



UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Facultade de Ciencias da Saúde

Grao en Terapia Ocupacional

Curso académico 2021-2022

TRABALLO DE FIN DE GRAO

**Aproximación dende Terapia Ocupacional ao
modelo Cohousing Sénior e ao seu impacto
na promoción do envellecemento activo:
Proxecto de investigación**

Uxía Suárez Vázquez

Xuño 2022

DIRECTORAS DO TRABALLO

Laura Nieto Riveiro

Terapeuta ocupacional e profesora da Universidade da Coruña, na Facultade de Ciencias da Saúde.

Inés Dacuña Vázquez

Terapeuta ocupacional e profesora da Universidade da Coruña, na Facultade de Ciencias da Saúde.

ÍNDICE

Resumo	5
Resumen	6
Abstract.....	7
1. Antecedentes e estado actual do tema	8
1.1. Situación demográfica e política en España	8
1.2. Novas perspectivas do envellecemento	9
1.3. Contextualización do modelo Cohousing.....	11
1.4. Terapia Ocupacional e o modelo Cohousing Sénior.....	13
2. Bibliografía	17
3. Hipótese.....	25
4. Obxectivos	25
5. Metodoloxía	26
5.1. Tipo de estudo	26
5.2. Descrición da poboación e ámbito de estudo	26
5.3. Selección de persoas participantes	27
5.4. Entrada ao campo	27
5.5. Recollida de datos	28
5.6. Análise de datos	31
5.7. Limitacións do estudo e posición da investigadora.....	33
5.8. Aplicabilidade e transferencia dos resultados.....	33
5.9. Rigor metodolóxico	34
5.10. Estratexia de busca	35
6. Plan de traballo	36
7. Aspectos éticos.....	38
8. Plan de difusión dos resultados	40

9. Financiamento da investigación.....	42
10. Agradecementos.....	44
11. Apéndices	45
11.1. Apéndice I: Índice de abreviaturas, acrónimos e siglas	45
11.2. Apéndice II: Cartel informativo.....	46
11.3. Apéndice III: Folla de información a persoas participantes.....	47
11.4. Apéndice IV: Documento de consentimento informado	50
11.5. Apéndice V: Guión da entrevista inicial	53
11.6. Apéndice VI: Guión da entrevista final.....	54
11.7. Apéndice VII: Guión do grupo de discusión.....	55
11.8. Apéndice VIII: Documento de revogación do consentimento	56
11.9. Apéndice IX: Busca bibliográfica en bases de datos	57
11.10. Apéndice X: Busca bibliográfica en revistas científicas	62

Resumo

Antecedentes e estado actual do tema:

A esperanza de vida das persoas cada vez é maior, ao igual que a autonomía que manteñen segundo van envellecendo, o que lles permite estar máis activas. Por isto, cada vez máis, estanse promovendo medidas que favorezan o envellecemento activo, como son os Cohousing Sénior. Isto débese a que o tipo de vivenda e a forma en que envellecen as persoas repercute na súa calidade de vida, aspecto que se ten máis presente no deseño de recursos que satisfagan as súas necesidades.

Obxectivo:

O obxectivo xeral deste estudo é coñecer as implicacións ocupacionais de residir nun Cohousing Sénior na vida cotiá das persoas maiores. Con este fin, pretenderase explorar como perciben as persoas residentes o seu proceso de envellecemento activo, ademais de relacionar este tipo de vivenda con conceptos como “calidade de vida” ou “participación social”.

Metodoloxía:

Para a súa realización, propónse unha metodoloxía mixta, combinando a investigación cualitativa e a cuantitativa. O enfoque que se seguirá na parte cualitativa é o fenomenolóxico, co fin de indagar nos diversos significados que as persoas residentes teñen sobre a súa vida no Cohousing Sénior. Na parte cuantitativa, realizarase un estudo cuasiexperimental, caracterizado pola ausencia de grupo control, encamiñado a determinar o impacto deste modelo de vivendas na calidade de vida e a participación social.

Palabras clave:

Vivenda Colaborativa, Xustiza Ocupacional, Modelos de Atención Centrados na Persoa, Calidade de vida, Persoas maiores.

Tipo de traballo:

Proxecto de investigación.

Resumen

Antecedentes y estado actual del tema:

La esperanza de vida de las personas cada vez es mayor, al igual que la autonomía que mantienen segundo van envejeciendo, lo cual les permite estar más activas. Es por ello, que cada vez más, se están promoviendo medidas que favorezcan el envejecimiento activo, como los Cohousing Senior. Esto se debe a que el tipo de vivienda y la forma en la que se envejece repercuten en su calidad de vida, aspecto que se tiene más presente en el diseño de recursos que satisfagan sus necesidades.

Objetivo:

El objetivo general del estudio es conocer las implicaciones ocupacionales de residir en un Cohousing Senior en la vida diaria de las personas. Para ello, se pretenderá explorar cómo perciben las personas residentes su proceso de envejecimiento activo, además de relacionar este tipo de vivienda con conceptos como "calidad de vida" o "participación social".

Metodología:

Para su realización, se propone una metodología mixta, combinando la perspectiva cualitativa y la cuantitativa. El enfoque que se seguirá en la parte cualitativa es el fenomenológico, con el objetivo de indagar en los diversos significados que las personas residentes tienen sobre su vida en el Cohousing Senior. En la parte cuantitativa, se realizará un estudio cuasiexperimental, caracterizado por la ausencia de grupo control, encaminado a determinar el impacto de este modelo de viviendas en la calidad de vida y la participación social.

Palabras clave:

Cohousing Senior, Terapia Ocupacional, Calidad de vida, Personas mayores.

Tipo de trabajo:

Proyecto de investigación.

Abstract

Background and current status of the topic:

People's life expectancy is increasing, just as the autonomy they maintain as they age, which allows them to be more active. That is why, more and more, measures are being promoted that favour active aging, such as Cohousing Senior. This is because the type of housing and the way in which people age have as impact on their quality of life, an aspect that is taken into account in the design of resources that meet their needs.

Objective:

The general objective of the present study is to know the occupational implications of residing in a Senior Cohousing in the daily life of the older people. To this end, the aim will be to explore how residents perceive their active aging process, in addition to relating this type of housing with concepts such as "quality of life" or "social participation".

Methodology:

For its realization, a mixed methodology is proposed, combining the qualitative and the quantitative perspective. The approach to be followed in the qualitative part is the phenomenological, with the aim of investigating the various meanings that residents have about their life in the Senior Cohousing. In the quantitative part, a quasi-experimental study, characterized by the absence of a control group, will be carried out to determine the impact of this housing model on the quality of life and social participation.

Key words:

Cohousing Senior, Occupational Therapy, Active Aging, Quality of Life, Elderly.

Type of work:

Research project.

1. Antecedentes e estado actual do tema

1.1. Situación demográfica e política en España

Dende o ano 2000, o Instituto de Miores e Servizos Sociais (IMSERSO) publica un informe, cada dous anos, sobre as persoas maiores ⁽¹⁾. Neste fai referencia a que dentro do contexto mundial a esperanza de vida experimentou varios incrementos ao longo destes anos. Dentro da poboación española, esta esperanza é unha das máis altas a nivel mundial, sendo de 83 anos de media, diferenciando que a esperanza de vida é de 86,3 anos para as mulleres e 80,5 anos para os homes ⁽¹⁾.

A esperanza de vida pódese vincular coa forma en que se organizan os fogares dentro de España. Segundo a *Enquisa Continua* do Instituto Nacional de Estatística (INE) ⁽²⁾, en España había 4.849.900 persoas vivindo soas en 2020. Destas, o 43,6% tiña máis de 65 anos, e dentro desta porcentaxe, o 70,9% eran mulleres. Esta información pódese completar coa obtida do *Informe de Envellecemento na rede* ⁽³⁾. Neste documento, abórdase o concepto de “esperanza de vida saudable”, que establece o número de anos que se espera que unha persoa viva activamente e con calidade de vida, onde as mulleres presentan unha esperanza menor ca dos homes ⁽³⁾. Ademais, no informe do IMSERSO mencionado anteriormente, faise referencia a un termo de interese para o presente proxecto, que é o “envellecemento do envellecemento”, o cal significa que cada vez hai máis persoas maiores de 80 anos, as cales no 2065 representarán un 14,1% da poboación maior ⁽¹⁾.

Para responder ás distintas necesidades deste grupo de poboación, elaboráronse diferentes políticas dentro do goberno español que variaron segundo o contexto económico e político en que se desenvolveron. Neste sentido, cabe destacar a creación da Lei 39/2006, de 14 de decembro, de Promoción da Autonomía Persoal e Atención ás persoas en situación de dependencia ⁽⁴⁾, que nace co fin de atender a estas persoas, independentemente da etapa vital na cal se atopen. No marco desta lei, formalizouse a prestación dunha serie de servizos, dentro dos cales se

atopan: atención domiciliaria, que pretende aumentar o tempo que reside a persoa no seu domicilio; programa de participación social, onde os centros de maiores teñen a finalidade de promover o envellecemento activo, centrándose no seu ocio e participación social; atención diúrna, baseada nos centros de día; e atención residencial, que pode ser tanto de carácter permanente coma temporal ^(4,5). A pesar de incluír eses servizos, a crise económica do 2008 implicou diferentes recortes nos seus orzamentos. Esta situación supuxo que os criterios para escoller ás persoas beneficiarias sexan máis selectivos e que o tempo de espera sexa maior, o que repercute na calidade de vida do grupo poboacional ao que se dirixe ⁽⁶⁾.

En relación co coidado das persoas maiores, cabe destacar o ambiente social e cultural no cal se desenvolven. Estes contextos parten dunha base patriarcal onde a responsabilidade tende a recaer sobre as mulleres, aspecto moi arraigado na cultura española ^(6,7). Nun primeiro momento asume ese rol a esposa, a cal despois deixa ese relevo á filla, que é o perfil de coidadora máis predominante en España ⁽³⁾. Ademais, os coidados teñen un enfoque rehabilitador, como o que está presente na Lei 39/2006, onde se recollen os servizos dispoñibles, que tenden a ter unha perspectiva asistencialista ^(8,9). Sen embargo, na actualidade está a cambiar esta tendencia e emerxen termos como a “desfamiliarización” ⁽⁷⁾, que se refire á actitude que teñen as persoas que non queren depender da súa descendencia, co que se rompe este rol de coidado ascendente. Ademais, as novas propostas de envellecemento que están xurdindo, teñen unha perspectiva que promociona a autonomía das persoas, xa que pretenden que sexan o centro das súas propias vidas e dos servizos dos que forman parte ^(6,7).

1.2. Novas perspectivas do envellecemento

Seguindo o fío do mencionado anteriormente, é de interese falar dos “Modelos de atención centrados na persoa”. Estes teñen presente a dignidade do ser humano, un concepto subxectivo que varía entre individuos, pero que ten en común o papel central da persoa nos coidados

que recibe ⁽¹⁰⁾. A pesar disto, as políticas existentes en España non favorecen a autonomía persoal e teñen un carácter pasivo, xa que toman medidas cando non hai un respaldo familiar ^(8,9). Este é un dos motivos polos que os novos modelos de atención se consideran un avance, xa que buscan que os suxeitos sexan autónomos.

Ao igual que o concepto de dignidade é moi subxectivo, isto tamén ocorre co de calidade de vida, que se pode definir como *“concepto multidimensional que comprende compoñentes tanto obxectivos como subxectivos, nos cales se dá un peso diferente aos distintos ámbitos da vida considerados máis importantes”* ⁽¹¹⁾. Un dos aspectos que pode repercutir na calidade de vida das persoas maiores é a forma en que envellecen, motivo polo cal está a aumentar a investigación sobre medidas e actuacións que promovan unha mellor vellez, como os novos sistemas de vivenda.

En relación co anterior, cabe destacar un termo que cada vez ten máis repercusión que é o de “envellecemento activo”, o cal foi definido no 2002 pola Organización Mundial da Saúde (OMS) como o *“proceso de optimización de oportunidades de saúde, participación e seguridade co obxectivo de mellorar a calidade de vida a medida que as persoas envellecen”* ⁽¹²⁾.

Unha das consecuencias da promoción deste concepto é o aumento das iniciativas para concienciar sobre o envellecemento da poboación e da necesidade de novas medidas, como pode ser a proposta do ano 2012 como o Ano Europeo do Envellecemento Activo. Ademais, a OMS tamén elabora unha *Guía sobre Cidades Amigables*, ás que define como *“cidades que alentan ao envellecemento activo mediante a optimización das oportunidades de saúde, participación e seguridade, co fin de mellorar a calidade de vida das persoas a medida que envellecen”* ⁽¹³⁾.

En relación co anterior, cabe mencionar á World Federation of Occupational Therapists (WFOT) ⁽¹⁴⁾, que define á Terapia Ocupacional como *“profesión da saúde centrada no cliente que se preocupa por promover a súa saúde e*

benestar a través da ocupación. O seu obxectivo principal é permitir que as persoas participen nas actividades da vida diaria. Isto lógrase traballando coas persoas e comunidades para mellorar a súa capacidade de participar nas ocupacións que queren, necesitan ou se espera que fagan”.

Neste sentido, a Canadian Association of Occupational Therapists (CAOT) ⁽¹⁵⁾ recoñece ás persoas maiores como individuos pertencentes á comunidade, onde este entorno ten moita importancia para envellecer activamente. É por isto polo que o ambiente social, formado polas persoas coas que convive, e o físico, que no caso da poboación maior tende a ser o fogar, son aspectos a ter en conta para avaliar a forma na cal envellecen eses suxeitos ^(16,17).

Dende a sociedade, tamén son precisos cambios de pensamento que se promoven con actividades de sensibilización, como algunhas das referidas anteriormente, por exemplo, a creación da Guía sobre Cidades Amigables ou o establecemento do ano 2012 como o Ano Europeo do Envellecemento Activo. Isto débese a que é preciso eliminar enfoques discriminatorios como o edadismo, termo definido en 1969 para referirse á crenza de que as persoas maiores se relacionan coa dependencia e a inactividade, entre outros aspectos de carácter negativo ⁽¹⁸⁾. Este mito debe eliminarse, xa que este grupo poboacional, ademais de aumentar a súa esperanza de vida, mellorou a autonomía coa que poden desfrutar deses anos máis lonxevos, polo que teñen a capacidade de manter unha maior actividade. Isto permite unha participación activa nas súas comunidades, en roles que xa asumían ou noutros roles diferentes ^(5,18).

1.3. Contextualización do modelo Cohousing

Para responder ás carencias que teñen os servizos de atención ás persoas maiores, xorden diferentes iniciativas por parte da poboación, entre as que se atopan novas formas de vivendas. O “modelo Housing” é unha delas, xa que pretende aportar servizos e recursos para que as persoas poidan desenvolverse nas súas casas. Aínda así, ten presente a posibilidade de que, por diferentes motivos, as persoas teñan que mudarse do seu

domicilio. Para facilitar este desprazamento e evitar que sexa un cambio moi brusco, promóvese que a rutina do recurso se asemelle á vida que levaban con anterioridade, baixo o lema de “fóra de casa, pero como na casa” ^(10,19). A importancia que se lle dá a que os residentes teñan a súa autonomía débese a que é a base destes sistemas e tamén a principal diferenza con outros recursos de carácter máis institucional, como as residencias ⁽¹⁹⁾.

Dentro destas novas formas de vivendas, atópanse as Vivendas Colaborativas ou Cohousing. Este último termo foi definido en Dinamarca nos anos 1970 por Kathryn McCammant e Charles Durrett para nomear a un “tipo de vivendas colaborativas e autoxestionadas” ⁽²⁰⁾. O termo Cohousing é o máis estendido, pero non existe consenso para definir o significado do seu prefixo. Isto é porque se considera que ten un carácter polisémico, xa que pode referirse a termos como: colectivo, cooperativo, colaborativo ou comunitario ^(21,22).

Estas vivendas comunitarias son moi importantes dentro do paradigma do envellecemento activo, xa que tentan fomentar a participación das persoas dentro da comunidade ⁽²³⁾. Deste xeito, caracterízanse por ofrecer un equilibrio entre a vivenda privada e a comunitaria, aspecto que se logra polo seu deseño físico. Ademais, recóllense unha serie de características básicas deste modelo, como son ⁽²⁰⁾:

- Disponibilidade de zonas de uso comunitario.
- Vivendas propias e cunha economía individual.
- Autoxestión polos residentes.
- Ausencia dunha estrutura xerárquica, de xeito que todas as persoas seguen un proceso participativo.
- Deseño encamiñado a facilitar o contacto social.

Cabe salientar tamén que hai diferentes modalidades específicas de Cohousing: sénior, multixeneracional, LGTBI+, de mulleres, de persoas con diversidade funcional e ecohousing. Entre elas, diferéncianse polo tipo de

poboación que acollen e os seus intereses, onde estes motivos implican ter obxectivos diferentes ⁽²⁴⁾.

Dentro de España, a primeira vivenda deste tipo foi un Cohousing Sénior en Málaga, inaugurado no 2000: Residencial Santa Clara. Dende esa iniciativa, aumentou o número destas vivendas con outros exemplos como La Muralleta (Tarragona) ou Profuturo (Valladolid), aínda que non é ata 2015 cando se crean vivendas para outros grupos poboacionais. Actualmente, o número segue aumentando e hai diversos proxectos que se están levando a cabo, onde é importante destacar o proxecto MOVICOMA ⁽²⁴⁾. Este ten como finalidade elaborar un mapa que recolla todas as vivendas colaborativas de persoas maiores en España. A pesar de estar aumentando o número de Cohousing Sénior no país, a política pública non toma medidas que as avale, senón que son empresas privadas ou grupos de particulares os que se organizan para levar a cabo este tipo de proxectos, o que implica que a maioría das persoas que participan presenten un poder adquisitivo alto ⁽²⁵⁾.

1.4. Terapia Ocupacional e o modelo Cohousing Sénior

A Terapia Ocupacional é unha disciplina que foi construíndose a medida que foi pasando por diferentes períodos históricos, estando a súa orixe ligada ao “Tratamento Moral” de Pinel ⁽²⁶⁾ e ao movemento “Hull House”, impulsado por Eleanor Clarke Slagle e Jane Addams, que se centraron no enfoque da equidade social dentro da disciplina ⁽²⁷⁾. Dende ese momento, houbo diversos feitos históricos que deron lugar a múltiples paradigmas da profesión. Polo tanto, o momento social repercute na forma en que se comprende a ocupación, o que ten importancia neste proxecto xa que noutro momento histórico esta concepción dende Terapia Ocupacional non tería cabida. Así, a temática do presente traballo enmárcase dentro dun paradigma máis contemporáneo, onde se retorna a unha concepción inicial centrada na ocupación e na participación comunitaria das persoas ⁽²⁸⁾.

Por outro lado, a disciplina ten a función de cumprir cos “dereitos ocupacionais”, os que se definen como “dereitos de todas as persoas de

realizar ocupacións significativas que contribúan de maneira positiva ao benestar da persoa e comunidade” (29,30). Considéranse un dereito xa que teñen efectos positivos para a saúde e repercuten positivamente na calidade de vida das persoas e grupos poboacionais (31). Ao respectar este dereito e colaborar a que se cumpra, estase garantindo a “xustiza ocupacional”, concepto que xorde dos estudos de Ann Wilcock e Elizabeth Townsend (32). Este termo manifesta que todas as persoas teñen o dereito de elixir e participar en ocupacións que consideren significativas e en termos de igualdade (33,34). A pesar de promover que sexan autónomas, é preciso entender a necesidade de que se relacionen co resto de sociedade, xa que son seres sociais, concepto que se coñece como “interdependencia” (35,36).

Seguindo o anterior, referido ás relacións entre os suxeitos, estanse levando a cabo diversas investigacións sobre os Cohousing Sénior que aportan información a este proxecto (37,38). Destas obtense que a soidade e o illamento social teñen repercusións negativas na saúde das persoas. Aínda que se tratan como sinónimos, isto non é así, xa que o illamento social é unha medida obxectiva das redes sociais, mentres que a soidade é un sentimento propio de cada persoa, que xorde por un desequilibrio entre o número de relacións sociais que teñen e as que lles gustaría ter (37). A medida que se envellece, estes dous aspectos cobran unha maior relevancia, xa que as interaccións sociais tenden a diminuír e cada vez resulta máis complexo establecer novos vínculos (38).

En relación a isto, cabe mencionar un dos artigos escritos por Anne P. Glass, en relación co Cohousing Sénior (39). Trátase dun estudo de carácter cuantitativo que analiza en diferentes Cohousing as características da poboación, os motivos para mudarse, a súa satisfacción e o sentido de comunidade. De toda a información recollida, obtívose que a busca dun sentido de pertenza foi o que levou a elixir este tipo de vivenda. Tamén se menciona que coa veciñanza se crean vínculos sociais e rematan converténdose en amizades. Para crear estes vínculos, empréganse

actividades comunitarias, pero deberíase promover que foran estimulantes e significativas ⁽³⁹⁾.

Esa importancia da veciñanza é un dos principais motivos das persoas para mudarse, xa que pretenden atopar un lugar que lles apoie no seu proceso de envellecemento e do cal se sintan parte. Isto explícase porque hai estudos que relacionan ese afrontamento comunitario do envellecemento como beneficioso ⁽⁴⁰⁾. Este sentimento de pertenza non xorde só, senón que se establece ao crear unha convivencia con persoas semellantes e coas que se realizan actividades que faciliten aprender e ensinar ao resto. É por iso polo que, a pesar de que os Cohousing coa súa estrutura pretenden facilitar as interaccións, estas non se conseguen se non se realizan actividades co resto de persoas ⁽⁴¹⁾. Cabe destacar que hai que respectar tamén as actividades fóra da comunidade e os tempos individuais ⁽⁴²⁾.

Deste xeito, a relación que pode ter a disciplina cos Cohousing Sénior pode ser diversa. Como se reflexou con anterioridade, son moi importantes as ocupacións significativas, xa que ademais de erixirse como un dereito ocupacional, permiten mellorar a calidade de vida das persoas ⁽³⁵⁾. Ademais, nestas vivendas o que se promove é que as actividades sexan grupais, para poder crear vínculos entre as/os integrantes ⁽³⁹⁾. Unha das funcións que pode levarse a cabo dende a profesión é a exploración do ocio significativo, polo que poderían detectarse novas actividades de interese para as persoas. Esta exploración pode ser beneficiosa, xa que establecer e reforzar intereses comúns pode permitir ou favorecer a creación de conexións entre diferentes suxeitos ⁽⁴³⁾. Ademais, a Terapia Ocupacional ten moita relación con estes modelos, especialmente dende a perspectiva comunitaria, xa que a través de ocupacións grupais e significativas, foméntase a saúde e a calidade de vida ^(44,45).

Despois de consultar múltiples fontes de información, mencionadas con anterioridade, confírmase que a literatura estivo a aumentar nos últimos anos en torno a esta temática. A pesar diso, é certo que no contexto de

España a bibliografía é menor, o que pode ser debido a que a implantación deste modelo tamén é recente, polo que para obter maior evidencia débense consultar fontes estranxeiras. Dentro destas, hai estudos dende enfoques cualitativos e cuantitativos, que afondan sobre diferentes cuestións: características da poboación, motivos para mudarse, apoios sociais que reciben... Pero dos estudos consultados tan só un empregaba a metodoloxía mixta, unha revisión desenvolta como parte do Traballo de Fin de Grao de Oihane Loy ⁽⁴⁴⁾, que tiña como obxectivo coñecer os Cohousing Sénior que existían e aproximarse á figura da Terapia Ocupacional nestes recursos. Ademais, estes estudos caracterizábanse, na súa maioría, por centrarse en actividades de ocio e participación social, pero non tendo presente a influencia no proceso de envellecemento activo.

Como conclusión, a pesar de estar aumentando a evidencia sobre os Cohousing Sénior, considérase necesario o desenvolvemento deste estudo, debido á escasa investigación que existe sobre propostas deste tipo en España. Ademais, vincúlase con esta disciplina polos obxectivos que teñen en canto á promoción do envellecemento activo e a calidade de vida, aspectos que se queren investigar. Asemade, considérase relevante realizalo dende unha metodoloxía mixta, para poder coñecer tanto as percepcións e vivencias das persoas participantes mediante técnicas cualitativas, como posibles cambios nas variables de calidade de vida e participación social, que se detectarían a través da administración de determinadas escalas estandarizadas.

2. Bibliografía

1. Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Informe 2018: Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por comunidades [Internet]. Madrid; 2021 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: https://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/informe_ppmm_2018.pdf
2. Instituto Nacional de Estadística. Encuesta Continua de Hogares [Internet]. Madrid; 2021 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: https://www.ine.es/prensa/ech_2020.pdf
3. Pérez J, Abellán A, Aceituno P, Ramiro D. Un perfil de las mayores en España 2020. Inf Envejec en red [Internet]. 2020;25(2340-566X):1–39. Disponible en: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>
4. Ley 39/2006 de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia 2006. BOE [Internet]. 2006 [citado 2021 Nov 16]; (299): 44142-44156. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/l/2006/12/14/39/dof/spa/pdf>
5. Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Subdirección general de planificación ordenación y evaluación. Servicios Sociales dirigidos a las Personas Mayores de España [Internet]. Madrid; 2019 [citado 2021 Nov 30]. Disponible en: <https://laboralpensiones.com/wpcontent/uploads/2020/12/imserso-mayores-2019.pdf>
6. Gummà E, Castilla R. Cohousing de personas mayores. Un recurso residencial emergente. Doc Trab Soc Rev Trab y acción Soc [Internet]. 2017 [citado 2021 Nov 16]; (59):51–84. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6588966>
7. Keller C, Ezquerro S. Viviendas colaborativas de personas mayores: democratizar el cuidado en la vejez. REVESCO Rev

- Estud Coop [Internet]. 2021 Ene 29 [citado 2021 Nov 16]; 137: 1-22. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.5209/reve.71867>
8. Artiaga A. Cuidados comunitarios y gobierno común de la dependencia: las viviendas colaborativas de personas mayores. Rev Esp Sociol [Internet]. 2021 [citado 2021 Nov 16];30(2):1–16. Disponible en: <https://doi.org/10.22325/fes/res.2021.29>
 9. Guzmán F, Moscoso M, Toboso M. Por qué la Ley de Dependencia no constituye un instrumento para la promoción de la autonomía personal. Zerbitzuan. 2010; 48: 43-55.
 10. Martínez-Rodríguez T. La atención gerontológica centrada en la persona. Bizkaia: Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco; 2011.
 11. Molina C, Meléndez J, Navarro E. Bienestar y calidad de vida en ancianos institucionalizados y no institucionalizados. An Psicol [Internet]. 2008 [citado 2021 Nov 16] ;24(2):312–9. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16711589014>
 12. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Active ageing: a policy framework; 2002 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NM_H_NPH_02.8.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 13. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Ciudades Amigables con los mayores: una guía; 2007 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43805/97892_43547305_spa.pdf
 14. World Federation of Occupational Therapists [Internet]. About Occupational Therapy; 2012 [citado 2022 Ene 05]. Disponible en: <https://wfot.org/about/about-occupational-therapy>
 15. Canadian Association of Occupational Therapists [Internet]. CAOT Position Statement: Aging in Place; 2019 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: <https://caot.in1touch.org/uploaded/web/Advocacy/Aging%20in%20Place%20Position%20Statement%20FIN.pdf>

16. Puplampu V. Forming and Living in a Seniors' Cohousing: The Impact on Older Adults' Healthy Aging in Place. *J Hous Elderly* [Internet]. 2019 [citado 2021 Nov 16]; 1–18. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/02763893.2019.1656134>
17. Andresen M, Runge U. Co-housing for Seniors experienced as an occupational generative environment. *Scand J Occup Ther* [Internet]. 2002 [citado 2021 Nov 16];9(4):156–66. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/11038120260501181>
18. Torío S, Viñuela P, García-Pérez O. Experiencias de vejez vital. Sénior Cohousing: autonomía y participación. *Aula Abierta* [Internet]. 2018 [citado 2021 Nov 16];47(1):79. DOI: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.79-86>
19. Martínez-Rodríguez T. La atención centrada en la persona en los servicios gerontológicos: modelos de atención e instrumentos de evaluación [tesis doctoral en Internet]. Universidad de Oviedo; 2015 [citado 2021 Nov 30]. Disponible en: http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/33762/1/TD_TeresaMartinez.pdf
20. Del Monte J. Modelo residencial colaborativo y capacitante para un envejecimiento feliz. Fundación Pilares [Internet]. 2017 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: <https://www.fundacionpilares.org/docs/publicaciones/fpilares-estudio04-delmonte-Cohousing.pdf>
21. Cuesta C. Diagnóstico del modelo Cohousing en Euskadi [Internet]. Gobierno Vasco; 2020 [citado 2021 Nov 16] Disponible en: https://www.euskadi.eus/contenidos/plan/ovv_Cohousing/es_ovv_admi/adjuntos/Cohousing-en-Euskadi.pdf
22. López D, Estrada M. ¿Cómo avanzan las dinámicas de Sénior Cohousing en España?. Universidad de Cataluña [Internet]. 2016 [citado 2021 Dec 06]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10609/58465>

23. Vives M. Sénior Cohousing: Una nova alternativa de convivència per a la gent gran. Anuari de l'envelliment. Islas Baleares: Universidad de las Islas Baleares; 2016. 383-408.
24. Brito M, Déniz A, García-García S. Cohousing: un estudio de su implantación en Canarias [trabajo de fin de grado en Internet]. Canarias: Universidad de la Laguna. 2020 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/20584>
25. Gummà E, Castilla M. El bienestar emocional como predictor de calidad de vida en los Sénior Co-housing. Cuad Trab Soc. [Internet]. 2019 [citado 2021 Nov 16]; 32(2):365–80. Disponible en: DOI <https://doi.org/10.5209/cuts.59461>
26. Pérez de Heredia M, Brea M, Martínez-Piédrola R. Origen de la Terapia Ocupacional en España. Rev Neurol. 2007;45(11):695.
27. Morrison R. Jane Addams y Eleanor Clarke Slagle: política, equidad social y ocupación desde los inicios de la Terapia Ocupacional. Revista Ocupación Humana [Internet]. 2015 [citado 2022 Xuñ 05]; 15(2): 5-17. Disponible en: <https://doi.org/10.25214/25907816.27>
28. Pino J, Ceballos M. Terapia Ocupacional Comunitaria y rehabilitación basada en la comunidad: hacia una inclusión sociocomunitaria. Revista Chilena de Terapia Ocupacional [Internet]. 2015 [citado 2022 Xuñ 05]; 15(2). Disponible en: <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2015.38167>
29. World Federation of Occupational Therapists [Internet]. Terapia Ocupacional y Derechos Humanos. 2019 [citado 2022 Ene 06]. Disponible en: <https://www.wfot.org/checkout/20827/25953>
30. Guajardo A, Galheigo S. Reflexiones críticas acerca de los derechos humanos: Contribuciones desde la Terapia Ocupacional Latinoamericana. World Federation of Occupational Therapists Bulletin [Internet]. 2015 [citado 2022 Mar 06]; 71(2): 73-80. Disponible en: <https://doi.org/10.1179/1447382815Z.00000000023>

31. Durocher E, Gibson B, Rappolt S. Justicia ocupacional: una revisión de conceptos. *Journal of Occupational Science* [Internet]. 2019 [citado 2021 Dec 05]; 21(4): 418-430. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/14427591.2019.1616359>
32. Wilcock A, Townsend E. Occupational terminology interactive dialogue. *Journal of Occupational Science* [Internet]. 2000 [citado 2022 Mar 06]; 7(2) 84-86. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/14427591.2000.9686470>
33. Hocking C. La justicia ocupacional como justicia social: la demanda moral de la inclusión. *Journal of Occupational Science* [Internet] 2020 [citado 2022 Mar 07]. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1820661>
34. Moruno P, Fernández-Agudo P. Análisis teóricos de los conceptos privación, alineación y justicia ocupacional. *TOG (A Coruña)* [Internet]. 2012 [citado 2022 Mar 06]; 5: 44-68. Disponible en: <http://www.revistatog.com/mono/num5/teorico.pdf>
35. Carmona D. Autonomía e interdependencia. La ética del cuidado en la discapacidad. *Revista Humanidades* [Internet]. 2020 [citado 2021 Dec 06]; 10(2). Disponible en: <https://doi.org/10.15517/h.v10i2.41154>
36. Cerri C. Dependencia y autonomía: una aproximación antropológica desde el cuidado de los mayores. *Revista de pensamiento e Investigación Social* [Internet]. 2015 [citado 2022 Mar 06]; 15(2): 11-40. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53741125005>
37. Glass A, Plaats R, Vander. A conceptual model for aging better together intentionally. *J Aging Stud* [Internet]. 2013 [citado 2021 Nov 16]; 27(4): 428-442. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaging.2013.10.001>
38. Glass A. Resident-Managed Elder Intentional Neighborhoods : Do They Promote Social Resources for Older Adults?. *J Gerontol Soc*

- Work [Internet]. 2016 [citado 2021 Nov 16]; 59(7–8):554–71. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1080/01634372.2016.1246501>
39. Glass A. Sense of community , loneliness , and satisfaction in five Elder Cohousing neighborhoods. J Women Aging [Internet]. 2019 [citado 2021 Nov 16]; 1-25. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/08952841.2019.1681888>
40. Puplampu V, Matthews E, Puplampu G, Gross M, Pathak S, Peters S. The Impact of Cohousing on Older Adults ' Quality of Life. Can J Aging [Internet]. 2020 [citado 2021 Nov 16]; 39(3):406-420. Disponible en: <https://doi.org/10.1017/S0714980819000448>
41. Jolanki O, Vilkkio A. The Meaning of a “ Sense of Community” in a Finnish Senior Co-Housing Community. Journal of Housing For the Elderly [Internet]. 2015 Jun 26 [citado 2021 Nov 16]; 29(1-2): 111-125. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/02763893.2015.989767>
42. Pfaff R, Trentham B. Rethinking home : Exploring older adults ' occupational engagement in Senior Cohousing. Journal of Occupational Science [Internet]. 2020 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1821755>.
43. Geiser M, McCree S. Facilitator : The Role of the Occupational Therapist in Senior Housing. Journal of Housing For The Elderly [Internet]. 2010 Oct 18 [citado 2021 Nov 16]. Disponible en: https://doi.org/10.1300/J081v10n01_09
44. Loy O. Estudio exploratorio sobre el modelo “Cohousing” en España: aproximación desde la Terapia Ocupacional [trabajo fin de grado en Internet]. A Coruña: Universidade da Coruña. 2021 [citado 2021 Dec 08]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/2183/29472>
45. Pousada L. Aproximación al modelo Housing para personas mayores desde la perspectiva de Terapia Ocupacional [trabajo fin de grado en Internet]. A Coruña: Universidade da Coruña. 2018

- [citado 2021 Dec 08]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/2183/20845>
46. Soto-Núñez C, Vargas I. La fenomenología de Husserl y Heidegger. Cultura de los cuidados [Internet]. 2017 [citado 2022 Ene 10]; 21(48). Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/69271/1/CultCuid_48_05.pdf
 47. Vázquez-Navarrete ML. Introducción a las técnicas cualitativas de investigación aplicadas en salud. Barcelona: Servei de Publicacions de la Universitat Autònoma de Barcelona; 2006.
 48. Fuster D. Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. Propósitos y representaciones [Internet]. 2019 [citado 2022 Ene 10]; 7: 201-229. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
 49. Hernández R, Fernández-Collado C, Baptista P. Metodología de la investigación [Internet]. 2010 [citado 2022 Ene 19]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
 50. Pita S. Epidemiología: conceptos básicos. En: Tratado de Epidemiología Clínica. Madrid: DuPont Pharma S.A. 2001; 25-47.
 51. Martín-Crespo M, Salamanca A. El muestreo en la investigación cualitativa. NURE investigación: Revista Científica de enfermería. 2007.
 52. Ley 8/2021, de 2 de junio, por la que se reforma la legislación civil y procesal para el apoyo a las personas con discapacidad en el ejercicio de su capacidad jurídica. BOE [Internet]. 2021 [citado 2022 May 24]; 132. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/l/2021/06/02/8/con>
 53. Instituto Nacional de Geriátrica. Inventario de recursos sociales en personas mayores Díaz-Veiga. Disponible en: http://inger.gob.mx/pluginfile.php/96260/mod_resource/content/3/55/Archivos/C_Generalidades/Unidad%203/16_Inventario_de_re

[cursos sociales en personas mayores D%C3%ADaz%20-Veiga.pdf](#)

54. Power M, Quinn K, Schmidt S, The WHOQOL-OLD Group. Development of the WHOQOL-OLD module. *Quality of Life Research*, 2005;14:2197– 2214.
55. Miles M, Huberman A, Saldaña J. *Qualitative data analysis: A methods sourcebook*. Sage publications; 2018.
56. Noreña A L, Alcaraz-Moreno N, Rojas J G, Rebolledo-Malpica D. Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. (2012) [citado 2022 Ene 15]. *Aquichan*, 12(3). Disponible en: <https://doi.org/10.5294/aqui.2012.12.3.5>
57. CGCTO. Código deontológico de Terapia Ocupacional [Internet]. 2020 [citado 2022 Feb 15]. Disponible en: <https://consejoterapiaocupacional.org/elementor-1616/>
58. Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales. BOE [Internet]. 2018 [citado 2022 May 24]; 294. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/lo/2018/12/05/3/con>
59. Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, del 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de los mismos. *Diario Oficial de la Unión Europea* [Internet]. 2016 [citado 2022 May 24]; 119. Disponible en: <https://www.boe.es/doue/2016/119/L00001-00088.pdf>

3. Hipótese

Ao tratarse dun proxecto de metodoloxía mixta, é preciso establecer unha pregunta de investigación aberta que guíe o desenvolvemento da parte cualitativa e unha hipótese que sirva de inicio para a parte cuantitativa.

Deste xeito, a pregunta que guiará este estudo é: “de que forma os Cohousing Sénior repercuten no envellecemento activo das/dos súas/seus residentes, dende unha perspectiva ocupacional?”. Ao tratarse dunha pregunta aberta, irase modificando e adaptando ao longo do proceso.

Por outro lado, establécese como:

- Hipótese nula: os Cohousing Sénior non inflúen positivamente na calidade de vida e participación social das persoas que residen neste tipo de vivendas.
- Hipótese alternativa: os Cohousing Sénior inflúen de forma positiva na calidade de vida e a participación social das persoas residentes neste tipo de vivendas.

4. Obxectivos

O obxectivo xeral do estudo é coñecer as implicacións ocupacionais do Cohousing Sénior na cotidianeidade da poboación que reside neles.

Os obxectivos específicos son:

1. Comprender a percepción das persoas que residen nun Cohousing Sénior sobre o seu proceso de envellecemento activo.
2. Indagar na influencia da perspectiva de xénero dentro do Cohousing Sénior.
3. Coñecer que oportunidades lles facilita este tipo de vivendas en canto á exploración do seu ocio.
4. Explorar a súa participación social anterior e actual.
5. Avaliar a súa calidade de vida, actual e previa.
6. Afondar na presenza da Terapia Ocupacional nas iniciativas actuais dos Cohousing Sénior e as súas posibles aportacións.

5. Metodoloxía

5.1. Tipo de estudo

Para poder realizar este estudo seguirase unha metodoloxía mixta, combinando a perspectiva cualitativa e a cuantitativa.

O enfoque que se seguirá na parte cualitativa é o fenomenolóxico, que segundo o seu maior representante, Edmund Husserl, busca “*establecer unha estrutura científica para comprender o subxectivo do pensamento*”⁽⁴⁶⁾. Isto permite captar os diferentes significados que as persoas residentes nun Cohousing Sénior teñen sobre a súa vida e este tipo de vivendas^(47,48).

En canto á metodoloxía cuantitativa, realizarase un estudo cuasiexperimental, que se caracteriza pola realización de medicións pre-post, e pola ausencia de grupo control, onde serán os propios suxeitos quen fagan do seu control^(49,50).

5.2. Descrición da poboación e ámbito de estudo

Este estudo levarase a cabo con persoas que residan nun Cohousing Sénior no ámbito territorial de España. Esta apertura tan ampla débese á dispersión xeográfica que existe entre os recursos e a falta deles en funcionamento en Galicia, o que dificulta o seu acceso. Para seleccionar a mostra, seguiranse os criterios de inclusión e exclusión que se atopan na [Táboa I](#). Cabe destacar que se marca o rango temporal dun mes como máximo residindo no Cohousing Sénior porque se considera que unha estancia de maior duración podería modificar ou dificultar a recollida de certos datos relativos á perspectiva da súa vida anterior, especialmente, no referente aos obxectivos específicos 4 e 5.

Táboa I. Criterios de inclusión e exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Ser maior de 65 anos.	Ter residido noutro Cohousing Sénior con anterioridade.
Estar xubilado/a.	Estar nunha situación de incapacidade legal.
Residir dende fai pouco tempo, máximo un mes, no Cohousing Sénior.	

5.3. Selección de persoas participantes

Para seleccionar ás persoas participantes, empregárase a mostraxe teórica, tamén chamada intencionada, xa que se pretende obter diferentes discursos e opinións que permitan afondar sobre a pregunta de estudo ^(47,51). Neste caso, empregárase unha estratexia combinada porque están presentes diferentes métodos ⁽⁴⁷⁾. Un deles é o estratificado, xa que se dividirán ás persoas en diferentes grupos para poder realizar comparacións ⁽⁴⁷⁾. Este método combinarase coa estratexia por criterio, xa que todas as persoas que participarán cumprirán un perfil determinado polos criterios de inclusión e exclusión definidos anteriormente (ver [Táboa I](#)) ⁽⁴⁷⁾.

5.4. Entrada ao campo

Para a entrada ao campo, será precisa a utilización dun cartel informativo ([Apéndice II](#)), onde se recollen os aspectos máis relevantes do estudo e os criterios de inclusión que as persoas que participen deben cumprir. Este elaborouse de xeito que sexa sinxelo e visual, evitando tecnicismos, co fin de que a información se proporcione de forma atractiva e clara. Para a súa difusión, enviaráselle aos diferentes Cohousing Sénior que existen en funcionamento en España, para o cal se empregarán os datos que recolle

o proxecto MOVICOMA ⁽²⁴⁾, co fin de facilitar que haxa un contacto con todos os recursos.

Con todas as persoas que manifesten interese en participar, programárase unha reunión de xeito telemático mediante a aplicación Microsoft Teams (pola mencionada dispersión xeográfica), co fin de afondar nas características do estudo, ademais de comprobar que cumpren os criterios de inclusión e que non presentan ningún dos criterios de exclusión establecidos. Ás persoas participantes entregaráselle a Folla de información a persoas participantes (Apéndice III) e o Documento de consentimento informado (Apéndice IV) mediante a aplicación Microsoft Teams, documentación que deberán consultar e cubrir antes de empezar o proceso, xa que terán que escanearla firmada para reenviar pola mesma vía. O equipo investigador comprométese a que reciban unha copia asinada desta documentación, inicialmente por vía telemática, aínda que se o requiren podería enviarse tamén por correo ordinario. Este modelo a cubrir será igual para todas as persoas pero poderá adaptarse de xeito oral no momento de cubri-lo ou poderán facerse adaptacións a nivel visual no seu formato (por exemplo, ampliación do tamaño da letra, ou modificacións das marxes de páxina, do interliñado ou do espaciado entre parágrafos), se se considera preciso, para facilitar a comprensión de calquera das preguntas ás persoas participantes ou para facilitar a lexibilidade do texto. Estas adaptacións levaranse a cabo no amparo da Lei 8/2021 ⁽⁵²⁾, de 2 de xuño, que fai fincapé na importancia de facer chegar a información de xeito accesible ás persoas con discapacidade, neste caso, a aquelas persoas que poidan presentar certas limitacións a nivel cognitivo ou visual.

5.5. Recollida de datos

Para a recollida de datos, empregáranse diferentes técnicas e ferramentas, tanto cuantitativas como cualitativas, co fin de obter información que permita comprobar a hipótese establecida e responder aos obxectivos definidos con anterioridade.

Dentro das ferramentas estandarizadas que se empregarán, atópanse o Inventario de recursos sociais en persoas maiores ⁽⁵³⁾ e a Escala WHOQOL-OLD ⁽⁵⁴⁾, que se complementarán coa entrevista semiestruturada individual (tanto inicial como final) e co grupo de discusión. Para a organización destas actividades, propónse que a entrevista inicial se realice o primeiro día, xa que implicará unha primeira toma de contacto coa persoa. Na seguinte sesión, procederase a explicar as ferramentas estandarizadas e a cumprimentalas; isto farase xunto coa persoa para poder ir resolvendo posibles dúbidas. Por último, realizarase o grupo de discusión, xa que despois das actividades anteriores as persoas xa terán feito un traballo previo de reflexión sobre a forma en que viven.

Para poder comprobar se existiu algún cambio relevante ao aumentar a estancia da persoa no recurso, repetirase este proceso 6 meses despois, xa que se considera que é tempo suficiente para observar posibles cambios.

- Entrevista individual semiestruturada ([Apéndices V e VI](#)). Considérase relevante realizala deste xeito para que, a pesar de seguir unha orde temática, non se siga unha estrutura moi ríxida e a persoa se vexa limitada. Ademais, aínda que se siga o modelo de entrevista proposto, pode ser necesario ter que adaptar a forma en que se realizan algunhas preguntas, segundo as características de cada persoa. Esta entrevista terá que realizarse de xeito telemático, mediante a aplicación Microsoft Teams, xa que ao non existir ningún recurso destas características preto, vese dificultado o seu acceso. A pesar disto, procurarase buscar un lugar íntimo e tranquilo, para que as dúas partes se sintan cómodas e non haxa interrupcións, de tal xeito que se sigan as mesmas recomendacións ca se fose presencial. Este proceso comezará coa presentación da investigadora e recordaráselle á persoa que é libre de estar participando neste proxecto. Ademais, recalcaráselle que en calquera momento pode parar a conversación, sen que exista

ningunha repercusión, e que a entrevista será gravada (para facilitar a súa posterior transcripción). Con esta ferramenta, preténdese obter información sobre: as características xerais da poboación; o seu proceso de envellecemento activo; a súa participación ocupacional, especialmente, en actividades de ocio e participación social; e a súa calidade de vida. Cabe salientar que se considera relevante aplicar esta técnica porque se obterán datos dende a perspectiva subxectiva da persoa, aspectos que empregando unha escala estandarizada pasarían desapercibidos. Levarase a cabo tanto unha entrevista inicial (seguindo o guiión recollido no [Apéndice V](#)) como unha entrevista final 6 meses despois (empregando o guiión que aparece no [Apéndice VI](#)).

- Grupo de discusión ou entrevista de grupo non estruturada ⁽⁴⁷⁾. Esta é unha ferramenta empregada na investigación cualitativa, e que ten como utilidade poder obter información que sería difícil recompilar na entrevista individual. O seu funcionamento basease en que a persoa que lidera debe propoñer temas xerais que estean previamente estruturados ([Apéndice VII](#)), para que as persoas participen e comenten o que consideren preciso. O tamaño do grupo pode ser variable, recomendándose de 5-12 persoas, aínda que se primarán, a ser posible, os grupos pequenos. Isto acentúase ao ter que facerse de xeito online, polo que cabe a posibilidade de ter que dividir ás persoas participantes en dúas ou máis quendas, para facilitar a súa participación. Con isto, preténdese que se cree un discurso común ou que se aprecien as diferenzas entre as persoas. A pesar disto, a moderadora debe incentivar a participación pero controlando ao grupo e a si mesma, para evitar dar opinións propias. Igual que na entrevista individual, será preciso que o grupo sexa gravado (para facilitar a súa posterior transcripción).
- Inventario de recursos sociais en persoas maiores ⁽⁵³⁾. Este inventario ten a finalidade de identificar a frecuencia, os tipos de apoio e a satisfacción da persoa no seu entorno social, e tendo en

conta estes apartados, as posibles respostas varían. En canto á frecuencia, as opcións son: “menos dunha vez ao mes”, “1 ou 2 veces ao mes”, “1 vez á semana ou máis”. No referido ao tipo de apoio, as posibles respostas son: “apoio emocional” e “apoio instrumental”. E para o grao de satisfacción, as opcións son: “pouco”, “algo”, “moito”.

- Escala WHOQOL-OLD ⁽⁵⁴⁾. Esta ferramenta permite avaliar a calidade de vida, de xeito específico, das persoas maiores. Para completala, a propia persoa debe ter presentes as dúas últimas semanas e valorar 24 ítems. Estes ítems valoraranse do 1 ao 5, sendo respectivamente “nada” e “extremadamente”. Ademais, englobanse baixo seis dominios: capacidade sensorial; autonomía; actividades pasadas, presentes e futuras; participación social; morte e duelo; e intimidade. Para a interpretación desta escala, será preciso realizar a suma total da puntuación, de xeito que a maior puntuación, maior calidade de vida. Tamén permite valorar como é a calidade de vida da persoa segundo o dominio de interese.

5.6. Análise de datos

Para a análise correspondente á investigación cualitativa, centrada nos datos obtidos a partir das entrevistas individuais (inicial e final) e o grupo de discusión, será preciso seguir un proceso estruturado que se detalla a continuación. Tomando como referentes a Matthew Miles e Michael Huberman ⁽⁵⁵⁾, considérase que as fases fundamentais son a condensación e a presentación de datos, polo que pode existir variedade de pasos para conseguir isto.

Neste estudo, o primeiro paso da análise consistirá en gravar as entrevistas e grupos de discusión, o que permitirá que despois se poidan transcribir eses datos para que a información sexa textual ⁽⁵⁶⁾. Este material escrito analizarase mediante a triangulación, proceso que se fará entre as dúas titoras e a alumna investigadora ⁽⁵⁶⁾, para poder identificar individualmente temas ou códigos que estean presentes e que despois se porán en común.

Os códigos que aparezan evolucionarán posteriormente a categorías de significado, que tratarán de explicar o fenómeno de estudo e serán as que conformen os resultados finais, os cales facilitarán xerar hipóteses que guíen liñas futuras de investigación, ademais de responder á pregunta aberta desta investigación ⁽⁵⁵⁾.

Para a análise correspondente á investigación cuantitativa, tamén se seguirán unha serie de pasos organizados. Os datos numéricos a analizar serán obtidos do Inventario de recursos sociais en persoas maiores, que avalía a participación social, e da Escala WHOQOL-OLD, que se centra en valorar a calidade de vida. Dentro destas escalas, farase fincapé nas variables recollidas na [Táboa II](#).

Táboa II. Variables a analizar

Variables extraídas de: Inventario de recursos sociais en persoas maiores	Variables extraídas de: Escala WHOQOL-OLD
Frecuencia coa que a persoa fala coas súas amizades	Grao de control sobre o seu futuro
Tipo de axuda proporcionada polas súas amizades	Medida en que sente que ten suficientes actividades para facer cada día
Percepción sobre a relación que mantén coas súas amizades	Nivel de sentimento de compañía na súa vida

En relación con estas variables, faranse cálculos estatísticos básicos referidos ás súas medias ou medianas e as correspondentes medidas de dispersión (desviación típica, rango ou recorrido e/ou recorrido intercuartílico), ou ás súas frecuencias e porcentaxes, segundo o tipo de variable. Ademais, coa finalidade de poder comparar as medias antes e despois de ter residido no Cohousing Sénior, realizarase a proba t de Student para mostras relacionadas. En todos os casos, a significación estatística establécese en $p < 0,05$. Para facilitar estas tarefas de análise,

contarase coa axuda do programa informático SPSS na súa última versión, que é a 27.

5.7. Limitacións do estudo e posición da investigadora

A principal limitación do estudo considérase que é a dispersión xeográfica que caracteriza aos diferentes Cohousing Sénior de España. Isto implica que a recompilación de datos se teña que realizar de xeito telemático, o que pode ter algunha repercusión nos datos que se obteñan, xa que poden presentar certos sesgos. Ademais, a actual situación sociosanitaria tamén dificulta o acceso ao campo para realizalo de forma presencial. Por outro lado, ao precisar unha marxe de tempo de 6 meses, entre a recollida inicial e final dos datos, tamén é posible que se produza algún abandono e se perda a participación dalgunha persoa.

Con respecto á posición da investigadora principal, manterase en todo momento unha actitude neutral, xa que non existen motivos persoais sobre a elección da temática e tampouco existe unha experiencia previa no campo. Considérase importante detallar isto para aclarar que non existe ningún tipo de conflito de interese.

5.8. Aplicabilidade e transferencia dos resultados

Con este estudo, ampliaranse os coñecementos existentes sobre os modelos Cohousing Sénior e sobre a percepción da poboación maior que reside neste tipo de comunidades. Dentro destes coñecementos, atópase a influencia que exercen estas vivendas sobre o envellecemento activo e a calidade de vida destas persoas. Ambos aspectos serán estudados en profundidade debido ao interese que existe polas novas formas de envellecemento.

Á súa vez, isto facilitará a creación de novas liñas de investigación, entre as que se atopan os beneficios e aportacións, ou as funcións que tería a Terapia Ocupacional dentro destes sistemas.

Ademais, tamén se trata dun tema de interese público e social, polo que aportaría información relevante para dar visibilidade a esta novidosa forma de vivenda.

5.9. Rigor metodolóxico

Para poder avaliar e asegurar que a investigación cualitativa conta co debido rigor e calidade científica, teranse presentes diferentes criterios ⁽⁵⁵⁾:

- **Credibilidade/Autenticidade.** “Aproximación dos resultados dunha investigación fronte ó fenómeno observado” ⁽⁵⁵⁾. Grazas a este criterio, a realidade que relatan as persoas participantes contéplase como verdadeira, polo que se deben evitar conxecturas previas. Neste proxecto lógrase coa triangulación dos datos e a descrición exhaustiva de como se realizará o estudo.
- **Transferibilidade/Aplicabilidade.** “Os resultados derivados da investigación cualitativa non son xeneralizables senón transferibles” ⁽⁵⁵⁾. Cada estudo é único, polo que para poder transferir a investigación é preciso que haxa unha descrición exhaustiva das persoas participantes e de como foi o proceso, aspectos que quedan recollidos coa metodoloxía deste proxecto, dentro da que se atopa o proceso de triangulación entre as investigadoras.
- **Consistencia/Replicabilidade.** “A complexidade da investigación cualitativa dificulta a estabilidade dos datos. Tampouco é posible a replicabilidade exacta do estudo” ⁽⁵⁵⁾. Para poder facilitar a máxima similitude noutros estudos é preciso unha detallada descrición de cales foron os procesos seguidos para a análise de datos e a recollida destes, ademais de empregar a triangulación.
- **Neutralidade/Obxectividade.** “Os resultados da investigación deben garantir a veracidade das descrições realizadas polos participantes” ⁽⁵⁵⁾. Para asegurar isto, existe un apartado referido ás limitacións do estudo e ao posicionamento da investigadora, ademais de que se gravarán as entrevistas, tanto individuais como grupais, e o grupo de discusión e os datos serán triangulados.

- **Relevancia.** “Permite avaliar o logro dos obxectivos propostos e saber se se obtivo un mellor coñecemento do fenómeno” ⁽⁵⁵⁾. Con este estudo, aumentaranse os coñecementos que existen sobre este modelo de vivendas e poderanse propoñer novas liñas de investigación. Para cumprir este criterio, descríbese como será o proceso de selección da mostra, a recollida de datos e a súa análise.
- **Concordancia teórico-epistemolóxica.** “Correspondencia adecuada do problema por investigar e a teoría existente” ⁽⁵⁵⁾. Para conseguila, axústase o deseño do estudo segundo a pregunta que se propuxo, despois dunha revisión extensa sobre a temática.

5.10. Estratexia de busca

Para a busca de bibliografía que sustentará a realización deste proxecto, realizouse unha revisión en diferentes revistas e bases de datos, entre setembro de 2021 e marzo do 2022. As bases de datos consultadas foron: Cochrane, Dialnet, LILACS, OTseeker, PubMed, Scopus, e Web of Science ([Apéndice IX](#)). Ademais, consultáronse diversas revistas específicas de Terapia Ocupacional, tanto nacionais como internacionais ([Apéndice X](#)).

Seguiuse unha estratexia de busca con diferentes descritores, que se mencionan a continuación, e que se combinaron cos operadores boléanos AND e OR. Ademais, empregáronse as comiñas e asteriscos cando foi preciso e limitouse a busca a artigos en castelán, inglés e portugués.

- Cohousing, Co-housing, Co-operative Housing, intentional community, living arrangements, aging in place, independent living.
- Senior Co-housing, Sénior Cohousing, Elder Cohousing, aged, aged 80 and over.
- Occupational Therapy, Ergotherapy.

6. Plan de traballo

Neste apartado, faise referencia a como se organizarán as diferentes tarefas no espazo temporal, o cal queda reflexado de forma visual na [Táboa III](#). Ademais, a continuación detállanse as diferentes actividades que haberá que realizar e en cales se contará con axuda externa.

A marxe temporal que se segue ven dividida en dous cursos académicos, aínda que o tempo que se propón dedicar a cada actividade pode verse modificado polas demandas do estudo.

- No curso 2021/2022, a alumna atópase no 4º curso do Grao en Terapia Ocupacional, polo que este proxecto fai referencia ao seu Traballo de Fin de Grao. Neste período realízanse as tarefas de busca e revisión bibliográfica e deseño do estudo. En canto á primeira tarefa, lévase a cabo de xeito solitario, mentres que na seguinte se conta coa axuda das titoras.
- Con respecto ao curso 2022/2023, propónse continuar con este proxecto, co fin de que sexa o Traballo de Fin de Mestrado (TFM) que se cursará nese ano. Deste xeito, seguindo todo o planeado no proxecto, levarase a cabo na realidade. Para a entrada ao campo, a selección de persoas participantes e a recollida de datos precisarase de axuda externa. Esta implica a axuda das titoras do TFM e do persoal dos diferentes Cohousing Sénior, xa que son quen teñen a posibilidade de contactar de xeito directo coas persoas residentes. Sen embargo, para a análise de datos, a redacción do informe final e a difusión dos resultados contarase unicamente coa axuda das titoras.

Táboa III. Cronograma do proxecto

	CURSO 2021/2022			CURSO 2022/2023			
	OCT/NOV/DEC	XAN/FEB/MAR	ABR/MAI	OCT/NOV	DEC/XAN	FEB/MAR	ABR/MAI
Revisión bibliográfica							
Deseño do estudo							
Entrada ao campo							
Selección de participantes							
Recollida de datos							
Análise de datos							
Redacción do informe final							
Difusión dos resultados							

7. Aspectos éticos

Para a realización deste proxecto, pediuse a aprobación por parte do Comité de Ética da Investigación e a Docencia da Universidade da Coruña, do cal se obtido un “informe favorable condicionado”, con número de expediente 2021-012, aínda que non houbo marxe temporal de obter a resolución definitiva despois de achegar as correccións solicitadas.

Por outro lado, cando se leve a cabo o proxecto e se teña seleccionada a mostra de persoas participantes, levarase a cabo de forma individualizada o procedemento de consentimento informado. Para isto, como se mencionou anteriormente, empregarase o [Apéndice II](#), que fai referencia á Folla de Información a persoas participantes, documento que ten como finalidade aportar datos que poidan ser de axuda para que a persoa decida se quere participar ou non. Despois de ler isto exhaustivamente, proporcionaráselle á persoa o [Apéndice III](#), que se refire ao Documento de Consentimento Informado, co cal amosará a súa voluntariedade para participar na investigación e empregar os seus datos. Estes apéndices foron elaborados tomando como base os modelos do Comité de Ética da Investigación e a Docencia da Universidade da Coruña.

No documento mencionado anteriormente tamén se explica como se preservará o anonimato das persoas participantes e se garantirá a confidencialidade dos seus datos. Deste xeito, os datos recompilados empregaranse para levar a cabo o estudo e a posterior elaboración dos resultados. Nestes estarán presentes os datos das persoas pero codificados, de xeito que non se poida identificar a ningunha das persoas participantes. Tamén se deixará constancia de que ao tratarse dun estudo académico estes resultados poderían aparecer nalgunha publicación científica ou congreso, ademais de no TFM.

Terase tamén en conta o Código Deontolóxico adoptado polo Consello Xeral de Colexios de Terapeutas Ocupacionais ⁽⁵⁷⁾, o cal pretende guiar a conducta das/os profesionais desta disciplina durante a súa práctica. Teranse tamén presentes e se respectarán en todo momento os principios

da Declaración Universal dos Dereitos Humanos e a Lei Orgánica 3/2018⁽⁵⁸⁾, de 5 de decembro, de Protección de Datos Persoais e garantía dos dereitos dixitais, así como o Regulamento (UE) 2016/679⁽⁵⁹⁾, do Parlamento Europeo e o Consello, do 27 de abril de 2016, relativo á protección das persoas físicas no que respecta ao tratamento de datos persoais e á libre circulación dos mesmos.

8. Plan de difusión dos resultados

Para a difusión dos resultados do estudo, contactarase con diversas revistas e participarase en congresos científicos, ademais de achegarse á comunidade a través de diferentes accións de divulgación; todos os recursos susceptibles recóllense na **Táboa IV**.

Táboa IV. Plan de difusión

Revistas Nacionais	SJR 2021	JCR 2020
Revista Asturiana de Terapia Ocupacional		
Revista de la Asociación Profesional Española de Terapia Ocupacional		
Revista de Terapia Ocupacional de Castilla y León		
Revista de Terapia Ocupacional de Galicia		
Revista Española de Geriatría y Gerontología	0,243 Q4	
Revistas Internacionais	SJR 2021	JCR 2020
American Journal of Occupational Therapy	0,657 Q1	2,246 Q2
Canadian Journal of Occupational Therapy	0,405 Q2	
Journal of Housing for the Elderly	0,286 Q3	0,36 Q4
Journal of Occupational Science	0,442 Q2	1,43 Q1
Journal of the American Geriatrics Society	2,133 Q1	
Occupation, Participation and Health	0,402 Q2	
Occupational Therapy International	0,354 Q2	0,46 Q4

Congresos nacionais	Data e lugar
63º Congreso da Sociedade Española de Xeriatría e Xerontoloxía (SEGG)	Tende a realizarse durante o mes de xuño, sendo variable o lugar onde se leva a cabo.
33º Congreso Anual da Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría (SGXX)	Tanto a data como o lugar de realización son variables.
Congresos internacionais	Data e lugar
XII Congreso Internacional de Terapia Ocupacional (CITO)	Ten lugar no mes de maio ou principios de xuño, sendo realizada pola Universidade Miguel Hernández de Elche (Valencia).
27º Congreso da ENOTHE	Esta edición será levada a cabo na Facultade Padre Ossó (Oviedo) os días 5-7 de outubro de 2023.
III Congreso Chileno de Terapia Ocupacional	As datas son variables pero na II edición realízase durante o mes de outubro.
I Congreso Europeo de Terapia Ocupacional	Levarase a cabo no 2024 en Kraków (Polonia), onde se reunirán ENOTHE, COTEC, ROTOS. A data exacta aínda está por determinar.
AOTA INSPIRE 2023	Terá lugar na cidade de Kansas (Missouri) durante os días 20-23 de abril de 2023.
Comunidade	
<ul style="list-style-type: none"> • Farase chegar un informe cos principais resultados do estudo a todos os Cohousing Sénior cos que se tivo contacto con anterioridade. • A estes recursos tamén se lles propondrá levar a cabo diferentes charlas para dar a coñecer dunha forma máis dinámica e interactiva os principais resultados do estudo e as súas implicacións e conclusións. • Estas charlas sería interesante que se abran á poboación en xeral, para o que habería que contactar con centros cívicos e concellos ou tamén con asociacións e colexios profesionais vinculados. • Ademais, aumentaría a repercusión do proxecto contar con diferentes redes sociais que faciliten o seu alcance a un maior número de persoas. 	

9. Financiamento da investigación

Para a realización deste traballo, deseñouse un presuposto de gastos derivados da investigación, que se recollen na **Táboa V**. Cabe destacar que ao realizarse de xeito telemático, non se contemplan gastos derivados de desprazamentos ou material funxible.

Táboa V. Custos da investigación

Concepto	Presuposto solicitado
Sala de reunións	0 €
Ordenador	0 €
Tarifa de chamadas e conexión a Internet	30 €
Recursos humanos (terapeuta ocupacional investigadora con contrato a media xornada, durante 12 meses)	14.115,11 € ¹
Difusión de resultados ²	<ul style="list-style-type: none"> • Congreso nacional Inscripción e desprazamento: 400 € Aloxamento: 600 € • Congreso internacional Inscripción e desprazamento: 1.400 € Tradución: 780 €³ Aloxamento: 1.500 €
Imprevistos	565,05 €
Total de gastos	19.360,16 €

¹ Información obtida do Convenio de Traballadores e da Calculadora da Universidade da Coruña

² Non se contemplan outros gastos de difusión na comunidade, xa que se realizará de xeito telemático.

³ Datos obtidos de LinguaVox para a tradución do castelá ao inglés dun artigo de 6.000 palabras.

Para poder asumir todos estes gastos, será preciso solicitar diversas bolsas e axudas que faciliten a financiación do proxecto, procedentes tanto de organismos públicos como de entidades privadas, recollidas na [Táboa VI](#).

Táboa VI. *Posibles fontes de financiamento*

Organismos públicos	
Bolsas para fomentar a actividade investigadora da Deputación Provincial da Coruña	8.000 €
Bolsas de colaboración da Universidade da Coruña	2.000 €
Entidades privadas	
Bolsa do Colexio Oficial de Terapeutas Ocupacionais de Galicia	1.500 €
Bolsa do Colexio de Terapeutas Ocupacionais de Castela-A Mancha	1.500 €
Bolsa do Colexio de Terapeutas Ocupacionais de Extremadura	1.500 €

10. Agradecementos

Quero agradecer toda a axuda que me ofreceron as miñas titoras, Laura e Inés, xa que sen elas este traballo non podería rematar así. Grazas pola vosa axuda, por guiarme e ser un apoio constante, pero sobre todo, polo voso tempo.

Tamén quería agradecerlle ás amizades formadas nestes anos, as que espero que se manteñan, por compartir este tempo comigo e por aprender delas cada día. Quero destacar o apoio de Andrea, unha persoa fundamental neste proceso e a que lle agradezo todo o vivido. Ademais, tamén quero mencionar a miña familia, xa que foi un pilar básico e sempre me deixou escoller con liberdade os pasos que quixese seguir.

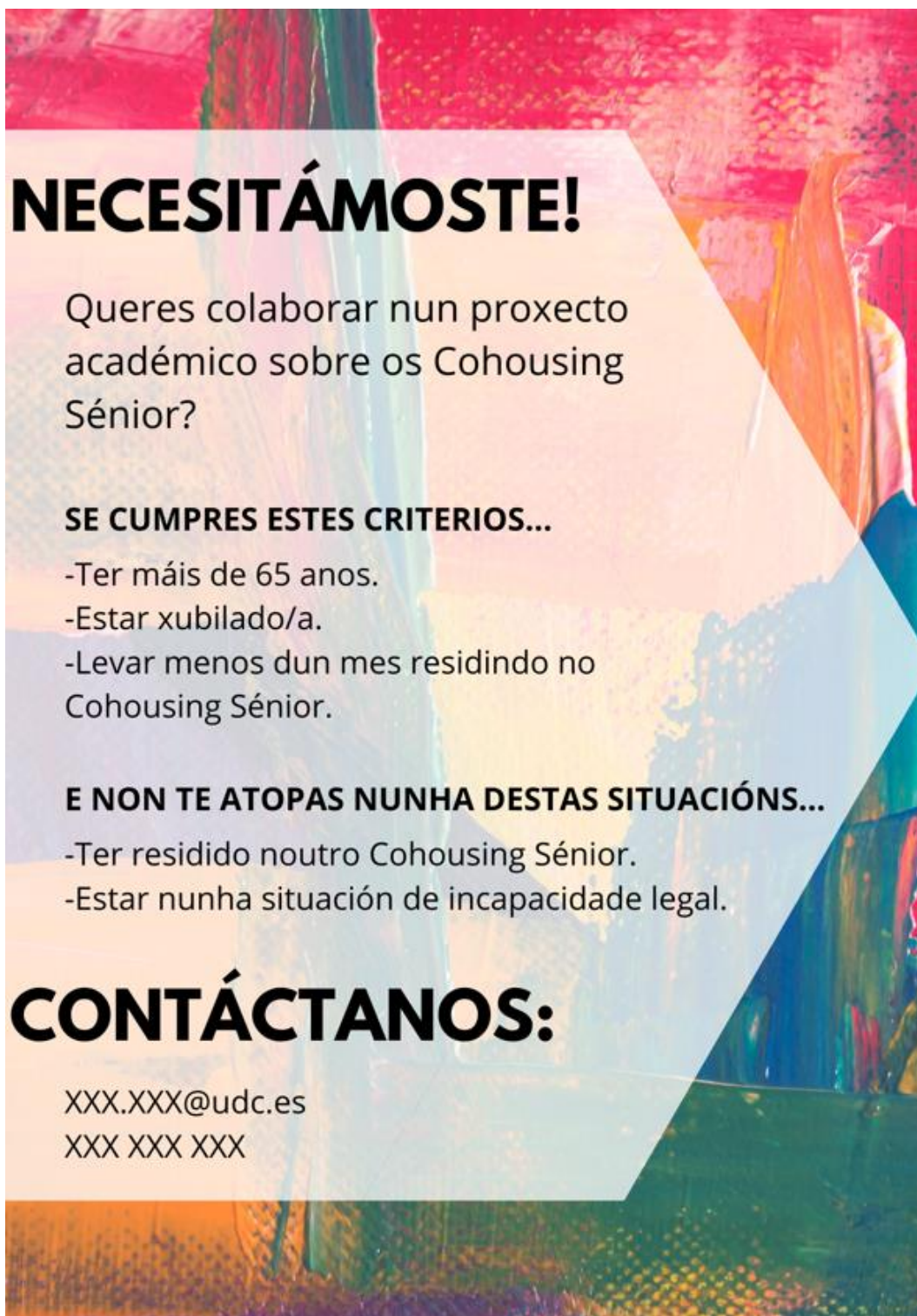
Grazas a todos e a todas.

11. Apéndices

11.1. Apéndice I: Índice de abreviaturas, acrónimos e siglas

Abreviatura, acrónimos e siglas	Significado
CAOT	Canadian Association of Occupational Therapists
IMSERSO	Instituto de Maiores e Servizos Sociais
INE	Instituto Nacional de Estatística
MOVICOMA	Movemento de vivendas colaborativas de maiores
OMS	Organización Mundial da Saúde
TFM	Traballo Fin de Mestrado
WFOT	World Federation of Occupational Therapists

11.2. Apéndice II: Cartel informativo



NECESITÁMOSTE!

Queres colaborar nun proxecto académico sobre os Cohousing Sénior?

SE CUMPRES ESTES CRITERIOS...

- Ter máis de 65 anos.
- Estar xubilado/a.
- Levar menos dun mes residindo no Cohousing Sénior.

E NON TE ATOPAS NUNHA DESTAS SITUACIÓNS...

- Ter residido noutro Cohousing Sénior.
- Estar nunha situación de incapacidade legal.

CONTÁCTANOS:

XXX.XXX@udc.es
XXX XXX XXX

11.3. Apéndice III: Folla de información a persoas participantes

O estudo para o cal lle pedimos a súa participación titúlase “**Aproximación dende Terapia Ocupacional ao modelo Cohousing Sénior e ao seu impacto na promoción do envellecemento activo**”. Este estudo confórmase como o Traballo de Fin de Grao de Uxía Suárez Vázquez, alumna de 4º curso do Grao en Terapia Ocupacional da Universidade da Coruña (UDC). As responsables da súa titorización son Laura Nieto Riveiro e Inés Dacuña Vázquez, ambas profesoras da Facultade de Ciencias da saúde da Universidade da Coruña e terapeutas ocupacionais.

O obxectivo deste estudo é poder obter máis información sobre o sistema de vivendas Cohousing, en concreto, nas repercusións que ten no envellecemento activo das/os súas/seus residentes. A utilidade deste traballo ven dada polo incremento da esperanza de vida da poboación e as novas formas de vivendas, aspectos que se relacionan coas novas maneiras de envellecer. Para poder conseguir este obxectivo, é preciso seleccionar a un grupo de persoas que vivan nun Cohousing Sénior, polo que se establecen uns criterios de inclusión:

- Ser maior de 65 anos.
- Estar xubilado/a.
- Residir dende fai máximo un mes no recurso.

Ademais, como criterios de exclusión:

- Ter residido con anterioridade noutro Cohousing Sénior.
- Estar nunha situación de incapacidade legal.

En canto á metodoloxía, deberá acordarse outra reunión para poder explicar en profundidade o proxecto, resolver posibles dúbidas e formalizar a participación no estudo a través da firma do Documento de Consentimento Informado. Despois disto, programarase unha primeira reunión entre a investigadora e cada persoa participante, que será de xeito privado, co fin de realizar a entrevista individualizada e, unha segunda reunión, destinada a completar o Inventario de recursos sociais en persoas maiores (permite coñecer información sobre os seus recursos sociais) e a

WHOQOL-OLD (para avaliar a súa calidade de vida). Tamén será preciso realizar unha terceira reunión para desenvolver un grupo de debate con outras persoas participantes. Ademais, ao cabo de 6 meses repetirase este proceso para poder percibir se existe algún cambio na súa perspectiva. Este proceso comezará en outubro de 2022 e estenderase ata maio de 2023. O número de reunións ou encontros podería variar segundo as necesidades que foran xurdindo.

Que información me será requirida?

Para afondar na súa perspectiva sobre o recurso no cal reside, preguntáraselle sobre aspectos da súa vida antes de mudarse e aspectos relativos á actualidade. Ademais, tamén se recollerán percepcións ou sentimentos referidos a este sistema, e posibles melloras ou propostas que vostede puidera aportar. A pesar disto, non se lle pedirá que proporcione ningún dato de carácter sensible.

Terei algún risco? Como responderán a el?

Non se contempla ningún risco. A pesar diso, se xurdira calquera contratempo pode revocar a súa participación por medio da comunicación coa persoa responsable.

Recibirei algún tipo de recompensa?

Non haberá ningunha compensación pola súa participación, excepto a contribución social que vostede está a facer.

Podo deixar de participar?

Pode deixar de facelo en calquera momento que o desexe, sen que exista ningún prexuízo. Para isto debe mandar un correo electrónico á investigadora achegando cumprimentado o Documento de Revogación.

Que se fará cos meus datos?

Os seus datos empregaranse para a realización do estudo e a posterior elaboración de resultados. Nestes resultados aparecerán os datos recollidos pero codificados, de tal forma que non se poida identificar a ningunha das persoas participantes. Ao tratarse dun estudo académico, estes resultados poden difundirse nalgunha publicación científica ou congreso, ademais de no Traballo de Grao e Fin de Mestrado da alumna encargada da investigación.

Podo acceder a eses datos?

Se o desexa, facilitaránselle os resultados ao finalizar o estudo pero sen poder acceder aos seus datos concretos, xa que estarán codificados. Para isto será preciso que o solicite por medio dun correo electrónico á investigadora ou titoras do traballo.

Como está financiado este estudo?

É un proxecto académico e, en principio, non ten financiamento externo, aínda que se solicitará financiamento a entidades tanto públicas como privadas para a difusión dos resultados.

No caso de que teña algunha outra consulta, non dubide en poñerse en contacto coa investigadora principal ou as titoras do traballo:

Nome: Uxía Suárez Vázquez

Número de contacto: XXX XXX XXX

Correo institucional: xxx@udc.es

Nome: Laura Nieto Riveiro

Correo institucional: xxx@udc.es

Nome: Inés Dacuña Vázquez

Correo institucional: xxx@udc.es

Moitas grazas pola súa participación

11.4. Apéndice IV: Documento de consentimento informado

Don/dona _____
_____, maior de idade, con DNI _____ e domicilio en _____,

DECLARO que

- | | | |
|--|-----------------------------|------------------------------|
| Fun informado/a das características do estudo | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Lin a folia de información que me entregaron | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Puiden realizar observacións ou preguntas e fóronme aclaradas as dúbidas | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Comprendín as explicacións que se me facilitaron e en que consiste a miña participación no estudo | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Sei como e a quen me dirixir para realizar preguntas sobre o estudo no presente ou no futuro | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Fun informado/a dos riscos asociados á miña participación | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Son coñecedor(a) de que non cumpro ningún dos criterios de exclusión como persoa participante e que se isto cambiase ao longo do estudo débollo facer saber ao equipo de investigación | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Confirmo que a miña participación é voluntaria | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |
| Comprendo que podo revogar o consentimento en calquera momento sen ter que dar explicacións e sen que repercuta negativamente na miña persoa | Si <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> |

CONSINTO

Participar no estudo	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se utilicen os datos facilitados para a investigación	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se utilicen os datos facilitados en publicacións científicas	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se utilicen os datos facilitados en reunións e congresos	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se utilicen os datos facilitados para a docencia	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se realicen fotografías para a obtención dos datos	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se grave en audio para a obtención dos datos	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se grave en vídeo para a obtención dos datos	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se utilicen citas textuais das miñas intervencións, sen identificar, con fins de docencia	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se utilicen citas textuais das miñas intervencións, sen identificar, en publicacións	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se use material sensible (fotografías, audio, vídeo) con fins de docencia	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se use material sensible (fotografías, audio, vídeo) en publicacións	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se conserven os datos de forma anónima ao finalizar o estudo para o seu uso en futuras investigacións	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
Que se conserven os datos codificados ao finalizar o estudo para o seu uso en futuras investigacións sempre que garantan o tratamento dos datos conforme a este consentimento	Si <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>

Que contacten comigo para obter novos datos Si Non

SOLICITO

Acceder aos resultados xerais do estudo Si Non

Acceder á información sobre min derivada do estudo Si Non

Acceder aos artigos científicos unha vez fosen publicados Si Non

A destrución dos meus datos unha vez finalizado o estudo Si Non

Incluír as seguintes restricións ao uso dos meus datos:

E en proba de conformidade, asino o presente documento no lugar e na data que se indican a continuación.

_____, _____ de _____ de _____.

<i>Nome e apelidos</i> <i>da persoa participante:</i>	<i>Uxía Suárez Vázquez</i>
Sinatura:	Sinatura:

11.5. Apéndice V: Guión da entrevista inicial

Nome	Apelidos	Data de nacemento	Sexo
1. Que estudos ten?			
2. Cal foi a súa actividade laboral nestes últimos anos? Cando finalizou?			
3. Con quen residía anteriormente? En que tipo de vivenda e zona residía con anterioridade? Que recordo ten respecto á súa anterior vivenda? E da zona na cal vivía?			
4. Que contactos mantiña semanalmente? Que relacións mantiña coa súa veciñanza? Que lle aportaban estas relacións?			
5. En que actividades participaba no seu entorno previo?			
6. Que motivos a/o levaron a mudarse?			
7. Canto tempo leva residindo aquí? Ten pensado seguir?			
8. Con que persoas reside aquí? Que contacto mantén coa veciñanza?			
9. Cantos contactos mantén diariamente agora? Cal é a súa satisfacción con estes contactos?			
10. Que lle gusta facer no seu tempo libre? Que oportunidades lle facilita esta comunidade para a exploración das súas actividades de ocio?			
11. Que valores lle aporta este modelo de vivenda?			
12. Que aspectos negativos atopa nesta vivenda? Que melloras realizaría?			
13. De que forma cambiou a súa calidade de vida dende que reside aquí?			
14. Que roles de xénero considera que existen dentro deste modelo?			
15. Que coñecementos ten sobre a Terapia Ocupacional? Que accións pensa que se poden levar a cabo dende esta profesión neste recurso? Que importancia considera que teñen estas accións?			

11.6. Apéndice VI: Guión da entrevista final

Nome	Apelidos	Data de nacemento	Sexo
------	----------	-------------------	------

1. Canto tempo leva residindo aquí? Ten pensado seguir?
2. Con que persoas reside aquí? Que contacto mantén coa veciñanza?
3. Cantos contactos mantén diariamente agora? Cal é a súa satisfacción con estes contactos?
4. Que lle gusta facer no seu tempo libre? Que oportunidades lle facilita a comunidade para a exploración das súas actividades de ocio?
5. Que valores lle aporta este modelo de vivenda?
6. Que aspectos negativos atopa nesta vivenda? Que melloras realizaría?
7. Considera que existen roles de xénero dentro deste modelo? Podería dicirme algún?
8. De que forma cambiou a súa calidade de vida dende que reside aquí?
9. Que coñecementos ten sobre a Terapia Ocupacional? Que accións pensa que se poden levar a cabo dende esta profesión neste recurso? Que importancia considera que teñen estas accións?

11.7. Apéndice VII: Guión do grupo de discusión

Estrutura a seguir:

1. Explicación do propósito desta discusión e dúbidas.
2. Presentación das persoas integrantes do grupo de discusión.
3. Debate en torno ás temáticas propostas.
4. Peche e despedida.

Será preciso recoller de forma escrita: o lugar onde se realizou, a data, a duración e o número de persoas participantes. Tamén haberá un espazo para recoller observacións da moderadora ou outros aspectos relevantes.

En canto á temática a seguir:

- Como considerades que modificou o Cohousing Sénior a vosa vida?
- E a vosa experiencia de envellecemento?
- Que se podería modificar para mellorar a vosa experiencia aquí?
- Que medidas se poderían tomar para incrementar o número destas iniciativas?

11.9. Apéndice IV: Busca bibliográfica en bases de datos

Cochrane		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
<i>((co-housing) OR (“aging in place”) OR (“living arrangements”) OR (“intentional community”)) AND (“Occupational Therapy”) OR (Ergotherapy)) AND (“quality of life”)</i>	2	0
<i>((Co-housing) OR (“aging in place”) OR (“living arrangements”) OR (“intentional community”)) AND (“Occupational Therapy”) OR (Ergotherapy)) AND (participation)</i>	2	0
<i>((Co-housing) OR (“aging in place”) OR (“living arrangements”) OR (“intentional community”)) AND (“Occupational Therapy”) OR (Ergotherapy)) AND (“active aging”)</i>	2	0
<i>((Co-housing) OR (“aging in place”) OR (“living arrangements”) OR (“intentional community”)) AND (“Occupational Therapy”) OR (Ergotherapy)) AND (impact)</i>	2	0

Dialnet		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
Sénior Cohousing	13	3
Moldeo Housing y personas mayores	49	1

LILACS		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (“quality of life”)</i>	1	0
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (participation)</i>	43	0
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (“active aging”)</i>	0	0
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (impact)</i>	0	0

OTseeker		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (“quality of life”)</i>	1	0
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (participation)</i>	43	0
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (“active aging”)</i>	0	0
<i>((“living arrangements”) OR (“aging in place”)) AND (impact)</i>	0	0

PubMed		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
((("independent living"[Mesh]) OR (Cohousing)) OR (Co-housing)) OR ("Co-operative Housing")) OR ("intentional community") OR ("living arrangements")) AND (((("Aged, 80 and over"[Mesh]) OR "Aged"[Mesh]) OR ("Senior Cohousing")) OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing")) AND (((("Occupational Therapy"[Mesh]) OR (Ergotherapy)) OR ("Occupational Therapy"))) AND ("quality of life")	58	0
(((((("Independent Living"[Mesh]) OR (Cohousing)) OR (Co-housing)) OR ("Co-operative Housing")) OR ("intentional community") OR ("living arrangements")) AND (((("Aged, 80 and over"[Mesh]) OR "Aged"[Mesh]) OR ("Senior Cohousing")) OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing")) AND (((("Occupational Therapy"[Mesh]) OR (Ergotherapy)) OR ("Occupational Therapy"))) AND (participation)	152	0
(((((("independent living"[Mesh]) OR (Cohousing)) OR (Co-housing)) OR ("Co-operative Housing")) OR ("intentional community") OR ("living arrangements")) AND (((("Aged, 80 and over"[Mesh]) OR "Aged"[Mesh]) OR ("Senior Cohousing")) OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing")) AND (((("Occupational Therapy"[Mesh]) OR (Ergotherapy)) OR ("Occupational Therapy"))) AND ("active aging")	2	0
(((((("independent living"[Mesh]) OR (Cohousing)) OR (Co-housing)) OR ("Co-operative Housing")) OR ("intentional community") OR ("living arrangements")) AND (((("Aged, 80 and over"[Mesh]) OR "Aged"[Mesh]) OR ("Senior Cohousing")) OR ("Senior So-housing")) OR ("Elder Cohousing")) AND (((("Occupational Therapy"[Mesh]) OR (Ergotherapy)) OR ("Occupational Therapy"))) AND (impact)	32	0

Scopus		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
((Cohousing) OR (Co-Housing) OR ("Co-Operative Housing") OR ("intentional community") OR ("living arrangements") OR ("aging in place")) AND (("Senior Cohousing") OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing") AND ("quality of life"))	4	1
((Cohousing) OR (Co-housing) OR ("Co-operative Housing") OR ("intentional community") OR ("living arrangements") OR ("aging in place")) AND (("Senior Cohousing") OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing") AND ("participation"))	0	0
((Cohousing) OR (Co-housing) OR ("Co-operative Housing") OR ("intentional community") OR ("living arrangements") OR ("aging in place")) AND (("Senior Cohousing") OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing") AND ("active aging"))	0	0
((Cohousing) OR (Co-housing) OR ("Co-operative Housing") OR ("intentional community") OR ("living arrangements") OR ("aging in place")) AND (("Senior Cohousing") OR ("Senior Co-housing")) OR ("Elder Cohousing") AND ("impact"))	4	1

Web of Science		
Estratexia	Resultados obtidos	Resultados relevantes
<p>(((TS=("aging in place")) OR TS=("living arrangements")) OR TS=("intentional community")) OR TS=("Co-operative Housing")) OR TS=("Co-housing")) OR TS=(Cohousing) AND ((TS=("Senior Cohousing")) OR TS=("Senior Co-housing")) OR TS=("elder Cohousing") AND (TS=("Ergotherapy")) OR TS=("Occupational Therapy") AND "quality of life"</p>	7	2
<p>(((TS=("aging in place")) OR TS=("living arrangements")) OR TS=("intentional community")) OR TS=("Co-operative Housing")) OR TS=("Co-housing")) OR TS=(Cohousing) AND ((TS=("Senior Cohousing")) OR TS=("Senior Co-housing")) OR TS=("Elder Cohousing") AND (TS=("Ergotherapy")) OR TS=("Occupational Therapy") AND "participation"</p>	6	2
<p>(((TS=("aging in place")) OR TS=("living arrangements")) OR TS=("intentional community")) OR TS=("Co-operative Housing")) OR TS=("Co-housing")) OR TS=(Cohousing) AND ((TS=("Senior Cohousing")) OR TS=("Senior Co-housing")) OR TS=("Elder Cohousing") AND (TS=("Ergotherapy")) OR TS=("Occupational Therapy") AND "active aging"</p>	1	0
<p>(((TS=("aging in place")) OR TS=("living arrangements")) OR TS=("intentional community")) OR TS=("Co-operative Housing")) OR TS=("Co-housing")) OR TS=(Cohousing) AND ((TS=("Senior Cohousing")) OR TS=("Senior Co-housing")) OR TS=("Elder Cohousing") AND (TS=("Ergotherapy")) OR TS=("Occupational Therapy") AND "impact"</p>	3	1

