
UNIDAD 153 ECATEPEC

“PROGRAMA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS
MAYORES DE 60 AÑOS DE EDAD: UNA ALTERNATIVA.”

**PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO.
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

PRESENTAN:

SMIRNA SÁNCHEZ ÁNGELES
WENDY PATRICIA LUNA CASTRO

ASESOR PEDAGÓGICO:

ASESOR METODOLÓGICO:

LIC. MERCEDES CARRASCO RAMÍREZ

LIC. AMPARO BARAJAS GONZÁLEZ

AGRADECIMIENTOS

A Dios :

Por darme la vida y una Hermosa Familia.

Por permitirme terminar un sueño y dar la pauta para comenzar muchos otros.

Infinitamente Gracias.

A mi Padre:

Por apoyarme durante toda mi vida, por ser un hombre admirable, siempre incansable.

A mi Madre

Por creer en mi y apoyarme en todas mis decisiones, demostrarme tu amor, cariño y comprensión en los momentos más difíciles de mi vida. Por tus sabios consejos y darme lo mejor de ti. Así como los esfuerzos que has hecho para que yo sea una mujer de bien. A ti te debo mis logros.

A mis Hermanos:

Gersom, Isai, Jasiel y Madai.

Por apoyarme cuando mas los he necesitado, por que también forman parte de este gran sueño. Los quiero y espero que siempre estemos unidos.

A mi Abuela

Rosita

Por los cuidados que siempre me has tenido. Por tu ejemplo y dirección, por que has sabido ser una mujer generosa.

A mis Tías:
Ana y Rocío
Por dedicarme muchos momentos,
corregirme y aconsejarme.
Son un gran ejemplo.

A mis familiares:
Por todo el apoyo, cariño y confianza.

A mi Compañera:
Wendy
Por compartir numerosos momentos de
trabajo y alegría. Tolerarme y
comprenderme y ser una excelente
cómplice.

A mis amigos:
Becksy, Nelly, Adriana, Yolanda,
Teresa, Jonathan, Benjamín y Roberto.
Por compartir muchos momentos
inolvidables, indudablemente son parte
de este sueño. A Fernando por hacerme
la vida más agradable y tu hermosa
intención de hacerme feliz.

A mis Profesoras:
Amparo, Mercedes, Arcelia, Alejandra,
Lupita y Eugenia.
Que han sido parte fundamental en mi
formación académica. Pero además por
ir más allá de la teoría cediendo su
experiencia y proporcionando consejos
útiles a mi vida.

Smirna

Quiero agradecer a Dios por permitirme vivir esta nueva etapa de mi vida, por llegar tan lejos a pesar de todas las piedras del camino, y de sentir esta enorme felicidad que invade mi cuerpo.

A mi Madre por todo el apoyo que me ha brindado y haberme abierto los ojos cuando veía todo gris y creía que ya no había futuro para mí.
GRACIAS MAMITA

A mis hijos Javier y Valeria por la espera de una caricia o algún apoyo escolar en mi ausencia. Hijos se perfectamente que el tiempo perdido no se recupera jamás, pero ahora tengo una nueva oportunidad de orientarlos, espero hacerlo mucho mejor.

A mi hermana Teraly por el apoyo, su amor y comprensión incondicional que me mostró a lo largo de toda la Licenciatura.

A mi hermano Javier por el cariño y todas las pláticas de fortaleza que me ha brindado.

A mis Seres Queridos (Abuelos, Tíos, Primos), los cuales siempre creyeron en esta mujer fuerte, sin imaginar que en realidad fueron ellos los que le dieron fortaleza a esta mujer frágil.

A mi compañera Smirna por el apoyo moral y esa gran mancuerna que hemos logrado. Y a su familia por la paciencia de aquellas largas jornadas de trabajo.

A mis mejores amigos Roberto y Teresa por su infinita confianza, cariño y comprensión.

A mis maestros (as), que me abrieron los sentidos al conocimiento, en especial a una de ellas que fue quien me vio derrotada varias veces, las mismas que me levantó, dándome animo para seguir adelante y poderme dar cuenta de que aún tengo muchas cosas porque luchar.

A todos los que creyeron en mí, así como a los que dudaron también. Nuevamente le doy gracias a Dios, ahora por poner en el camino a esa gente buena y mala, las buenas porque me siguen dando fortaleza de continuar adelante y a las otras por darme la lección de que la vida definitivamente no es fácil.

Por último y no por ello menos importante agradecerte Dios por enviarme mi Estrellita que en todo momento ha iluminado mi vida, mi destino...

Solo me resta decir...

GRACIAS POR CREER EN MÍ.

LOS AMO

WEPA

ÍNDICE

	PÁGS.
INTRODUCCIÓN	4
CAPÍTULO I	
ENVEJECIMIENTO	
1.1 DEFINICIÓN DE VEJEZ	9
1.2 CARACTERÍSTICAS BIOLÓGICAS DEL VIEJO	14
1.3 EL VIEJO Y SUS ENTORNOS:	16
a) Laboral	16
b) Familiar	20
c) Vivienda	22
1.4 EL ASPECTO PSICOLÓGICO EN LA VEJEZ.	23
1.5 EL VIEJO Y LA ECONOMÍA.	27
CAPÍTULO II	
EL VIEJO EN MÉXICO	
2.1 ANTECEDENTES	30
2.2 CAMBIOS EN LA ECONOMÍA DE LA POBLACIÓN VIEJA	36
2.3 CAMBIOS Y DERECHOS DEL VIEJO EN DISTINTOS ÁMBITOS	37
2.4 EL VIEJO DE LA COLONIA CD. AZTECA 2ª SECCIÓN	40
2.5 TEORÍA DE LA CONTINUIDAD	49

CAPÍTULO III

HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS DE EDAD

3.1 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA LA COLONIA CD. AZTECA, 2ª SECCIÓN.	55
3.2 PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE LOS TALLERES PARA LAS PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS DE EDAD.	55
• POLÍTICAS DEL PROGRAMA	56
3.3 OBJETIVOS	58
• GENERAL	58
• PARTICULARES	58
3.4 DELIMITACION DEL CONTEXTO	59
3.5 ESTRATEGIAS	60
3.6 PROGRAMA TALLER DE MANUALIDADES	61
3.7 PROGRAMA TALLER DE ACTIVIDADES RECREATIVAS	64
3.8 PROGRAMA TALLER DE AUTOESTIMA	66
3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS TALLERES	68
a) Estructura	68
b) División del trabajo	68
3.10 EVALUACIÓN	70
• RESULTADOS Y DISCUSIÓN	74
• PROSECUCIÓN	74
• CUMPLIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES DISEÑADAS	75
LOGROS DE LOS OBJETIVOS	75
CONCLUSIONES	77
FUENTES DE CONSULTA	79
ANEXOS	85

INTRODUCCIÓN

La opción que elegimos para titularnos es el Proyecto de Desarrollo Educativo, dado que “...es una propuesta de intervención que busca resolver un problema detectado en el proceso educativo. En él se especifica el problema que es motivo de intervención, las estrategias y fundamentos de la acción innovadora, las condiciones particulares de aplicación, los recursos, los tiempos y las metas esperadas. De igual forma puede plantear los mecanismos para realizar su seguimiento con miras a establecer las modificaciones necesarias. Asimismo, puede reflexionar sobre la pertinencia de sus proposiciones de acuerdo con los contextos y las políticas vigentes.”¹

El presente trabajo comenzó su desarrollo con la realización de un diagnóstico que nos llevó a identificar las necesidades educativas que presenta la colonia Ciudad Azteca 2ª sección en Ecatepec, Estado de México. En el primer acercamiento con el objeto de estudio se realizó una investigación participativa,* para que nos aproximara a la realidad social de las personas mayores de 60 años de edad, lo que permitió recabar información para reconocer y ubicar la problemática de éstos. Para la recogida de datos se utilizaron técnicas como la entrevista, ya que “Es una técnica mediante la cual el entrevistador sugiere al entrevistado algunos temas sobre los que éste es estimulado para que exprese todos sus sentimientos y pensamientos de una forma libre, convencional y poco formal, sin tener en cuenta lo correcto del material recogido.”³ Utilizamos esta técnica para saber con mayor precisión sobre los cambios que ocurren a nivel psicológico.

¹ UPN. Reglamento de Titulación Art. 15

* La Investigación Participativa, se caracteriza por un conjunto de principios, normas y procedimientos metodológicos que permite obtener conocimientos colectivos sobre una realidad social. Según Miguel De. Manual de Técnicas de Investigación Citado por: Eduardo García Jiménez. Metodología de la Investigación Cualitativa. p. 320.

³ Gloria Pérez Serrano. Investigación cualitativa. Retos e Interrogantes. II. p. 41.

Además se recurrió a la observación, dado que es un "...proceso mediante el cual se perciben deliberadamente ciertos rasgos existentes de la realidad por medio de un esquema conceptual previo, y con base en ciertos propósitos definidos generalmente por una conjetura sobre la cual se requiere indagar algo al respecto del objeto observable."⁴

El contenido del trabajo está organizado en tres capítulos; en el Capítulo I, exponemos los fundamentos teóricos que retomamos para comprender al adulto mayor de 60 años; asimismo mostramos algunas de las características y cambios físicos por los que atraviesa el viejo, además de sus implicaciones psicológicas; en el Capítulo II presentamos los hallazgos de la investigación de campo, tales como la frecuente marginación de que son objeto los viejos por los distintos sectores sociales, e inclusive a veces por su propia familia, con el argumento de que no aportan ningún beneficio y que, por el contrario, representan una carga para quienes les rodean. Este rechazo, aunado a la "...disminución de sus facultades físicas o mentales, incrementa su condición de vulnerabilidad."⁵

Además expresamos por qué nos interesó este problema así como la actitud y compromiso que como Licenciadas en Intervención Educativa tenemos, asimismo comentamos sobre la forma en que decidimos intervenir. Por último, en el Capítulo III exponemos nuestro proyecto de Intervención así como su evaluación, dirigido hacia las personas mayores de 60 años de edad, con el que buscamos la reintegración social de estas personas, a través de diversas actividades.

Reconocemos que actualmente "México cuenta con una población de 8.2 millones de gente mayor, para el año 2015 habrá 15 millones de ancianos y para el 2050 sumarán 42 millones."⁶ Lamentablemente no existen muchos organismos que se enfoquen a su atención; por ello consideramos que es el momento en el que

⁴ Frida Ortiz. Metodología de la investigación, p. 59

⁵ <http://cedhj.org.mx/cuales/canciano.html> 22 de junio del 2007

⁶ <http://www.inapam.gob.mx/otrasacciones.htm> 22 de junio del 2007

debemos iniciar con la construcción de alternativas que dignifiquen los últimos años de vida de estas personas y que, al mismo tiempo, la sociedad tome conciencia de su responsabilidad para con ellos.

En el diagnóstico de necesidades educativas realizado en la colonia Ciudad Azteca, resaltan los siguientes hallazgos: que las personas mayores de 60 años necesitan de convivencia con las demás personas (ver anexo 1); es decir, tener una vida social con gente de su edad, ya que la mayoría se sienten abandonadas, debido a que la gran parte del tiempo lo pasan solas. Mencionaron también que les gustaría ocuparse en alguna actividad manual, realizándola aun sabiendo que no recibirán una remuneración, un documento oficial o un premio, ya que lo que realmente buscan es la satisfacción de haber logrado aprender, y no considerarse dependientes de terceras personas, además de que les gustaría ser acompañados por otros individuos de su edad.

Tomando como referencia lo anterior y para el desarrollo del proyecto, optamos por realizar un programa integrado por 3 talleres, con los que se buscó principalmente el mejoramiento de la calidad de vida de las personas objeto de estudio. El primero denominado Taller de Manualidades, el segundo Taller de Actividades Recreativas, el tercero y último Taller de Autoestima, girando en torno a la valoración positiva sobre sí mismo.

Consideramos que el individuo aprende a través de toda su vida, y puesto que las personas mayores de 60 años no son un ser acabado, sería erróneo desaprovechar los conocimientos que han adquirido a lo largo de los años; es por ésto que deben mantenerse dentro de las actividades que vayan de acuerdo a sus expectativas y necesidades, principalmente las vinculadas con su estabilidad emocional.

En la historia de nuestra cultura, anteriormente la vejez se tenía en alta estima, dado que el promedio de vida era bajo en comparación con la actualidad, por lo que la opinión del viejo en asuntos vitales era más escuchada y se valoraba más la

experiencia que la innovación. Actualmente el número de personas mayores de 60 años de edad ha aumentado extraordinariamente y su papel social ha perdido importancia; por ejemplo en la familia lo perciben como estorbo, en el trabajo ya no es rentable y trae consigo la jubilación. Lo anterior ha provocado un cambio de roles y, por lo tanto, presiones por parte de la sociedad, lo que provoca en los viejos baja autoestima.

Dado que el viejo presenta un deterioro en su organismo, socialmente se le ubica como un ser vulnerable que necesita atención. Por ello retomamos la Teoría de la Continuidad que dice que la inactividad y la pérdida de contactos sociales provocan la inadaptación del viejo, por lo que debe avanzar a la par de los continuos cambios que se den a su alrededor, para mantener o adquirir nuevos roles y no convertirse en un ser inactivo.

Antes de adentrarnos a nuestro trabajo es de vital importancia mencionar que a las personas mayores de 60 años de edad se les puede nombrar de diferentes maneras como son: anciano, adulto mayor, senil, senecto, tercera edad, edad de oro, persona mayor, y que las distintas denominaciones a veces son consideradas como sinónimos entre sí. La *vejez* "...se refiere a la calidad de viejo, siendo sinónimo de ancianidad, caducidad, caduqués, decrepitud, senectud. Trátase entonces del último período de la vida, caracterizado por la disminución progresiva de las facultades físicas y psíquicas y la aparición de enfermedades y molestias diversas. El comienzo de la vejez, tiene lugar hacia los 60 y 65 años de edad."⁷ Etimológicamente vejez es derivada de *viejo* y procede del latín *veclus*, *vetulum*, que, a su vez, es definido "por *la persona de mucha edad*".⁸ Y por lo que respecta a la semántica, en español hay términos sinónimos; viejo, anciano, senecto, gerente, persona mayor, etcétera. "...si consideramos el sentido puro encontramos que la tercera edad es la vejez y por lo tanto el término más correcto es el de *viejo*, que por otro lado, no tiene nada

⁷ Ángel Salas Alfaro. Derecho de la Senectud, p. 3.

⁸ Rocío Fernández. Gerontología social. p. 39.

peyorativo.”⁹ Así podemos ver que no existe una regla en cuanto al uso del término que debe utilizarse con estas personas.

La afirmación anterior es pertinente porque en nuestro trabajo referiremos al individuo que ha llegado a la *vejez* como “*viejo*”, como ya lo mencionamos etimológicamente significa persona de mucha edad y que, atendiendo a la semántica, *no es un término despectivo*, así que en adelante nos referiremos a *la persona mayor de 60 años* como *viejo*.

Cabe aclarar que a lo largo de este trabajo el aparato crítico se ha estructurado de acuerdo a la propuesta de Umberto Eco, en su libro *Cómo se hace una tesis*.¹⁰ Y en lo que respecta a las fuentes electrónicas se realizó como lo señala Corina Schmelkes.¹¹

⁹ *Ibíd.* p. 32

¹⁰ Cfr. Humberto Eco. *Cómo se hace una tesis*. Caps. III y V

¹¹ Corina Schmelkes. *Manual para la presentación de anteproyectos e informes de investigación (Tesis)*. p. 52.

CAPÍTULO I: ENVEJECIMIENTO

Para empezar este capítulo es necesario tener en cuenta cómo se concibe a la persona mayor de 60 años, por ello a continuación mencionaremos y analizaremos algunos conceptos. Consideramos pertinente iniciar de esta manera ya que cuando se habla del término viejo, generalmente se hace referencia a aquel que sufre de ciertas dolencias e incluso que es inservible y por lo tanto es una carga para aquellos que le rodean; por esta razón, con frecuencia, la gerontología* se ve reducida al estudio del viejo. La vejez, como un estado del individuo, supone una etapa de la vida: La última.

Mencionaremos además los cambios físicos que se van dando en el proceso del envejecimiento, la atrofia en los sentidos, así como el aumento de las enfermedades; razón por la cual éstos son discriminados por la sociedad en los distintos sectores, incluyendo la familia. Nombraremos además, el proceso psicológico en el viejo, ya que en gran medida tiene dificultad para manejar nuevos acontecimientos y conceptos, por último señalaremos rasgos de la relación entre el viejo y la economía.

1.1 DEFINICIÓN DE VEJEZ

Como ya se mencionó en la introducción, etimológicamente *vejez* es derivada de *viejo* y procede del latín *veclus, vetulusm*, que, a su vez, es definido “...*por la persona de mucha edad.*”¹² Así que todos estos conceptos de viejo, vejez y envejecimiento, hacen referencia a una condición temporal, a una forma de tener en cuenta la consecuencia del tiempo en el individuo, es decir, a la edad. También se dice que “...el envejecimiento puede ser definido como: cualquier cambio temporal en un

* Ciencia que estudia los procesos de envejecimiento del organismo y del psiquismo, con el propósito de retrasarlos. Estudia además los problemas biológicos, psicológicos y sociales de las personas de edad avanzada. Según Rocío Fernández. *Gerontología social*. p. 42.

¹² *Ibidem*. p. 39.

objeto o sistema, que es bueno, malo o indiferente a un determinado juez u observador.”¹³ Lo que si podemos afirmar en definitiva, es que la vejez, en todos sus derivados, está en función del tiempo que transcurre para un determinado organismo frecuentemente medido según su edad. Aunque es necesario mencionar que la vejez no sólo se establece en función de la edad cronológica, sino que también en los cambios físicos como un potencial indicador de la vejez y es que el ser humano experimenta una serie de cambios a lo largo de la vida para después, poco a poco, ir declinando en sus capacidades físicas. Es decir, la palabra envejecimiento se refiere usualmente a cambios físicos como son: “...pérdida de fuerza, disminución de coordinación y del dominio del cuerpo, alterando la salud. Pero si este cuadro es cierto en determinados casos, omite las diferencias individuales, la naturaleza y amplitud de los cambios físicos así como la forma en que estos se relacionan con factores procedentes del entorno y del medio social.”¹⁴ Las personas viejas de la colonia Ciudad Azteca* nos mencionan que han visto su piel arrugarse, encanecer sus cabellos y, aquellos que no se han preocupado por tener actividad física, pierden fuerza, al tener un menor dominio sobre el cuerpo, y lentamente han observado como se quebranta su salud.

Ahora bien, el organismo humano, tras un período de crecimiento rápido y estabilidad relativa, va perdiendo capacidad biológica en la medida en la que va pasando el tiempo. Esto quiere decir que existen ciertos patrones de estabilidad y cambio, pero para concluir en la edad y los cambios físicos existen principios, por ejemplo: “...no todas las personas envejecen o cambian al mismo ritmo, el entrenamiento y el cuidado del cuerpo pueden llevar a que las personas de más edad estén físicamente mejor que otras más jóvenes y, en este mismo sentido, sobre todo que existen personas de edad que tienen mejor salud que otras más jóvenes y existe una enorme variabilidad entre personas de edad en cuanto a enfermar.”¹⁵

¹³ Yates. Theory of Aging. Citado por Rocío Fernández. Gerontología social. p. 39

¹⁴ Mishara y Riedel El Proceso de Envejecimiento. p. 25

* Entrevista. Ver anexo 1

¹⁵ Mishara y Riedel El proceso de envejecimiento. Citados por Rocío Fernández. Gerontología Social p. 39

Existe otra categorización de los viejos, la edad cronológica, pero ésta nos dice muy poco respecto a la forma del envejecimiento, se limita únicamente a ordenar los rangos de edad considerando a "...los jóvenes-viejos aquellos entre 65 y 74 años, los viejos-viejos son situados entre 75 y 85 años, considerando a las personas mayores de 85 como los viejos más viejos."¹⁶ Son mucho más atractivas aquellas teorías que nos explican detalladamente cómo envejece el hombre; por ejemplo el envejecimiento primario y secundario. Entendiéndose por "...envejecimiento primario los cambios inherentes al proceso de envejecimiento, y envejecimiento secundario al que hace referencia a los cambios causados por enfermedad que son reversibles o que no están causados por la edad sino por una covariante de ésta."¹⁷

Por otro lado también resulta interesante conocer algunas de las diferencias entre envejecimiento y la senescencia o senectud. Mientras que el envejecimiento implica cambios debidos al tiempo, éstos pueden ser positivos, negativos o neutros, la senescencia es definida como "...la progresiva pérdida de estabilidad de los sistemas biológicos, la cual incrementa la posibilidad del fallo del sistema."¹⁸

Ahora bien, el envejecimiento psicológico resulta de un equilibrio entre estabilidad-cambio y entre crecimiento-declive. Es decir, existen algunas funciones que, a partir de una determinada edad, se estabilizan, por ejemplo la personalidad; otras que experimentan crecimiento a todo lo largo del ciclo vital como la experiencia o los conocimientos y, finalmente, otras que declinan y se comportan, de la misma manera, por ejemplo la inteligencia fluida o el tiempo de reacción.

En nuestra sociedad, los viejos son designados como tal por las costumbres, por las conductas, por el vocabulario mismo. "...el envejecimiento es, para algunas personas satisfechas, un proceso dinámico de la vida en el cual nuevas y significativas funciones y metas se identifican. Esta gente, preparada económica y mentalmente,

¹⁶ Riley. *Methodological Issues in Aging Research*. Citados por Rocío Fernández. Op. Cit. p. 40.

¹⁷ Busse, E. M. (1969) *Theories of Aging*. En E. W. Bussey, E. Pfeiffer (eds.), *Behavior adaptation in late life*. Boston, M. A.: Little Brown. Citados por Rocío Fernández. Op. Cit. p. 41.

¹⁸ Yates *Theory of Aging*. Citado por Rocío Fernández. Op. Cit p. 41

se adapta lo mejor que puede a su decadencia física y mental y a los cambios en su forma de vida.”¹⁹ Sin embargo para la multitud restante de las personas mayores de 60 años de edad es un estado de aislamiento, aturdimiento, resignación y una pérdida de salud, posición social y dignidad. Mal preparados para los cambios tanto físicos como mentales y para las demandas de la vejez, estas personas con frecuencia no se adaptan debidamente, no buscan asistencia, decaen en forma gradual y llegan a requerir de vigilancia constante y aún de hospitalización.

El concepto envejecimiento, según Raúl Fuentes Aguilar “...es válido desde el nacimiento hasta la muerte y está entendido cronológicamente, como transcurso del tiempo, es decir, significa una evolución progresiva, irreversible, cuyos rasgos esenciales son el modelo de la forma y su destrucción. La ley de la vida es cambiar, por lo tanto el envejecimiento es un tipo de cambio irreversible y desfavorable, comienza el deterioro.”²⁰ El envejecimiento cronológico no necesariamente concuerda con el envejecimiento biológico, psicológico o social. Dentro del envejecimiento existen tres puntos que son fundamentales:

- El primero de ellos dice que el envejecimiento es individual, esto quiere decir que todas las personas envejecen en forma distinta, dependiendo de diversos factores tales como: alimentación, ritmo de vida, ejercicio, etc.
- El segundo, señala que los órganos no envejecen a la misma velocidad dentro de un mismo individuo dependiendo de la interacción con el medio ambiente y de factores como el trabajo, emocionales, nutricionales, etc. Encontraremos, por ejemplo, que en algunos individuos a los sesenta años su corazón equivaldría literalmente al de ochenta, mientras que sus riñones tal vez al de cincuenta.

¹⁹ Raúl Fuentes Aguilar. Problemas de la vejez y el envejecimiento. p.17

²⁰ Ibid p.17

- Y el último señala que el envejecimiento es un proceso dinámico que empieza con la concepción y acaba con la muerte.

Ahora bien, el envejecimiento del organismo plantea problemas específicos que afectan al individuo tanto en la familia como en la comunidad; a medida que envejece la persona se incapacita para la vida activa debido a tres factores principales: invalidez progresiva producida por el proceso normal de envejecimiento fuera de toda relación con procesos patológicos; acentuación de los efectos de enfermedades que ya eran importantes en los periodos anteriores de la edad adulta; problemas psicológicos y sociales debidos generalmente a situaciones familiares y económicas asociados con la senectud. El envejecimiento sano sólo requiere de tres elementos esenciales: ambiente afectivo, salud y status social adecuado; es decir, que el lugar donde esté el viejo sea armónico, gozar de una buena salud y estar bien económicamente para subsistir.

Es importante indagar sobre la definición de viejo, aunque es difícil dar una definición exacta ya que no hay relación entre la edad cronológica y la edad biológica, como ya se mencionó anteriormente. Sin embargo, el doctor González Aragón²¹ hace una clasificación de tres periodos que abarcan las distintas etapas:

- Periodo de prevejez: de los 45 a los 60 años (periodo preclínico) es cuando la persona sufrirá una serie de cambios de tipo fisiológico en su organismo, que si se realizan de forma adecuada le permitirán pasar a los otros conservando su facultades y capacidades prácticamente íntegras y libres de enfermedades; es la etapa de la prevención de los trastornos de la vejez.
- Senescencia o vejez verdadera: de los 60 a los 74 años (periodo de tratamiento) en el cual se presentan la mayoría de las enfermedades, sólo que en los viejos tiene una expresión muy particular y una evolución muy especial.

²¹Cfr. Joaquín González, Aragón. Aprendamos a Envejecer Sanos: Manual de Autocuidado y Educación para la Salud en el Envejecimiento. pp. 24-25

- Senilidad o vejez-ancianidad: de los 75 años en adelante. Aquí los procesos patológicos o enfermedades pueden llegar a un extremo irremediable. Sin embargo, se puede intentar detenerlas en su progresión o bien iniciar procesos de rehabilitación.

La vejez de las personas no se produce simultáneamente sobre su totalidad sino que comienza y predomina en algunos de sus campos, es decir en el cuerpo, en la mente o en la relación con el mundo exterior, en el siguiente apartado expondremos las particularidades, así como los cambios que sufre el viejo.

1.2 CARACTERÍSTICAS BIOLÓGICAS DEL VIEJO

Los autores Warner y Willis²² refieren diversas características físicas entre las que encontramos que: al envejecer el cuerpo se modifica y sufre cambios tales como la pérdida de los dientes, provocándose un achicamiento de la parte inferior del rostro de tal manera que la nariz se alarga verticalmente a causa de la atrofia (disminución en el tamaño, volumen y peso de los órganos) de los tejidos elásticos y se acerca al mentón (barbilla).

En los párpados superiores se produce un espesamiento y se forman bolsas debajo de los ojos. El labio superior se afina, el lóbulo de la oreja crece. El esqueleto también se modifica, los discos de la columna vertebrales se comprimen y los cuerpos vertebrales se aplastan. La anchura de los hombros se reduce, el de la pelvis aumenta, la atrofia muscular y la esclerosis (transformación de los órganos del cuerpo humano en tejido fibroso) provocan trastornos en los movimientos del viejo. El esqueleto sufre de osteoporosis (formación de espacios anormales en el hueso), la sustancia compacta del hueso se vuelve esponjosa y frágil, y por esa razón la

²² Cfr. Schaie Warner y Sherry Willis. Psicología de la edad adulta y la vejez. pp. 409-448

fractura del cuello del fémur, que soporta el peso del cuerpo, es un accidente frecuente.

El corazón no cambia mucho pero se ve alterado su funcionamiento, pierde progresivamente sus facultades de adaptación, así que el sujeto debe reducir sus actividades ya que no puede abusar de él. El sistema circulatorio también se modifica, siendo la arteriosclerosis (afección crónica de los vasos sanguíneos que se caracterizan por el engrosamiento y pérdida de la elasticidad de las paredes arteriales) la característica más constante de la vejez. Los vasos pierden elasticidad, el rendimiento cardíaco disminuye, la velocidad de la circulación se aminora y la tensión aumenta. La sangre es ahora incapaz de reparar el tejido pulmonar y, por consiguiente, la degeneración pulmonar es apresurada, lo que dificulta aún más el poder oxigenante de los pulmones.

El cerebro está arrugado, es más denso, contiene más líquido y menos grasa, las fibras nerviosas son más delgadas y las células nerviosas están atrofiadas. La fuerza muscular disminuye. Los nervios motores transmiten con menos velocidad las excitaciones y las reacciones son menos rápidas. También se dan cambios en los riñones, glándulas digestivas y el hígado.

Los órganos de los sentidos son afectados, la vista disminuye y su capacidad de discriminación declina. El oído también se ve afectado hasta llegar a la sordera. El tacto, el gusto y el olfato tienen menos agudeza que antes.²³

Simone de Beauvoir enumera una serie de características físicas que se presentan en el viejo, entre las que encontramos que: "...el pelo blanquea y ralea debido a que hay una despigmentación del bulbo capilar; por deshidratación el tejido dérmico pierde elasticidad, la piel es más seca y delgada, debido al desgaste del tejido conjuntivo es más blanda y se pliega en arrugas. Estos pliegues son especialmente

²³ Cfr. Arturo Lozano Cardoso. Introducción a la Geriatria. 3.0

marcados donde ha habido pérdidas de grasa, como en la frente, cuello, etc.”²⁴
Creando en él temores y baja autoestima.

En términos generales la vejez estará caracterizada por la atrofia, la hipofunción (disminución de las funciones) causada por la atrofia; pérdida de agua y actualmente por un “...aumento en las enfermedades degenerativas que producen estados de invalidez y el primer tipo de dependencia, que es la física, de otras personas para una adecuada atención del viejo.”²⁵ Las enfermedades se encuentran determinadas por la herencia y los hábitos de vida, los malos hábitos que debe evitar el viejo son: el tabaco, el alcohol en grandes cantidades, el sedentarismo y las deficiencias en la nutrición. Ahora bien analicemos la relación del viejo y la sociedad.

1.3 EL VIEJO Y SUS ENTORNOS:

El ser humano cuando nace forma parte de una sociedad que se ubica en un tiempo y en un lugar específico. Dentro de esta estructura social el sujeto posee una familia, un trabajo y un círculo de amistades que definen su personalidad y su rol social. A continuación expondremos cómo se desenvuelven las personas mayores de 60 años en el ambiente de trabajo, familiar y residencial.

a) Laboral

En relación al trabajo, éste será entendido como “...aquella labor remunerada en la cual se basa gran parte de la adaptación del individuo al medio social.”²⁶ Con respecto a la edad de entrada al mundo laboral, ésta dependerá del tipo de trabajo, de preparación intelectual y práctica que se requiera y de la situación económica.

²⁴ Simone de Beauvoir. Cit. por Raúl Fuentes Aguilar. Problemas de la vejez y el envejecimiento. pp. 17-18

²⁵ INAPAM. Psicología de la vejez. p. 25.

²⁶ Felipe González. Aspectos Psicosociales de la Tercera Edad. Geriátrika. Vol. 3, No. 7, 1987, p.47.

Una vez que el individuo se integra al mundo laboral, el trabajo formará el esquema organizador de nuestra existencia y será de enorme importancia en la mayor parte de los hombres. Además las relaciones sociales por lo regular son manejadas alrededor de intereses profesionales. “Para algunos hombres la actividad productiva del trabajo es la única salida. No sólo canaliza su intelecto y su vida social, sino también los impulsos artísticos que se puedan tener...”²⁷; así, el trabajo en el caso de los hombres será el centro de la vida durante mucho tiempo. El viejo es una persona que aún está o que ha estado inmersa en el mundo del trabajo durante un gran número de años, a veces cincuenta o más.

Con respecto a los conflictos laborales que presenta un trabajador viejo son diferentes de los que muestra un trabajador joven. Por ejemplo: los ascensos, provocan enfrentamientos de tipo superior-subordinado: los trabajadores mayores suelen desarrollar actitudes negativas hacia las personas que supervisan sus trabajos o de quienes dependen laboralmente, especialmente si éstos son personas jóvenes.²⁸

Otro conflicto es la relación con la vida privada, en el sentido de que aquellas personas que representan altas tasas de conflictividad personal y familiar, también presentan problemas de conflictividad laboral. En donde se presenta de manera más o menos importante la participación de los viejos es en las actividades en que trabajan por su cuenta, siendo el 48.2%; el 25% está representado por empleados u obreros, el 13% son jornaleros o peones y el 5.3% se desconoce el tipo de actividad; el 3.9% está representado por patrones o empresarios, el 3.5% son familiares no renumerados.²⁹

En lo que se refiere a los accidentes laborales, mientras que las personas jóvenes parece ser que se accidentan más debido a su falta de experiencia y a que el riesgo

²⁷ Paul Lemkau. Higiene Mental, p. 325.

²⁸ Cfr. Schaie Warner y Sherry Willis. Op Cit. p. 225-228.

²⁹ Cfr. <http://www.cuentame.inegi.gob.mx/poblacion/habitantes.aspx?tema=P> - 40k -

y las situaciones peligrosas actúan como reforzadores positivos para su conducta, el viejo se accidenta debido al normal descenso que experimenta con la edad en los tiempos de reacción y los retardos en la percepción de situaciones en peligro.

En cuanto al ausentismo laboral, el cual se entiende generalmente como la ausencia del puesto de trabajo en horas laborales, tiene su origen en las enfermedades, que por lo general se dan en mayor número en las personas viejas; aunque éste es mayor en el caso de los trabajadores jóvenes; Si bien éstos faltan por problemas familiares, retrasos, enfermedades, pereza, etcétera , lo hacen por poco tiempo, en cambio, los obreros viejos faltan raramente, pero cuando lo hacen permanecen alejados del trabajo por periodos largos, esto debido en gran medida a una convalecencia más prolongada.

Debido a que son más los hombres viejos que tienen participación económica (72.15%), algunas veces el ingreso de la mujer, por estar en puestos inferiores, es menor al del hombre; además, cuando cumple 60 años y aun antes, es difícil que encuentre trabajo pues "...en la mayoría de los empleos solicitan mujeres jóvenes de buena presentación ya que el aspecto decorativo prevalece aún por encima de la competitividad laboral."³⁰ El buscar trabajo es frecuente en la mujer adulta y en la vieja, cuando existe en esta etapa un divorcio, para ocupar el tiempo libre o cuando el marido se jubila con una baja pensión que no alcanza para mantener el nivel de vida que llevaba antes.

Ahora bien, los viejos que han logrado mantenerse activos se encuentran entre los campesinos, artesanos, comerciantes, trabajadores independientes y las mujeres en la agricultura, personal doméstico, empleadas en el comercio, etcétera; pero en el sector industrial la edad es un factor importante para que sean empleados tanto en el aspecto administrativo como entre los obreros.

³⁰ Ana María Aburto Jaimez. Condición Económica de la Mujer Vieja en México. p.2.

Cuando por una razón cualquiera una empresa reduce a su personal, quienes resultan ser despedidos son los empleados que cuentan con más de cuarenta años siendo de cualquier sexo. Los patrones son de la idea de que un obrero viejo pierde su eficacia porque ya no es capaz de adaptarse a las condiciones nuevas que se le presentan, pierde su fuerza y su rapidez es menor; estas deficiencias son consideradas sin tomar en cuenta que existe detrás experiencia y profesionalismo superior al de la gente joven.

Según un estudio realizado por INEGI, en el caso de los viejos que fueron trabajadores independientes se dedican por lo regular a desempeñar trabajos como reparar aparatos eléctricos, sacar filo a herramientas cortantes, componer calzado, trabajos de sastrería, reparar muebles, etcétera. Y las mujeres se dedican la mayoría a la limpieza y/o al cuidado de menores, ya sean familiares o no, a cambio de sueldos mínimos.³¹

La jubilación representa también un problema en el aspecto económico ya que es angustiante saber que la cantidad de la pensión no se ajusta a la realidad económica. El no disponer del dinero suficiente para vivir, resulta humillante para el viejo que antes fue autosuficiente en este aspecto. Esta situación puede llevarlo a depender económicamente de los hijos; que entonces empezarán a considerarlo una carga, motivo que también altera la relación con ellos.

Para la esposa del jubilado, su retiro supone menores ingresos, mayor trabajo en casa y modificar la rutina en la que no se encontraba presente el hombre. Situaciones que repercuten en la convivencia de la pareja y de los hijos que aún viven con ellos. En el caso de la mujer jubilada su papel de ocupación laboral puede ser importante, pero no es el único, pues además es la encargada del hogar, en donde no hay jubilación obligatoria y continua realizando una serie de actividades independientes del trabajo.

³¹ Cfr. http://www.cuentame.inegi.gob.mx/investigacionpx?tema=P_108gh

Las cualidades que se adjudican al trabajo hacen que éste represente algo especial para cada persona, de tal forma que este proceso facilita el retiro. La jubilación origina problemas, principalmente a aquellas personas cuya fuente máxima de satisfacciones y seguridad estaba representada por su trabajo, (situación que provoca el descuido a la familia y la preocupación del tiempo en actividades ajenas al trabajo). En cambio para otras puede representar una forma de liberación, ya que el trabajo era considerado como una obligación que no les proporcionaba muchas satisfacciones; por otro lado, las personas que se sentían satisfechas con su trabajo son las que pueden desligarse de su ocupación laboral y pueden realizar otras actividades sin complicación alguna.

b) Familiar

En lo tocante a este aspecto, el campo de acción del viejo se encuentra limitado ya que de paso deja de ser la figura de autoridad y sabiduría que con su experiencia transmitía todo un sistema de vida y valores, los cuales van cambiando entre las generaciones posteriores, no compaginan; así éste es acusado de ser intransigente y de no permitir el diálogo, razón por la cuál trata de recuperar su posición imponiendo sus opiniones, provocando que aquellos que le rodean sientan que invade áreas que no le corresponden. Es así como se encuentra en desventaja, ya que el deseo de mantener íntegra su identidad le dificulta la aceptación de los demás. Ahora bien, no debemos olvidar que también existe incomprensión por parte de quienes lo rodean, quizá por no entender el por qué de sus actitudes y desconocer el proceso por el que está pasando. Ya que, como lo menciona Ricardo Moragas, "...la familia está para satisfacer una variedad de necesidades para sus componentes: físicas (alimentación, vivienda, cuidado de la enfermedad), psíquicas (autoestima, afecto, amor, equilibrio psíquico) y sociales (identificación, relación, comunicación, pertenencia al grupo)."³²

³² Ricardo Moragas Moragas. *Gerontología Social*. p. 137.

La familia es el principal motivador que tiene el hombre para salir adelante y procurar una mejor calidad de vida. Los intereses mutuos son también un factor esencial que dirigen los esfuerzos de todos sus integrantes hacia la búsqueda de su bienestar común.

Dentro de la familia se da la interacción de abuelos, padres e hijos, quienes tienen una posición con respecto a su edad y sexo. Las ideas, sentimientos y actos de cada uno de ellos se conjuntan y hacen que el núcleo familiar tenga un sello muy particular, diferenciándose unas de otras.

Las posibilidades de relación del viejo se determinan por su capacidad de aceptación psicológica y por la manera en la que él mismo se conciba, de acuerdo a características que socialmente se consideran deseables. "...en nuestro contexto sociocultural el hombre es valorado por su éxito, el dinero y el poder que ha logrado, a la mujer se le valora según su atractivo físico y su juventud. En la medida en que las personas de edad avanzada se van alejando del patrón devalúan su imagen y rehúsan los contactos sociales por temor al rechazo."³³ Así, por ejemplo, el viejo en términos de sexualidad se encontrará determinada por prejuicios sociales en los que se considera que el amor y el sexo son sólo para jóvenes o adultos.

No obstante la familia constituye un grupo social básico para todos, por medio de ella se adquiere un sentido de seguridad y pertenencia, especialmente sus integrantes más vulnerables: los niños y los viejos. Dentro de ella los adultos son la principal base económica porque cooperan con el sustento mientras que los viejos colaboran de otra manera, aportando sus experiencias y valores. El viejo en algunas ocasiones ya no aporta dinero a su familia, y cuando lo hace probablemente ya no es en la misma cantidad que antes.

³³ *Ibíd.* p. 61.

c) Vivienda

Por otra parte, para muchas personas el hecho de envejecer les lleva a modificar la situación de la vivienda y a tener un cambio interior dentro de su entorno familiar, ya que algunas veces por situaciones de enfermedad o economía se ven obligados a renunciar al contacto con vecinos con los que habían tomado cariño.

Se dice que existen tres tipos de vivienda básica:³⁴ la de tipo cerrado en donde el viejo debe limitar sus movimientos a un cuarto sin áreas verdes y en muchas ocasiones sin baño propio; la de tipo semi-abierto, donde el viejo puede gozar de la libertad de su jardín, sala, o un taller además del cuarto y, por último, la de tipo abierto donde tiene mayor libertad de moverse, mayor autonomía y está dentro de un clima de intimidad, seguridad y comodidad. De acuerdo a estas características se ha tratado de mejorar a los asilos o residencias geriátricas.³⁵

La vivienda posee una gran importancia sentimental para los viejos, a menudo viven en ella desde muchos años atrás y es donde pasan la mayor parte de las horas del día, por esta razón es que existe un gran apego a su hogar y su pérdida puede traer consecuencias psicológicas como depresión, tristeza, etcétera.

En México, aparentemente el viejo es una figura respetable, pero existen muchos intereses en el núcleo familiar que provocan que no todos los integrantes piensen de la misma manera hacia éste; tal es el caso en donde ellos son enviados al asilo porque sus parientes tienen la idea de la familia conformada estrictamente por padres e hijos; en otros se les considera como estorbo porque disminuye un espacio familiar de por sí restringido; también existen casos en donde el viejo tenga que pagar a la familia el derecho, hasta cierto punto, para disfrutar de compañía y de ser relativamente asistido.

³⁴ Cfr. J. de Jesús Sánchez Rodríguez. Relación Gerontológica del Habitar con la Familia. Experiencia. INSEN. año XI, núm. 126, 127, 128. Enero, Febrero, Marzo, 1994, pp. 4-5.

³⁵ Arturo Lozano. Op. Cit. p. 31.

Dentro de los asilos el viejo cambia de vida totalmente, desde los horarios, espacio, compañía, etcétera. Muchos de los viejos pierden toda comunicación desde el momento en que ingresan al asilo. Son convertidos en algunos casos en seres asexuados, algunos son obligados al encierro del dormitorio cuando podrían emplear su tiempo en actividades creativas o recreativas, o bien a la satisfacción de necesidades y gustos diversos.

Por último, una problemática que se presenta es que en algunos casos ni los jóvenes ni los adultos de la actualidad buscan una preparación para afrontar el futuro, socialmente es más importante dedicar todos sus recursos y energía para la producción material que promover su desarrollo en cuanto a seres humanos.

De esta manera la vejez es tomada en cuenta como algo ajeno al individuo y hasta que el viejo es alejado del proceso de producción, es cuando se encuentra con la realidad y generalmente sin armas para afrontarla debido a que carece de un proyecto acerca de su vida, es decir, nunca existió la preocupación por planear una vida adecuada a sus necesidades y con miras a su condición futura.

1.4 EL ASPECTO PSICOLÓGICO EN LA VEJEZ.

Otro aspecto de suma importancia es lo que corresponde a la actitud del viejo, para poder comprenderlo debemos partir del análisis de los cambios que ocurren a nivel psicológico, éstos podemos englobarlos en tres: personalidad, cognitivo y psicomotor. Para hablar de la personalidad del viejo habrá que mencionar en primer lugar que existen factores "...individuales, formas de ser, estilos de vida, constitucionales, experiencias infantiles y experiencias de adulto, todo lo cual puede resumirse en lo único de cada persona."³⁶

³⁶ Ricardo Moragas Moragas. Op. Cit. p. 78.

Todos los seres humanos tienen diversas maneras de ser, mismas que se van modificando de acuerdo a los hechos y crisis con las que se enfrenten. Se considera a la vejez como un "...período crítico por la serie de pérdidas que implica y que van a enfrentar al anciano a una nueva forma de vida"³⁷; misma que estará caracterizada por una pérdida de objetos necesarios y gratificantes, un estado de frustración y de temor a su futuro, a su involución biológica, a la aparición y reaparición de conflictos en su personalidad, disminución de sus relaciones sociales y a la actitud de rechazo de la sociedad, de la familia para lo cual es de gran ayuda seguir desarrollando sus capacidades en compañía de otros para satisfacer sus necesidades básicas y de desarrollo.

Debido a estas situaciones difíciles pueden presentarse en los viejos neurosis fóbicas acompañadas de temores diversos como forma de defenderse ante la angustia, el miedo a la amenaza de su existencia, se niegan a salir solos, etcétera. Esto lleva al viejo a buscar la presencia de una persona que brinde no sólo compañía, sino la seguridad para controlar su angustia, es ahí que con esto se establezca una dependencia psicológica hacia alguien, quien se podría pensar que fueran los hijos, aunque cabe mencionar que Heaton, Jacobson, Hoffman, McManus y Brackbill³⁸ refieren que en ocasiones uno de los mayores focos de problemas que alteran el carácter de las personas de edad avanzada, son los propios hijos, que les causan dificultades al hacerlos partícipes de sus conflictos, de frustraciones o bien indirectamente por no cumplir con su responsabilidad, ser problemáticos en su trabajo o tener vicios como el alcoholismo; esto podría atribuirse en gran medida a los cambios de personalidad que sufre el viejo.

Los cambios psicológicos que se presentan en la vejez tienen componentes cognitivos, afectivos y psicomotores. Las modificaciones psicológicas pueden seguir

³⁷INSEN. Op. Cit. p.44.

³⁸ Heaton, Jacobson, Hoffman, McManus y Brackbill Citados por Schaie Warner y Sherry Willis. Op Cit. p. 148.

a las transformaciones biológicas y sociales. “Algunas habilidades cognitivas son muy estables por muchas décadas y muestran una declinación tardía, mientras otras parecen cambiar temporalmente y pueden permanecer estables o mostrar una declinación más lenta en edad avanzada.”³⁹ Hablar acerca del funcionamiento en cuanto a lo cognoscitivo en personas de edad avanzada, ha sido complicado debido a que ocurren en nuestro interior y no son tangibles, los estudios que se han realizado se han basado esencialmente en la psicometría con instrumentos como el test de inteligencia, pruebas asociadas, pruebas de retención, pruebas psicomotoras, etcétera. Guillermina Yáñez también menciona que los viejos han tenido la dificultad para responder a pruebas en las que se requieren velocidad y habilidad para solucionar nuevos problemas, sin embargo las pruebas en las que experimenta la capacidad de juicio, la sagacidad, comprensión, serenidad y conocimientos, las personas de edad han demostrado mayor capacidad.

La comprensión verbal, por ejemplo, es otro aspecto en el que obtienen alto puntaje. Con la aplicación de pruebas y estudios han llegado a la conclusión de que “...cuanto más elevado es el nivel intelectual del sujeto, más lenta y débil es la disminución de las facultades de la vejez...”⁴⁰ Ahora bien, la Lic. Marcela Ancona Sánchez menciona que el rendimiento intelectual está influido por la formación escolar, ya que una enseñanza prolongada eleva el nivel intelectual, lo que quiere decir que la educación que recibimos ahora no es igual a la que recibimos hace años en cuanto a lo que se enseña, a los métodos para enseñar, y a la tecnología que se utiliza; la actividad profesional, el medio ambiente, la motivación y la estimulación con que cuentan los viejos.

Por su parte el Dr. González Aragón señala que mediante pruebas de inteligencia realizadas se demostró que “...la inteligencia permanece estable e incluso muestra tendencia a la mejoría en la vejez, sobre todo las habilidades verbales se conservan

³⁹ Guillermina Yáñez Téllez. Valoración de los procesos cognoscitivos en un grupo de ancianos. p. 2.

⁴⁰ Marcela Ancona Sánchez. Educación de la Tercera Edad. p. 5

porque son sobre aprendidas y requieren procesamientos de información antigua.”⁴¹ Podría pensarse desde esta perspectiva que los viejos entre más interactúen conservarán su capacidad de comprensión.

En lo que respecta a la memoria, es importante para otras capacidades intelectuales; consiste en el paso de información a los almacenadores sensoriales del cerebro en donde permanece por un tiempo, ya sea para ser procesada o para ser desechada. Según el tipo de reforzamiento estaremos hablando de memoria reciente o remota⁴²; la que va a sufrir alteración es la de tipo reciente, es decir, el viejo tiene dificultad para recordar lo que hizo una semana o un momento antes, ésto le crea confusión y desorientación por lo que se siente angustiado.

Por otro lado, la memoria remota se agudiza de tal manera que el viejo recuerda bien sucesos ocurridos en el pasado. “En la memoria existen factores externos que pueden afectarla como: el interés que se tenga para recordar determinado acontecimiento, la motivación, la salud, el estado emocional, etcétera.”⁴³ Sin embargo, si la memoria se ejercita constantemente, puede conservarse durante largo tiempo.

Ahora bien, “...lo más importante no es la rapidez con que se aprenda sino la capacidad de hacerlo y las personas de edad avanzada la tienen, solo necesitan un poco de ayuda para lograrlo.”⁴⁴ La atención del viejo se verá dispersa si se siente marginado socialmente, ya que será preso de la angustia y ésto le impedirá un aprendizaje favorable.

Aunque el viejo tiene dificultad para manejar nuevos acontecimientos y conceptos, así como falta de habilidad para usar estrategias en la resolución de nuevos problemas, pueden contar con una buena capacidad para crear. Los factores por los

⁴¹ Joaquín González. Op. Cit. p.36.

⁴² Cfr. Ricardo Moragas Moragas. Op. Cit. p. 72-73.

⁴³ Marcela Ancona. Op. Cit. p. 7

⁴⁴ INSEN. Op. Cit. p. 32.

que podrá verse afectado son la salud, personalidad, condiciones socio-culturales, etcétera.

Por último, en cuanto al aspecto psicomotor según investigaciones, la reacción se da de igual manera que en los jóvenes; así tenemos que la capacidad de rendimiento psicomotor va a depender de los estímulos que se presentan, la señal previa a cualquier reacción, la claridad de la información, el grado de dificultad de las pruebas que se realicen y, sobretodo, aquellos aspectos como la personalidad, capacidad de rendimiento intelectual, status social, formación escolar y el estado de salud.

1.5 EL VIEJO Y LA ECONOMÍA.

Los efectos económicos del envejecimiento tendrán que ser analizados a partir de la capacidad productiva del hombre, la posibilidad de satisfacer sus necesidades y tomar en cuenta el desarrollo del país, así como la seguridad social, salud, recreación y asistencia social que llevan a cabo diversas instituciones en favor de los viejos.

Cabe mencionar que “para algunos, cubrir sus gastos en alimentación, vivienda y ropa les resulta dificultoso, mientras que la recreación, el contar con vehículos, joyas, bienes-inmuebles, etcétera, es cosa secundaria. Para otras personas contar con lugares para cubrir su tiempo libre puede representar una necesidad prioritaria e indispensable”,⁴⁵ dado que las necesidades están siempre en relación con los antecedentes sociales y económicos que tiene el individuo.

La población de 60 años y más, económicamente activa⁴⁶ en el 2000 era de 2.4 millones de personas que representan el 38.6% total de la población en este rango de edad. La participación económica de la población vieja, según su sexo, muestra

⁴⁵ Eleazar Trejo Orduña. La Vejez y sus Necesidades. Experiencia. INSEN. No. 36, Julio, 1996.

⁴⁶ Cfr. Estadísticas INEGI, XII Censo General de Población y Vivienda, 2000.

diferencias considerables, ya que la tasa de participación de los hombres es ocho veces superior a la de las mujeres. Ellas representan en gran medida a la población “inactiva” que realizan quehaceres en el hogar con el 87.4%, mientras que en los hombres las mayores proporciones corresponden a los jubilados y pensionados con el 39.1% encontrándose en el D.F., Yucatán y Nuevo León y menor número en Guerrero, Zacatecas y Oaxaca con proporciones de 5.0% y tan solo en el Estado de México representan el 6.4%.

Por entidad federativa, las proporciones más altas de activos de 60 años y más se encuentran en Quintana Roo y Chiapas, con porcentajes superiores al 50%, en comparación con los valores más bajos que se encuentran en Nuevo León con 32.0% y el D.F. con el 34%. Según el INEGI estas diferencias pueden reflejar situaciones distintas en las condiciones de vida de las entidades que propician o no un retiro más temprano de la actividad económica.

La jubilación también es otro aspecto importante que repercutirá en la economía del viejo y es entendida como el “...mecanismo mediante el cual se aparta el sujeto de su trabajo al llegar a una determinada edad (65 años aproximadamente).”⁴⁷ En México el 31.1% de hombres y el 4.5% de mujeres están jubilados. Su fundamento social estriba en que el viejo es una persona que ya no produce por lo que se aparta del mundo laboral, aunque se le asegura mínimamente su existencia durante el resto de sus días.

La actitud de la persona hacia la jubilación depende de innumerables factores tales como la edad del individuo, la satisfacción experimentada por el individuo hacia su puesto de trabajo y las características del trabajo desempeñado. Por ejemplo: si el trabajo está íntimamente ligado con el valor personal, la suspensión de aquel equivale a la decadencia del individuo. Este tipo de personas están absorbidas por las actividades laborales a tal grado que viven por y para el trabajo.

⁴⁷ Felipe González. Op. Cit p. 51.

En cuanto a las características propias del trabajo desarrollado, se ha encontrado que las actitudes hacia la jubilación por lo general son más positivas entre aquellas personas que desempeñan trabajos que requieren esfuerzos físicos y/o demasiadas dotes de habilidad y destreza manual, mientras que en aquellos trabajos que requieren aptitudes intelectuales para su desempeño, la jubilación recibe una valoración menor y por lo tanto una actitud más negativa.

Se puede decir entonces que los aspectos económicos van a ser definitivos en el viejo, ya que de ahí se derivarán una serie de problemas específicos, "...el dinero no lo resuelve todo, ni es lo principal en la vida de una persona, pero es necesario para vivir. Muchas angustias monetarias, inseguridades y amarguras quedarían muy aliviadas en la vida del anciano con dinero suficiente"⁴⁸, entre éstas se encuentra la alimentación, salud, vivienda, recreación, dependencia, etcétera.

Una vez concluido este capítulo se observa que históricamente el viejo presenta carencias que repercuten en su entorno social y familiar específicamente; las diversas formas en cómo es concebida la vejez, así como también de cómo se denomina a las personas de edad avanzada en la sociedad, algunos de los procesos psicológicos por los que pasan los viejos y a grandes rasgos la participación económica de esta población, nos proporciona elementos que dan paso al siguiente apartado, donde se analiza concretamente al viejo de la colonia Cd. Azteca 2ª sección.

⁴⁸ Juan D. Riesco. Problemas de la Tercera Edad (y de la enfermedad), p.27.

CAPÍTULO II

EL VIEJO EN MÉXICO

En el capítulo anterior analizamos las diversas formas en cómo es concebida la vejez, también cómo se denomina a las personas mayores de 60 años de edad en la sociedad, algunos de los procesos psicológicos por los que pasan los viejos y a grandes rasgos la participación económica de esta población.

En este capítulo abordaremos cómo se le concebía y cómo se les percibe actualmente a los adultos mayores de 60 años de edad en nuestro país, la esperanza de vida que se ha modificado, y con ello también las necesidades en el proceso de envejecimiento; por tal motivo mencionaremos las principales situaciones a las que se enfrentan los viejos, como el rechazo y violación de sus derechos; asimismo comentaremos las necesidades que detectamos en la investigación previa de dichos sujetos, en la colonia de Cd. Azteca 2ª sección; por último agregaremos la Teoría de la Continuidad del autor Robert Atchley que es la que nos ayudó para analizar el fenómeno e intervenir con los sujetos de acción.

2.1 ANTECEDENTES

El rol del viejo a través de la historia ha ido evolucionando y ha adquirido diferentes matices. En la época prehispánica⁴⁹, la organización económica estaba bien estructurada y cada persona tenía una tarea que desempeñar, lo que colocaba dentro de una categoría social. Eran pueblos politeístas que explicaban su realidad gracias a sus dioses, y estas deidades eran veneradas para tener buenaventura. Sus estudios del cosmos estaban basados en una matemática exacta, al igual que sus construcciones y edificaciones, también eran pueblos guerreros y agricultores que comerciaban sus productos por medio del trueque. Las personas viejas eran

⁴⁹ Cfr. Lourdes Arizpe. Antropología breve de México. p.10

honradas e indispensables para la vida en comunidad, debido a que los conocimientos de su mundo eran el resultado de muchos años de experiencia transmitida de sus antecesores a las nuevas generaciones.

Para el pueblo azteca los viejos por ser personas sobrevivientes a guerras y enfermedades debían estar presentes en las ceremonias, en los actos políticos y en las reuniones familiares. El Dios Huehuetéotl era el *Dios viejo*: “Dueño del cerca y del junto, de la noche y el viento, un ser dual, el padre y la madre, el señor fuego y del tiempo; símbolo de sabiduría, omnipotencia y perduración...”⁵⁰ el cual aparece en diversas figuras de barro y grandes esculturas en piedra desde el preclásico Mesoamericano. El Dios Huehuetéotl era festejado con sacrificios y fiestas en donde los jóvenes guerreros competían para adquirir experiencia al mismo tiempo que escuchaban los consejos de los ancianos y excombatientes. Esto se realizaba en el décimo mes del calendario Xocotl –huetzin, llamado *de la caída de los frutos*.⁵¹

El viejo entre los aztecas era respetado por la sabiduría acumulada durante tantos años, sus conocimientos eran aprovechados por los jóvenes, quienes les correspondían con buenos cuidados. Sus últimos años eran tranquilos y llenos de atenciones porque cuando jóvenes, habían sido servidores del Estado y de la sociedad; hasta el macehualli –representante de la clase y política más baja- recibía un cargo especial en el consejo de su barrio, donde desempeñaba un papel de asesor que se dedicaba a dar consejos y recomendaciones a su pueblo. “El hombre que había logrado sobrevivir a la guerra, a la enfermedad y que llegaba a una edad suficiente venerable como para ser contado entre los Huehuetèque, (desempeñaban un papel importante en la vida familiar y la política) podían disfrutar durante sus últimos años de vida apacible y llena de honores. Respetados por todos, daban sus consejos, amonestaban y advertían.”⁵²

⁵⁰ Cfr. Olga Sánchez Urrutia. Una cana al aire... condiciones de vida de la tercera edad en la ciudad de México. p. 4

⁵¹ Lourdes Arizpe. Op. Cit. p. 21

⁵² Soustelle. Vejez de México: un problema para el año 2000. p. 15

Con la caída del imperio azteca y la llegada de los colonizadores españoles,⁵³ los viejos aprendieron nuevos oficios gracias a los frailes franciscanos, tales como la carpintería y artesanía. Los viejos se encargaban de enseñar a los más jóvenes en pequeños talleres que en un principio se establecían entre familiares.

Posteriormente, surgieron los asilos (idea española), los cuales eran innecesarios en esa época porque aún perduraba la asistencia social del imperio azteca. Para los siglos XVII y XVIII, los viejos ya no eran tan venerados como antes. Se crearon puestos de socorro que pasaron a ser obligación del Estado y otras instituciones de asistencia social que no eran exclusivas de los viejos, ya que también eran atendidas gente pobre así como enfermos. A fines del siglo XVIII nació en México el Montepío, que en un principio atendía a los familiares de los militares muertos al servicio de la Colonia, para después ampliar sus servicios a los casos de invalidez y vejez.

Después de muchas inconformidades y opresiones de los españoles, la Nueva España se independizó en 1821 con un movimiento encabezado por Agustín Iturbide. A pesar de que hubo numerosas reformas con el movimiento de independencia, los talleres en donde los viejos enseñaban su oficio continuaron funcionando y de esta forma conservaron una posición, ya que para llegar a ser un buen artesano, se necesitaba de muchos años de experiencia para dominar ese arte.

Con el paso del tiempo se comenzó a legislar la asistencia social y en la Constitución de 1857 se creó un apartado en donde se recompensaba económicamente al trabajador que hubiera prestado sus servicios a la Nación. En 1861 se creó la Dirección General de Fondo de Beneficencia que se encargaba de manejar los hospicios y las instituciones de beneficencia. Es hasta el periodo de Reforma que el gobierno vuelve sus ojos hacia la asistencia social, pero con la llegada de los

⁵³ Lourdes Arizpe. Op. Cit. p. 29.

franceses y los constantes conflictos políticos, esos proyectos se dejan a un lado, y con ellos, las pocas esperanzas para los viejos.

Las transformaciones políticas⁵⁴ y económicas de nuestro país continuaron sucediendo y llegó una nueva etapa para México: el porfiriato. La dictadura se presentó a la par que el desarrollo industrial y una constitución ferroviaria acelerada, pero la explotación a campesinos continuó. Las haciendas pertenecían a los caciques del pueblo y eran conservadas dentro de la familia de los mismos.

La dictadura porfiriana comenzó a tambalearse para principios del siglo XX, y en 1910 estalló la Revolución Mexicana⁵⁵, producto de muchos años de inconformidades del pueblo. Con el movimiento de la revolución, los campesinos se unieron, y encabezados por líderes como Francisco Villa (Doroteo Arango), Emiliano Zapata y otros, lucharon por sus tierras y su libertad. Fueron tiempos de lucha y pobreza; la revolución desestabilizó por completo a todo el país: no hubo tranquilidad, alimento, higiene y mucho menos educación escolar. El pueblo estaba destrozado y la población disminuía aceleradamente por lo que eran escasos los viejos. En aquel entonces había muerte y desolación pero se luchaba por ideales comunes, por lo que los grupos sublevados eran reprimidos por el ejército federal.

Posteriormente, con "...la Ley Orgánica de los Tribunales del Fuero Común en el Distrito Federal y Territorios Federales del 29 de diciembre de 1922, se establece que magistrados, jueces y empleados judiciales tenían derecho a jubilación luego de prestar servicios durante quince años, y el monto de esta prestación se calculaba de acuerdo a su edad, enfermedades, tiempo de servicio y la posibilidad de recibir

⁵⁴ Cfr. Carlos García Mora y Andrés Medina. La quiebra política de la antropología social mexicana, p. 42

⁵⁵ Cfr. Lourdes Arizpe. Op. Cit. p. 44.

dinero de alguna otra fuente.”⁵⁶ Esta propuesta la realizó Francisco I. Madero (durante su candidatura a la presidencia de la República).

Al terminar la Revolución mexicana (se considera hacia 1920), la situación del país quedó más o menos en calma y comenzó a reestablecerse paulatinamente el nivel de producción que antes se tenía. La vida cotidiana tomó de nuevo su curso y el pueblo empezó a vivir otra etapa social. La legislación también se estabilizó y se buscó aplicar la Constitución de 1917, con la que se dio pauta a la Ley de Pensiones Civiles y de Retiro, promulgada el 12 de agosto de 1925, la que daba amparo a las personas mayores que ya no estaban en servicio. Así las cosas, se creó un sistema de pensiones que beneficiaba a los trabajadores del Estado, era una ayuda que se les brindaba por vejez, inhabilitación, muerte o retiro a los 65 años y después de 15 años servicio.

Ya para 1929 México era estable, sin embargo, se presentó la Gran Depresión⁵⁷ que se originó en Estados Unidos y que afectó los mercados de todo el mundo. Como es lógico, esta situación se reflejó en la economía de nuestro país y muchas fábricas cerraron, dejando a muchos obreros sin empleo, y los que continuaron trabajando lo hacían por sueldos miserables. El resultado de dicha crisis fue la desaparición del sistema de pensiones. Muchos campesinos no tenían suficiente capital para invertir en tierras, por lo que prestaban sus servicios como jornaleros en las fábricas a cambio de sueldos raquíticos que no les permitían llevar una vida digna, y menos procurársela a sus viejos.

La depresión mundial terminó en 1933 y al año siguiente Lázaro Cárdenas fue elegido para la presidencia de la República. En su período se extendió la reforma

⁵⁶ Olga Sánchez Urrutia. Op. Cit. p. 10

⁵⁷ Cfr. Carlos García Mora y Andrés Medina. Op. Cit. p. 42

agraria, hubo inversiones económicas y sociales: se nacionalizó la industria petrolera se otorgó subsidio a la educación, al seguro social, a obras públicas, etcétera.

Para los años cuarenta, la situación económica⁵⁸ de México mejoró ya que aumentó la industria y se generaron miles de empleos en la capital del país. El índice de obreros fue mayor y, por lo tanto, el número de pensionados también, por lo que en 1947 se reformuló la Ley de Pensiones, amparando económicamente a los trabajadores por edad avanzada o por enfermedad, y fue así como se estableció que a partir de los 55 años de edad y 15 de servicio un trabajador podía jubilarse.

Aunque cabe mencionar que ahora la esperanza de vida se ha visto modificada de igual manera; "...en 1950 el promedio era de 49.6 años, en 1980 de 66.8 años y para el 2000, era de 70 años de edad."⁵⁹ México hoy cuenta con una población de 8.2 millones de gente mayor, y se tiene previsto que "para el año 2015 habrá 15 millones de ancianos y para el 2050 sumarán 42 millones."⁶⁰ Diferentes factores han contribuido a esta situación, como es el caso de los avances médicos y la disminución de la natalidad.

El México actual pasa por una estabilidad económica incierta, a pesar de su incremento industrial; con el aumento en los precios, teniendo con ello un fuerte impacto en los sectores pobres, salarios bajos, analfabetismo, desempleo, deficiencia en los servicios de seguridad social, entre otros. Tal es el caso de la colonia de Investigación (Cd. Azteca) en la que encontramos que la mayoría de los viejos son personas desempleadas y desprotegidas.

⁵⁸ Cfr. Carlos García Mora y Andrés Medina. Op. Cit. p. 69-70

⁵⁹ Martha Brena. Documento Preliminar de la Investigación, Informe de la Situación de los Senescentes en México. p. 1

⁶⁰ <http://www.inapam.gob.mx/otrasacciones.htm> 22 de junio del 2007

2.2 CAMBIOS EN LA ECONOMÍA DE LA POBLACIÓN VIEJA

El panorama de las personas adultas mayores de 60 años en México representa un gran reto por afrontar, sobre todo partiendo del conocimiento de que la población de edad avanzada vive en condiciones de miseria "...podemos decir sin temor a equivocarnos que los viejos constituyen hoy en día los más miserables entre los miserables"⁶¹ Tenemos así que en la vejez las personas son consideradas una población con diversos requerimientos, no sólo por su problema social, sino por su estado físico y mental deteriorados, de manera que si éstos no son atendidos adecuadamente, sufren severas consecuencias en estos aspectos.

En el año 2000 "...de los 6.6 millones de personas mayores de 60 años de edad, que había en México, el 72% (más de cuatro millones y medio), no tenían ningún tipo de ingreso por concepto de seguridad social, viéndose obligados a seguir trabajando para sobrevivir. Apenas 800,000 (14%), eran pensionadas o jubilados con ingresos de 1 ó 3 salarios mínimos y sólo 7% (400,000) ganaban entre 5 y 30 salarios mínimos. En 2005 la población de personas de edad avanzada se ha incrementado a 7.5 millones (7.5% del total) y los jubilados y pensionados ascienden a casi dos millones, por lo que la cifra de personas sin ingresos continúa casi igual"⁶², es decir, la mayoría de las personas mayores de 60 años de edad carecen de una pensión suficiente para poder vivir cuando menos decorosamente, pero su aumento en grupo social seguirá creciendo.

Los anteriores datos nos dejan ver el enorme peso de la llamada pensión informal, en el que la mayoría de las personas mayores viven del apoyo de sus familias, "a pesar de que cuando se trata de viejos, la familia les da la espalda y en ocasiones los *arrumba* como los muebles en desuso y en otra los envían a instituciones de

⁶¹ Dolores De La Huerta. La Tercera Edad, Un Compromiso Universitario. p. 2

⁶² Ma. Elena. García. GERUSIA, Prevención y Autocuidado para el Bienestar en la edad Adulta. p. 5

beneficencia.”⁶³ Ocasionalmente la familia del viejo lo considera como un bulto, esta *carga* se refleja desde el punto de vista económico, cuando se ve la necesidad de mantener a un ser económicamente improductivo, el cual requiere de recursos humanos y de servicios específicos para su atención.

2.3 CAMBIOS Y DERECHOS DEL VIEJO EN DISTINTOS ÁMBITOS

En relación al derecho a la atención médica, las personas mayores de 60 años de edad son en potencia grandes acreedores a este tipo de servicios, muchos de ellos justificados por padecimientos adquiridos en su paso por la vida; de ahí la importancia de contar con personal especializado en este ramo (gerontológicas, geriátricas, etcétera). Este aumento en los índices de atención médica, se ha visto reflejado en la demanda de camas hospitalarias, atención urgente de algunos padecimientos, entre otras tantas; propiciando el uso de estos servicios médicos que en muchos de los casos afectan la relación médico-paciente.

Por lo anterior consideramos que “...las leyes mexicanas han sido y son insuficientes para proteger a los ancianos que en muchos casos se convierten en cargas para la familia, la sociedad y el estado. Ni el derecho a la seguridad social, ni el derecho laboral o algún otro derecho de clase, protege a los viejos... en su mayoría han sido considerados en México como un lastre de la sociedad.”⁶⁴ Desafortunadamente se han creado soluciones ficticias que en poco o en nada han ayudado a la gran población de la vejez, como es el caso de asilos u hospitales que en su mayoría se convierten en centros de marginación de difícil manejo económico para el gobierno.

⁶³ Julián Güitrón Fuentevilla. ¿Qué es el Derecho Familiar? p. 15

⁶⁴ *Ibíd.* p. 23.

Cabe mencionar que existen y se han creado instituciones y servicios a favor de las personas mayores de 60 años de edad, consistentes en: descuentos en los comercios, transporte aéreo o terrestre y que, por no decirlo claramente, estos beneficios en ocasiones favorecen a un grupo elitista que si dispone de recursos económicos.

Pero los grandes sectores de esta población, no cuentan con recursos económicos suficientes para cubrir ni sus necesidades elementales; tal es el caso de los viejos de la colonia Ciudad Azteca en el estado de México, que aunque cuentan con servicios básicos como: luz, agua, drenaje, transporte, etc. se les proporcionan de manera deficiente. Sin dejar de mencionar que ninguna institución ha podido favorecer concretamente a este sector tan vulnerable.

Algo preocupante es lo que observamos en la citada colonia, pues podemos darnos cuenta que en ella cada vez existen más individuos vulnerables, así como también gente que desconoce *los Derechos de las personas mayores*⁶⁵, algunos de éstos son: contar con lugares recreativos específicos para los viejos y la oportunidad de trabajo, este derecho se ha encontrado que no es atendido en la comunidad donde desarrollamos nuestro estudio, ya que los viejos nos mencionan que no tienen trabajo por la “edad” en la que se encuentran; considerando así a esta población como marginada.

Cabe destacar que en nuestras investigaciones (diagnóstico) los viejos nos comentaron que sus derechos son violados; por ejemplo los viejos no tan fácilmente obtienen un empleo, existen muchos lugares en donde se les cierran las puertas; es muy difícil obtener un empleo si se es mayor de 50 años de edad, ¿qué pueden esperar aquellas personas mayores de 60 años? Debemos tomar en cuenta que todas las personas tenemos los mismos derechos, pero “...la comunidad vieja

⁶⁵Cfr. <http://cedhj.org.mx/cuales/canciano.html> 22 de junio del 2007

frecuentemente requiere condiciones de carácter especial que les permitan vivir con decoro y bienestar.”⁶⁶

Otro de los derechos es el de la educación, ya que “...el conocimiento a lo largo de toda la vida es por lo tanto más que un derecho: y es una de las claves del siglo XXI. Es a la vez consecuencia de una ciudadanía activa y una condición para la participación plena en la sociedad.”⁶⁷ Por ejemplo: en la Conferencia Internacional de Hamburgo de 1997, (cuyo lema fue “El aprendizaje de los adultos”), en los documentos de CONFINTEA V se registraban diversas finalidades como: el crear conciencia sobre la importancia de la educación adulta, así como compromisos en favor del derecho a la educación de los jóvenes y adultos, “...alentar la creación de nuevos planes de educación básica para adultos, cuyas características principales debieran estar asociadas a los cuatro pilares de la educación futura propuestos en el Informe de Jacques Delors, los cuales son: aprender a aprender, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a convivir durante toda la vida.”⁶⁸ En nuestra investigación de campo nos percatamos que los viejos tienen el deseo de participar en diversas actividades, además les gustaría desarrollarse y/o tener una superación. Tomando en cuenta los cuatro pilares de Delors, encontramos que las respuestas de los viejos de la colonia Cd. Azteca 2ª sección concordaron dado que mencionaron lo siguiente:

- Aprender a aprender: *me gustaría aprender, más que nada aprender a hacer cosas* (B.C.B. Ver anexo 1)
- Aprender a hacer: *me gustaría aprender un oficio* (B.V.T. Ver anexo 1)
- Aprender a ser: *me gustaría relacionarme con gente de mi edad, porque algunos viejos tienen más experiencia que otros, te enseñan y aprendes por sus experiencias* (E.H. Ver anexo 1)

⁶⁶<http://cndh.org.mx/principal/document/derechos/teredad.htm> 22 de junio del 2007

⁶⁷ <http://atzimba.crefal.Edu.mx/bibdigital/noseria/EDSINEX/CAPII.htm#ConferenciadeHamburgo>
CONFINTEA V. 1997. 22 de junio del 07.

⁶⁸ [http://atzimba.crefal.Edu.mx/bibdigital/noseria/EDSINEX/CAPII.htm#La Conferencia Internacional de Hamburgo](http://atzimba.crefal.Edu.mx/bibdigital/noseria/EDSINEX/CAPII.htm#LaConferenciaInternacionaldeHamburgo) 22 de junio del 2007

- Aprendiendo a Convivir: *me gustaría pertenecer a un grupo de personas de mi edad para compartir el ayer, lo de hoy y lo de siempre, platicar con gente que me enseñe* (G.F. Ver anexo 1).

Asimismo debemos dar relevancia a la educación de adultos, y aunque sabemos que no es un tema nuevo, creemos necesario realizar actividades que puedan incluir a los viejos y cubrir las necesidades en cuestión educativa que la sociedad requiere, considerando que "...va más allá de lo físico, pues implica la aplicación de valores y una nueva forma de pensamiento"⁶⁹, proponemos que en la vejez se debe tener acceso a nuevas oportunidades y/o un mejoramiento de la calidad de vida,

2.4 EL VIEJO DE LA COLONIA CD. AZTECA 2ª SECCIÓN

La comunidad en la que situamos nuestro estudio se encuentra ubicada en la Colonia Ciudad Azteca 2ª sección del municipio de Ecatepec; en este lugar orientamos nuestra atención hacia las personas mayores de 60 años; a ellas les realizamos entrevistas, con el fin de diagnosticar las necesidades educativas según el entorno en el cual se encuentran inmersos. Los resultados obtenidos fueron que los viejos necesitan de convivencia con las demás personas; es decir, tener una vida social con personas de su edad, ya que muchas de ellas se sienten solas, debido a que la mayor parte del tiempo lo tienen libre. Los viejos nos mencionan también que les agradecería ocuparse en alguna actividad, realizándola aun sabiendo que no recibirán un documento oficial, pues lo que anhelan es la satisfacción de haber logrado aprender y no depender de terceros.

De acuerdo a la investigación realizada y a los resultados obtenidos, los problemas que aquejan a esta población son:

⁶⁹ Ricardo Arriazu. www.clarin.com/diario/2005/07/31/opinion/o-03402.htm. 22 de junio del 2007.

- Desempleo. Puesto que sufren de discriminación laboral por la edad; los contratistas consideran que conforme el ser humano envejece su fuerza disminuye, por lo que su trabajo se torna lento. Por ello las empresas sólo contratan y emplean a la gente joven y dinámica que está actualizada, ya que si invierten en actualización con personas adultas se considera pérdida de tiempo y dinero.
- Escasez de espacios recreativos. Dado que en nuestras observaciones no encontramos un lugar en el que los viejos pudieran convivir, distraerse, divertirse.
- Violación, en general, de los derechos humanos y, en particular, de los derechos de las personas de la tercera edad. Por mencionar algunos se encuentran: el acceso a la alimentación, agua, vivienda, vestimenta y atención de salud adecuada, mediante ingresos, apoyo de sus familias, comunidad y su propia autosuficiencia, acceso a programas educativos y de formación adecuados.
- Falta de atención en aspectos sociales y psicológicos. Los viejos expresaron que sufren abandono por parte de su familia, y de la sociedad, ya que no los incluyen en cuestiones recreativas y laborales.

Esto lo pudimos comprobar de acuerdo a lo que nos respondieron los viejos en las entrevistas, como ya se mencionó localizamos diversas problemáticas que aquejan a la comunidad de estudio, encontrándonos principalmente con la falta de atención que existe hacia los viejos; nos referimos con ésto a los pocos cuidados que se les brindan, en aspectos muy importantes, como es el área social y psicológica. Por ejemplo la señora A. S.* comenta “(...) *sólo nos dan despensas, pero yo quiero que nos pongan cuidado, yo sé que todos los viejos como yo vivimos diferentes cosas,*

* Entrevista. Ver anexo 1

pero si nos tomaran en cuenta e hicieran un grupo podríamos sentirnos mejor.”

Consideramos que si no se les proporciona atención en la cuestión social pareciera que se debilita, porque el hombre no es un ser aislado, está en constante relación con sus semejantes por necesidad de su misma naturaleza y es en esa relación que crea su mundo; "...la comunidad de intereses sociales es lo que hace del individuo un hombre."⁷⁰ No podríamos imaginar al hombre sin compartir con los demás una lengua, leyes, inclinaciones, actividades, en pocas palabras el ser humano necesita del mismo en cuestiones de apoyo y atención, en especial en esta etapa tan vulnerable como es la vejez.

Cabe mencionar que el sujeto que envejece va perdiendo interés vital por los objetivos y actividades que le posibilitan una interacción social produciéndose una apatía emocional sobre los otros y, al mismo tiempo, el viejo se encierra en sus propios problemas. Esta situación conlleva al aislamiento progresivo. La desvinculación obedece en gran parte a actitudes adoptadas por el entorno. Ya que en la sociedad circulan una gran cantidad de ideas erróneas acerca del envejecer y la vejez, funcionando como mitos y perjudicando de esta manera el buen envejecer así como la adecuada inserción del viejo. Estos prejuicios incorporados en la mentalidad de la gente, funcionan determinando actitudes negativas frente al proceso del envejecer, acentuándose aun más con los viejos.

Estas ideas y prejuicios no surgen azarosamente, sino que son producto del tipo de sociedad a la que pertenecemos, una sociedad asentada sobre la productividad y el consumo, con grandes adelantos tecnológicos, y donde la importancia de los recursos están puestos en los jóvenes y en los adultos que pertenecen a la vida productiva.

En forma equivocada la sociedad valora todo aquello que le resulta productivo, por lo tanto fácilmente se considera que las personas mayores no aportan nada, o que por

⁷⁰ Francisco Larroyo. La ciencia de la educación. p. 36

el contrario representan una carga para la sociedad. En consecuencia, exceptuando algunos sectores, se hace una valoración negativa, desgraciada y poco respetuosa de las personas viejas.

La sociedad moderna excluye a los viejos, provocando en ellos malestar y complicaciones, falta de ilusión, de alegría, de ánimo. Pero el problema más grande que sufren es la soledad. Estar ausente sin integrarse en el grupo social o familiar, como mero sujeto pasivo que subsiste entre recuerdos y nostalgias.

Y es que cuando un adulto llega a la vejez éste representa para la sociedad la inutilidad, por ello es que los viejos están relegados de la sociedad competitiva en la que vivimos. Por todo lo anterior reiteramos lo importante que es la existencia de programas que dediquen tiempo en actividades que puedan reforzar su autoestima, ya que hay elementos que se pierden durante la vejez, pero no todo se pierde pues existe la posibilidad de tener nuevos logros. Es necesario que a lo largo de la vida las personas, según sus tendencias e intereses, amplíen su círculo de actividades, de manera tal que al llegar a la vejez, puedan ocupar el tiempo que tienen a su disposición.

La vejez es en realidad un momento propicio para dedicarse a actividades que, por falta de tiempo, no pudieron realizarse antes. La mayor parte de los viejos, salvo impedimentos físicos graves, se encuentran en disponibilidad de fortalecer y desarrollar actividades que les despiertan placer. El despliegue de dichas actividades, ya sean intelectuales, culturales o físicas, retrasan el deterioro mental y anímico que ocurre en el proceso fisiológico del envejecimiento.

Esta es una etapa en la se adquieren nuevos roles, por ejemplo: el de ser abuelos, rol que conlleva la idea de perpetuidad. Los viejos cumplen una función de continuidad y transmisión de tradiciones familiares, culturales y sociales.

Por ello envejecer no justifica que nos retiremos de la vida social, sino que por el contrario, implica una forma diferente de participación, indispensable para nuestro propio crecimiento y el de nuestros descendientes.

Ahora bien, vivimos en una sociedad consumista, compuesta por productores y consumidores y en donde la eficiencia tiene gran importancia; el viejo a diferencia de los demás consume poco, ya no es productivo, en algunos casos, y carece de medios económicos por lo que no es rentable su sostenimiento y deja de ser eficaz en la sociedad.

Los problemas a los que se enfrentan los viejos no sólo se originan debido a lo que ocurre con sus capacidades, sino también en lo que la sociedad les permite hacer. A los viejos “la sociedad es la que les causa problemas, por ejemplo: inepto para trabajar; es una frase relativa porque puede significar que la sociedad no es capaz de procurar un trabajo adecuado para las personas adultas o que por imposición de una edad jubilatoria fija, se prohíbe que el anciano trabaje; por consiguiente se originan y determinan las actitudes que toman las instituciones sociales.”⁷¹ El señor G.D.* dice: *“yo trabajé como guardia de seguridad privada 30 años, pero recuerdo que apenas iba a cumplir 57 años y ya me liquidaban, al pedir la explicación de por qué lo hacían me dijeron, la razón es porque usted se encuentra grande, pero yo pienso que mi experiencia ningún muchacho la tiene y pienso que el mundo te hace parecer un inútil(...)”*

Por otro lado, dentro de la familia y la sociedad, el viejo es considerado por algunos como estorbo, día a día va marginándose para caer en un estado de dependencia total, este problema se acentúa si se rompe el estado de salud y empiezan a aparecer todos los achaques y enfermedades para convertirse además en un viejo

⁷¹ INAPAM, Psicología de la vejez. p.25

* Entrevista. Ver anexo 1

enfermo, inactivo que requiere de atenciones especiales con el deseo de morir. La señora C. S.* comentó “(...) *yo, ya no sirvo para nada, me duele todo el cuerpo, ya le pedí a Dios que me recoja, ya soy un estorbo para mi hija.*”

Como ya se dijo anteriormente, para los viejos es un problema encontrarse en esta etapa de la vida, ya que sus opiniones son ignoradas, la sociedad los marca como incapacitados aunque en ocasiones ya ni siquiera confían en la capacidad que tienen para cuidar a sus nietos, lo que pone de manifiesto otra forma de discriminación hacia este grupo vulnerable.

En cuanto al área psicológica el problema es mayor para el viejo, pues debemos partir del análisis de los cambios que ocurren. Como: personalidad, cognitivo y psicomotor. Para hablar de la personalidad del viejo habrá que mencionar en primer lugar que existen factores constitucionales, experiencias infantiles y experiencias de adulto que lo condicionarán. El señor L.M.* manifestó “(...) *cuando yo era joven dirigía una empresa, 120 trabajadores a mi cargo, pero ahora no se qué me pasa, se me olvida lo que tengo que hacer.*” Todos los seres humanos pasamos por procesos biológicos, fisiológicos, psicológicos y sociales, tenemos diversas maneras de ser, las cuales se van modificando de acuerdo a los hechos y crisis con las que nos enfrentamos.

Cabe señalar que las modificaciones cognoscitivas que se dan en el proceso de envejecimiento normal no afectan de manera uniforme a todos los individuos ni a todas las funciones (atención, memoria, lenguaje, etcétera). Los cambios estarán relacionados con factores como raza, educación, status socioeconómico; los cuales a su vez se asocian con rendimiento intelectual, supervivencia y salud. “...algunas habilidades cognoscitivas son muy estables por muchas décadas y muestran una

* Entrevista. Ver anexo 1.

* Entrevista. Ver anexo 1.

declinación tardía, mientras otras parecen cambiar temporalmente y pueden permanecer estables o mostrar una declinación más lenta en la edad avanzada”.⁷²

Por todo lo que hemos venido analizando, reiteramos lo importante de la existencia de programas con actividades que puedan reforzar la autoestima, ya que hay elementos que se agotan durante la *vejez*, pero no todo se pierde pues existe la posibilidad de adquirir nuevos logros. Herce menciona los beneficios que se pueden obtener, por ejemplo:

- Se adquiere experiencia y sabiduría en las elecciones, esto no quiere decir que no puedan adquirirse en etapas anteriores sino que consiguen su máximo desarrollo en las últimas fases de su vida.
- Conocimiento indulgente que consiste en apreciar y asumir las limitaciones propias y ajenas, los aspectos buenos y malos, sanos y enfermos, gratificantes y frustrantes.⁷³

Sin embargo, como lo menciona Herce J.M. la *vejez*, implica pérdidas importantes, por ejemplo:

- Pérdida del atractivo físico.
- Se pierde salud ya que el cuerpo se debilita y se es más susceptible a las enfermedades entre las que se encuentran bronquitis crónica, reumatismo, neuropatía, arterosclerosis.
- El vigor o energía física va decayendo al paso del tiempo.
- El deseo sexual, aunque no desaparece, sufre una disminución importante.
- En algunos casos se pierde la movilidad.

⁷² Guillermina Yañez Téllez. Valoración de los procesos cognoscitivos de un grupo de ancianos. p. 2.

⁷³ Cfr. J.M. Herce. La vejez como etapa vital p. 47

- Se pierden las funciones sociales útiles y respetadas, las cuales se dan en tres órdenes diferentes: a) familiar, donde consideran al adulto mayor de 60 años como un estorbo molesto y que en algunos casos terminan por desatenderse de él. b) Profesional, que incluye la jubilación, y origina en el viejo la pérdida del status profesional anteriormente alcanzado y le incluye en el grupo de los inactivos. c) Social, el anciano termina siendo parte de un grupo marginado y que no interesa socialmente.
- La muerte progresiva de seres queridos va produciendo en el viejo un estado de soledad que tiene que ser desfavorablemente asumido.
- El aumento de años de vida, lo que provoca que en el viejo decaiga su vitalidad al pensar que está cerca el fin de sus días.⁷⁴

Reflexionamos pues en todos estos aspectos por los que pasan las personas mayores de 60 años de edad, considerando el resultado del diagnóstico, donde los viejos solicitan que se les oriente e instruya en actividades que pudieran ayudar en el aumento de su autoestima.

Es por ello que nos hemos interesado en intervenir con personas mayores de 60 años, entendiéndose por Intervención "...la intencionada sobre un campo, problema o situación específica, para su transformación"⁷⁵, para lograr un cambio en el vivir cotidiano, así como su continuo aprendizaje a lo largo de su existencia, y por lo tanto mejorando su condición de vida.

Para nosotras es importante abordar este problema, ya que el abandono social que viven los viejos en nuestro país es un tema preocupante, dado que la *vejez* es un acontecimiento universal, sus efectos atañen a todos los seres vivientes, algunos lo experimentan más tarde o más temprano, esto dependiendo del ritmo con que se

⁷⁴ Ibid. p. 65

⁷⁵ UPN. Programa de Reordenamiento de la Oferta Educativa de las Unidades UPN. Versión sintética del Proyecto de Licenciatura en Intervención Educativa. p. 25

presentan los cambios en el organismo de una misma persona y los diferentes tiempos en que ocurren dichas transformaciones.

Pero lo totalmente indiscutible es que el ser humano llegará a ese momento de su vida probablemente con alto rechazo social, ya que, actualmente en México, no existe la cultura de apreciación hacia la *vejez*. A manera de muestra podemos mencionar el caso de la propia familia, que la mayoría de veces no toma en cuenta a los viejos en las actividades o decisiones colectivas. O en el caso de quienes se jubilan, adquieren ciertos derechos y pierden otros, constituyendo parte de un grupo generacional que estará expuesto a una serie de actitudes regularmente reiterativas por parte de la sociedad, tratándolos como inútiles, lentos para desarrollar cualquier actividad, impertinentes o simplemente inservibles.

Nosotras como estudiantes de la Licenciatura en Intervención Educativa realizamos un programa dirigido a las personas mayores de 60 años en la comunidad antes mencionada, integrado por tres talleres, uno para manualidades, otro para actividades recreativas, y un tercero en el que, por medio de pláticas y actividades vivenciadas, puedan elevar su autoestima; además se previó que, con la realización de los primeros se diera un cambio en la integración y valoración social del viejo.

La continuidad de este tipo de actividades puede traer beneficios para el viejo tanto físicos, como económicos, sociales y psicológicos. Por ejemplo mediante las actividades recreativas (deporte) puede mantener su cuerpo sano, flexible, fuerte y con menos posibilidad de enfermarse permanentemente. A su vez con las actividades manuales le damos un sentido económico a la vida productiva del viejo, ya que el seguir produciendo le permitirá obtener ingresos, evitando con esto ser dependiente absoluto de otras personas, con lo cual se sentirá autosuficiente y capaz. Y aunque no reciba una gran remuneración económica, existen casos en que ese pago puede ser de tipo afectivo y emocional, como es el caso de los viejos que participan en las decisiones de la familia o las que se encargan de la organización en

las labores domésticas, o simplemente guías de la educación para los nietos o bien como consejeros de la familia.

Por otro lado, el incorporarse a diversas dinámicas, le lleva a continuar fortaleciendo sus relaciones sociales, y poder evitar que se sienta solo y apático, e incluso el hecho de aceptar y participar de acuerdo al desarrollo de la sociedad permite que haya un mejor entendimiento con la familia y a su vez todo ésto será determinante en el aspecto psicológico, ya que podría gozar de una estabilidad emocional y afectiva evitando sentimientos de culpa, inferioridad, tristeza y aislamiento.

Por lo anterior, nosotras como mexicanas, preocupadas por la vejez, proponemos alternativas de ayuda para esa población ya que tiende a crecer cada vez más. Estas personas, además, tienen derecho a participar activamente en la formulación y aplicación de las políticas que afecten su bienestar, disfrutar de los cuidados y protección de la familia y la comunidad, decidir cuándo y en qué medida dejarán de desempeñar actividades productivas, recibir un trato digno, independientemente de la edad, sexo, raza, discapacidad y otras condiciones.

2.5 TEORÍA DE LA CONTINUIDAD

Para sustentar lo que hemos planteado retomaremos la Teoría de la Continuidad, ya que menciona que los viejos aun pueden sobresalir o destacarse como seres independientes. Robert Atchley, autor de dicha Teoría, nos habla sobre el último estado del ciclo vital, afirmando que es una continuación y prolongación de lo constante, de lo presente en otros momentos de la vida. Mantiene que la última etapa de la vida prolonga los estadios anteriores. “Las situaciones sociales pueden presentar una cierta discontinuidad, pero la adaptación y el estilo de vida se hallan principalmente determinados por los estilos, hábitos y gustos adquiridos a lo largo de

toda la vida.”⁷⁶ Según esta teoría el desarrollo del ser humano lleva a cabo una serie de elecciones adaptativas a lo largo de la etapa adulta y del envejecimiento que suponen una continuación de los patrones de comportamiento mantenidos de manera más o menos estable a lo largo de su ciclo vital. Se asume, por tanto, que las habilidades y patrones adaptativos que una persona ha ido forjando durante su vida, van a persistir en el tiempo, estando presentes también en este último tramo.

Siguiendo esta teoría, las formas que han ido forjando al individuo en su comportamiento, y que van a persistir durante la vejez, van a actuar como predicción del tipo de readaptación que vivirá el viejo, ya que se verá obligado a realizar diversas actividades conforme vaya pasando su vida. Es decir, que las personas al llegar a la vejez, para adaptarse, se podrían describir como “continuistas”. Desde esta perspectiva, el desempeño de roles activos durante el proceso de envejecimiento resulta crucial para la percepción que tiene la persona de sí misma y para su adaptación social. Por ello, Atchley defiende la idea de que para alcanzar este objetivo, las personas, a medida que envejecen, deben reemplazar aquellos roles y actividades que formaban parte de su vida adulta, por otros nuevos, de forma que puedan mantener estilos de vida activos.

La Teoría de la Continuidad tiene un enfoque constructivista*, ya que asume que “...las personas, en función de sus experiencias vitales, desarrollan activamente sus propios constructos o concepciones tanto acerca de sí mismos como de su estilo de vida.”⁷⁷ A pesar de tratarse de una teoría del desarrollo aplicable a todo el ciclo vital, va a tener una especial relevancia en el proceso de envejecimiento y en la explicación de los patrones de actividad que va a presentar la persona durante esta etapa. En este sentido, uno de los puntos más relevantes de la Teoría de la Continuidad será el relativo al proceso de adaptación en la adultez y la vejez.

⁷⁶ Robert C. Atchley. Continuidad y adaptación en el envejecimiento: Crear experiencias positivas. p. 55

* Teoría que tiene en común la idea de que las personas, tanto individual como colectivamente, "construyen" sus ideas sobre su medio físico, social o cultural. Según Cesar Coll. Qué es el Constructivismo. p. 27.

⁷⁷ Idem. p. 46

En esta teoría se podría definir lo que es llamado “buena vejez”, puesto que no trata de prescribir lo que sería un patrón estándar de comportamiento exitoso durante esa etapa, pues éste va a depender de la propia historia del sujeto. Lo que sí establece es que las personas viejas preferirán, como en otras etapas de sus vidas, los patrones de comportamiento que supongan una continuidad a aquellos otros que representen un cambio substancial. Esto no quiere decir que tenga una completa ausencia de cambio, sino que predomina la disposición a mostrar tendencias que suponen la continuación de sucesos anteriores.

Por lo tanto, según esta teoría, durante el proceso de envejecimiento se podría afirmar que se produce una desvinculación social del sujeto, un aumento de su actividad o participación llevará un incremento en su nivel de bienestar. Lo que establece es que el nivel de actividad que una persona va a manifestar en este proceso, estará en función de su trayectoria vital y del patrón de actividades que haya presentado durante las etapas anteriores. La continuidad representa, más que nada, un modo de afrontar los cambios físicos, mentales y sociales que acompañan al proceso de envejecimiento.

Esta continuidad en la actividad de las personas en la vejez, se va a observar tanto en los ámbitos en los que se va a desarrollar como en las preferencias sobre las actividades que van a llevar a cabo. Así, por ejemplo, vemos como hay personas mayores que están centradas en sus hogares (por ejemplo, las amas de casa) cuyas preferencias se orientan a las actividades que se desarrollan en este ámbito, en pláticas informales algunos viejos comentaron que dedicaban la mayor parte de su tiempo a las actividades o tareas domésticas, a hacer carpetas, ver televisión, así como también el cuidado de plantas y animales; en otras, por ejemplo, tiene un importante peso la actividad religiosa, lo que les lleva a implicarse en ocupaciones que están vinculadas a este ámbito; algunos viejos asisten a pláticas o encuentros religiosos, colaboran con las actividades de su iglesia, y a los que les es posible visitan enfermos; para otros, las actividades de ocio y esparcimiento ocupan un papel

importante dentro de su ritmo de vida, observamos que los viejos gozan al asistir a los talleres recreativos, el hacerse visitas entre ellos, participar en viajes, etc.

Las preferencias individuales se ven influidas a lo largo de toda la vida, más que nada por la satisfacción propia del individuo que la realización de actividades que son proporcionadas por la sociedad. Pero cabe destacar que según Atchley "...el proceso de envejecimiento puede tener un efecto en estas preferencias, entre mayor sea el peso progresivo que van a tener, a la hora de elegir las actividades que ocuparán su tiempo, las experiencias previas de la persona y el placer que experimenta al realizarlas."⁷⁸

Este patrón de continuidad no sólo se manifestará en el nivel de actividad que muestran las personas mayores, también traerá consecuencias en el resto de su comportamiento. Es así como se puede observar una continuidad interna, manifiesta a través de la existencia a lo largo del tiempo de patrones psíquicos estables, tales como: el temperamento de la persona, sus preferencias, actitudes, creencias, visión del mundo, etcétera.

Las personas tenemos una fuerte motivación para conseguir esa continuidad interna, especialmente en lo relativo a nuestra identidad. Esta continuidad interna incrementa nuestro sentido de seguridad y autoestima, así como el carácter predecible de la realidad en la que nos vemos insertos.

Para tener un sentido de continuidad interna o identidad, el individuo ha de vincular los cambios internos que tienen lugar con el paso del tiempo y conectarlos con su pasado, de forma que se refuerce la sensación de coherencia vital. Por ello nuestra preocupación por crear espacios donde las personas adultas mayores encuentren esparcimiento y constante actividad, para así evitar el aislamiento.

⁷⁸ Ibid. p. 24.

CAPÍTULO III

HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS DE EDAD

En los capítulos anteriores señalamos cómo se concibe al viejo, los cambios físicos que se van dando en el proceso del envejecimiento, la atrofia en los sentidos (declinación), el aumento de las enfermedades, el proceso psicológico en el viejo, la economía, la esperanza de vida, las necesidades en el proceso de envejecimiento; las principales situaciones a las que se enfrentan los viejos, las necesidades que detectamos en la investigación de la colonia de Cd. Azteca 2ª sección y la Teoría de la Continuidad.

En este capítulo nos referiremos a nuestra Propuesta de Intervención, misma que fue inspirada gracias a lo que logramos apreciar en la investigación realizada en la colonia antes mencionada; pudimos observar que las personas mayores de 60 años de edad con frecuencia son marginadas por los distintos sectores sociales, con el argumento de que no aportan ningún beneficio y que, por el contrario, representan una carga para quienes las rodean. Este rechazo, aunado a la “disminución de sus facultades físicas o mentales, incrementa su condición de vulnerabilidad.” Por ello realizamos un proyecto que integró a los viejos para que se sientan parte de la sociedad. Esto en función a que nos hemos percatado que a los adultos se les niegan muchísimas oportunidades, como la participación en actividades recreativas e intelectuales. En este apartado incluimos también el programa de actividades de los talleres de las personas mayores de 60 años de edad, así como su evaluación.

3.1 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA LA COLONIA CD. AZTECA, 2ª SECCIÓN.

Nuestra propuesta de intervención consistió en la elaboración y puesta en marcha de un programa que articuló tres talleres. Entendiéndose por programa "...un esquema en donde se establecen la secuencia de actividades específicas que habrán de realizarse para alcanzar los objetivos, y el tiempo requerido para efectuar cada una de sus partes y todos aquellos eventos involucrados en su consecución."⁷⁹ Por otra parte "...los talleres son una metodología participativa que opera en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Está constituido sobre la base de actividades individuales, en pequeños grupos y con el grupo total."⁸⁰

Dichos talleres fueron de carácter *Integrado*, ya que como su definición lo expresa "...son aquellos que en su planificación reúnen varias áreas en forma combinada..."⁸¹; partiendo de que los viejos de la colonia Ciudad Azteca quieren aprender, realizamos un programa (en el cual se integraron tres talleres), con el que buscamos soluciones o alternativas que nos permitieran enfrentar su realidad incidiendo mediante el trabajo grupal creativo.

En el diagnóstico previo encontramos que los deseos de las personas objeto de estudio estaban encaminados a realizar manualidades, y, pensando que los productos que se realizaran se pudieran vender y así ayudarse económicamente. Otro de los intereses fueron las actividades recreativas, pues éstas les permitirían la interacción y encontrar un tiempo de esparcimiento con gente de su edad; por último encontramos que se requería trabajar sobre la autoestima, abordando temas que reafirmarían sus características (adultez) aptitudes y conductas, todo esto tratando de transformar su calidad de vida. Estos hallazgos se plasmaron en los talleres, manejados en un primer momento por el coordinador, el cual es irremplazable para

⁷⁹ Lourdes Münch Galindo y José García Martínez. Fundamentos de administración, p. 9

⁸⁰ Carlos López. Talleres ¿Cómo hacerlos? p. 7

⁸¹ *Ibíd.* P. 21

todo grupo que se organiza, dado que facilita el proceso de organización grupal; para que los integrantes del taller puedan llevar adelante los objetivos estipulados es indispensable apoyarse en una *coordinación rotativa*.⁸²

Asimismo, en la construcción de los programas se recuperaron a las actividades orientadas como lo sugiere Ander –Egg, “...ya que es conducida por un coordinador que orienta la acción, mediante actividades seleccionadas, organizadas y planificadas, posibilitando la realización de la propuesta.”⁸³ Lo anterior se realizó para mejorar y alcanzar las metas y objetivos de los talleres.

Para nosotras es importante intervenir con los adultos mayores ya que identificamos que éstos necesitan de atención, para que continúen aprendiendo a lo largo de su existencia y mejoren sus condiciones de vida. Es por ello que consideramos necesario diseñar un programa en el que se incluyeran tres talleres con la finalidad de que los viejos elaboraran manualidades, así como la interacción de personas adultas con sus iguales, para que intercambiaran experiencias y convivieran en las actividades recreativas que se ejecutaron, sin dejar a un lado la elevación de su autoestima ya que se llevaron a cabo pláticas en donde los viejos fueron mejorando su actitud hacia la vida y sobre sí mismos.

3.2 PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE LOS TALLERES PARA LAS PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS DE EDAD.

Programar consiste en “...decidir anticipadamente lo que hay que hacer...”⁸⁴, es decir, prever en determinado momento lo que se puede realizar en un futuro, señalando los medios que se pueden ocupar para la organización y ejecución de cualquier actividad.

⁸² Cfr. *Ibíd.* p. 22

⁸³ *Ibíd.* p. 23

⁸⁴ Ezequiel Ander-Egg. *Metodología y práctica de la animación sociocultural*. p.141

Presentamos la programación con la situación inicial que, "...proporciona datos e información acerca de la realidad sobre la que se va a actuar. Lo que existe en el punto de iniciar un programa o proyecto."⁸⁵ Como ya lo hemos planteado, se trabajó con 20 personas, (5 hombres y 15 mujeres) mayores de 60 años que manifestaron interés y disposición para aprender a realizar manualidades, e interactuar con personas de su edad y elevar su perspectiva sobre sí mismo, trazándolo como el objetivo general, definiéndose este tipo de objetivos "...como los enunciados de los resultados esperados o como los propósitos que se desean alcanzar."⁸⁶ Como meta pensamos ejecutar las actividades manuales en dos sesiones por producto; es decir, iniciar la realización en la primera y terminarla en la segunda; en cuanto a las actividades recreativas no existió control, pues la idea fue la participación voluntaria de quien deseara convivir. Previendo los obstáculos externos que pudieran presentarse cuando se trabajara al aire libre, como los cambios de clima (lluvia), así como la inasistencia de los adultos mayores al Taller de Manualidades.

Para concluir, se trabajó con la situación objetivo, que indica "...la situación que se desea alcanzar"⁸⁷ es decir lo que anhelamos, realizándose lo que hemos programado. Ofreciendo el producto para que el adulto deje la dependencia, participe en actividades con personas de su edad creando un vínculo amistoso, reforzando y elevando su autoestima.

POLÍTICAS DEL PROGRAMA

Son orientaciones o lineamientos de carácter general; sirven como principio en los que son apoyados los programas, que de acuerdo con la calidad y la duración del mismo sirven de apoyo a la justificación, éstas deben estar interrelacionadas y deben de contribuir a lograr aspiraciones del grupo.

⁸⁵ *Ibíd.* p 141

⁸⁶ *Ibíd.* p 143

⁸⁷ *Ibíd.* p.141

Para poder culminar el diseño de las políticas, nos ubicamos en la definición de las mismas, entendidas como: "...guías para orientar la acción; son criterios, lineamientos generales a observar en la toma de decisiones, sobre problemas que se repiten una y otra vez dentro de una organización."⁸⁸ Por lo que bajo este principio logramos formular las siguientes:

- 1º. Las coordinadoras Generales de los talleres recreativos apoyarán la mediación de los problemas que se susciten durante el desarrollo y elaboración de los mismos.
- 2º. Que los responsables de cada actividad informen de los avances o retrocesos de las mismas.
- 3º. Indispensable tener el compromiso de llevar un ambiente armónico basado en el compromiso, respeto, tolerancia, colaboración y comunicación.
- 4º. Se debe fomentar el compañerismo y respeto orientado a crear un ambiente armónico.
- 5º. Que cada objetivo específico sea realizado y analizado por todos los miembros, con la finalidad de que se cumpla con éste de la mejor manera.
- 6º. Asignar una tarea específica a cada integrante, que sea acorde con sus conocimientos, intereses, habilidades y destrezas.

⁸⁸ Lourdes Münch Galindo y José García Martínez. Op. Cit. p.88

3.3 OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la calidad de vida de los viejos de la colonia Ciudad Azteca, utilizando como recurso un programa que incluye tres talleres, en los que aprendan a realizar manualidades, para que en un futuro los productos puedan ser utilizados como un medio de retribución económica; asimismo que participen en actividades recreativas, logrando con ello interacción con personas de su edad; por último, que con la ayuda psicológica que reciban, logren mejorar la perspectiva de sí mismos.

OBJETIVOS PARTICULARES

- 1 Impulsar estrategias para que los viejos aprendan a elaborar trabajos manuales
- 2 Lograr un vínculo entre las personas mayores de 60 años de edad para que se relacionen e interactúen.
- 3 Mejorar la autoestima de los viejos para que sean personas independientes y logren sus perspectivas individuales.
- 4 Impulsar estrategias dirigidas a mejorar la calidad de vida de los viejos

3.4 DELIMITACION DEL CONTEXTO

El espacio para el que se diseñaron los talleres se encuentra ubicado en el Boulevard Tonatiuh, Lt. 44, Mz. 310, 2ª Sección de Cd. Azteca en el Municipio de Ecatepec, con una duración de 20 semanas (actividades manuales y recreativas), excepto el de autoestima con duración de 10 semanas; se trabajaron con 20 personas mayores de 60 años; de los cuales cinco eran hombres y 15 mujeres mismos que coincidían en la asistencia a éste lugar por despensas otorgadas por el municipio; así mismo el 85% de este total comparten actividades religiosas en la iglesia de la comunidad. Algunos datos de los sujetos de estudio son: en cuanto al estado civil el 50% de estos son casados, el 45% son viudos y el otro 5% son solteros; el 45% viven solos o con su pareja, el 30% con sus hijos y el 25% con algún familiar; en relación a lo económico sólo el 35% de los viudos recibe pensión, solamente el 3% de los 20 son jubilados y el 2% cuenta con un negocio propio; podemos agregar también que el 65% de ellos cuenta con casa propia, el 30% vive con algún familiar y el resto paga renta.

3.5 ESTRATEGIAS

Es de vital importancia considerar que los autores Münch y Galindo definen como estrategia a los "...cursos de acción en general o alternativas, que muestran la dirección y el empleo general de los recursos y esfuerzos, para lograr los objetivos en las condiciones más ventajosas."⁸⁹

Los programas de los talleres incluyeron las siguientes estrategias:

ESTRATEGIAS	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Que en el taller de manualidades se les de la facilidad de elegir el producto que se va a elaborar	El viejo trabajaría con más gusto	La diversidad de gustos provocaría el desagrado de algunos viejos
Que en las reuniones se les facilite escuchar música	Trabajarían más contentos	Que no a todos les agrada la música
Debido a que existe una gran participación de viejos: crear grupos en diferentes horarios	Que tendremos mayor espacio de trabajo	El desgaste físico de las coordinadoras
La gestión de personal especializado (psicóloga)	Que se cuenta con el apoyo de personal especializado	Que los viejos le tengan desconfianza

⁸⁹ ibídem. p. 83



3.6 PROGRAMA TALLER DE MANUALIDADES

Duración: 20 semanas (dos horas por sesión a la semana)

Elaborado por: Smirna Sánchez Ángeles
Wendy Patricia Luna Castro

TALLER DE ACTIVIDADES MANUALES.

Dentro de esta área se les ofrece a los viejos realizar actividades con materiales como son el foamy y el fieltro; pues es importante que los adultos mayores de 60 años "...tengan la posibilidad de trabajar en acciones que le demanden poco tiempo y en los que se utilicen muchos materiales y en variadas formas, pero que también pueda dedicarse a un cierto número de experiencias básicas de arte y que se lleven a cabo con profundidad."⁹⁰ Consideramos que al efectuar manualidades se fomenta, mantiene, y acrecenta la creatividad, originalidad, conocimientos y habilidades del viejo, así como su sensibilidad y experiencia a fin de darle a los objetos que fabrica algún valor especial, ya sea práctico o estético. Y lograr que se sienta útil, satisfecho con él mismo.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Que los viejos elaboren trabajos manuales para que en un futuro los productos puedan ser utilizados como un medio de retribución económica.

RECURSOS MATERIALES: Foamy y fieltro de colores, hilo, aguja, gises de colores, tijeras, plumones y patrones.

RECURSOS HUMANOS: Coordinadoras Smirna Sánchez Ángeles y Wendy Patricia Luna Castro

EVALUACIÓN: Proceso y Producto.

⁹⁰ L. Edward. El valor educativo de las manualidades. p.21

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

(Febrero a junio de 2007, en horario de 2:00 pm a 4:00 pm)

Fecha	Actividad	Meta
1 de febrero	Realizar adorno con foamy	Iniciar producto de foamy
8 de febrero		Terminar producto de foamy
15 de febrero	Realizar adorno con fieltro	Iniciar producto fieltro
22 de febrero		Terminar producto de fieltro
1 de marzo	Realizar adorno con foamy	Iniciar producto de foamy
15 de marzo		Terminar producto de foamy
22 de marzo	Realizar adorno con fieltro	Iniciar producto fieltro
29 de marzo		Terminar producto de fieltro
5 de abril	Realizar adorno con foamy	Iniciar producto de foamy
12 de abril		Terminar producto de foamy
19 de abril	Realizar adorno con fieltro	Iniciar producto fieltro
26 de abril		Terminar producto de fieltro
3 de mayo	Realizar adorno con foamy	Iniciar producto de foamy
17 de mayo		Terminar producto de foamy
24 de mayo	Realizar adorno con fieltro	Iniciar producto fieltro
31 de mayo		Terminar producto de fieltro
7 de junio	Realizar adorno con foamy	Iniciar producto de foamy
14 de junio		Terminar producto de foamy
21 de junio	Realizar adorno con fieltro	Iniciar producto fieltro
28 de junio		Terminar producto de fieltro



3.7 PROGRAMA TALLER DE ACTIVIDADES RECREATIVAS

Duración: 20 semanas (dos horas por sesión a la semana)

Elaborado por: Smirna Sánchez Ángeles
Wendy Patricia Luna Castro

TALLER DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

Se considera que las actividades que se ofrecen en el taller son benéficas para los viejos dado que al proporcionarle compañía y un mínimo de ejercitación física se previenen los efectos de una vida sedentaria, solitaria y de inacción, favoreciendo así la salud y previniendo una vejez enferma debido a que hay una mayor debilidad del metabolismo. Con la caminata se determinan dos elementos fundamentales: uno estético y otro higiénico. Por el estético se comunica gracia, agilidad y armonía en los movimientos. Por otro lado, en el higiénico se robustece el organismo adquiriendo mayor resistencia a la fatiga y mantienen mayor energía. La actividad física y deportiva se ha constituido como un auxiliar de gran utilidad y beneficio para mantener en óptimas condiciones la salud y capacidades psicomotrices de los viejos. Por tal motivo la finalidad y razón de ser de este taller es favorecer la disponibilidad corporal del anciano, a través del diseño y ejecución de actividades físicas que desbloquean y activen la capacidad motriz de las personas con fines preventivos, educativos y recreativos.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Que los viejos se integren con personas de su misma edad.

RECURSOS MATERIALES: Fichas, ajedrez, rompecabezas, lotería, memorama, mesas, pelotas, raquetas, cuerdas.

RECURSOS HUMANOS: Coordinadoras Smirna Sánchez Ángeles y Wendy Patricia Luna Castro.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES: Este taller se impartió de febrero a junio de 2007 de 16:30 a 18:30 hrs; las actividades estuvieron basadas en la recreación y la meta consistió en construir un vínculo entre los integrantes del grupo.

EVALUACIÓN: Asistencia y participación.



3.8 PROGRAMA TALLER DE AUTOESTIMA

Duración: 10 semanas (hora y media por sesión a la semana)

Elaborado por: Smirna Sánchez Ángeles
Wendy Patricia Luna Castro

TALLER DE AUTOESTIMA.

Hemos considerado que las personas mayores de 60 años de edad son individuos vulnerables por lo que se planteó realizar un taller que beneficiara su actitud frente a la vida. Con temas que influyan para mejorar su existencia.

Tales como: Plan de vida futura, en él se ofrece información y estrategia al viejo para cuidar su salud, los cambios que ocurrirán en su personalidad, en su aspecto físico, en su vida social; las consecuencias que trae consigo la jubilación, y las relaciones familiares.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Que el viejo adquiriera una valoración positiva sobre sí mismo.

RECURSOS MATERIALES: Pizarras, rotafolios, plumones, televisor, y DVD.

RECURSOS HUMANOS: Especialista (Psicóloga) y Coordinadoras Smirna Sánchez Ángeles y Wendy Patricia Luna Castro.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES: este taller se impartió de abril a junio de 2007 de 10:30 a 12:00 hrs.

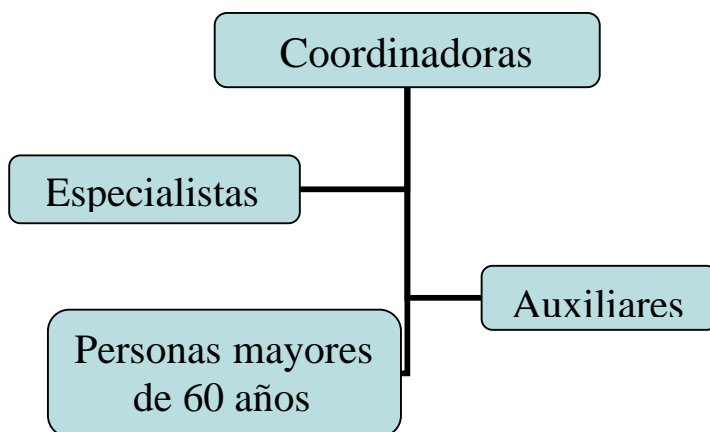
Las actividades estuvieron basadas en optimizar su vida y la meta consistió en mejorar la autoestima de los integrantes del grupo.

EVALUACIÓN: Asistencia y participación.

3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS TALLERES

En este apartado se especifican las funciones de quienes participamos en el proyecto y sirvieron para lograr los objetivos. La organización es pues, "...el establecimiento de la estructura necesaria para la sistematización racional de los recursos, mediante la determinación de jerarquías, disposición, correlación y agrupación de actividades, con el fin de poder realizar y simplificar las funciones del grupo social."⁹¹ Uno de los objetivos básicos de la organización es el establecer métodos sencillos para realizar el trabajo de la mejor manera posible.

- a) Estructura: "...es un elemento de la organización misma que implica el establecimiento del marco fundamental en el que habrá de operar el grupo social, ya que establece la disposición y la correlación de las funciones, jerarquías y actividades necesarios para lograr objetivos."⁹² La estructura que se manejó en el grupo fue la siguiente:



- b) División del trabajo: "...es la separación y delimitación de las actividades, con el fin de realizar una función con la mayor precisión, eficiencia y el mínimo esfuerzo, dando lugar a la especialización y perfeccionamiento en el trabajo."⁹³

⁹¹ Lourdes Münch Galindo y José García Martínez. Op. Cit. p. 108-109.

⁹² Ibidem. p. 108.

⁹³ Ibidem. P. 114 y 116.

La repartición de labores permite una dosificación equitativa del trabajo permitiendo con ésto la participación efectiva., así como el desempeñar con eficiencia sus diversas actividades.

Al repartir las actividades fue necesario: hacer un listado de las mismas, clasificarlas, agruparlas en un orden preferentemente jerárquico, así como el asignar las tareas a cada uno del personal requerido, especificar las relaciones de autoridad, responsabilidad, y obligación de cada uno, mantener una buena comunicación e interrelación entre el personal,

Personal	Función
Coordinadoras LIE	Impulsa el programa que atiende las necesidades educativas de los adultos mayores.
Una psicóloga	Dirige el taller de autoestima
Dos Auxiliares	Acomodamiento de mobiliario

Se opto por tomar esta estructura dado que como LIE´s se realizó un diagnóstico en la colonia antes citada, motivo por el cual conocemos las necesidades educativas de los viejos, por lo que se opto solicitar la intervención de un psicólogo que nos apoyara en cuestiones psicológicas (taller de autoestima), así como el apoyo de dos auxiliares para acondicionar el espacio de trabajo, beneficiando e impulsando lo solicitado por los adultos mayores de 60 años.

3.10 EVALUACIÓN

Evaluar constituye un proceso sistemático y metódico que hace posible el conocimiento de los efectos de un programa, relacionándolos con las metas propuestas y los recursos movilizados. Asimismo, y siguiendo a Stufflebeam, se podría decir que la evaluación es un proceso que facilita la identificación, la recolección y la interpretación de informaciones útiles a los encargados de tomar decisiones y a los responsables de la ejecución y gestión de los programas.

Por ello trabajamos con el modelo CIPP (Contexto, Entrada < Input >, Proceso y Producto) propuesto por Stufflebeam, dado que es un modelo de fácil adaptación para los programas. El modelo CIPP⁹⁴ presenta cuatro etapas que se relacionan como un sistema, pero que a la vez pueden evaluarse de manera independiente.

Estas etapas son:

1. Evaluación de Contexto. Su objetivo es definir el objeto, valorar sus necesidades y la oportunidad de satisfacerlas. También incluye el diagnosticar los problemas que surgen y emitir juicios acerca de lo adecuado de los objetivos para solventar dichas necesidades.
2. Evaluación de Entrada. Esta etapa de la evaluación anuncia el éxito, fracaso y eficacia del ajuste, identificando y valorando la capacidad del sistema, las estrategias de programas alternativos, la planificación de los pasos a seguir para realizar las estrategias, los presupuestos y los programas.
3. Evaluación del Proceso. Alerta durante el desarrollo del programa acerca de los defectos de la planificación del procedimiento o desarrollo, para aportar

⁹⁴ Cfr. Daniel L. Stufflebeam y Anthony J. Shinkfield. La evaluación orientada hacia el perfeccionamiento. pp. 196-204

información válida para las decisiones a tomar. Además describe y juzga los procedimientos utilizados.

4. Evaluación del Producto. El fin de este tipo de evaluación es la recopilación de información acerca de los resultados, a la vez de relacionarlos con los objetivos preestablecidos.

En función a lo anterior, se evaluaron los alcances del programa en el que se desarrollaron tres talleres, denominados: 1.- Taller de Manualidades, 2.- Taller de actividades recreativas, y 3.- Taller de Autoestima.

Se realizó lo anterior dado que al viejo se le ha marginado por considerarlo improductivo, consideramos la teoría de la Continuidad que manifiesta que el individuo debe permanecer activo y avanzar a la par de los continuos cambios sociales que se dan a su alrededor, además de que es necesario que las personas mayores de 60 años sigan manteniendo el rol que venían desempeñando, o bien adquirir nuevos roles con la finalidad de que no se conviertan en seres inactivos.

Por lo que con estas continuas actividades mantienen beneficios físicos, económicos, sociales y psicológicos. Por ejemplo mediante las actividades recreativas (actividades físicas) puede mantener su cuerpo sano, flexible, fuerte y con menos posibilidad de enfermarse permanentemente.

Por otro lado, ésto les lleva a continuar con relaciones sociales, evitando así que se sientan solos y apáticos, e incluso el hecho de aceptar y participar de acuerdo al desarrollo de la sociedad permite que haya un mejor entendimiento con la familia y a su vez todo ésto será determinante en el aspecto psicológico, ya que gozarán de una estabilidad emocional y afectiva evitando sentimientos de culpa, inferioridad, tristeza y aislamiento.

El programa, como ya se mencionó, se trabajó en tres talleres, 2 de los cuales se efectuaron con una duración de 20 semanas (del 1º de febrero al 28 de junio del año 2007) reuniéndonos a la semana sólo los jueves, en actividades de 2 horas. Y el taller de Autoestima que tuvo una continuación de 10 sesiones de hora y media, siendo el día de reunión los sábados, en horario de 10:30 a 12:00.

El proceso de enseñanza-aprendizaje se organizó de la siguiente forma:

1. Bienvenida y breve introducción acerca del programa (talleres).
2. Calendario, donde se describió la actividad, los materiales y recursos a utilizar, y el plan de evaluación.
3. Lugar de publicación de asignaciones realizadas por los viejos (tomada de acuerdo a las destrezas o gustos de cada viejo).
4. Anuncios. Esta sección presentó como finalidad la comunicación social a través de invitaciones.

Como todo programa educativo, los talleres requirieron de un proceso de evaluación formativa para recolectar información útil y válida sobre el desarrollo del programa, así como el logro de sus objetivos, con la finalidad de hacer recomendaciones para su optimización (ver anexo 3).

Cabe mencionar que la población estuvo conformada por 20 personas mayores de 60 años, 5 hombres y 15 mujeres. Se utilizó como modelo de evaluación el modelo CIPP propuesto por Stufflebeam y Shinkfield, en sus etapas proceso y de producto. Las variables estudiadas y los instrumentos utilizados se describen a continuación.

Para evaluar el cumplimiento de las actividades por parte de los viejos se hizo un seguimiento de los siguientes aspectos:

1. Las asignaciones para el Taller de Manualidades. Para ello se diseñó un instrumento de registro de los siguientes aspectos: seguimiento de las instrucciones (Marcar-moldes, recortar, unir piezas). Estos datos se registraron semanalmente de manera individual (ver anexo 3).
2. Taller de Actividades Recreativas. Durante todo el taller utilizamos la observación.
3. Taller de Autoestima. Para ello se utilizó una encuesta de opinión anónima aplicada a los viejos durante la última plática.

Para evaluar el cumplimiento de las actividades de los talleres: de Manualidades, Actividades Recreativas y Autoestima, se diseñó un cuestionario de evaluación de programas de educación no formal, dirigido a nosotras como coordinadoras y a la especialista; a través de esta técnica se investigaron:

- a) Si se ha cumplido con las actividades y asignaciones
- b) La solución de los problemas presentados.

Encontrando el cumplimiento de los objetivos particulares. Como son:

1. Impulsar estrategias para que los viejos aprendan a elaborar trabajos manuales
2. Lograr un vínculo entre las personas mayores de 60 años de edad para que se relacionen e interactúen.
3. Mejorar la autoestima de los viejos para que sean personas independientes y logren sus perspectivas individuales.
4. Impulsar estrategias dirigidas a mejorar la calidad de vida de los viejos

Estos datos fueron recogidos al inicio de cada semana.

Para registrar el cumplimiento de los objetivos específicos, en la evaluación dirigida hacia coordinadoras y especialista se utilizó una escala de estimación para el alcance de los objetivos preestablecidos. Este instrumento fue contestado por las coordinadoras del curso. También se realizó un registro de las observaciones generales de cada semana en una matriz diseñada para tal fin, con el propósito de registrar sucesos imprevistos y llevar un seguimiento más detallado del mismo.

Los datos de la evaluación fueron reportados semanalmente. De modo adicional, se proporcionó información a los viejos acerca de las asignaciones cumplidas, con el propósito de que recibieran una retroalimentación con respecto a sus actividades y para mantenerlos informados de la evaluación que se estaba llevando a cabo.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN

La población evaluada estuvo conformada por veinte personas mayores de 60 años, con cinco participantes del sexo masculino y quince del femenino, los cuales asistieron regularmente a las 20 sesiones de los talleres de actividades recreativas y manualidades, y a las 10 sesiones del taller de autoestima.

PROSECUCIÓN DE LOS VIEJOS A LOS TALLERES

El seguimiento de los viejos a los talleres fue del 90%, es decir que la mayoría de ellos asistieron regularmente, teniendo únicamente una deserción en el mes de marzo, debido a que se presentó una baja, por enfermedad, ya que una de las participantes fue trasladada a un hospital.

CUMPLIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES DISEÑADAS

Los viejos nos informaron sentir sobrecarga de algunas asignaciones en ciertas semanas, así como dificultad en la comprensión de ciertas instrucciones. Sin embargo con respecto al seguimiento para el desarrollo de las asignaciones, éstas fueron ejecutadas adecuadamente por los viejos a lo largo de las 20 semanas del taller de manualidades.

En cuanto al desempeño de las actividades que realizó la especialista (psicóloga), se registró el cumplimiento completo, dado que las pláticas para elevar la autoestima presentaron un excedente de audiencia, así como mejoría en el estado de ánimo de los viejos. En general el programa se manejó con un equipo de trabajo interrelacionado, integrado por las coordinadoras y la psicóloga.

LOGROS DE LOS OBJETIVOS

Todos los objetivos particulares fueron alcanzados por los viejos que finalizaron los talleres. Según la evaluación de las coordinadoras, el objetivo general fue alcanzado por la totalidad de las personas mayores de 60 años, destacándose que el 99% lo alcanzó de manera óptima. La sesión introductoria fue evaluada por el total de los encuestados como excelente. Los viejos evaluaron el curso como satisfactorio y recomendable.

La implementación del Programa de los Talleres para las personas Mayores de 60 años como alternativa para mejorar su calidad de vida no se siguió según el diseño inicial, debido a la sobre población que se tuvo, es decir se citaron a las personas mayores en diversos horarios; además de que se tenía contemplado que cada viejo realizara su manualidad, encontrando que no todos cuentan con las mismas habilidades, lo cual nos llevó a trabajar asignando tareas específicas es decir; que

algunos recortaban y otros sólo ensamblaban, realizándose las adaptaciones necesarias.

Por ello, el proceso de evaluación implantado en esta investigación facilitó el seguimiento total del desarrollo de programa educativo, contando con el apoyo de los viejos, la especialista (psicóloga) y el equipo de coordinación. Sus resultados permitieron suministrar un conjunto de recomendaciones para la toma de decisiones (ver anexo 4).

CONCLUSIONES

Hemos encontrado que los viejos son personas que tienen intereses definidos, por lo tanto para ellos es de utilidad aprovechar el tiempo libre para dedicarse a actividades que mejoren su calidad de vida, por lo que se consideraron una serie de actividades libres cuyo objetivo consistió en procurar una satisfacción inmediata más que tender hacia una finalidad estrictamente utilitaria y lejana; estas actividades hallan su fin en sí mismas. Cavilamos que existen 4 objetivos principales para mantenerse en continuidad: la distracción, la diversión, el desarrollo de la persona, y la creatividad, como la capacidad de producir cosas nuevas y valiosas, dichos objetivos son ordenados en función del grado de expresión personal al que tienden. Y es que las personas, a medida que envejecen, deben mantenerse en constante actividad y seguir funcionando.

Pero hay que agregar que puede ser cualquier actividad la que se asocie a un incremento del bienestar de los viejos, fundamentalmente aquellas sobre las que estas personas experimenten una sensación de control, para que los individuos logren sentirse bien; de tal manera que trascienda desde una salud mental y física, como las actividades recreativas. La recreación plantea diversas actividades secuenciales, que con una visión de largo plazo se organizan voluntariamente con la intención de mejorar su calidad de vida, para así lograr de manera integral el bienestar humano y de su entorno logrando con ello una buena convivencia. Referente a la convivencia, podríamos decir que, en cuanto a su definición, puede tener un significado bastante cercano rechazar a la agresividad; el comprender los errores de los demás, colaborar y mantener la calma. Además de que con dicha convivencia, y actividades a realizar se da un incremento de la autoestima de las personas adultas mayores de 60 años.

Reconocemos entonces, que la vejez es un hecho universal que intervendrá en todos los seres vivos y que está caracterizado por ser individual, por ser un proceso dinámico que empieza con la concepción y acaba en la muerte.

Ahora pues sabemos que la Educación en las personas viejas tiene como característica una maduración, la cual le permitirá aceptar o rechazar las ideas del grupo social en que se desenvuelve, además de juicio crítico, promueve su Educación en función de sus necesidades e intereses, no como una acción benéfica que recibe de la sociedad, sino como el resultado de un esfuerzo personal.

En cuanto a la capacidad para aprender inferimos que a pesar de no ser igual a la de un joven, con medios adecuados es capaz de tener un buen desempeño y un ejemplo de ello son los hombres, en la historia universal, que han realizado sus mejores aportes en la vejez tal es el caso de: Verdi, Freud, Ghandi y mucho otros.

Por otra parte, el viejo al igual que cualquier ser humano tiene necesidades fisiológicas, de seguridad, de relaciones afectivas, de posición y aprecio, de desarrollo, etcétera. También presenta características físicas que modifican su organismo, características sociales que llevan a un cambio en sus relaciones y forma de vida que están determinadas por su capacidad de adaptación psicológica y por la manera en que él mismo se conciba, cuando esto no sucede pueden presentarse conflictos psicológicos como temores, angustia, miedo, actitudes obsesivas que conducen al anciano al deterioro de sí mismo.

Además, como ya sabemos la educación no va a ser la misma en todos los periodos de la vida del hombre, ya que cada etapa irá acompañada de cierto tipo de necesidades y además existirán ventajas y desventajas o inconvenientes, los cuales han sido tomados en cuenta para realizar la propuesta de intervención; así tenemos que el viejo se ve afectado coyuntivamente en la percepción, la retención inmediata y el reconocimiento de nuevos contenidos; en el ámbito socio-afectivo, algunas veces existe una falta de confianza en sí mismo, pues no ha tenido la oportunidad de probar sus habilidades, lo cual es una de las alternativas que proporcionamos al ofrecer una diversidad de actividades donde el viejo puede desarrollar sus aptitudes;

reconociendo que la finalidad de los talleres no consistía en fortalecer cuestiones motrices, sino afectivas.

Por lo antes mencionado, es necesario que los LIE's otorguen mayor atención a la población Vieja, de modo que ésta no se convierta en un problema social, lo cual no debería ser; y si desafortunadamente se ha presentado es porque no se han ofrecido alternativas adecuadas para este sector de la población, pero ahora después de haber presentado este Proyecto de Desarrollo Educativo y que reflexionamos sobre el alcance de los objetivos nos sentimos con la obligación de continuar buscando opciones; en la medida en que conozcamos más el fenómeno; mejores serán las opciones que podemos ofrecer.

Por ello, la inquietud de contribuir con el desarrollo de un proyecto que abordó un tema al que en nuestro país no se le ha dado la debida importancia, dado que en la actualidad las opiniones, los consejos, las recomendaciones y el soporte de la vida social y económica que proporcionan las personas que se encuentran en edad madura y económicamente productivas no son valoradas como antaño. Como LIE buscamos alternativas a esta problemática que aqueja o incomoda en algún momento a todos los viejos, como es la falta de atención que existe para las personas mayores de 60 años de edad en los aspectos sociales y psicológicos, que permita mejorar la calidad de vida de los viejos. Pero es necesario que comprendamos lo que significa ser viejo, estar en la etapa final del ciclo de vida y tener sesenta o más años de experiencia sobre los que se pueda de manera positiva meditar. Evidentemente sólo conociendo primero cómo los viejos se ven a sí mismos, cómo ven su vida y la naturaleza de la vejez, podemos aspirar a moldear un presente y un futuro significativo para ellos y para los que seremos viejos después de ellos.

Finalmente podemos decir que el estudio de la vejez es interesante y fundamental, pues este trabajo nos muestra que, más que una etapa de la vida, es un estado al que se llega después de haber vivido mucho tiempo y haber acumulado vastas experiencias de todo tipo.

FUENTES DE CONSULTA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Aburto Jaimez, Ana María. Condición Económica de la Mujer Vieja en México. México, GEMAC, (s.a.), 274 pp.

Ancona Sánchez, Marcela. Educación de la Tercera Edad. México, GEMAC, (s.a.), 327 pp.

Ander-egg, Ezequiel. Metodología y Práctica de la Animación Sociocultural. Argentina, Humanitas, 2000. 245 pp.

Arizpe, Lourdes. Antropología breve de México. México, Limusa, 2003, 291 pp.

Atchley, Robert C. Continuidad y Adaptación en el Envejecimiento: Crear Experiencias Positivas. Nueva York, Villard, 1993. 247 pp.

Avedon M. Eltis. (1974). Recreación Terapéutica. Nueva York, Prentice-Hall, 219 pp.

Brena, Martha. Documento Preliminar de la Investigación, Informe de la Situación de los Senescentes en México. México, UNAM. 1995. 97 pp.

Coll Salvador, Cesar. Qué es el Constructivismo. Argentina, Magisterio del rio de la plata, 2000. 61 pp.

De Beauvoir, Simone. La Vejez. México, Sudamericana, 1990. 677 pp.

De la Huerta, Dolores. La Tercera Edad. Un Compromiso Universitario. México, UNAM, 1992, s.d.

Eco, Umberto. Cómo se hace una tesis. España, Gedisa, 2006, 233 pp.

Fernández, Rocío. Gerontología Social. Madrid, Psicología Pirámide, 2000, 612 pp.

Fuentes Aguilar, Raúl. Problemas de la vejez y el envejecimiento. México, EDAMEX, 1989, 234 pp.

García Mora, Carlos y Medina, Andrés. La quiebra política de la Antropología Social mexicana. México, Ubijus, 1997, 366 pp.

González Aragón, Joaquín. Aprendamos a Envejecer Sanos: Manual de Autocuidado y Educación para la Salud en el Envejecimiento. México, Costa-amic, 1984, 267 pp.

Güitrón Fuentevilla, Julián. ¿Qué es el Derecho Familiar? México, Promociones Jurídicas y Culturales, S.A. 355 pp.

INAPAM, Psicología de la vejez. México, 2005, 159 pp.

L. Edgard. El valor educativo de las manualidades. Argentina, kapelusz, 1993, 184 pp.

Larroyo, Francisco. La ciencia de la educación. 20ª. Ed, México, Porrúa, 1982, 451 pp.

Lemkau, Paul. Higiene Mental. México, F.C.E., 1974, 423 pp.

López, Carlos. Talleres ¿Como hacerlos? Buenos Aires, Troquel, 1993, 159 pp.

Lozano Cardoso, Arturo. Introducción a la Geriatría. México, Méndez, 1999, pp. 438

Mishara B. L y Riedel R. G. El Proceso de Envejecimiento. España, Morata, 2000, 282 pp.

Moragas Moragas, Ricardo. Gerontología Social. Barcelona España, Herder, 2004. 304 pp.

Münch Galindo, Lourdes y García Martínez, José. Fundamentos de administración. México, Trillas, S.A. de C.V. 2004, 240 pp.

Ortiz, Frida y García, María del Pilar. Metodología de la investigación. España, Unit, 1987,168 pp.

Pérez Serrano, Gloria. Investigación Cualitativa, Retos e interrogantes. T. II. Técnicas y análisis de datos. Madrid, La muralla, S. A., 1998. 319 pp.

Riesco, Juan D. Problemas de la Tercera Edad (y de la enfermedad). Madrid, PS, 154 pp.

Salas Alfaro, Ángel. Derecho a la senectud. México, Porrúa. 1999. 397 pp.

Sánchez Urrutia, Olga. Una cana al aire... condiciones de vida de la tercera edad en la ciudad de México. México, Orbit, 2001, 139 pp.

Schmelkes, Corina. Manual para la presentación de anteproyectos e informes de investigación (Tesis). 2ª edición, México, Oxford, 2006, 206 pp.

Stufflebeam; Daniel L. y Shinkfield, Anthony J. Evaluación sistemática. Guía teórica y práctica. s.d. Paidós, 1987, 373 pp.

Soustelle. Vejez de México: problema del año 2000. México, Seminario, 1986, 126 pp.

Warner Schaie, y Willis, Sherry Psicología de la Edad Adulta y la Vejez. 5ª edición, España, Pearson Prentice Hall, 2003, 630 pp.

Yáñez Téllez; Guillermina. Valoración de los procesos cognoscitivos en un grupo de ancianos. México, UNAM, (s.a), 264 pp.

HÉMEROGRÁFICAS

González, Felipe. Aspectos Psicosociales de la Tercera Edad. Geriátrika. Vol. 3, No. 7, 1987.

Herce, J.M La vejez como etapa vital. Geriátrica. Vol. 5, no. 3, 1989.

Sánchez Rodríguez, J. de Jesús. Relación Gerontológica del Habitar con la Familia. Experiencia. INSEN. año XI, núm. 126, 127, 128. Enero, Febrero, Marzo, 1994.

Trejo Orduña, Eleazar. La Vejez y sus Necesidades. Experiencia. INSEN. No. 36, Julio, 1996.

ELECTRÓNICAS

<http://www.atzimba.crefal.Edu.mx> 22 de julio del 2007

<http://www.cedhj.org.mx> 22 de julio del 2007

<http://www.clarin.com> 22 de julio del 2007

<http://www.cndh.org.mx> 22 de julio del 2007

<http://www.edomex.gob.mx> 12 de agosto del 2007

<http://www.inapam.gob.mx> 22 de julio del 2007

<http://www.inegi.gob.mx> 12 de agosto del 2007

<http://www.redcreacion.org> 18 de septiembre del 2007

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Confort, Alex. Una buena edad: La tercera edad. Barcelona, Blume, 1986, 279 pp.

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. México, Greca S.A. de C. V. 1996. 197 pp.

Craig, Grace J. y Baucum, Don. Desarrollo Psicológico. México, Pearson Educación, 2001, 675 pp.

Díaz Guerrero, Rogelio. Estudio de Psicología del mexicano. 3ª ed. México, Trillas, [s.a], 297 pp.

García, María Elena y Gutiérrez, Gerusia, Prevención y Autocuidado para el Bienestar en la edad Adulta. México, T. II. Ed. Gráficas, S. A. De C. V, 1997.

INEGI, XII Censo General de Población y Vivienda, 2000.

LIE-UPN. Presentación General.

Pérez-Campanero, Ma Paz. Cómo detectar las Necesidades de Intervención Socioeducativa. Madrid, Narcea, 2000 173 pp.

Rodríguez Gómez, Gregorio; Gil Flores, Javier; García Jiménez Eduardo. Metodología de la investigación cualitativa. España, Aljibe, 1996, 320 pp.

Rodríguez, Aroldo. Psicología Social. México, Trillas, 1980, 513 pp.

Sánchez Rosado, Manuel (coord.) Manual de trabajo social. México, Plaza y Valdéz, 2004, 473 pp.

Vázquez, Gonzalo; Colom, Antoni y Sarramona, Jaume. Educación No Formal. España, Ariel, 1998, 233 pp.

ANEXOS



ANEXO 1



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

ENTREVISTA DIRIGIDA A VECINOS DE LA COLONIA CIUDAD AZTECA SEGUNDA SECCIÓN DEL MUNICIPIO DE ECATEPEC ESTADO DE MÉXICO

NOMBRE: _____
SEXO: _____ ESTADO CIVIL: _____

1. ¿Considera usted importante la creación de talleres recreativos para las personas adultas mayores? _____ ¿Por qué?
2. ¿Cree que su comunidad requiere de un espacio donde el adulto mayor asista para lograr convivencia con sus iguales?
3. Existe en su comunidad algún espacio en el cual las personas adultas mayores acudan a realizar alguna actividad? _____ ¿Cuáles?
4. Bajo su experiencia personal ¿considera usted que si se abriera un espacio del tipo ya mencionado los adultos mayores acudirían? _____ ¿Por qué?



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL



ENTREVISTA DIRIGIDA A PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS DE EDAD DE LA COLONIA CIUDAD AZTECA SEGUNDA SECCIÓN DEL MUNICIPIO DE ECATEPEC ESTADO DE MÉXICO

NOMBRE: _____
SEXO: _____ ESTADO CIVIL: _____

1. ¿Con quien vive y/o convive?
2. ¿Cuenta usted con tiempo libre?
3. ¿A que se dedica en sus ratos libres?
4. ¿Domina algún oficio?_____ ¿Cuáles son?
5. Le gustaría aprender algún oficio? ¿Por qué?
6. ¿Le gustaría relacionarse con gente de su edad?__ ¿Por qué?
7. ¿Pertenece a algún grupo o taller? _____ ¿Cuál?
8. ¿Le gustaría participar en la creación de un grupo?
9. ¿Si se implementara algún grupo, taller acudiría o participaría en el?

ANEXO 2

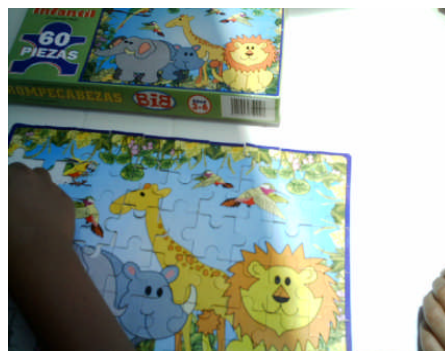
Las siguientes fotografías fueron tomadas al principio del trabajo de investigación cuando sondeamos a las personas de la colonia Cd. Azteca 2da sección: Diagnóstico



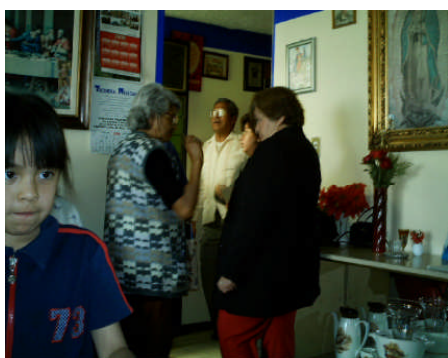
Fotografías tomadas en el Taller de Manualidades



Fotografías tomadas en el Taller de Actividades Recreativas



Fotografías tomadas en el Taller de Autoestima



CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE PROGRAMAS DE
EDUCACIÓN NO FORMAL

NOMBRE:

CARGO:

1. Se han logrado los objetivos propuestos 1 2 3 4 5

2. Los contenidos han sido adecuados:

a) A los objetivos 1 2 3 4 5

b) Al nivel de los participantes 1 2 3 4 5

Comentarios:

Observaciones: