

## **HABILIDADES BÁSICAS DE LA VIDA DIARIA Y AUTONOMÍA EN UNA PERSONA CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL**

### **HABILIDADES BÁSICAS DE VIDA DIÁRIA E AUTONOMIA EM UMA PESSOA COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL**

**Autores:** <sup>1</sup>Karol Valentina Criollo Pinto, <sup>2</sup>María Gabriela Samaniego Palacios, <sup>3</sup>Licet Jomarrón Moreira y <sup>4</sup>Ana Cristina Arciniega Carrión.

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-8301-9544>

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-6384-6620>

<sup>3</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7704-4090>

<sup>4</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5870-3583>

<sup>1</sup>E-mail de contacto: [karol.criollo@unl.edu.ec](mailto:karol.criollo@unl.edu.ec)

<sup>2</sup>E-mail de contacto: [maría.g.samaniego@unl.edu.ec](mailto:maría.g.samaniego@unl.edu.ec)

<sup>3</sup>E-mail de contacto: [licet.jomarron@unl.edu.ec](mailto:licet.jomarron@unl.edu.ec)

<sup>4</sup>E-mail de contacto: [ana.arciniega@unl.edu.ec](mailto:ana.arciniega@unl.edu.ec)

Afiliación: <sup>1\*2\*3\*4\*</sup>Universidad Nacional de Loja, (Ecuador).

Artículo recibido: 9 de Junio del 2026.

Artículo revisado: 11 de Junio del 2026.

Artículo aprobado: 11 de Junio del 2026.

<sup>1</sup>Licenciada en Ciencias de la Educación Especial, egresada de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador).

<sup>2</sup>Licenciatura en Psico rehabilitación y Educación Especial egresada de la Universidad Nacional de Loja (Ecuador). Magíster en Educación Inclusiva con mención en estrategias pedagógicas para la atención a las necesidades educativas especiales, egresada de la Universidad Hemisferios, (Ecuador). Magíster en Educación Especial egresada de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador). Doctorante en Ciencias de la Educación en la Universidad Autónoma de Querétaro (Mexico).

<sup>3</sup>Licenciada en Educación Especialidad: Defectología, egresada de la Universidad de Ciencias Pedagógicas José de la Luz y Caballero, (Cuba). Magíster en Ciencias de la Educación mención Educación Especial, egresada de la Universidad de Ciencias Pedagógicas José de la Luz y Caballero, (Cuba). Doctorante en Ciencias de la Educación en la Universidad Autónoma de Querétaro (Mexico).

<sup>4</sup>Licenciatura en Psico rehabilitación y Educación Especial egresada de la Universidad Nacional de Loja (Ecuador). Magíster en Orientación y Educación Familiar, egresada de la Universidad Técnica Particular de Loja, (Ecuador). Magíster en Educación, mención Inclusión Educativa y Atención a la Diversidad egresada de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador). Magíster en Educación, mención Orientación Educativa, egresada de la Universidad Técnica Particular de la Loja (Ecuador). Doctorante en Ciencias de la Educación en la Universidad Autónoma de Querétaro (Mexico).

### **Resumen**

La autonomía no solo implica independencia física, sino también confianza, autoestima y capacidad para resolver situaciones cotidianas. Por ello, fomentar las habilidades de la vida diaria desde edades tempranas contribuye al desarrollo integral de la persona y mejora su calidad de vida, por tanto, la investigación tiene como objetivo general: determinar actividades desde las habilidades básicas de la vida diaria para el desarrollo de la autonomía de una persona con discapacidad intelectual del Centro Diurno MIES-Loja.; esta investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, es de tipo descriptiva, con un diseño de investigación no experimental de tipo transversal; se emplearon los métodos científicos, analítico-sintético, inductivo-deductivo, los cuales contribuyeron a comprender y orientar el proceso del trabajo investigativo. La recolección de la información se realizó a través de la encuesta de opción

múltiple, ficha de observación y entrevista estructurada; la muestra de investigación fue un docente, un usuario y un representante legal; los resultados demuestran la necesidad de desarrollar y fortalecer las habilidades básicas de la vida diaria del usuario del centro para mejorar la autonomía, ya que se evidenció mejoras, en habilidades básicas de la vida diaria aumentando del 49,98% al 85,68 %. Estos avances reflejan un progreso notable en la autonomía de los usuarios, ante esta realidad, se presenta la propuesta alternativa denominada “Héroes del día a día”, <https://heyzine.com/flip-book/df9f2bb388.html>, la misma que se ejecutó exitosamente mediante una guía práctica para desarrollar habilidades básicas de la vida diaria, llegando a la conclusión que estas contribuye de forma positiva al desarrollo de la autonomía, sentando las bases para futuras intervenciones y ampliando las oportunidades de participación plena del usuario en su vida diaria.

**Palabras clave: Funcionamiento intelectual, Didáctico, Actividades de la vida diaria, Autodeterminación, Mejora personal.**

**Abstract**

Autonomy not only implies physical independence, but also confidence, self-esteem, and the ability to resolve everyday situations. Therefore, fostering daily living skills from an early age contributes to a person's holistic development and improves their quality of life. Thus, the general objective of this research is to determine activities based on basic daily living skills to develop autonomy in a person with an intellectual disability at the MIES-Loja Day Center. This research was conducted using a mixed-methods approach, is descriptive in nature, and employs a non-experimental, cross-sectional design. The scientific, analytical-synthetic, and inductive-deductive methods were used, which contributed to understanding and guiding the research process. Data collection was carried out through multiple-choice surveys, observation checklists, and structured interviews. The research sample consisted of a teacher, a user, and a legal representative. The results demonstrate the need to develop and strengthen the center's users' basic daily living skills to improve their autonomy, as improvements were evident, with basic daily living skills increasing from 49.98% to 85.68%. These advances reflect remarkable progress in the users' autonomy. Given this reality, the alternative proposal called "Everyday Heroes" <https://heyzine.com/flip-book/df9f2bb388.html> was presented and successfully implemented through a practical guide for developing basic daily living skills. The conclusion was that these skills contribute positively to the development of autonomy, laying the groundwork for future interventions and expanding opportunities for the user's full participation in their daily life.

**Keywords: Intellectual functioning, Didactic, Activities of daily living, Self-determination, Personal improvement.**

**Sumário**

Autonomia não implica apenas independência física, mas também confiança, autoestima e a capacidade de resolver situações do dia a dia. Portanto, o desenvolvimento de habilidades para a vida diária desde a infância contribui para o desenvolvimento integral da pessoa e melhora sua qualidade de vida. Assim, o objetivo geral desta pesquisa é determinar atividades baseadas em habilidades básicas para a vida diária que desenvolvam a autonomia em pessoas com deficiência intelectual no Centro Diurno MIES-Loja. Esta pesquisa foi conduzida utilizando uma abordagem mista, de natureza descritiva e com delineamento transversal não experimental. Os métodos científicos, analítico-sintético e indutivo-dedutivo foram utilizados, contribuindo para a compreensão e o direcionamento do processo de pesquisa. A coleta de dados foi realizada por meio de questionários de múltipla escolha, listas de verificação de observação e entrevistas estruturadas. A amostra da pesquisa foi composta por um professor, um usuário e um representante legal. Os resultados demonstram a necessidade de desenvolver e fortalecer as habilidades básicas para a vida diária dos usuários do centro para melhorar sua autonomia, visto que melhorias foram evidentes, com o domínio dessas habilidades aumentando de 49,98% para 85,68%. Esses avanços refletem um progresso notável na autonomia dos usuários. Diante dessa realidade, a proposta alternativa denominada "Heróis do Dia a Dia" <https://heyzine.com/flip-book/df9f2bb388.html> foi apresentada e implementada com sucesso por meio de um guia prático para o desenvolvimento de habilidades básicas da vida diária. A conclusão foi que essas habilidades contribuem positivamente para o desenvolvimento da autonomia, estabelecendo as bases para futuras intervenções e ampliando as oportunidades para a plena participação do usuário em sua vida cotidiana.

**Palavras-chave: Funcionamento intelectual, Atividades da vida diária, Autodeterminação, Didática, Desenvolvimento pessoal.**

### **Introducción**

La discapacidad intelectual (DI), reconocida en el DSM-5 como sustituto del término retraso mental e incluyendo el retraso global del desarrollo en niños menores de cinco años, se caracteriza por limitaciones en el funcionamiento intelectual y en habilidades adaptativas como el razonamiento, la resolución de problemas y el desempeño conceptual, social y práctico (Campo et al., 2022). En este contexto, la autonomía se entiende como la capacidad de una persona para realizar actividades por cuenta propia, tomar decisiones y desenvolverse en su vida diaria de manera independiente, considerando factores personales, familiares y sociales que influyen en este proceso (Carmona, 2020). Las actividades básicas de la vida diaria (ABVD) comprenden habilidades esenciales para el autocuidado, como la higiene, el vestido, el uso del baño, la movilidad y la alimentación, que permiten a la persona desenvolverse de forma autónoma y funcional en su entorno (Cañas et al., 2023).

Esta investigación aporta una propuesta útil para el desarrollo de habilidades básicas de la vida diaria orientadas a fortalecer la autonomía a través de una guía de actividades lúdicas y prácticas que favorecen de manera integral al usuario y funcionan como un recurso de apoyo tanto para docentes como para familiares en el proceso de enseñanza y reforzamiento de dichas habilidades. Esto resulta esencial para promover la independencia personal y social de las personas con discapacidad intelectual. En relación con estudios previos, el presente trabajo guarda relación con diversas investigaciones. A nivel internacional, coincide con el trabajo realizado por el Instituto Nacional de Estadística de España (2022) sobre Discapacidad, Autonomía Personal y Situaciones de Dependencia, donde se concluye que las dificultades más comunes en las

personas con discapacidad están vinculadas a la movilidad, las tareas domésticas, las actividades de la vida diaria y el cuidado personal. Asimismo, este estudio se relaciona con la investigación de Morales et al. (2021), sobre el desarrollo de habilidades para la vida, donde se concluye que trabajar las actividades de la vida diaria favorece la promoción de la salud, el crecimiento personal, la autovaloración, la independencia cognitiva, las relaciones interpersonales y el desarrollo integral de los estudiantes.

Del mismo modo, a nivel nacional esta investigación guarda relación con el trabajo de Encalada (2025), quien evidencia que las actividades estructuradas y recreativas favorecen el desarrollo de la independencia en las tareas diarias, demostrando la efectividad de propuestas orientadas al fortalecimiento de la autonomía, también señala la necesidad de brindar apoyos más personalizados y ajustar las estrategias de manera continua para garantizar una participación equitativa de todos los estudiantes. A nivel local se asemeja con la investigación realizada por Toledo (2025), la cual se desarrolló en el mismo centro y concluye que la autonomía en personas con discapacidad intelectual se ve influida por factores familiares y escolares, como la falta de recursos, la sobreprotección, los estilos de crianza y las redes de apoyo limitadas, resaltando que el desarrollo de la autonomía no depende únicamente de la intervención directa, sino también del contexto y de las condiciones que rodean al individuo.

Para llevar a cabo el trabajo de investigación se plantearon los siguientes objetivos específicos: Investigar los fundamentos epistemológicos que sustentan las habilidades básicas de la vida diaria y el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual, el

segundo objetivo específico es reconocer el nivel de desempeño de las habilidades básicas para la vida diaria que inciden a la autonomía de una persona con discapacidad intelectual, finalmente el tercer objetivo se direcciona a aplicar actividades diseñadas por el investigador desde las habilidades básicas de la vida diaria para el desarrollo de la autonomía en una persona con discapacidad intelectual del Centro Diurno MIES-Loja, con el propósito de cumplir con este objetivo se implementó una propuesta educativa “Héroes del Día a Día”, así mismo, se llevó a cabo una evaluación final con el propósito de destacar los conocimientos adquiridos por los estudiantes al implementar la propuesta realizada.

Los logros alcanzados al llevar a cabo el trabajo de integración curricular fueron muy satisfactorios; en esta investigación se involucra en primer lugar al Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad MIES-Loja, al usuario participante, al equipo profesional y a su familia. Permite comprender mejor el proceso de enseñanza-aprendizaje de las habilidades básicas de la vida diaria, esenciales para promover la autonomía. Además, resalta la importancia de emplear estrategias lúdicas e innovadoras que motiven a los usuarios y fortalezcan su aprendizaje en distintos contextos. Esto permite reconocer la importancia de desarrollar estas habilidades de forma continua y significativa. De este modo, se evidencia la relevancia del estudio para sus actores directos y su utilidad como referencia para futuras investigaciones en este mismo ámbito.

### **Materiales y Métodos**

La metodología aplicada en el presente proyecto de investigación, se desarrolló en Centro de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad MIES-Loja, situado en la

provincia de Loja, cantón Loja, en la Avenida Pío Jaramillo Alvarado y calle José Rizal, en la vía hacia La Argelia, justo frente al parque lineal La Tebaida. Este Centro tiene como visión responder a las necesidades de sus usuarios, basándose en la atención individualizada y sus expectativas, con el objetivo de desarrollar, fortalecer y mantener las capacidades de las personas con discapacidad, Esto se logra mediante la intervención directa que involucra tanto a la familia como a la comunidad; a su vez, su misión es brindar a los usuarios apoyos y oportunidades que les permitan alcanzar un desarrollo integral y personal, fomentar su autonomía y promover su participación activa en la comunidad, por medio de la construcción de un sistema integral de servicios ajustados a sus necesidades, con la finalidad de mejorar su calidad de vida (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2025).

El presente estudio adoptó un enfoque mixto, que es una combinación de lo cuantitativo y cualitativo, esta mezcla permite tener una visión más completa sobre lo que se quiere estudiar, que en este caso es la autonomía y las habilidades básicas de la vida diaria en personas con discapacidad. Como explican Hernández y Mendoza (2020), este tipo de investigación consiste en un conjunto de procesos organizados basados en la evidencia que permiten recolectar, analizar e integrar tanto datos cuantitativos como cualitativos, su objetivo es generar conclusiones más completas, a partir de toda la información obtenida, y así lograr una comprensión más profunda del estudio, este enfoque se apoya en diferentes tipos de datos, como cifras, testimonios, textos, imágenes o símbolos. Esta investigación llevó un alcance de tipo descriptivo, ya que, partiendo de un conocimiento previo de las características de la

discapacidad intelectual, fue posible analizar con mayor profundidad información significativa acerca del fortalecimiento de la autonomía a través de actividades básicas de la vida diaria; este enfoque permitió realizar un análisis preciso y coherente de las variables de estudio. Tal como lo manifiesta, Galarza (2020), el alcance descriptivo en la investigación se basa en conocer y detallar las características de un fenómeno específico dentro de un grupo determinado, su objetivo es exponer cómo se manifiesta ese fenómeno, describiendo con precisión sus aspectos y particularidades, sin buscar intervenir ni modificar la realidad estudiada.

Esta investigación llevó a cabo un diseño no experimental de tipo transversal, pues como menciona Arias (2021), el diseño no experimental se caracteriza por observar los fenómenos tal como ocurren en su contexto natural, sin manipular variables ni intervenir en las condiciones de estudio, dentro de este enfoque, el diseño transversal se utiliza para recolectar datos en un solo momento, similar a tomar una fotografía de la situación en un instante específico, lo que permite describir y analizar sin necesidad de hacer un seguimiento en el tiempo.

Por otro lado, en relación con los métodos empleados en la presente investigación, se aplicaron los métodos: científico, analítico-sintético e inductivo-deductivo. Para la recopilación de la información se utilizaron las técnicas de lectura comprensiva, bitácora, encuesta, observación y entrevista. Asimismo, los instrumentos aplicados fueron la encuesta de opción múltiple, la ficha de observación y la entrevista estructurada. La población de estudio estuvo conformada por 45 usuarios del Centro Diurno de Desarrollo Integral MIES–Loja, 4 técnicos del centro y 45 padres de familia o

representantes legales. De igual manera, la muestra estuvo integrada por 1 usuario con discapacidad intelectual del Centro Diurno de Desarrollo Integral MIES–Loja, 1 técnico de tercer nivel del centro y 1 padre de familia o representante legal, quienes formaron parte del estudio de caso. Para la selección de la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico.

El procedimiento que se llevó a cabo para el desarrollo de la investigación consistió en el diagnóstico del problema, en este sentido, se llevó a cabo una exhaustiva revisión bibliográfica para la fundamentación teórica con el fin de recopilar y seleccionar información relevante relacionada con el tema de estudio. Posteriormente, se diseñaron y aplicaron los instrumentos necesarios para la recolección de datos, permitiendo así obtener información que posteriormente pudo ser tabulada, analizada e interpretada de manera rigurosa. Una vez identificadas las deficiencias del usuario, se optó por implementar la guía didáctica “Héroes del día a día”, lo cual esta herramienta demostró ser altamente efectiva desempeñando un papel fundamental en la adquisición de la autonomía.

### **Resultados y Discusión**

La entrevista realizada a la docente del tercer nivel del Centro Diurno de Desarrollo Integral MIES-Loja evidencia que las actividades dirigidas al desarrollo de las habilidades básicas de la vida diaria se planifican considerando las necesidades individuales del usuario con discapacidad intelectual, su nivel de apoyo y ritmo de aprendizaje, lo que responde a un enfoque centrado en la persona. El principal objetivo de esta actividad es fomentar la autonomía e independencia del usuario, promoviendo su desenvolvimiento funcional en el entorno cotidiano. El usuario presenta un nivel de independencia intermedio, requiriendo apoyo intermitente, especialmente en

actividades relacionadas con la higiene personal, lo que refleja avances significativos, aunque aún existen áreas que requieren acompañamiento constante. Así mismo, la docente aplica estrategias como apoyos visuales, demostración práctica y refuerzo positivo, favoreciendo la motivación y el aprendizaje significativo. Sin embargo, se identifica la necesidad de fortalecer el seguimiento y la sistematización de los avances, así como la articulación con la familia para garantizar la continuidad de los aprendizajes.

Finalmente, se evidencian dificultades relacionadas con la memoria secuencial, la toma de decisiones y la inseguridad del usuario, lo que limita el desarrollo pleno de su autonomía. Estas situaciones, sumadas a la limitación de recursos humanos, económicos y pedagógicos, influyen en la ejecución efectiva de las actividades, resaltando la importancia de fortalecer el apoyo institucional para una atención integral. La tabla 1 presenta la encuesta dirigida al representante legal sobre habilidades básicas de la vida diaria.

**Tabla 1.** Resultados de la quinta pregunta de la encuesta dirigida al padre de familia o representante legal.

Indicador: ¿Qué sabe hacer su representado?	f	%
Controla esfínteres	1	20
Utiliza correctamente el inodoro	1	20
Distingue ropa limpia y sucia	0	0
Reconoce ropa de hombre y de mujer	1	20
Elige la ropa según la ocasión o clima	0	0
Realiza el aseo personal solo	0	0
Pone y retira la mesa	1	20
Utiliza los cubiertos para alimentarse	1	20
Prepara alimentos sencillos por sí mismo	0	0
Total	5	100

**Nota:** Datos obtenidos de la realización de la quinta pregunta de la encuesta dirigida al padre de familia o representante legal

Fuente: Elaboración propia.

La encuesta evidencia que la familia mantiene una actitud positiva hacia el desarrollo de la autonomía del usuario, promoviendo su participación en decisiones y manteniendo una comunicación abierta. Sin embargo, también se identifican prácticas de sobreprotección, como la necesidad constante de supervisarlos y la tendencia a realizar actividades por él para ahorrar tiempo, lo cual limita su posibilidad de practicar y fortalecer sus habilidades. Si bien el

usuario ha adquirido varias destrezas básicas de autocuidado, aún requiere mayor independencia en tareas que implican toma de decisiones y responsabilidad personal. Los resultados muestran que la familia constituye un entorno con potencial para favorecer su autonomía, siempre que se reduzcan los apoyos excesivos y se promueva una participación más activa del usuario en sus actividades diarias. La tabla 2 evidencia el Cuestionario pre y post evaluativo.

**Tabla 2.** Resultados generales obtenidos del cuestionario pre y post-evaluativo.

Acepciones/ítem/indicadores	F1	F2	1%	2%
Realiza la actividad	6	12	42,84	85,68
Está en proceso de realizar la actividad	1	2	7,14	14,28
No realiza la actividad	7	0	49,98	0
Total	14	14	100	100

Fuente: Elaboración propia.

En comparación con los resultados obtenidos en la aplicación inicial y la reaplicación de la ficha de observación posterior a la ejecución de la propuesta alternativa, se evidencia una mejora significativa en los niveles de ejecución de las habilidades básicas de la vida diaria del usuario. En la primera aplicación, el 42,84% de las actividades eran realizadas de manera autónoma, porcentaje que en la reaplicación aumentó al 85,68%, lo que representa un incremento del 42,84%. De igual manera, el indicador “está en proceso de realizar la actividad” pasó del 7,14% al 14,28%, evidenciando un avance progresivo en aquellas habilidades que aún requieren acompañamiento parcial. Por otro lado, el indicador “no realiza la actividad” presentó una disminución considerable, pasando del 49,98% al 0%, lo que demuestra que el usuario logró involucrarse activamente en la totalidad de las actividades observadas.

Los resultados obtenidos en la reaplicación de la ficha de observación posterior a la ejecución de la propuesta alternativa evidencian un avance significativo en el nivel de autonomía del usuario con discapacidad intelectual del tercer nivel del Centro Diurno de Desarrollo Integral MIES-Loja. La mayoría de las habilidades básicas de la vida diaria alcanzaron un nivel adecuado de ejecución, reflejando una mejora notable en el desempeño funcional del usuario en actividades de autocuidado, alimentación, vestido e higiene. Este progreso respalda la eficacia de la guía de actividades aplicada, ya que el aumento en la realización autónoma de las actividades y la disminución de aquellas no ejecutadas demuestran que las estrategias utilizadas favorecieron el aprendizaje significativo y el fortalecimiento de hábitos funcionales. En consecuencia, se concluye que la propuesta es pertinente y efectiva, constituyéndose en una estrategia

educativa valiosa para promover la autonomía, la calidad de vida y la inclusión social de las personas con discapacidad intelectual. El presente estudio de caso se centró en analizar el nivel de desempeño en las habilidades básicas de la vida diaria y su relación con el desarrollo de la autonomía en una persona con discapacidad intelectual del Centro Diurno MIES-Loja. Las dificultades evidenciadas en tareas como el aseo personal, la selección de vestimenta y la organización de actividades cotidianas reflejan la necesidad de fortalecer apoyos pedagógicos y familiares que permitan un progreso real en independencia funcional. En este sentido, evaluar las habilidades concretas del usuario y comprender el rol de su entorno resulta fundamental para identificar barreras y oportunidades que inciden directamente en su autonomía. A continuación, se discuten los hallazgos de acuerdo con los objetivos específicos del estudio. Para cumplir el objetivo 1: Investigar los fundamentos epistemológicos que sustentan las habilidades básicas de la vida diaria y el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual. Se emplearon dos recursos metodológicos: la bitácora de registro teórico y la lectura comprensiva de autores especializados en discapacidad intelectual, autonomía y habilidades de la vida diaria.

El análisis teórico recopilado evidenció que las habilidades básicas de la vida diaria constituyen un elemento fundamental para el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual. Según Verdugo et al. (2022), la autonomía se construye a partir de experiencias reales de participación en actividades cotidianas, en un entorno que ofrezca apoyos adecuados y gradualmente retirados según el progreso de la persona. De igual manera, la Clasificación Internacional del Funcionamiento, la Discapacidad y Salud CIF

(OMS, 2001) establece que el desempeño en actividades como el aseo, la alimentación o el vestido está directamente relacionado con la capacidad funcional, el contexto y los apoyos disponibles.

En esta misma línea, autores como Riaño et al. (2016) sostienen que las habilidades básicas de la vida diaria no emergen de manera espontánea, sino que requieren procesos de enseñanza estructurados, repetitivos y contextualizados en ambientes naturales. Esta perspectiva respalda la importancia de evaluar el desempeño funcional del usuario, ya que dichas habilidades son consideradas la base para avanzar hacia tareas más complejas como las habilidades instrumentales y para construir niveles crecientes de independencia.

Además, Verdugo et al. (2022) destacan que el desarrollo de la autonomía implica la interacción de factores personales, sociales y familiares; por ello, el fortalecimiento de las habilidades básicas requiere coherencia entre los apoyos brindados por la institución, la familia y el contexto comunitario. En este sentido, la adquisición de conductas autónomas no se limita únicamente al aprendizaje de tareas funcionales, sino que también involucra la construcción de la autoconfianza, la toma de decisiones y la participación del individuo en su entorno. Asimismo, diversos autores señalan que la autonomía se potencia cuando existe una retroalimentación constante entre los distintos contextos de desarrollo, permitiendo que las habilidades aprendidas en un espacio puedan generalizarse a otros. Por ello, resulta fundamental promover ambientes que faciliten la práctica sistemática de habilidades adaptativas, así como establecer redes de apoyo colaborativas que garanticen continuidad, seguimiento y coherencia en los procesos formativos. Esta postura sustenta la pertinencia

del estudio, ya que comprender los fundamentos teóricos permitió comprender que las habilidades básicas de la vida diaria constituyen la base esencial para el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual. La revisión de literatura evidenció que estas habilidades requieren procesos educativos estructurados y apoyos coherentes entre familia, institución y comunidad. Por ello, los fundamentos epistemológicos identificados proporcionan un marco sólido para interpretar el caso estudiado.

Para cumplir el Objetivo 2: Reconocer el nivel de desempeño de las habilidades básicas para la vida diaria que inciden en la autonomía del usuario con discapacidad intelectual del Centro Diurno MIES–Loja, se aplicaron tres instrumentos: la entrevista a la docente, la encuesta al representante legal y la ficha de observación dirigida al usuario. La triangulación de estos datos permitió analizar no solo las habilidades adquiridas por el usuario, sino también los factores institucionales y familiares que influyen en su autonomía.

Los resultados de la *entrevista a la docente* evidencian que las actividades destinadas al desarrollo de las habilidades básicas de la vida diaria son planificadas considerando las características individuales del usuario, su nivel de apoyo y su ritmo de aprendizaje. Sin embargo, también revelan limitaciones importantes, especialmente la falta de tiempo, la escasez de recursos humanos y la ausencia de un seguimiento sistemático de los avances. La docente describe que el usuario posee un nivel de independencia intermedio, requiriendo apoyo intermitente en actividades de higiene y aseo personal, y señala dificultades vinculadas a la memoria secuencial, la toma de decisiones y el temor a cometer errores. Esto demuestra

que, aunque existe un esfuerzo pedagógico orientado al aprendizaje significativo, aún persisten barreras cognitivas y emocionales que afectan su autonomía.

Tomando en cuenta lo anterior, estos hallazgos son coherentes con lo planteado por Bejarano (2019), quien identificó que la falta de sistematización en la enseñanza y el enfoque asistencialista pueden limitar el desarrollo pleno de habilidades en personas con discapacidad intelectual, mientras que metodologías estructuradas y personalizadas favorecen una mayor independencia. Además, el autor señala que cuando las prácticas educativas se centran únicamente en la ejecución mecánica de tareas sin un propósito funcional claro, se dificulta la generalización de aprendizajes hacia contextos reales. Por el contrario, los enfoques pedagógicos que incorporan rutinas consistentes, metas individualizadas y evaluaciones continuas permiten ajustar los apoyos de acuerdo con las necesidades particulares de cada persona, potenciando no solo la adquisición de habilidades, sino también la motivación y la autopercepción de competencia.

Por su parte, la *encuesta aplicada al representante legal* revela la presencia de un estilo de crianza democrático, caracterizado por la participación activa del usuario en la toma de decisiones, lo que favorece su autoestima y autonomía. No obstante, la información también evidencia una marcada preocupación y supervisión constante, así como la tendencia del representante a realizar actividades por el usuario “para ahorrar tiempo”. Este patrón refleja elementos de sobreprotección que, aunque bien intencionados, limitan las oportunidades de práctica y la consolidación de habilidades funcionales. En concordancia con Serra (2017), la sobreprotección familiar,

motivada por el miedo al riesgo, reduce la posibilidad de que la persona con discapacidad intelectual enfrente retos cotidianos, lo que retrasa la adquisición de competencias esenciales para la vida independiente. De igual manera, Puebla-Pedraza et al. (2022) sostienen que la falta de aceptación plena de las capacidades del hijo puede llevar a actitudes que restringen su autonomía, incluso en actividades básicas que podrían ejecutarse con apoyos mínimos.

En conjunto, la información analizada evidencia que, aunque el usuario cuenta con un estilo de crianza democrático que promueve su participación y refuerza aspectos positivos como la autoestima y la toma de decisiones, persisten prácticas de sobreprotección que limitan la consolidación de su autonomía. Los planteamientos de los autores citados, coinciden en señalar que el miedo al riesgo y la falta de confianza plena en las capacidades de la persona con discapacidad intelectual restringen las oportunidades para enfrentar desafíos cotidianos y, por ende, dificultan el desarrollo de habilidades esenciales para la vida independiente.

Esta convergencia teórica resalta la importancia de acompañar sin reemplazar, permitiendo que el individuo experimente, se equivoque y aprenda dentro de un ambiente seguro. A partir de ello, se observa la necesidad de fortalecer estrategias familiares e institucionales que fomenten la práctica sistemática de habilidades adaptativas, recordando que la autonomía no se construye únicamente desde la protección, sino desde la posibilidad real de ejercerla. La ficha de observación directa evidenció que el 42,84% de las actividades son realizadas de manera adecuada por el usuario, el 7,14% se encuentra en proceso de adquisición, y el 49,98% no se realiza. En el área de alimentación, el usuario

muestra un nivel medio de autonomía, ya que realiza actividades básicas como masticar, deglutir y utilizar cubiertos, aunque requiere apoyo en la preparación de alimentos. En cuanto al vestido, presenta independencia para ponerse y quitarse la ropa; sin embargo, aún manifiesta dificultades en tareas que implican discriminación y toma de decisiones, como seleccionar prendas adecuadas o distinguir ropa limpia de sucia. Respecto a la higiene, el usuario controla esfínteres y utiliza correctamente el inodoro, pero continúa necesitando acompañamiento para completar actividades de aseo personal y controlar el babeo.

En síntesis, los resultados reflejan que, aunque el usuario ha alcanzado avances importantes en diversas actividades básicas de autocuidado, todavía enfrenta limitaciones en tareas que exigen mayor planificación, juicio práctico y generalización de habilidades, por lo que requiere apoyo continuo para fortalecer su autonomía integral. En conjunto, estos resultados confirman que el usuario ha logrado avances significativos en actividades de autocuidado básico, pero todavía presenta limitaciones en aquellas tareas que demandan mayor planificación, toma de decisiones o generalización de habilidades. Este patrón coincide con lo reportado por Chamba (2018), quien encontró que las personas con discapacidad intelectual suelen presentar progresos más rápidos en actividades domésticas simples, mientras que las habilidades instrumentales requieren intervenciones sostenidas y guiadas. Asimismo, estudios como el de Mayorga et al. (2022) demuestran que la autonomía aumenta de manera considerable cuando se promueven experiencias prácticas, apoyos visuales y rutinas consistentes, lo cual es fundamental en contextos como el del presente estudio.

Complementariamente, lo hallado guarda relación con los resultados de Bueno-Pinargote et al. (2018), quienes evidenciaron que la participación activa en actividades productivas y de la vida diaria disminuye el grado de dependencia y fomenta habilidades personales y sociales. Estos autores destacan que el involucramiento frecuente en tareas significativas no solo fortalece la autonomía funcional, sino que también mejora la capacidad de toma de decisiones, la organización del tiempo y la responsabilidad personal. Además, señalan que cuando las personas con discapacidad intelectual son incluidas de manera constante en actividades que responden a sus intereses y niveles de competencia, se incrementa su sentido de autoeficacia y pertenencia. Bajo esta perspectiva, promover entornos donde se facilite la práctica cotidiana de habilidades adaptativas y se valore la participación activa se convierte en un elemento clave para potenciar procesos de independencia progresiva y mayor inclusión social.

En síntesis, estos resultados muestran que el usuario posee un desarrollo parcial pero significativo de las habilidades básicas de la vida diaria, en especial aquellas vinculadas al autocuidado. No obstante, sus avances se ven afectados por factores institucionales, como la falta de tiempo y recursos, así como por dinámicas familiares caracterizadas por la sobreprotección y el apoyo excesivo, que limitan su independencia. A esto se suma que la ausencia de oportunidades constantes para practicar habilidades funcionales dificulta la generalización de los aprendizajes a distintos contextos, lo cual es crucial para la construcción de autonomía. Respecto al objetivo 3: *Aplicar actividades diseñadas por el investigador desde las habilidades básicas de la vida diaria para el desarrollo de la autonomía en una persona con discapacidad intelectual del Centro Diurno*

*MIES-Loja*, los resultados obtenidos evidencian que la implementación de la guía de actividades tuvo un impacto positivo y significativo en el desempeño funcional del usuario. La reaplicación de la ficha de observación posterior a la intervención mostró un incremento considerable en el porcentaje de actividades realizadas de manera autónoma, así como una disminución total de aquellas que no se ejecutaban, lo que demuestra que las actividades propuestas favorecieron la adquisición progresiva de hábitos funcionales en las áreas de autocuidado, alimentación, vestido e higiene.

Estos resultados se asemejan a lo señalado por Toledo (2025), quien en su investigación desarrollada en el mismo Centro Diurno concluye que la autonomía en personas con discapacidad intelectual se ve influida no solo por la intervención directa, sino también por factores familiares y escolares, tales como la disponibilidad de recursos, los estilos de crianza, la sobreprotección y la limitación de redes de apoyo. En este sentido, los hallazgos del presente estudio confirman que la aplicación de actividades estructuradas, contextualizadas y adaptadas a las características del usuario contribuye al fortalecimiento de la autonomía, siempre que exista coherencia entre los apoyos institucionales y familiares.

De esta manera, se corrobora que los resultados obtenidos en la investigación son coherentes y se complementan con la literatura revisada, evidenciando que el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual requiere un abordaje integral de las habilidades básicas de la vida diaria. Este enfoque debe considerar no solo la enseñanza directa de las actividades, sino también la articulación entre los contextos familiar, institucional y comunitario, garantizando la continuidad de los

apoyos y la generación de oportunidades reales de práctica.

### **Conclusiones**

A partir del análisis teórico realizado, se determinó que las habilidades básicas de la vida diaria constituyen la base esencial para el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual. Estas habilidades requieren procesos de enseñanza estructurados, apoyos coherentes y una participación en actividades cotidianas para fortalecer la independencia. Del reconocimiento del nivel de desempeño del usuario se concluye que posee un desarrollo parcial de las habilidades básicas de la vida diaria, con avances en actividades de autocuidado como alimentación, vestido básico y control de esfínteres; sin embargo, mantiene limitaciones en tareas que requieren mayor planificación y toma de decisiones. Asimismo, se identificó que factores familiares, como la sobreprotección, y factores institucionales, como la falta de tiempo y recursos, inciden directamente en su autonomía. Tras la aplicación de las actividades diseñadas, se evidenciaron mejoras en la participación, la motivación y el desempeño funcional del usuario. Las estrategias lúdicas y las prácticas guiadas permitieron fortalecer habilidades básicas de autocuidado y promover mayor independencia, confirmando la efectividad de la propuesta para favorecer el desarrollo de la autonomía.

### **Referencias Bibliográficas**

- Arias, J. (2021). Diseño y metodología de la investigación. *Enfoques Consulting EIRL*, 1(1), 66–78. [https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias\\_S2.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf)
- Bejarano, Y. (2019). Estrategia pedagógica: Una herramienta para el desarrollo de habilidades de la vida diaria en adultos con discapacidad intelectual. *Horizontes*

- Pedagógicos*, 21(2).  
<https://doi.org/10.33881/0123-8264.hop.21203>
- Bueno-Pinargote, M., Palacios-Martínez, J., Loor-Zamora, M., & Estrada-Cherres, J. (2018). Funciones interpersonales y actividades instrumentales de la vida diaria en usuarios con discapacidad intelectual leve. *Polo del Conocimiento*, 3(9), 418–434. <https://doi.org/10.23857/pc.v3i9.836>
- Campo, A., Aránzazu, F., Pérez, A., Toledo, C., & Fernández, A. (2022). Discapacidad intelectual. *Asociación Española de Pediatría*, 51–64. <https://www.aeped.es>
- Cañas, M., Perea, M., Ladera, V., García, R., & Hurtado, C. (2023). Actividades básicas e instrumentales de la vida diaria en pacientes con demencia tipo Alzheimer. <https://doi.org/10.1016/j.neurol.2023.02.001>
- Carmona, D. (2020). Autonomía e interdependencia. La ética del cuidado en la discapacidad. *Revista Humanidades*, 10(2), 99–117. <https://doi.org/10.15517/h.v10i2.41192>
- Chamba Morocho, D. (2018). *Actividades de la vida diaria y la autonomía de las personas con discapacidad intelectual que asisten al Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad MIES-Loja, período lectivo 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. <https://dspace.unl.edu.ec/handle/123456789/21511>
- Encalada, K. (2025). *Sistema de actividades recreativas para fortalecer la autonomía en estudiantes adultos con multidiscapacidad* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Educación]. <https://repositorio.unae.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e161cb03-67c5-4a0b-b6f4-f2d153778a2c/content>
- Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1–6. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill. <https://www.mheducation.com>
- Huete García, A., Fernández-Carro, C., Jiménez Lara, A., Ortiz Amo, R., Martínez Salvador, I., & Muyor Rodríguez, J. (2022). La nueva Encuesta de Discapacidad-Dependencia en España. <https://www.imserso.es>
- Mayorga Caicedo, M., Rodríguez Cifuentes, P., Torres Abella, K., & Vásquez Hoyos, S. (2022). *Aviéntate: Una propuesta pedagógica para fortalecer la vida independiente de las personas con discapacidad intelectual en el proceso de oportunidad sociolaboral de la Fundación Best Buddies Colombia*. Universidad Pedagógica Nacional. <http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/17966>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2025). Estadística de discapacidad. <https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/estadisticas-de-discapacidad/>
- Navas, P., Verdugo, M. Á., Martínez, S., Sainz, F., & Aza, A. (2018). Derechos y calidad de vida en personas con discapacidad intelectual y mayores necesidades de apoyo. *Siglo Cero*, 48(4), 7–66. <https://doi.org/10.14201/scero2017484766>
- Organización Mundial de la Salud. (2001). *Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud (CIF)*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43360>
- Puebla-Pedraza, L., Lara-García, B., Chávez-Gómez, J., & Díaz-Lara, K. (2022). Factores vinculados a la crianza en personas con discapacidad. *Revista de Educación y Desarrollo*, 62. [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo)
- Riaño-Galán, A., García-Ruiz, R., Rodríguez-Martín, A., & Álvarez-Arregui, E. (2016). Calidad de vida e inserción sociolaboral de jóvenes con discapacidad. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 18(1), 112–127. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1607-40412016000100008](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412016000100008)
- Serra, J. (2017). Educación y discapacidad: Una mirada desde la autonomía personal. *Revista*

*Española de Discapacidad*, 5(1), 21–39.  
<https://www.cedid.es/redis>  
Toledo, M. (2025). *Habilidades instrumentales de la vida diaria en la autonomía de personas con discapacidad intelectual del tercer nivel del Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad MIES-Loja. Periodo 2024–2025* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Loja].  
<https://dspace.unl.edu.ec/items/32ff79b6-9e35-4778-b52b-0a7edbe3fcec>

Verdugo Alonso, M. Á., Schalock, R. L., & Gómez Sánchez, L. E. (2022). El modelo de calidad de vida y apoyos: La unión tras veinticinco años de caminos paralelos. *Siglo Cero*, 52(3), 9–28.  
<https://doi.org/10.14201/scero2021523928>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Karol Valentina Criollo Pinto, María Gabriela Samaniego Palacios, Licet Jomarrón Moreira y Ana Cristina Arciniega Carrión.

<b>Declaraciones éticas y editoriales del artículo</b>
<b>Contribución de los autores (Taxonomía CRediT)</b> Karol Valentina Criollo Pinto: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio. María Gabriela Samaniego Palacios: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos. Licet Jomarrón Moreira: provisión de recursos académicos y materiales para el desarrollo del estudio, apoyo en la administración del proyecto investigativo y revisión editorial del manuscrito antes de su publicación. Verónica Cecilia Granda Encalada: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio.
<b>Declaración de conflicto de intereses</b> Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.
<b>Declaración de financiamiento</b> La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.
<b>Declaración del editor</b> El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.
<b>Declaración de los revisores</b> Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.
<b>Declaración ética de la investigación</b> Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.
<b>Declaración sobre el uso de inteligencia artificial</b> Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.
<b>Disponibilidad de datos</b> Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

