voluntarias y de ocio (concretamente, actividad de lectura, escribir, cuidar plantas, hacer manualidades, cocinar y jugar a las cartas) fueron objeto de evaluación en la siguiente fase.

Los observadores no eran elementos novedosos para los ancianos ya que venían realizando prácticas de psicología en el centro durante semanas previas. Los observadores fueron entrenados durante una semana hasta que la fiabilidad interjueces se situó entre el 90% y 100%.

Línea base

Comprendió dos partes: Primero, se midió el nivel de todas las actividades de ocio informadas en la fase anterior, durante 2 ó 4 días en un periodo de una hora diaria (justamente de 10:00 a 11:00, esto es, antes del programa de actividades propias del centro o prescritas). En la segunda parte, de 7 a 14 días de duración, los psicólogos preguntaban a los ancianos al final de la observación lo que habían

estado haciendo durante ese tiempo y si habían pensado en hacer otra cosa. Si respondían afirmativamente se les preguntaba sobre las razones por las que no lo habían hecho; y se les sugería que pensarán si podrían haber realizado la actividad. Este último cambio pretendía cumplir un doble objetivo: por un lado, que los sujetos llegaran a detectar lo que podían hacer y no hacían y, por otro lado, comprobar si las actividades indicadas como voluntarias eran factibles y los ancianos las mencionaban como motivantes. A continuación se muestran dos ejemplos de la línea base.

* *Ejemplos de preguntas de la segunda parte de la línea base*

Ejemplo 1:

Experimentador (E): ¿Qué ha estado haciendo hoy desde que ha llegado al Centro, Marta?

Sujeto (S): Nada, sentada y charlar un poco.

E: ¿Ha pensado hacer en ese tiempo alguna cosa diferente, además de conversar?

S: No, no se me ha ocurrido. He estado esperando la hora de gimnasia.

E: ¿Le hubiera gustado hacer alguna actividad mientras esperaba?

S: No, no nos han dicho qué hacer en este tiempo.

E: ¿No ha pensado en hacer algo que le guste como leer, escribir, hacer algunas labores?

S: No, antes leía y escribía mucho pero ahora me es difícil por mi problema de cataratas.

Ejemplo 2:

E: ¿Qué ha estado haciendo hoy de 10 a 11, Ana?

S: Nada, hablar un poco.

E: ¿Ha pensado hacer en ese tiempo alguna cosa diferente, además de conversar?

S: No, aunque otros días salimos a pasear, a mirar las macetas.

E: ¿Y por qué no lo ha hecho, Ana?

S: Porque hace frío y la pierna se me ha quedado helada.

E: Pero mientras pasea puede entrar en calor.

S: Ya, bueno, pero es que me duele mucho.

Los datos obtenidos en esta fase permitieron seleccionar las actividades o haceres para cada sujeto con los siguientes criterios: (a) actividades indicadas en las entrevistas previas como actividades de ocio, (b) que no supusiera incompatibilidad con otras actividades programadas en el centro, y (c) que los sujetos no realizaran tal actividad en otros momentos y en el centro.

Correspondencia decir-hacer y desvanecimiento

Tuvo una duración de 5 a 13 días, distinguiendo diversos pasos. Cada día los psicólogos acompañaban a los sujetos individualmente al contexto del decir. Allí se pedía a las ancianas que eligieran una actividad de las consideradas por cada una de ellas (Irene y Ana, *plantas*, y Marta, *lectura*) y establecieran las condiciones para llevarlas a cabo en el contexto del *hacer* durante la siguiente hora (10:00-11:00). Esto es, se semimoldeaban descripciones de qué actividad realizar y de las condiciones idóneas para ello.

** Ejemplo de semimoldeamiento de un decir en la actividad de cuidar las plantas*

E: Buenos días Irene, ¿qué tal esta mañana?

S: Pues nada, hoy me duelen mucho las piernas.

E: ¿Qué vamos a hacer antes de la hora de gimnasia, Irene?

S: Pues lo que haya que hacer.

E: ¿Qué le gustaría hacer?

S: Estar ahí esperando. No se puede hacer mucho.

E: Algo si se podrá hacer mientras está esperando, como, por ejemplo, salir al patio.

S: Sí, podría pasear un rato por el patio.

E: ¿Y podría hacer algo mientras pasea por el patio?

S: Pues si , ver las macetas.

E: Eso si es buena idea y ¿qué podría hacer con las macetas?

S: Limpiarlas, quitándole las hojas secas y separar las que estén muy juntas.

E: Si las ve muy secas ¿que podría hacer?

S: Echarles agua, pero como no hay grifo no puedo.

E: ¿Puede pedírselo a alguien?

S: Si, pedírselo al portero que es el que se encarga de esto.

E: Entonces, ¿qué va a hacer esta mañana antes de la gimnasia, Irene?

S: Ir al patio, pasearme un rato, mirar las plantas y arreglarlas si veo hojas secas o si están muy juntas.

E: Muy bien, Irene, veo que tiene muy ocupada la mañana. Antes de que comience la gimnasia me comenta cómo le ha ido.

Tras estas descripciones las ancianas gastaban como querían el tiempo de ocio en el centro. Al concluir ese tiempo libre, las ancianas regresaban a los contextos del decir (tal como se había indicado en el momento de establecer el decir), donde se les preguntaba por lo

realizado en la hora previa. Antes, los experimentadores habían sido informados por los observadores respecto a la actividad de cada sujeto, con el fin de corroborar su informe.

El criterio de reforzamiento de la correspondencia entre decir y hacer se estableció en la existencia de como mínimo un intervalo del registro marcado con la actividad que los sujetos habían descrito. Las consecuencias aplicadas a la correspondencia se centraban en describir la correspondencia decir-hacer a la par que realizaban lo que se conseguía al actuar. Cuando no había correspondencia los psicólogos recogían la información sin atender justificaciones -si las expresaban-, acabando lo antes posible la interacción y quedando emplazados hasta el día siguiente. A continuación, se presentan dos ejemplos que muestran la aplicación de *contingencias diferenciales* ante la existencia, o no, de correspondencia.

* *Ejemplo de contingencias ante correspondencia decir-hacer*

E: Ana, ¿qué tal?, ¿cómo ha ido la mañana?

S: Pues *he estado con las macetas*.

E: Anda, *lo que se había propuesto* esta mañana lo ha hecho.

S: Por supuesto.

E: ¿Cómo estaban las macetas?

S: Muy *hermosas*.

E: Y, además, como usted está muy pendiente de ellas *aún van a estar más bonitas*.

S: Me gustan las macetas.

E: Ahora hace calor y hay que cuidarlas.

S: Sí, *tienen algunas hojas secas*.

* *Ejemplo de contingencias ante NO correspondencia decir-hacer*

E: Cuénteme Ana, ¿qué ha estado haciendo antes de la gimnasia?

S: He estado esperando a que llegue el momento de hacer gimnasia. No me encontraba bien... La pierna (la señala)..., esta noche he estado sin dormir.

E: Pues nada, Ana, la veo mañana y me cuenta más cosas.

El intervalo de tiempo entre la hora de realización de las actividades (10:00-11:00) y el informe que las ancianas daban a los experimentadores sobre el hacer, iba aumentando progresivamente. En las primeras sesiones se informaba del hacer a las 11:00 horas, después a las 12:30, más adelante a las 13:30 y así sucesivamente.

Cuando se alcanzó la correspondencia decir-hacer en 4-6 sesiones en la primera actividad se introdujo el mismo procedimiento en la segunda actividad para cada anciana (Ana e Irene, actividad de *pseudolectura* -esto es, sólo hojear revistas por su escaso nivel académico-, y Marta, *escribir*), excepto que la descripción de la relación decir-hacer fue demorada 90 minutos desde el principio.

Cuando las dos actividades eran realizadas por las ancianas se redujeron los contenidos de las consecuencias descriptivas de manera que sólo se indicaba el comportamiento de correspondencia (no se describían las consecuencias directas de los haceres). Igualmente, se eliminó la interacción correspondiente a preguntar por la relación decir-hacer y los decires eran menos completos o explícitos (por ejemplo, se limitaban a decir que: «Hoy voy a leer», «Voy a mirar las plantas»). Así desde las sesiones 23 ó 25 sólo se producían los decires, nombrando la actividad.

Aprovechando un cambio organizativo en el horario del centro para las actividades de ocio se introdujo la fase recordatorio.

Recordatorio

Durante un período de 2 a 7 días se sugirió a las ancianas que hicieran un diario donde indicaran la actividad que querían realizar (decir) y que anotaran si la habían realizado (hacer). Debido, de nuevo, a que dos de las ancianas no sabían leer ni escribir se les facilitaron (y se entrenaron en su uso mediante ejemplos y en un principio con ayuda de los investigadores) unas tarjetas con las actividades de ocio dibujadas debiendo marcar una primera cruz al lado de aquellas que habían decidido realizar (decir) y una segunda cruz si realmente las habían llevado a cabo (hacer). Estos diarios eran valorados por los psicólogos primero cada día, luego cada dos días, cada tres, y así sucesivamente hasta el momento en el que los diarios no eran recogidos por los psicólogos sino que permanecían en poder de las ancianas, indicándoles que siguieran usándolos si les servía de ayuda; tan sólo al final de la semana se preguntaba de manera informal si estaban realizando las actividades que les gustaba y se observaban los haceres.

Seguimiento

Al mes, a los dos, cuatro y seis meses se procedió a tomar medidas de seguimiento de las actividades voluntarias (se observaba en el contexto del hacer y en tareas como la de escribir para Marta mostró su cuaderno) y de los informes de las ancianas sobre la realización, o no, de las actividades (información administrada de manera informal, sin usar los sistemas formales de recordatorio).

La confiabilidad promedio entre observadores (calculada por la fórmula $\text{acuerdos}/(\text{acuerdos} + \text{desacuerdos}) \times 100$) respecto a todas las actividades voluntarias y para los tres sujetos fue del 91%.

RESULTADOS

En la Figura 1 se muestran los resultados obtenidos por las tres ancianas. Se observa que durante la fase de línea base raramente se realizan las actividades de ocio. De hecho, Ana cuida las plantas sólo en dos sesiones y hojear revistas en una sesión; Irene, muestra variabilidad respecto a cuidar las plantas (lo lleva a cabo en 4 sesiones de un total de 17 sesiones de LB) y hojear revistas en una sesión; mientras que Marta, no realiza ninguna de las actividades voluntarias.

Al aplicar el procedimiento de correspondencia decir-hacer, se presenta un patrón sostenido de correspondencia decir-hacer en ambas actividades de ocio (a excepción de Ana que muestra variabilidad tras varios ensayos iniciales de correspondencia en la segunda actividad). Se muestra también que no existe generalización hacia la segunda actividad de ocio cuando se interviene sobre la primera.

Ambas actividades se mantienen cuando se aplica el sistema de recordatorio así como en el periodo de desvanecimiento, excepto en Marta, que cuando se introduce el sistema de recordatorio se ausenta del centro durante 15 días (debido a problemas de salud). No obstante, al regresar se comprueba que Marta ha continuado escribiendo letras góticas y ha dedicado tiempo a la lectura, con cierta variabilidad en el momento de realización y el lugar. Finalmente, las tres ancianas mantienen ambas actividades de ocio en los contactos de seguimiento, a excepción de la lectura en Ana en el sexto mes de seguimiento.

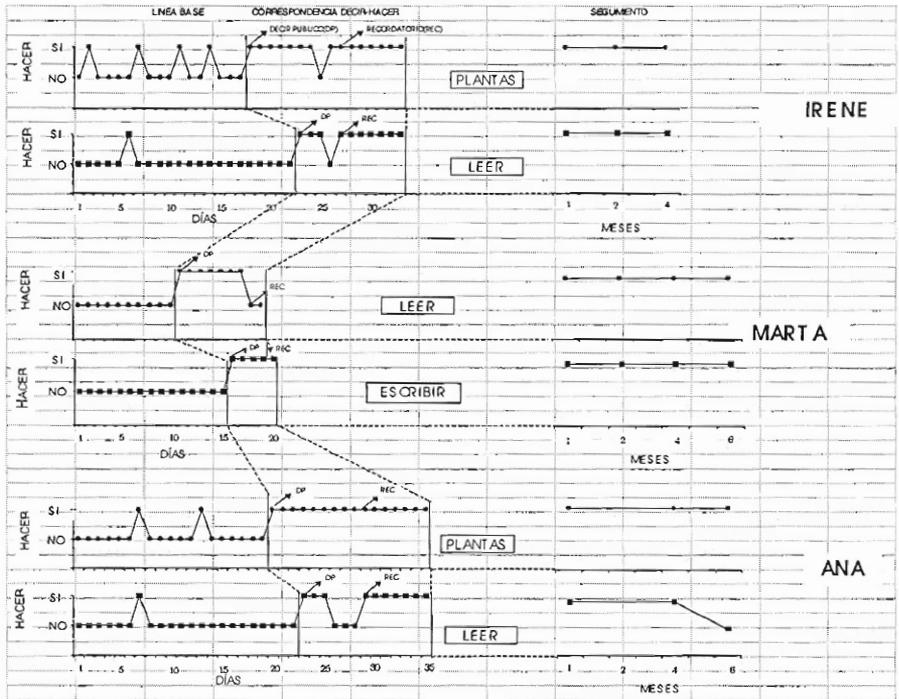


Figura 1.- Ocurrencia de haceres o actividades de ocio

CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Los resultados muestran que se han fomentado dos actividades calificadas como voluntarias; esto es, que indicaban que les gustaría hacer pero que no hacían o hacían raramente, que permitían a las ancianas ocupar más su tiempo libre (de monotonía). No obstante, no se ha producido generalización desde la primera a la segunda actividad de ocio, en tanto que una vez se planteaban la realización de la primera actividad de ocio se establecía la correspondencia decir-hacer en la primera pero no en la segunda actividad, aún teniéndola presente.

Los efectos logrados suponen por un lado una aportación en la intervención en la tercera edad respecto de actividades de ocio y tiempo libre, consiguiendo que las ancianas se planteen la realización de nuevas actividades, que tengan presente otras cosas que vayan más allá de las rutinas y las prescripciones del funcionamiento institucionalizado (en la línea de trabajos como los de Dunn y Wilhite, 1997; Jenkins, Felce, Lunt y Powell, 1977; Carstensen y Erickson, 1986); y suponen, por otro lado, la evidencia de la efectividad del procedimiento de correspondencia decir-hacer en personas con una larga historia y en un contexto natural.

En relación al procedimiento utilizado, este estudio es pionero por varias razones. La primera es que extiende el procedimiento en correspondencia decir-hacer en una población de personas ancianas, la segunda es que se ha utilizado un reforzamiento natural que dirige la motivación a la relación entre la acción y lo que resulta de la actividad realizada, la tercera es que se ha aplicado en actividades de ocio o voluntarias, y la cuarta es que los *decires* (o descripciones) no fueron instruidos sino que los sujetos escogieron tanto las actividades (*haceres*) como las condiciones para llevarlas a cabo, aunque los experimentadores proporcionaron algunas pistas para facilitar la descripción del hacer.

De especial interés resulta, el hecho de que las consecuencias planificadas ante la correspondencia se haya centrado principalmente en hacer describir a las ancianas que ellas pueden hacer lo que se habían propuesto y el énfasis en las consecuencias directas de las actividades, lo que podría haber fortalecido un comportamiento

instruccional de tipo *tracking* y una menor dependencia de consecuencias sociales. Ambos aspectos pueden estar relacionados con el mantenimiento observado. Adicionalmente a que este procedimiento dirige más la atención en la actividad que en la deseabilidad social, el hecho de potenciar un seguimiento instruccional de este tipo parece más apropiado en edades avanzadas en las que son escasas las interacciones o la atención social que podría resaltar de la utilidad de lo que hacen (Bennett, 1980; Carstensen, 1990; Engels, 1991; Kalish, 1991).

Así la alta efectividad del procedimiento utilizado en el mantenimiento de las respuestas posiblemente haya sido debida al énfasis en las contingencias directas (especialmente, inmediatas pero también la asociación verbal entre la acción de hoy y el resultado probable en el futuro) y al escaso énfasis en la deseabilidad social tanto en el decir como en el hacer y, principalmente, en la descripción de su relación. En suma, se ha intentado minimizar el control social explícito en el contexto del hacer mientras se ha enfatizado el resultado presente de la acción, considerando el futuro en las señales del presente.

Asimismo, cabe destacar que esta intervención ha conllevado un procedimiento de desvanecimiento rápido que viene a corresponderse con estrategias de mínima intrusividad y máxima naturalidad (Luciano, 1996). El desvanecimiento, incluso, de los experimentadores durante el periodo de seguimiento fomenta, sutilmente, la autonomía que debe regir en la situación natural en la que el hacer tiene que llevarse a cabo. Así, los sujetos indicaron en varias ocasiones lo gratificante de realizar tales actividades, informando sentirse más independientes y activos, e incluso recuperar parte de aquellas cosas que hacían anteriormente o que siempre habían deseado hacer. De igual manera, resulta una aportación que este estudio mantenga un seguimiento de hasta seis meses y haya sido realizado en el contexto de las actividades normales de los sujetos, por lo que representa un ejemplo de investigación en el contexto natural (Whitman et al., 1982). Es más valioso el procedimiento si cabe, considerando la tendencia a la inactividad que tanto fomenta nuestra cultura al «cuidar» o «sobreproteger» a personas en esta época del ciclo vital. De hecho, la evolución de las actividades de

ocio que se planteaban las ancianas a raíz de su implicación en este estudio les reportó un beneficio que va más allá de la mera elicitación o recuperación de dichas actividades, se trata de fomentar un mayor nivel de actividad en general, una reducción paulatina de las horas de monotonía y de aquello prescrito o planteado por otros, y una recuperación de plantearse cosas nuevas.

A pesar de las aportaciones antes indicadas, este estudio presenta ciertas limitaciones, que harían preciso su replicación y su extensión a más sujetos, a un rango de comportamientos más amplio y con períodos de seguimiento aún más prolongados y su incorporación como una parte más de la actividad diaria en tales centros.

Cabe señalar finalmente, que los haceres o las actividades de ocio que se han fomentado a través de reglas han sido conductas que pertenecen al pasado de los sujetos aunque abandonadas hace tiempo. Este aspecto puede dar razón de la rápida actualización tan pronto hubo una oportunidad para decir y hacer lo que deseaban. Este estudio, aún requiriendo repeticiones, es una aportación única en fomentar estas actividades naturales en el entorno de los sujetos, y es único en el procedimiento decir-hacer empleado donde la atención ha estado dirigida al papel activo de los ancianos en la consecución y obtención de los resultados directamente fruto de sus acciones. Es decir, probablemente se han actualizado las funciones de su «yo puedo», algo que a estas edades no es «mimado», sino considerablemente negado.

BIBLIOGRAFÍA

- Aleixandre, M. y Sáez, N.** (1996). Actividad, ocio y modelos de intervención. En N. Sáez, R. Rubio y A. Dosil (Eds.), *Tratado de Psicogerontología* (pp. 221-236). Valencia: Promolibro.
- Baer, R. A., Detrich, R., y Wenninger, J.** (1988). On the functional role of the verbalization in correspondence training procedures. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 21, 345- 356.
- Baer, R. A., Osnes, P. G., y Stokes, T. F.** (1983). Training generalized correspondence between verbal behavior at school and nonverbal behavior at home. *Education and Treatment of Children*, 6, 379-388.

- Baer, R.A., Williams, J. A., Osnes, P. G., y Stokes, T. F. (1984). Delayed reinforcement as an indiscriminable contingency in verbal-nonverbal correspondence training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 17, 429-440.
- Baer, R. A., Williams, J. A., Osnes, P. G., y Stokes, T. F. (1985). Generalized verbal control and correspondence training. *Behavior Modification*, 9, 477-489.
- Bennett, R. (1980). *Aging, isolation and resocialization*. NY: Van Nostrand Reinhold.
- Catania, A. (1992). *Learning*. Englewoods Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Carstensen, L.L. (1990). Cambios relacionados con la edad en la actividad social. En L.L. Carstensen y B.A. Edelman (Eds.), *Gerontología clínica, intervención psicológica y social*. Barcelona: Martínez Roca.
- Carstensen, L.L. y Erickson, R. (1986). Enhancing the social environments of the elderly nursing home residents: Are high rates of interaction enough?. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 19, 349-355.
- Deacon, J. R., y Konarski, E. A. (1987). Correspondence training: An example of rule-governed behavior? *Journal of Applied Behavior Analysis*, 20, 391-400.
- Dunn, N.J. y Wilhite, B. (1997). The effects of a leisure education program on leisure participation and psychosocial well-being of two older women who are home-centered. *Therapeutic Recreation Journal*, 31 (1), 53-71.
- Engels, M. (1991). The promotion of positive social interaction through social skills training. En A. Wisocki (Ed.), *Handbook of clinical behavior therapy with the elderly client* (pp. 185-201). NY: Plenum Press.
- Fernández-Ballesteros, R., Zamarrón, M.D. y Maciá, A. (1996). *Calidad de vida en distintos contextos en la vejez*. Madrid: Instituto Nacional de Servicios Sociales (INSERSO).
- Ferrey, G., Legoues, G. y Bobes, J. (1994). *Psicopatología del anciano*. Barcelona: Masson.
- Gil Roales-Nieto, J., Luciano, M.C. y Molina, A. (1998). Aplicación de un procedimiento simplificado decir-hacer en promoción de la salud. *Análisis y Modificación de Conducta*, 24, 619-656.
- Gómez, I. (1995). Correspondencia decir-hacer en problemas de hábito de estudio. *Análisis y Modificación de Conducta*, 21, 881-900
- Guevremont, D. C., Osnes, P. G., y Stokes, T. F. (1986a). Preparation for effective self-regulation: The development of generalized verbal control. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 19, 99-104.
- Guevremont, D. C., Osnes, P. G., y Stokes, T. F. (1986b). Programming maintenance after correspondence training interventions with children. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 19, 215-219.

- Hayes, S. C., y Hayes, L. J.** (1989). The verbal action of the listener as a basis for rule-governance. En S. C. Hayes (Ed.), *Rule-governed behavior. Cognition, contingencies and instructional control* (pp. 153-190). NY: Plenum Press.
- Hayes, S. C., Zettle, R., y Rosenfarb, I.** (1989). Rule-following. En S. C. Hayes (Ed.), *Rule-governed behavior. Cognition, contingencies and instructional control* (pp. 191-220). NY: Plenum Press.
- Herruzo, J. y Luciano, M. C.** (1994). Procedimientos para establecer la correspondencia decir-hacer. Un análisis de elementos y problemas recientes. *Acta Comportamentalia*, 2, 192-218.
- Israel, A.** (1973). Developing correspondence between verbal and nonverbal behavior: Seitching sequences. *Psychological Reports*, 32, 1111-1117.
- Israel, A. y O'Leary, K.** (1973). Developing correspondence between children's words and deeds. *Child Development*, 44, 577-581.
- Jenkins, J., Felce, D., Lunt, B. y Powell, L.** (1977). Increasing engagement in activity of residents in old people's home by providing recreational materials. *Behaviour Research and Therapy*, 13, 429-434.
- Kalish, R.A.** (1991). *La vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano*. Madrid: Pirámide.
- Keogh, P., Burgio, L., Whitman, T. y Hohnson, M.** (1983). Development of listening skills in retarded children: A correspondence training program. *Child and Family Behavior Therapy*, 5, 51-71.
- Lloyd, K. E.** (1994). Do as I say, not as I do. *The Behavior Analyst*, 17, 131-139.
- Luciano, M. C.** (1992). Algunos significados aplicados de los tópicos de investigación básica conocidos como relaciones de equivalencia, decir y hacer y sensibilidad e insensibilidad a las contingencias. *Análisis y Modificación de Conducta*, 18, 805-859.
- Luciano, M. C.** (1993). La conducta verbal a la luz de recientes investigaciones. Su papel sobre otras conductas verbales y no verbales. *Psicothema*, 5, 351-374.
- Luciano, M. C.** (1996). Intervención psicológica en una perspectiva conductual analítico-funcional. En M.C. Luciano (Ed.). *Manual de Psicología Clínica. Infancia y adolescencia*. (pp. 241-292) Valencia: Promolibro.
- Luciano, M. C.** (2000). Applications of research on rule-governed behavior. En J.C. Leslie y D. Blackman (Eds.). *Experimental and applied analysis of human behavior* (pp. 181-204). Reno, NY: Context Press.
- Luciano, M.C., Herruzo, J. y Barnes, D.** (2001). Generalization of say-do correspondence. *The Psychological Record*, 51.
- Luciano, M.C., Molina, F.J. y Gómez, I.** (2000). Say-do-report training to change chronic behaviors in mentally retarded subjects. *Research in Developmental Disabilities*, 21, 355-366.

- Luciano, M.C. Vilchez, F. y Herruzo, J.** (1992). Say-Do and thumbsucking behavior: A case study. *Child and Family Behavior Therapy*, 14, 63-69.
- Moragas, R.** (1991). *Gerontología social, envejecimiento y calidad de vida*. Barcelona: Heider.
- Osnes, P.G., Guevremont, D.C. y Stokes, T.F.** (1987). Increasing a child's prosocial behaviors: Positive and negative consequences in correspondence training. *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 18, 71-76.
- Paniagua, F. A.** (1990). A procedural analysis of correspondence training techniques. *The Behavior Analyst*, 13, 107-119.
- Paniagua, F.A.** (1997). Verbal-Nonverbal Correspondence Training as a case of environmental antecedents. En D.M. Baer y E.M. Pinkston (Eds.), *Environment and Behavior* (pp. 43-48). Boulder, CO: WestviewPress.
- Paniagua, F.A. y Black, S.** (1990). Management and prevention of hyperactivity and conduct disorders in 8-10 year-old boys through correspondence training procedures. *Child and Family Behavior Therapy*, 12, 23-56.
- Paniagua, F. A., Pumariega, A. y Black, S.** (1988). Clinical effects of correspondence training in the management of hyperactive children. *Behavior Residential Treatment*, 3, 19-40.
- Reese, H. W.** (1989). Rules and rule-governance: Cognitive and behavioral views. En S. C. Hayes (Ed). *Rule-governed behavior. Cognition, contingencies and instructional control* (pp 3-84). NY: Plenum Press.
- Salvarezza, L.** (1991). *Psicogeriatría. Teoría y Clínica*. Buenos Aires: Paidós.
- Vaughan, M. E.** (1989). Rule-governed behavior in behavior analysis: A theoretical and experimental history. En S. C. Hayes (Ed.), *Rule-governed behavior: Cognition, contingencies and instructional control* (pp. 97-118). NY: Plenum Press.
- Whitman, T., Sciback, J., Butler, K., Richter, R. y Johnson, M.** (1982). Improving classroom behavior in mentally retarded children through correspondence training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 15, 545-564.
- Wilson, P.G., Rusch, R.F. y Ree, S.** (1992). Strategies to increase exercise-report correspondence by boys with moderate mental retardation: Collateral changes in intention-exercise correspondence. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 25, 681-690.
- Xaverius, P.**, (1998). Increasing engagement of older adults in social and leisure activities. *Activities, Adaptation and Aging*, 22, 9-14.
- Zettle, R.D. y Young, M.J.** (1987). Rule-following and human operant responding: conceptual and methodological considerations. *The Analysis of Verbal Behavior*, 5, 33-39.