

FOTOGHAN: “La fotografia com a medi educatiu per estimular l’aprenentatge i la creativitat en la gent gran”.

Introducció

Iniciatives de formació que trenquin amb les concepcions limitades sobre la “participació” de les persones grans i que fomentin la seva potencialitat, són necessàries per promoure nous interessos, recursos i oportunitats de trobada i de realització personal, amb l’objectiu final de promoure un envelliment saludable.

Programes formatius amb modalitat grupal, a més d’estimular les habilitats cognitives de les persones grans, poden ajudar a millorar l’estat d’ànim i reduir els sentiments de soledat no volguda en les persones participants. No obstant, aquestes iniciatives han de poder ser útils i satisfactòries per les persones participants, resultant imprescindible la figura d’una persona orientadora formada que asseguri l’adherència a l’activitat.

D’aquí la idea de desenvolupar un programa d’activitats d’aprenentatge fotogràfic dirigit a les persones grans anomenat “FOTOGHAN”, que els permeti participar activament en el procés d’aprenentatge mitjançant l’ús d’un dispositiu digital comunament utilitzat, com és la càmera del telèfon mòbil, per tal d’adquirir nous coneixements i desenvolupar habilitats cognitives com l’atenció, la planificació i l’organització, i fomentar la creativitat en les persones participants.

Actualment, no hem trobat en la literatura cap iniciativa basada en activitats d’aprenentatge fotogràfic dirigida a persones grans, que permeti avaluar els indicadors anteriorment mencionats.

L’objectiu d’aquest estudi va ser avaluar l’aplicabilitat del programa formatiu basat en l’aprenentatge de la fotografia FOTOGHAN dirigit a persones grans.

Material i mètodes

Participants:

S’ha realitzat un estudi pilot observacional prospectiu en un centre de persones grans, en el que s’ha avaluat la aplicabilitat del Programa anomenat “FOTOGHAN”.

Es va contactar amb el centre. Es va organitzar una reunió amb les persones interessades en participar, per explicar-les en què consistia la seva participació.

El centre va reclutar com a participants en l’ estudi, a les persones usuàries que complien els criteris d’ inclusió. L’estudi va incloure persones de 65 anys o més, sense deteriorament cognitiu, que acudien al centre i amb interès per la fotografia. Els criteris d’ exclusió van ser tenir alteracions mentals, sensorials, conductuals i/o cognitives greus que poguessin interferir en la intervenció.

Programa d’ Intervenció: FOTOGHAN

El present programa d’ intervenció s’anomena “FOTOGHAN” i consisteix en la implementació d’un programa grupal d’aprenentatge fotogràfic mitjançant la càmera del telèfon mòbil. El programa té una doble vessant pedagògica: teòrica, introduint conceptes bàsics d’iniciació en la fotografia (enquadrament, punt de vista,

composició...) i pràctica, amb sortides (a entitats culturals de la ciutat, idealment del barri o districte) per practicar els aprenentatges apresos en les sessions teòriques.

La intervenció mínima de la prova pilot realitzada, té una durada de 6 setmanes i consta d'una sessió setmanal de 2 hores. Les sessions han estat prèviament estructurades.

Avaluació clínica i variables de resultat

Abans de començar el programa FOTOGRAN, les persones participants incloses en l'estudi van ser avaluades en una visita inicial. Es van recollir variables demogràfiques (edat, gènere, nivell educatiu, estat civil i situació en la que vivien) i variables clíniques (habilitats cognitives, símptomes depressius, emocions -positives i negatives- i soledat no volguda).

Les habilitats cognitives d'atenció i funcions executives (planificació, organització...) van ser avaluades mitjançant el Trail Making Test (TMT, TMT A i TMT B). Els símptomes depressius, les emocions (positives i negatives) i la soledat no volguda van ser avaluats mitjançant l'Escala de Depressió Geriàtrica de Yesavage (GDS), l' Escala d'Afecte positiu i Escala d' Afecte Negatiu (PANAS) i l' Escala Visual Analògica (EVA), respectivament.

Després de completar-se el programa FOTOGRAN, les persones participants van ser revaluades per la mateixa persona professional i es van re administrar les escales (TMT, GDS-5, PANAS i EVA).

Les variables principals de l'estudi van ser la utilitat, la facilitat i la satisfacció de l'experiència de les persones participants recollides al finalitzar la intervenció FOTOGRAN, avaluades amb l'escala visual analògica EVA. La satisfacció amb la persona orientadora també va ser avaluada amb l'escala EVA.

Les variables secundàries de l'estudi van ser les habilitats cognitives, els símptomes depressius, les emocions (positives i negatives) i la soledat no desitjada.

El **Trail Making Test (TMT)** avalua l'atenció i les funcions executives. Consta de 2 parts: la Part A avalua l'atenció i consisteix en unir amb línies 25 nombres ubicats dins de cercles, distribuïts a l'atzar en un full (nombres de 1 al 25). La Part B avalua les funcions executives (programació, planificació, flexibilitat mental, velocitat de processament...) i consisteix en unir, amb línies 12 nombres (de l'1 al 12) i 12 lletres (de la A la I) dins de cercles en ordre alternatiu. El participant necessitarà un llapis per a realitzar cada part. La puntuació obtinguda correspon al nombre de segons que triga el participant en realitzar cada part. La puntuació màxima en la part A és 100 i en la prova B és 300.

L' **Escala de Depressió Geriàtrica de Yesavage (GDS)**, actualment és la eina més útil per a la detecció de depressió en persones grans. S' utilitza la versió curta de cinc ítems (GDS-5). Les respostes puntuables son afirmatives en els ítems 2, 3, 4 i 5, i negatives en l' ítem 1. Cada resposta encertada puntua 1. Una puntuació de 2 o més és indicativa de depressió. Dura aproximadament 2-3 minuts.

L' **Escala d' Afecte positiu i Escala d' Afecte Negatiu (PANAS)** es compon de 20 reactius que descriuen emocions, 10 positives i 10 negatives. Es va utilitzar la versió adaptada l'espanyol. Cada reactiu és contestat mitjançant una escala amb format ordinal tipo Likert amb 5 opcions de resposta (res, molt poc, alguna cosa, bastant, molt). La puntuació més baixa que es pot obtenir és 20 i la més alta és 100. L' escala

es componia de dos subescales cadascuna referent al tipus d' emocions. Altes puntuacions en cada una de les subescales suggereixen una alta presència d' emocions positives o negatives en la persona, respectivament.

L' **Escala Visual Analògica (EVA)** mesura una característica o actitud que pot variar al llarg d'un continu de valors i que no es pot mesurar fàcilment directament. Consisteix en una línia horitzontal de 10 centímetres, als extrems dels quals es troben les expressions extremes de 1 (Res) a 10 (Molt). Les puntuacions més altes indiquen una millor percepció. La soledat no volguda va ser avaluada amb la pregunta: "Quant sol/a es sent normalment?".

Al finalitzar la intervenció, la utilitat, la facilitat i la satisfacció de l'experiència de les persones participants va ser avaluada amb l'escala visual analògica EVA, amb les preguntes: "Creu que el programa FOTOGRAN li ha estat útil per aprendre sobre la fotografia?"; "Creu que el programa FOTOGRAN li ha estat fàcil per aprendre sobre la fotografia?"; "Quin ha estat el seu nivell de satisfacció amb el Programa FOTOGRAN?". La satisfacció amb la persona orientadora també va ser avaluada amb l'escala EVA i amb la pregunta: "Quina ha estat el seu grau de satisfacció amb la persona orientadora del grup"?

De manera complementària, es va fer servir una **metodologia qualitativa**, utilitzant l'observació i l'entrevista qualitativa com a tècniques fonamentals de recollida de dades.

L'entrevista qualitativa

Anàlisi estadística

L' anàlisi estadística s'ha realitzat amb el programa SPSS 21. Les característiques clíniques basals i de seguiment van expressar-se com Mitjana $\pm$ Desviació Estàndard ($M \pm DE$). Vam utilitzar probes no paramètriques per a la prova d' hipòtesis, concretament la prova de Wilcoxon per analitzar les puntuacions pre i les probes posteriors a la intervenció. La significació estadística es va establir en $p < 0,05$.

Resultats

Les 10 persones participants tenien una mitjana d'edat de 78,30 anys i un 90% eren dones. Les principals característiques demogràfiques de les persones participants i les característiques clíniques de la visita inicial apareixen en la Taula 1.

Taula 1. Descriptius visita inicial

	Persones participants FOTOGRAN N = 10
Edat M+DE (rangs)	78,30 $\pm$ 6,11 (67-86)
Gènere	
(Homes)	1 (10%)
(Dones)	9 (90%)
Nivell d'educació	
(Baix)	1 (10%)
(Mig)	4 (40%)
(Alt)	5 (50%)

Estat civil	
Solter/a	1 (10%)
Casat/a / en parella	3 (30%)
Divorciat/a / Separat/a	2 (20%)
Vidu/a	4 (40 %)
Situació en la que viu	
Sol/a	8 (50%)
Família (parella, fills...)	2 (40%)
TMA	
TMA A	37,50 ± 11,70 (22-58)
TMA B	101,38 ± 37,02 (62-162)
GDS-5	1,11 ± 1,96
PANAS	
Positiu M ± DE (rangos)	31,78± 3,56 (26-36)
Negatiu M± DE (rangos)	21,33 ± 11,02 (12-42)
EVA	
Soledat No Volguda M ± DE (rangos)	3,33 ± 3,20 (1-10)

M= Media; DE=Desviación Estándar

Nivell educatiu (Baix: sense estudis o estudis primaris; Mig: batxillerat o equivalent; Alt: estudis de grau o superior).

TMT: Trail Making Test (TMT A i TMT B); GDS-5 (Escala de Depressió Geriàtrica de Yesavage, versió curta de 5 ítems); PANAS (Escala d' Afecte Positiu i Escala d' Afecte Negatiu); EVA: Escala Visual Analògica.

La taula 2 mostra les puntuacions mitjanes de les escales EVA d'utilitat (1-10), facilitat (1-10), satisfacció (1-10) i satisfacció amb persona orientadora del grup (1-10).

N=10	
Utilitat de l'experiència (M±DE)	7,89 ± 1,05 (7-10)
Facilitat de l'experiència (M±DE)	8,11 ± 0,93 (7-10)
Satisfacció de l'experiència (M±DE)	8,67 ± 1, 12 (7-10)
Satisfacció amb la persona orientadora (M±DE)	9,11 ± 1,05 (7-10)

Per a totes les persones participants, les puntuacions en satisfacció amb l'experiència i amb la persona orientadora del grup van ser de 8,67± 1, 12 i 9,11 ± 1,05, respectivament, indicant una elevada satisfacció. L'experiència els va semblar també útil i fàcil, tal com s'observa en la Taula 2.

En relació amb les **puntuacions pre i post intervenció**, es van trobar diferències estadísticament significatives en el test TMT A que mesura l'atenció (37,50 ± 11,70 vs 31,67± 10,55 Z=-2,25 **P=0,024**) i en el TMT B, que mesura les funcions executives (planificació, flexibilitat mental, organització...) (101,38 ± 37,02 vs 88,25 ± 30,81 Z=-2,37 **P=0,018**).

Així, els resultats indiquen que les habilitats cognitives d'atenció i funcions executives de les persones participants van millorar al final de la intervenció.

En relació al test GDS-5 que mesura l'estat d'ànim depressiu, no es van trobar diferències estadísticament significatives ($1,11 \pm 1,96$ vs $1,00 \pm 1,80$ $Z=-1,00$ $P=0,317$). *Aquests resultats indiquen que no va haver canvis en l'estat d'ànim al finalitzar la intervenció. Aquests resultats es poden explicar, doncs es tractava d'una mostra sense simptomatologia depressiva en l'avaluació basal.*

Es van trobar diferències estadísticament significatives en la sub-escala d'afecte positiu PANAS ($31,78 \pm 3,56$ vs $36,33 \pm 4,12$ $Z=-1,00$ **$P=0,011$**) que mesura les emocions positives. No obstant, no es van trobar diferències en la sub-escala d'afecte negatiu PANAS ($21,33 \pm 11,02$ vs $20,44 \pm 11,37$ $Z=-0,63$ $P=0,526$) que mesura les emocions negatives.

Així, els resultats indiquen que va augmentar l'alta freqüència de les emocions positives en les persones participants al final de la intervenció. Per altra banda, es van mantenir les baixes freqüències de les emocions negatives.

En relació a la escala EVA de soledat no volguda, no es van trobar diferències significatives ($3,33 \pm 3,20$ vs $2,86$ vs $2,54$ $Z=-1,00$ $P=3,17$).

Així, els resultats indiquen que les persones participants no van reduir els sentiments de soledat no volguda al final de la intervenció. L'explicació és que les persones grans participants no es sentien soles a l'avaluació inicial.

En quan als resultats qualitatius, ***totes les persones participants van referir haver après coses noves relacionades amb la fotografia, com enquadrar, retallar...de les quals, un 50% van poder transmetre els seus aprenentatges a una altra persona (familiars, amistats...).***

Gairebé ***totes les persones de la mostra (80%) van referir haver millorat la seva creativitat mitjançant les activitats formatives realitzades.***

El 100% recomanaria l'experiència FOTOGRAN a altres persones grans i el 100 % també voldria continuar, tant per reforçar els aprenentatges apresos com per assolir-ne de nous.

Conclusions

El programa FOTOGRAN pot ser útil per l'aprenentatge fotogràfic en les persones grans. FOTOGRAN pot ser un instrument potencial d'aprenentatge en benefici de les habilitats cognitives i de les emocions positives.

FOTOGRAN pot ser un medi d'aprenentatge per estimular l'aprenentatge i la creativitat en les persones grans.

Agraïments

Volem donar les gràcies al centre de gent gran Nou Horitzó i a les persones grans participants en aquest estudi.

Bibliografía

Boll, T. J., & Reitan, R. M. (1973). Effect of age on performance of the Trail Making Test. *Perceptual and Motor Skills*, 36, 691–694.

Chacur, K., Serrat, R., & Villar, F. (2022). Older adults' participation in artistic activities: a scoping review. *European journal of ageing*, 19(4), 931–944. <https://doi.org/10.1007/s10433-022-00708-z>

De Dios del Valle, R., Hernández Sánchez, A.M., Rexach Cano, L.I., Cruz Jentoft, A.J. Validación de una versión de cinco ítems de la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage en población española. *Rev Esp Geriatr Gerontol*, 2001, 36 (5), 276-280.

Galassi, F., Merizzi, A., D'Amen, B., & Santini, S. (2022). Creativity and art therapies to promote healthy aging: A scoping review. *Frontiers in psychology*, 13, 906191. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.906191>

Gould, D.; Phil, M.; Kelly, D.; Goldstone, L.; Gammon, J. Visual Analogue Scale (VAS). *J. Clin. Nurs*. 2001, 10, 697–706.

Robles, R.; Páez, F. Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de afecto positivo y negativo (PANAS). *Salud Ment*. 2003, 26, 69–75.

Shelk, J.I., Yesavage, J.A. Geriatric Depression Scale (GDS): Recent evidence and development of a shorter version. *Clinical Gerontology: A Guide to Assessment and Intervention*, pp. 165.

SPSS Software, IBM. Available online: <https://www.ibm.com/analytics/spss-statistics-software> (accessed on 30 January 2022).

The United Nations. World Population Ageing 2019: Highlights (online). Available at: <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Highlights.pdf>. Accessed February 14, 2021.

Watson, D. Intraindividual and interindividual analyses of positive and negative affect: Their relation to health complaints, perceived stress, and daily activities. *J. Personal. Soc. Psychol*. 1988, 54, 1020–1030