



Actividades comunitarias para motivar la incorporación de los adultos mayores a la cátedra universitaria

Community activities to motivate the incorporation of older adults to the university cathedra

Ivonne González Oliva, MSc. en Educación Superior. Profesor Asistente. Centro Universitario Municipal de Jiguaní. Universidad de Granma, Bayamo. Cuba. igonzalezo@udg.co.cu 

Eddy Damián Labrada Vera. MSc. en Educación Superior. Profesor Asistente. Centro Universitario Municipal de Jiguaní. Universidad de Granma, Bayamo. Cuba. elabradav@udg.co.cu 

Recibido: 14 de diciembre 2020 | **Aceptado:** 19 de mayo 2021

Resumen

Las actividades que se describen fueron desarrolladas a nivel comunitario en el Consejo Popular “Santa Rita” para lograr una mayor incorporación de los adultos mayores a la Cátedra Universitaria, perteneciente al Centro Universitario Municipal de Jiguaní y están sustentadas en la necesidad de lograr que estas personas tengan una vejez feliz y le atribuyan, al vivir 65 años o más, su indiscutible significado desde las aulas universitarias.

Palabras clave: actividades comunitarias; motivar; adultos mayores; incorporación; cátedra universitaria

Abstract

The activities described were developed at the community level in the “Santa Rita” Popular Council to achieve a greater incorporation of older adults to the Senior Adult Chair, belonging to the Municipal University Center of Jiguaní and are based on the need to achieve from the university classrooms that these people have a happy old age and attribute to living 65 years or more its indisputable meaning from the university classrooms.

Keywords: community activities; motivate; older adults; incorporation; university chair

Introducción

El envejecimiento de la población se ha convertido en uno de los fenómenos demográficos más importantes de finales del siglo pasado y será protagonista del siglo XXI a nivel mundial, pues

traerá consigo profundas modificaciones en las estructuras sociales, económicas y culturales, lo que solicita una inteligente y cuidadosa planificación económica y social en cualquier país.

Cuba necesita buscar caminos y soluciones a los problemas que plantea el envejecimiento poblacional; igualmente, necesita de una concepción científica acerca de cómo contribuir a la continuidad de estudios de las personas que arriban a la tercera edad, en correspondencia con lo más avanzado de la ciencia mundial, con las mejores tradiciones de su historia y de su cultura.

En el 2025, uno de cada cuatro granmenses será adulto mayor. Se torna primordial para la provincia tener un proyecto de vida para este grupo de edades, aparejado a la labor educativa, con vista a contribuir al conocimiento y desarrollo de la capacidad de asimilación de las nuevas manifestaciones de la sociedad y aprender a convivir con la ancianidad activa. Los municipios más envejecidos por orden descendente son: Manzanillo, Bayamo y Jiguaní.

Jiguaní cuenta una población de 72138 adultos mayores que constituye el 17,2 % de la población total del municipio. Según datos de la Oficina Nacional de Estadística e Información, tienen 65 años o más 9 068; de ellos, 2 795 entre 65 a 69 años; 2 313 entre 70 a 74 años; 1 758 entre 75 a 79 años; 1 172 entre 80 a 84 años y 1 0830 de 85 años o más; de ellos residen en zona urbana 6843 y en zona rural, 5562.

En el diagnóstico realizado en el Consejo Popular “Santa Rita” se constató que un número significativo de adultos mayores pasa su vejez ocioso y, en muchas ocasiones, solo en el hogar, sin familiares que lo atiendan, lo que contrasta con los intereses de nuestra sociedad, pues las Cátedras Universitarias del Adulto Mayor fueron creadas con el fin de preparar este grupo etario para dar continuidad a su proyecto de vida social y aprender a convivir con su nueva condición de forma activa, por lo que se asumió la tarea de dar solución a las necesidades que limitan su interés por incorporarse a las aulas universitarias.

De acuerdo con las concepciones acerca de la teoría de la actividad, la más compleja de las formas de actuación del hombre, formulada y definida por varios autores cubanos como el momento en que este interactúa con su medio para lograr un fin consciente, y que según (Hernández, 2015) “el éxito en las diferentes actividades que el sujeto realiza depende, en gran medida, de la forma en que dichas actividades son asimiladas por él” (p 41), por lo que fue necesaria la cercanía a su medio social, la comunidad, por ajustarse este escenario a los elementos que se quieren sustentar con el trabajo.

A pesar de que lo que se ha hecho hasta el momento en el municipio de Jiguaní con estas personas de la tercera edad, no se ha logrado, en materia educativa, motivarlos para que cuando este momento llegue, continúen su preparación para la vida a través de las aulas universitarias.

Para la atención a esta necesidad se planteó como objetivo desarrollar actividades motivacionales en las comunidades del Consejo Popular “Santa Rita” para lograr la incorporación de los adultos mayores a la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor del Centro Universitario Municipal de Jiguaní.

Materiales y métodos:

Para la realización de las actividades se contó con el apoyo de la población de jubilados del Consejo Popular “Santa Rita” que asciende a 120, afiliados a la Central de Trabajadores de Cuba (CTC) del municipio Jiguaní; mujeres, el 70,5% y hombres, el 29,4%, los que se encuentran residenciados en las 11 circunscripciones de esta localidad. Se seleccionan de forma intencional para que desarrollen las actividades en sus comunidades por su preparación, el nivel de compromiso social demostrado, su manera activa de enfrentar esta nueva etapa de la vida y sus relaciones sociales con los demás adultos del entorno.

El proceso de construcción científica se realiza desde una posición dialéctica materialista, que a su vez se constituye en base metodológica para el empleo de métodos del nivel teórico, empírico y estadístico- matemático.

Se utilizó el método teórico dialéctico materialista para revelar las relaciones que se establecen entre las actividades y la transformación que se produce en el objeto; el método empírico de observación, para sustentar los resultados del método anterior a partir del uso de una guía de observación y para dar seguimiento al comportamiento motivacional de los adultos durante el desarrollo de las actividades, así como el estadístico-matemático, en el procesamiento de la información obtenida a través de la técnica de entrevista no estructurada aplicada después de haber desarrollado las actividades motivacionales y para conocer las expectativas causadas en la población adulta mayor sobre la que se accionó con respecto a su incorporación a la CUAM.

Análisis de los resultados

Las actividades desarrolladas en los barrios del Consejo Popular “Santa Rita” para lograr una mayor incorporación de los adultos mayores a la CUAM del Centro Universitario Municipal de

Jiguaní se diseñaron teniendo en cuenta el programa de estudio de diferentes asignaturas, el papel protagónico de la escuela y la familia en el marco comunitario, con la perspectiva de aprovechar las relaciones afectivas existentes entre la población, así como la asistencia a las rendiciones de cuentas, reuniones de los Comité de Defensa de la Revolución y otras actividades que se realizan a nivel de circunscripción, que tienen como característica la concurrencia de personas adultas mayores.

Actividad # 1.

Título. Situación del envejecimiento en el mundo y Cuba.

Objetivo: informar el estado de envejecimiento en el mundo, en el país, en la provincia y en el municipio de Jiguaní, así como dar a conocer todo lo referente a la Universidad del Adulto Mayor.

Tiempo: 90 minutos.

Medios: computadora, televisor y video.

Descripción del contenido de la actividad:

Se expone la situación del envejecimiento en el mundo, país, provincia y municipio de Jiguaní, aspectos demográficos, calidad de vida como meta del desarrollo humano, características generales del envejecimiento y diferentes teorías. Para ello, se utilizan datos estadísticos ofrecidos por la Oficina Nacional de Estadística.

Se realiza intercambio de opiniones con los adultos.

Se explica en qué consiste la Universidad del Adulto Mayor.

¿Quiénes son los cursantes?

Las asignaturas que se imparten.

La importancia de su incorporación a la Universidad del Adulto Mayor.

Conclusiones:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, donde se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor.

Evaluación:

Se realiza teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

- Comportamiento de los indicadores de asistencia y participación activa.
- Nivel de motivación alcanzado durante la realización de la actividad.

Actividad # 2.

Título. La Universidad para el Adulto Mayor. (Figura 1)

Adultos mayores a la cátedra universitaria

Objetivo: motivar la incorporación del adulto mayor jubilado, ama de casa y pensionado a la Universidad.

Tiempo: 60 minutos.

Medios: tiza, tarjetas y pizarra

Descripción del contenido de la actividad:

Se comenzará por formar cuatro equipos y repartir una tarjeta a cada equipo y escribir en la pizarra la siguiente pregunta:

¿Qué importancia tiene para usted la Universidad del Adulto Mayor?

En las tarjetas se pondrán las siguientes ideas

1. Para mejorar la calidad de vida.
2. Para mantenerme activo.
3. Para ser mejor en la sociedad.
4. Para atender a los nietos.
5. Para ser útiles.
6. Para salir de la rutina hogareña.
7. Para hacer los mandados.
8. Para obtener conocimiento.

Se les dan 10 minutos para que seleccionen las ideas que tienen que ver con el tema, luego se comienza a dar las opiniones por equipos, al final se dan a conocer todas las ideas que conforman el tema.

Para finalizar la actividad se da lectura a la siguiente frase de Juan Jacobo Rousseau.

“La juventud es el momento de estudiar la sabiduría, la vejez el de practicarla.

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realizará teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.



Figura 1. La Universidad del Adulto Mayor.

Actividad # 3.

Título. Jubilación.

Objetivo: estimular la realización de nuevos planes y proyectos de vida en el adulto mayor.

Tiempo: 90 minutos.

Medios: pizarra y carteles.

Descripción del contenido de la actividad:

Explicar la dinámica de la actividad y conducir el análisis.

El facilitador de la actividad le informa al grupo que en el aula hay dos sitios que ellos deben visitar y observar muy bien:

”El jardín de la Jubilación” y “El almacén de la jubilación”, y escoger en cuál quedarse de acuerdo con su situación actual.

En ese lugar se compartirá con el grupo sus criterios de porqué estaban ahí, qué hacían, qué les condicionaba su estancia en el lugar, cómo se sentían.

Los resultados de cada grupo se socializan en plenaria.

Seguidamente, el facilitador muestra un tercer lugar: “Permuta” y pide que todo el que desee “Soltar la jaba” se dirija allí, llevar a los participantes a la reflexión y construir las ideas fuerzas.

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realizará teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

Actividad # 4.

Título. Encuentro con adultos mayores incorporados a la Universidad.

Adultos mayores a la cátedra universitaria

Objetivo: intercambiar experiencias personales con adultos incorporados a la Universidad del Adulto Mayor.

Tiempo: 60 minutos.

Medios: no

Descripción del contenido de la actividad:

Garantizar que todos los adultos estén correctamente organizados, mantengan su atención durante el conversatorio y participen activamente.

El grupo se organiza en forma de una mesa redonda donde la responsabilidad de los panelistas será de los adultos incorporados a la Universidad, estos narran sus experiencias y los participantes les harán las preguntas pertinentes; un miembro del grupo ejerce la función de coordinador. Los adultos incorporados realizan una exposición de su trayectoria estudiantil haciendo énfasis en los principales objetivos tratados en la Universidad del Adulto Mayor.

Para finalizar la actividad se le dará lectura al siguiente pensamiento de José Martí.

“La voz de los ancianos tiene de los otros mundos: tiene algo de religión, de paz no humana, algo de revelación y profecía”.

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, donde se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realiza teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

Actividad # 5.

Título. Mi cuerpo y yo.

Objetivo: favorecer la autoestima y la comunicación.

Tiempo: 90 minutos.

Medios: revista, cartulina, pegamento, tijera, lápiz.

Descripción del contenido de la actividad:

Se divide a los participantes en dos grupos.

Tienen que buscar en las revistas personas atractivas.

Un grupo elabora un collage del varón atractivo y el otro de la mujer atractiva.

Se expone al grupo y se discuten.

Cada participante, de forma anónima, elabora una lista con las características que le gustaría encontrar en su pareja ideal.

Se intercambia y se lee.

Se discute en grupo si las características que aparecen en el póster coinciden con las que les gustaría encontrar en su pareja ideal.

Se debe promover el debate entre los participantes con el objetivo de llegar a consensos y romper con los estereotipos existentes.

Puntos de discusión

- ¿Están satisfechos ustedes de sus figuras corporales? ¿Quiénes están más satisfechos?
- ¿Cómo se forma en nosotros la idea de cuerpo atractivo?
- ¿Son realistas las imágenes de belleza que recibimos de los medios de comunicación?
- ¿Existen partes de nuestro cuerpo que podríamos cambiar? Y las partes que no podemos cambiar ¿Afectan a nuestro humor, nuestra inteligencia, nuestra capacidad para relacionarnos?
- ¿Existe algo en nuestra vida que esté afectado por nuestros cuerpos?

Seguidamente se realizará la técnica de Abanico. Se dobla un papel en forma de abanico, se escribe el nombre de cada participante en un doblez diferente y se pasa entre los miembros del grupo.

Cada participante escribe algo positivo sobre la persona cuyo nombre está en el doblez, lo pasa a la persona que tenga a su lado, así hasta que todos los miembros del grupo hayan escrito algo positivo sobre cada persona, de tal manera que quedará formado un abanico donde aparezcan aspectos positivos de todos los participantes.

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, donde se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realiza teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

Actividad # 6.

Título. La sexualidad.

Objetivo: analizar la sexualidad como una manifestación de la personalidad teniendo en cuenta: definición, relación con el sexo, y componentes psicológicos, lo que favorecerá un mejor conocimiento en esta etapa de la vida.

Tiempo: 120 minutos.

Medios: papel y lápiz

Descripción del contenido de la actividad:

Se comienza la actividad con una reflexión a partir de las siguientes preguntas.

- ¿Qué es la sexualidad? Se analiza su definición.
- ¿Qué lugar ocupa en nuestras vidas?
- ¿Cómo en la tercera edad logramos una sexualidad feliz?

Se divide el grupo en dos equipos, se hace entrega a cada uno de un sobre cerrado que contiene tarjetas con definiciones y un papel para elaborar la definición colectiva de acuerdo con los criterios personales de los conceptos: personalidad, sexo, género, identidad de género, rol de género, orientación sexo-erótica en la vejez.

Una vez concluido el tiempo otorgado se invita a cada equipo a:

- Abrir los sobres.
- Leer las definiciones de cada tarjeta.
- Compararlas con las que ellos escribieron.
- Cada equipo expresa los elementos esenciales de las definiciones.

Se explica brevemente las dimensiones y funciones de la sexualidad. Se aclara cualquier duda que se presente.

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, donde se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realiza teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

Actividad # 7.

Título. Diálogo a partir de un texto. (Figura 2)

Objetivo: contribuir al desarrollo de la motivación de los adultos a partir de la lectura seleccionada.

Tiempo: 90 minutos.

Medios: libro de texto.

Descripción del contenido de la actividad:

Explicar la dinámica de la actividad y conducir el análisis.

El texto puede ser cualquiera que se ajuste al tema y sea comunicable como, por ejemplo, textos extraídos del libro "Como vivir 120 Años", de Eugenio Selman-Husein Abdo.

Para la realización de la actividad se organizan los participantes en cinco grupos con las siguientes temáticas: propósitos, optimismo, órgano que no se ejercita se atrofia, los extremos son nocivos, eliminar las cuestiones que nos dañen.

Cada grupo preparará una exposición del tema utilizando técnicas participativas, de actuación, relatos, etc.

Forma: texto escrito.

Pasos:

- Selección del texto.
- Lectura.
- Interpretación.
- Comentario de cuestiones interesantes.
- Explicación por parte del facilitador si es necesario.
- Determinar relaciones con la realidad.
- Precisar conclusiones.

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, donde se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realiza teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.



Figura 2. Diálogo a partir de un texto

Actividad # 8:

Título. Los adultos en la familia.

Objetivo: contribuir a una correcta orientación del adulto en su seno familiar.

Tiempo: 90 minutos.

Medios: tarjeta y papelógrafo.

Descripción del contenido de la actividad:

Explicar la dinámica de la actividad y conducir el análisis.

A cada persona se entrega una tarjeta para que identifique qué actividades escritas en un papelógrafo puede ser realizada por los adultos y cuáles les corresponden a otros miembros de la familia:

- Soñar con independencia nuevos proyectos de vida.
- Disfrutar de la privacidad de un espacio en la familia.
- Reiniciar relaciones amorosas.
- Buscar los mandados.
- Llevar al nieto al círculo.
- Reincorporarse al estudio.
- Opinar en las decisiones del hogar.
- Planear y disfrutar de paseos, viajes y actividades recreativas.
- Despertar a los demás.

Posteriormente, se hace el conteo de las opiniones y se coloca, en un lugar visible, los resultados de manera tal que se pueda hacer una reflexión en el grupo sobre:

¿Cuáles de estas ideas afectan la convivencia familiar?

¿Qué acciones sociales y familiares se pueden acometer para mejorar la convivencia familiar con el adulto mayor?

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realizará teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

Actividad # 9.

Título. Las tres sillas.

Objetivo: recoger la opinión de los participantes sobre los resultados obtenidos a partir de las actividades realizadas.

Tiempo: 45 minutos.

Medios: tres sillas, tres papeles con las frases.- Llegué..., Me sentí..., Me voy...

Descripción del contenido de la actividad:

En el frente del aula se colocan tres sillas, en cada una se pone un papel con una frase.- Llegué..., Me sentí..., Me voy...

Cada participante debe pasar por el frente y sentarse en una silla y con una palabra completar cada frase.

Se culmina la actividad dando lectura a lo expresado por José Martí

“Saber envejecer es la mayor sabiduría y uno de los más difíciles capítulos del gran arte de vivir.”

Conclusión:

Se realiza una valoración cualitativa de la actividad, se concluye que para ampliar los conocimientos referentes al tema se pueden dirigir a la Universidad del Adulto Mayor

Evaluación:

Se realizará teniendo en cuenta los indicadores de la guía de observación.

Concluidas las mismas, se pudo constar que se llegó a 1223 adultos mayores y se entrevistan 1059, para un 86,5 %; de ellos:

El 71,1% quedó en disposición de incorporarse, opina que su familia los apoyaría y los ayudarían en la consecución de sus objetivos, el 18,9 plantea no querer continuar realizando estudios porque se sienten agotados por la vida laboral que tuvieron y desean descansar un tiempo y otros consideran que esto no es necesario a su edad y un 10% plantea que tendrían menos tiempo para las tareas del hogar, atender hijos con discapacidad o solteros y nietos, problemas de salud y mucho más interesante resulta el temor de hacer el ridículo debido a la edad.

El 98,9 % considera que saldría de las rutinas hogareñas, pues les causan desasosiego.

El 99,9% considera que la CUAM le brinda la posibilidad de continuar asistiendo a actividades que contribuyen a su cultural general integral.

El 99,2 % plantea que les brinda la oportunidad de realizar actividades de integración social que no hacen por razones de trabajo o por falta de gestión.

En los datos obtenidos se aprecia que las personas adultas mayores en las que no se logró expectativas para matricular en la CUAM demostraron reconocer, en su mayoría, la esencia del proceso; pero desconocen sus verdaderas potencialidades, lo que sugiere continuar sistematizando aquellas actividades que causaron impacto, con el fin de que estas personas se incorporen y mejoren su integración social y con ello, su calidad de vida.

Conclusiones

1. Las actividades realizadas en las comunidades del Consejo Popular “Santa Rita” lograron motivar a los adultos mayores para su incorporación a la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor, perteneciente al Centro Universitario Municipal de Jiguaní.
2. Continuar sistematizando aquellas actividades que causaron impacto, con el fin de que estas personas se incorporen y mejoren su integración social y con ello, su calidad de vida.

Referencias bibliográficas

- Álvarez, C. M. (1992). La escuela en la Vida. La Habana: Félix Varela.
- García T, Herrera, J y Román, L.F. (2005). La Universidad del Adulto Mayor, una experiencia para el desarrollo en IV Simposio Internacional de Psicología, Villa Clara.
- Hernández, E. A. (2015). Modelo didáctico para la formación y desarrollo de las habilidades profesionales básicas de la especialidad zootecnia-veterinaria en la educación técnica y profesional. Universidad de Ciencias Pedagógicas “Héctor Alfredo Pineda Zaldivar” – La Habana: Editorial Universitaria, 2015. -- ISBN 959-16-2590-8.
- IPLAC. (2001). Modelo pedagógico para la formación y desarrollo de habilidades y capacidades. Material curso de postgrado. La Habana. p 5.
- Orosa, T. (2003). La Tercera edad y la familia. La Habana: Félix Varela.
- ONEI (2018). Cuba y sus territorios. Granma. Obtenido en <http://www.onei.gob.cu/mapa/>
- Román, M. (2005). Una modalidad didáctica gerontagógica para atender las necesidades educativas del adulto mayor en Villa Clara. Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas. Facultad de Ciencias Sociales. Villa Clara.
- Valdés, R. (2007). Diccionario del Pensamiento Martiano. La Habana: Ciencias Sociales. p.147-148.