



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO



“LA RESILIENCIA DEL ADULTO MAYOR: VIVIR EN PLENITUD”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

MÓNICA MENDIETA BIAY
MARÍA LUISA ORTÍZ RAMÍREZ
ANAHÍ HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ

IXMIQUILPAN., HGO. JUNIO 2017.



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO
SEDE IXMIQUILPAN



“LA RESILIENCIA DEL ADULTO MAYOR: VIVIR EN PLENITUD”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

QUE PARA OBTENER TÍTULO DE LICENCIADA
EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA

PRESENTA:

MÓNICA MENDIETA BIAY
MARÍA LUISA ORTÍZ RAMÍREZ
ANAHÍ HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ

TUTOR: MTRA.MARINA ESCAMILLA VELÁZQUEZ

IXMIQUILPAN., HGO. JUNIO 2017



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DE FORMACIÓN Y SUPERACIÓN DOCENTE
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO

UPN/DT/Of. No. 398/2017-I
DICTAMEN DE TRABAJO

Pachuca de Soto, Hgo., 26 de abril de 2017.

C. MÓNICA MENDIETA BIAI
PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al Proyecto de desarrollo Educativo intitulado *"LA RESILIENCIA DEL ADULTO MAYOR: VIVIR EN PLENITUD"* presentado por su tutora MTRA. MARINA ESCAMILLA VELÁZQUEZ, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

DR. ALFONSO TORRES HERNÁNDEZ
PRESIDENTE
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN



S. E. P. H.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
HIDALGO

C.c.p.- Depto. de Titulación.- Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

ATH/SCA/jahm.

Pachuca de Soto, Hgo., 26 de abril de 2017.

C. MARÍA LUISA ORTIZ RAMÍREZ
PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al Proyecto de desarrollo Educativo intitulado *"LA RESILIENCIA DEL ADULTO MAYOR: VIVIR EN PLENITUD"* presentado por su tutora MTRA. MARINA ESCAMILLA VELÁZQUEZ, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

DR. ALFONSO TORRES HERNÁNDEZ
PRESIDENTE
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN



H.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

C.c.p.- Depto. de Titulación.- Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

ATH/SCA/jahm.

UPN/DT/Of. No. 400/2017-I
DICTAMEN DE TRABAJO

Pachuca de Soto, Hgo., 26 de abril de 2017.

C. ANAHÍ HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ
PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al Proyecto de desarrollo Educativo intitulado *"LA RESILIENCIA DEL ADULTO MAYOR: VIVIR EN PLENITUD"* presentado por su tutora MTRA. MARINA ESCAMILLA VELÁZQUEZ, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

DR. ALFONSO TORRES HERNÁNDEZ
PRESIDENTE
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN



H.
GICA NACIONAL
GO

C.c.p. - Depto. de Titulación. - Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

ATH/SCA/jahm.

DEDICATORIAS

Estas líneas van dedicadas para las personas que en todo momento confiaron en mí y nunca quitaron el dedo del renglón para apoyarme e impulsarme en este paso importante para mi vida, ya que pude lograr una meta que tenía trazada y pude culminarla con algunos momentos complicados, pero con apoyo de ustedes pude salir adelante, se que aún falta más camino por recorrer y siempre voy a poder contar con ustedes.

Con mucho cariño principalmente a mis padres Federico y Guadalupe, les estoy muy agradecida son las personas que más quiero y que a lo largo de toda mi vida siempre me apoyaron, ustedes me formaron con principios y valores para que me pudiera realizar como una buena persona de manera plena, dándome la herencia más valiosa que pudiera recibir sé que siempre van a estar conmigo.

A mi esposo que nunca me dejó sola y siempre estuvo conmigo apoyándome, que nunca dejó de confiar en mí y siempre me brindo el apoyo para seguir adelante en esta etapa como universitaria; fue un logro de ambos no solo mío y sé que siempre has querido lo mejor para nuestra pequeña familia. ¡Te amo!, gracias por apoyarme en mis triunfos y fracasos. Con todo el amor del mundo a esa pequeña persona que es mi hijo Dami a quien amo, y ha sido mi fuerza para no darme por vencida en esos momentos en los que sentí que ya no daba para más, pero al verlo sé que debí seguir adelante porque soy su ejemplo de que no debe rendirse.

A mis hermanas Nancy y Evelin que siempre me han hecho la vida espectacular son mi vida y las quiero bastante ustedes siempre han estado conmigo apoyándome sin dejarme sola. Quiero agradecerles por apoyarme con mi bebe y quererlo como parte de ustedes en mis días de ausencia.

A mis suegros que siempre me apoyaron y me ayudaron a que pudiera seguir estudiando; gracias de verdad, les agradezco que siempre hayan estado al tanto de mí y mi hijo; no sé cómo pagarles.

A mis compañeras de equipo y maestros fue un placer trabajar con ustedes Luisa y Moni más que compañeras nos convertimos en amigas: las quiero. Con su apoyo hicieron más ameno este camino al cual llegamos juntas. A mis maestros que son un ejemplo por su trabajo lleno de amor, valores, experiencia de conocimientos; sin la orientación de cada uno de ustedes hubiese sido difícil el camino GRACIAS.

Anahi Hernández Hernández

DEDICATORIAS

Agradezco a mis padres Regulo Mendieta Flores y Margarita Biay Cervantes por su apoyo, paciencia y comprensión en todo momento, dándome su amor, calidez y protección. Por haberme guiado como la persona que soy en la actualidad, y que con su motivación me impulsaron a obtener un logro más en mi vida. Es un privilegio ser su hija, son los mejores padres.

A mis hermanas Marilyn Mendieta Biay y Nidia Mayrani Mendieta Biay y hermano Misael Mendieta Biay por estar presentes siempre en mi vida compartiendo emociones y momentos inigualables; por apoyarme en cada uno de mis pasos, y protegerme.

Agradezco de igual manera a mis asesores, personas de gran sabiduría, quienes me ofrecieron amplios conocimientos para lograr mis metas. A mi tutor de proyecto de Desarrollo Educativo Mtra. Marina Escamilla Velázquez por haberme brindado la oportunidad de recurrir a ella cada que lo necesitaba, así como también tenerme la paciencia para poder guiarme durante todo el proceso.

A mis amigas y compañeras de proyecto Anahi Hernández Hernández y María Luisa Ortiz Ramírez, quienes en todo momento sin esperar nada a cambio, compartieron conmigo conocimientos, alegrías y tristezas, que a lo largo de estos cuatro años me brindaron un cariño sincero y una amistad duradera.

Mónica Mendieta Biay

DEDICATORIAS

A Dios por darme la oportunidad de vivir, por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el período de estudio.

A mis padres, mi fortaleza e inspiración, Eugenia Ramírez Mendoza y Arnulfo Ortiz Aldana por ser el pilar fundamental de lo que soy, dedico este logro porque han sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores, lo cual me ha ayudado a salir adelante en los momentos más difíciles.

A mis hermanos que siempre han estado junto a mí brindándome su apoyo y cariño incondicional, muchas veces poniéndose en el papel de padre haciéndome ver mis errores y celebrando siempre mis triunfos.

A mi novio que durante estos años de carrera ha sabido apoyarme para continuar y nunca renunciar; gracias por su amor incondicional y siempre confiar en mí.

A mis abuelitos (as), tíos (as) y familia en general porque me han brindado su apoyo incondicional y por compartir conmigo buenos y malos momentos.

A mis compañeras y amigas que gracias al equipo que formamos, logramos llegar hasta el final del camino y hasta el momento, seguimos siendo amigas. Anahí Hernández y Mónica Mendieta, gracias a su apoyo, y conocimientos hicieron de esta experiencia una de las más especiales.

A mis asesores, aquellos que marcaron cada etapa de nuestro camino universitario, y que me ayudaron en asesorías y dudas presentadas en especial a la Mtra. Marina Escamilla Velázquez quien nos acompañó en la elaboración del Proyecto de Desarrollo Educativo; gracias por su apoyo y tiempo que nos brindó. Gracias a todas las personas que ayudaron directa e indirectamente en la realización de este proyecto.

María Luisa Ortiz Ramírez

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

UNA MIRADA AL CONTEXTO UPN CON LÍNEA ESPECÍFICA EPJA

- 1.1 Nuestro paso por la Licenciatura en Intervención Educativa..... 15
- 1.2 Espacio de intervención: prácticas profesionales y servicio social.....20
- 1.3 El campo de la intervención de personas jóvenes y adultas.....22

CAPÍTULO II

EL ESPACIO DE LOS ADULTOS MAYORES, CLUB “LOS AÑOS FELICES”

- 2.1 Cardonal: tierra negra.....30
- 2.2 No hay cultura para enfrentar la vejez: gerontagogía.....32
- 2.3 Reconozcamos el espacio y el personal del Club “Los Años Felices.....37
- 2.4 Aspectos relevantes del envejecimiento.....40

CAPÍTULO III

CAMINO METODOLÓGICO, LA CONSTRUCCIÓN DEL DIAGNÓSTICO

- 3.1 La investigación acción en el proceso indagativo43
- 3.2 Técnicas metodológicas para sistematizar la información.....46
- 3.3 Diagnóstico Socioeducativo.....48
- 3.4 Caracterización de los adultos, del Club “Los Años Felices”.....54

3.5	Problematización y delimitación.....	57
3.5.1	Planteamiento del problema.....	59
3.5.2	Objetivo general	59
3.5.3	Objetivos específicos.....	60
3.5.4	Justificación.....	60

CAPÍTULO IV

ESTRATEGIA: LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES AL FORTALECER SU RESILIENCIA.

4.1	La resiliencia el secreto de los adultos mayores.....	64
4.2	Planeación de estrategias en el Club “Los Años Felices”, al fortalecer su Resiliencia.....	71
4.3	Estrategias de intervención en el Club “Los Años Felices”.....	75
4.4	Evaluación de las estrategias en el Club “Los Años Felices”, al fortalecer su resiliencia.....	83
4.4.1	Los instrumentos utilizados en la aplicación de estrategias.....	84
4.4.2	Resultados de la Estrategia de Intervención.....	85
4.5	Evaluación del proceso de intervención.....	88
4.5.1	Informe de la Estrategia de Intervención.....	92

CONSIDERACIONES FINALES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual se discrimina y se excluye a las personas mayores por no entrar dentro de la economía como sujetos productivos, no hemos reconocido que la vejez es una etapa más de la vida de toda persona, y cada uno de ellos ha vivido de forma distinta su ciclo de vida: de acuerdo a su experiencia, formación, factores genéticos, educativos, estado de salud, status y contexto en el que se ha desenvuelto, por tanto envejecen en función de cómo han vivido, y de su habilidad al utilizar su resiliencia para recuperarse de las tristezas o pérdidas que viven en su trayecto.

Reconocemos que es imprescindible la intervención socioeducativa y es a través de estrategias que se podrá lograr una acción transformadora en la que participen los adultos mayores; apoyados de herramientas que les permitan un envejecimiento activo a lo largo de su vida, además de compartir experiencias, y transformar su percepción de la vejez.

Bajo éstas ideas el objetivo del Proyecto de Desarrollo Educativo, tiene como fin realizar y promover un análisis y una reflexión acerca de cómo los adultos mayores hacen uso de su resiliencia como la capacidad de auto sostén para lograr salir adelante después de haber sufrido situaciones adversas, pérdidas físicas y materiales, traumatismos, amenazas graves contra su salud y cómo tienen la capacidad de superarlas.

La resiliencia forma parte de la creatividad, la multiplicación de los intereses personales, los juegos de la imaginación, la convivencia y comunicación, que se observa entre las personas de la tercera edad en su estancia en el “Club de los años felices”. Su capacidad de encarar las situaciones con un sentimiento de esperanza, al tener el afecto de los otros, y lo más importante su autosostén, se puede resumir como un mensaje que la persona elabora para sí misma; de confianza y seguridad.

En el capítulo I se describe el contexto Institucional de la UPN, las áreas de formación de la LIE, se aborda las prácticas profesionales y servicio social, la LIE, forma estudiantes capaces de diseñar diagnósticos, encargados de resolver

situaciones pertinentes, detectar problemáticas, las cuales permiten intervenir mediante el diseño y aplicación de propuestas oportunas.

El capítulo II se caracteriza el espacio en donde se encuentra el “Club de los años felices”; Cardonal como un lugar con su propia historia y características físicas, sociales, culturales y cómo es que el adulto mayor se ha visto a través de los años y de su cultura, la importancia del envejecimiento y cómo México se está convirtiendo en un país de personas mayores de 60 años, y ahora la gerontología se ocupa de la formación de las personas mayores, la calidad de vida en el proceso de envejecimiento y los aportes de las instituciones en apoyo al adulto mayor.

Así mismo se describen a los adultos de la tercera edad, quienes desarrollan formas de vida complejas y a la vez acumulan una serie de estructuras conceptuales que les han permitido poco a poco comprender su realidad, se orientan a adaptarse a nuevas experiencias, elevar su autoestima y autoconcepto, así como, prolongar su existencia a través de fortalecer su resiliencia; como la capacidad de generar sus propios recursos para salir fortalecido de situaciones que no son tomadas como la fatalidad de un destino, sino como un desafío que alecciona y estimula.

En el capítulo III planteamos la metodología cualitativa, a través de la investigación acción, con la idea de promover la creatividad, el compromiso, el equilibrio entre la reflexión y la acción, la comunicación constante entre todas las personas que participamos. Iniciamos con el diagnóstico socioeducativo, el problema, los objetivos apoyados de los instrumentos de observación, entrevistas estructuradas e informales, conjugar intereses hacia el conocimiento y la búsqueda de soluciones.

En el capítulo IV se presentan las estrategias de intervención; entendidas como el conjunto de acciones para abordar la problemática, poder expresar, aprender a escuchar, contribuir, desarrollar la empatía y la comprensión de conocimientos, ideas y conductas con los otros, lograr desenvolverse en el medio social, participar en acciones y procesos secuenciados para el logro de propósitos

o fines determinados. Las actividades son el complemento de las estrategias, ajustadas en su complejidad, y al tiempo, así como los resultados obtenidos a través de la evaluación de la estrategia. El producto de la intervención se concreta en fortalecer la resiliencia de los adultos mayores con la intención de mejorar su calidad de vida.

El último apartado son las conclusiones, reflexiones y aportaciones en torno a fortalecer la resiliencia de los adultos de la tercera edad. Finalmente, se anexa la bibliografía consultada para fundamentar el Proyecto de Desarrollo Educativo, así como los anexos y fotografías de actividades de los adultos mayores, para apoyar la claridad de los resultados.

CAPÍTULO I

UNA MIRADA AL CONTEXTO UPN CON LÍNEA ESPECÍFICA EPJA

“No tenemos que añorar la juventud que pasó y nos sirve para recrearnos en el presente y proyectarnos hacia un futuro que sí tenemos. Pero debemos encauzarlo con el conocimiento de nuestras limitantes y posibilidades: la capacidad está desarrollada y hay que poner en función la sabiduría que llevamos dentro”.

(Núñez Antonia; 2002)

Con base en el Decreto de Creación y en el Proyecto Académico, La Universidad Pedagógica Nacional tiene como finalidad; prestar, desarrollar y orientar servicios educativos de tipo superior encaminados a la formación de profesionales de la educación de acuerdo a las necesidades del país. En consecuencia, se define como una institución nacional de educación superior orientada a contribuir de manera permanente a la formación, superación y actualización de profesionales de la educación, así como del magisterio en servicio.

En el ciclo 2002, la Universidad Pedagógica Nacional UPN, Taxadho, con sede en Ixmiquilpan Hidalgo, implementa la Licenciatura en Intervención Educativa (LIE), “cuya misión básica consiste en formar un profesional de la educación capaz de atender necesidades sociales crecientes, a través de proyectos de intervención para solventarlas, y generar contextos sociales de mayor equidad “ (UPN, LIE 2008: 9)

La LIE 2002 y consecuentemente la línea de formación específica en educación de las personas jóvenes y adultas se enmarcan dentro de los propósitos y finalidades que dan origen a la Universidad Pedagógica Nacional (UPN). En términos específicos la formación de profesional en educación de las personas jóvenes y adultas se ubica dentro del Proyecto Académico aprobado por el Consejo Académico en su Cuadragésima Tercera Sesión Ordinaria, realizada del 9 de agosto al 6 de septiembre de 1993. Este Proyecto Académico plantea

campos problemáticos que son la delimitación de la realidad educativa en la que la LIE 2002 se propone intervenir de manera significativa. Los campos agrupan una serie de problemas y para su tratamiento se establecen áreas y líneas de desarrollo académico con base en los cuales se formulan programas y proyectos.

Por su parte, la Secretaría de Educación Pública, instituye políticas, objetivos, metas específicas para las instituciones de educación superior basadas en un diagnóstico nacional que identifica como problemas: “a) el acceso, la equidad y la cobertura; b) la calidad, y c) la integración, coordinación y gestión del sistema de educación superior”(SEP, 2001:188). La UPN como parte del sistema de Educación Superior, participa de éstos problemas y por lo tanto propone como una de las estrategias para atenderlos, el diseño y operación de la Licenciatura en Intervención Educativa, orientada a la formación de profesionales de la educación.

En este sentido, la UPN Hidalgo, situándose a la vanguardia de la educación superior dentro de su campo, permanentemente ofrece a la población Hidalguense oferta educativa diversa y actualizada, promueve la educación superior de calidad tanto a nivel de pregrado como de posgrado.

1.1 Nuestro paso por la Licenciatura en Intervención Educativa

Reconocemos que estamos inmersas en una sociedad cambiante con diversos procesos y prácticas educativas, que forman parte de la vida del individuo, iniciamos por reconocer que la Educación Superior ha acrecentado su dimensión intelectual, ha cambiado sus formas de organización, sus necesidades, su estructura social y cultural, influyendo en el desarrollo de la ciencia y la tecnología. En el nivel superior se encuentra la Universidad Pedagógica Nacional que nos ha permitido obtener conocimientos a través de los cursos cumplidos en la LIE, para comprender lo complejo, hemos vivido experiencias derivadas de las Prácticas Profesionales y Servicio Social, lo que nos ha permitido diseñar el Proyecto de Desarrollo Educativo. Así mismo, hemos comprendido que como interventores debemos diversificar nuestra labor, para atender necesidades del sector social relacionadas con la atención de individuos y grupos con requerimientos específicos.

La Licenciatura en Intervención Educativa responde a la intención de que los futuros profesionales puedan desempeñarse en distintos campos educativos, con proyectos alternativos para solucionar problemas diversos. La identificación de los proyectos teóricos metodológicos de la intervención educativa, en este sentido proporciona a los estudiantes los fundamentos para intervenir en problemas socioeducativos y psicopedagógicos. “Se define la intervención como la acción intencionada sobre un campo, problema o situación específica, para su transformación”(Arcillas 2002: 24)

La línea específica EPJA, en el campo de la Educación de las personas jóvenes y adultas, está constituida por un amplio abanico de prácticas, la capacitación en y para el trabajo, desarrollo y reconocimiento de competencias y oferta educativa integrada, la educación orientada al mejoramiento de la calidad de vida, a la promoción de la cultura y al fortalecimiento de la identidad, así como a la organización y la participación democrática tanto de los jóvenes como de los adultos, atención que podemos otorgar como interventores

La Educación de Personas Jóvenes y Adultas (EPJA), abarca un enfoque educativo haciendo referencia al proceso de aprendizaje formal y no formal, en donde se considera como personas adultas aquellas que desarrollan sus capacidades, habilidades y actividades que enriquecen el conocimiento para mejorar su vida diaria.

El inicio de la EPJA se produce en México a partir del siglo XIX, con la necesidad de castellanizar a los indios, debido a esta necesidad, se crea la Academia de Primeras Letras para Adultos, que tiene como objetivo principal enseñar a leer y escribir a la población indígena. El campo de la Educación de las Personas Jóvenes y Adultas (EPJA), está constituido por un amplio abanico de prácticas que abarcan la educación básica (alfabetización, primaria y secundaria), la capacitación en y para el trabajo, la educación orientada al mejoramiento de la calidad de vida, a la promoción de la cultura y al fortalecimiento de la identidad, así como a la organización y la participación democrática: (UNESCO,2010:35)

En 1855, durante el Gobierno de Ignacio Comonfort, la Educación de Adultos toma una nueva dirección referente al tema Educativo, dicha educación consistía en capacitar a las personas adultas en un oficio laboral, por lo que se establece la Escuela Industrial de Artes y Oficios, cuyo objetivo es regenerar a la sociedad, modernizarla y crear nuevos hábitos de trabajo.

”En junio de 1911, la Ley de Escuelas de Instrucción Rudimentaria, pretendía combatir el rezago educativo y el analfabetismo. Dicha ley estableció escuelas para enseñar a la población adulta, principalmente a los campesinos e indígenas a desarrollar la lectura, escritura y comprender el castellano, de la misma manera realizar operaciones básicas de aritmética”. (UNESCO,2010:28).

Años después, en 1921, se crea la actual Secretaría de Educación Pública (SEP), y con ello los programas de Escuelas Rurales y Misiones Culturales, dándole a la educación de Adultos más impacto en ese sector, estos programas tienen como objetivo brindar una educación amplia a los trabajadores indígenas y a los campesinos excluidos de los servicios educativos.

A principios de los años cuarenta, el entonces Secretario de Educación Pública, Jaime Torres Bodet, impulsa la Educación para Adultos, cuyas acciones tenían como objetivo principal enseñar conocimientos básicos y extender la alfabetización hacia la población adulta. Después en 1950, se crea el Instituto Nacional Indígena que colaboró en la constitución del Fondo de las naciones Unidas para la Educación y Desarrollo (UNESCO). De la misma manera el Centro de Cooperación Regional para la Educación de Adultos en América Latina y el Caribe (CREFAL).

La Licenciatura en Intervención Educativa (LIE), con línea terminal en formación de Educación de las Personas Jóvenes y Adultas (EPJA), surge en la UPN a principios de los años 90. En este proyecto colaboran la Academia de Educación de los Adultos, el consejo de Unidades de la Universidad y especialistas en el campo de Educación de Adultos.

El plan de estudios surge del análisis del contexto nacional, realizado por el consejo de Unidades de UPN en cada una de las sedes y subsedes de las mismas. El objetivo principal del diagnóstico identificó las necesidades de la población adulta: una vez realizada la investigación se diseñó el modelo curricular de la LIE-EPJA.

La Línea de formación específica en EPJA, que forma parte de la LIE, pretendía responder a necesidades y demandas educativas de la población joven y adulta del país, por ello, la LIE-EPJA atiende las necesidades educativas de grupos marginados, por medio de programas y proyectos socioeducativos, asimismo valora las prácticas educativas locales y nacionales. Por lo anterior, la Universidad establece como visión Integral al campo de la EPJA, contar con una visión histórica del campo de la Educación de las Personas Jóvenes y Adultas en México, así como de las prácticas más significativas en este ámbito, con el objeto de analizar el presente y enriquecer el futuro. (UPN,2002).

La LIE-EPJA tiene una visión histórica en las prácticas significativas del campo de la Educación de Adultos, con el propósito de analizar, transformar y mejorar la realidad del contexto con el objetivo de crear elaborar planes, programas, proyectos y alternativas en el ámbito socioeducativo y psicopedagógico, en la Educación formal, no formal e Informal.

Una parte fundamental que se consideró para el modelo curricular, fue la delimitación de la realidad de los procesos y saberes en el campo educativo y cultural, esto con la finalidad de valorar y sistematizar los resultados que genera el modelo de la LIE-EPJA.

Por otra parte, en la LIE, las competencias profesionales son concebidas en forma holística e integral y se presentan de manera compleja y dinámica; son esencialmente una relación entre los saberes, actitudes y aptitudes de una persona y el desempeño satisfactorio de las actividades correspondientes a un ámbito profesional.

La LIE se caracteriza por asumir una perspectiva de flexibilidad en cuanto a la participación activa del estudiante en el diseño de su ruta académica, en donde

podemos decir que los cursos optativos y la línea específica que cursamos en función de nuestras necesidades e intereses, nos permitieron obtener créditos, reconocimientos, competencias en ambientes formales y no formales de formación profesional.

La intervención se gesta a partir de la identificación de un problema, de una necesidad o de una demanda de apoyo, siendo el diagnóstico una herramienta fundamental para su detección. A partir del cual se deciden los alcances y se realiza el diseño de una estrategia de intervención viable y pertinente fundamentada en aspectos teóricos, metodológicos e instrumentales, y la intervención tiene la intención de irrumpir en una realidad con ánimo de modificarla.

Su recurso fundamental se basa en la intercomunicación, intercambio e interacción, así como en la intervención socioeducativa la cual puede atender las modalidades culturales, sociales y educativas, las áreas en que se puede incidir son: el tiempo libre; educación de adultos; educación especializada y la formación sociolaboral; incluye ámbitos como la educación ambiental, para la salud, la atención de adultos de la tercera edad, para los medios de comunicación y el desarrollo comunitario.

En cuanto al modelo desarrollado en competencias profesionales para la LIE, se concreta en: competencias generales que agrupan las capacidades, destrezas, habilidades, valores y actividades del ser, del saber y del hacer profesional; estas se definen por la integración cognoscitiva, metodológica y técnica, conformando un perfil general, reflejado en las ocho competencias propuestas en el modelo, estas son: crear ambientes de aprendizaje que respondan a las características de los sujetos y de los ámbitos donde se espera influir profesionalmente, con una actitud crítica y de respeto a la diversidad. A través de realizar diagnósticos educativos, conocimiento de métodos y técnicas de la investigación social para conocer la realidad educativa y apoyar la toma de decisiones, que respondan a la resolución de problemáticas. (UPN2002:17)

1.2 Espacio de intervención: prácticas profesionales y servicio social.

La intervención se genera apartir de la identificación de un problema, apartir del diagnóstico como una herramienta para su detección, y se deciden los alcances del diseño de una estrategia de intervención viable y pertinente fundamentada en aspectos teóricos, metodológicos e instrumentales que derivarán en el logro de las metas establecidas y la evaluación de los resultados del proceso que se concretan en un informe que da cuenta de la acción interventora. “La intervención tiene la intención de irrumpir en una realidad con ánimo de modificarla; su recurso fundamental se basa en la intercomunicación, intercambio e interacción” (UPN, 2010:27)

Fueron las prácticas profesionales las que nos permitieron implementar conocimientos teóricos metodológicos, en el ámbito escolar y social estos, “son espacios curriculares, con un carácter formativo en el que el estudiante implica y consolida las competencias profesionales; constituye un ejercicio guiado y supervisado a través del cual se vincula la teoría y la práctica” (Rodriguez 2006:3) consiste en un sistema de apoyos que proporciona al estudiante.

Tienen un valor de 30 créditos, que constituyen el 8% y que se logran al cubrir un total de 60 horas por semestre, durante 3 semestres, que suman 180 horas independientes del servicio social. Las prácticas profesionales permiten al alumno incorporarse al campo de intervención donde se edifican las competencias que se han adquirido durante la formación profesional.

La educación y la formación se han convertido en factores estratégicos para promover un perfil de egreso que se fundamenta en las Áreas de Desarrollo Académico del Campo Problemático Formación de Profesionales de la Educación expresadas en el Proyecto Académico, que considera la investigación, y nos permite intervenir en problemáticas sociales y educativas que no se reducen a un aula, sino trascienden a nivel social, con la capacidad para penetrar otros ámbitos y plantear soluciones a los problemas derivados de los campos de intervención. La Universidad nos ha dado los elementos teóricos metodológicos para analizar problemáticas, y elaborar nuestra propuesta de intervención. En nuestro caso la

labor que realizamos fue, indagar sobre los adultos mayores y considerar su condición socioeconómica, étnica, ciclo de vida, género, entre otros; a través de sistematizar experiencias, e incorporar fuentes documentales y de campo, así como el uso de técnicas y herramientas cualitativas.

Hemos comprendido que las prácticas profesionales nos permitieron un vínculo bidireccional en el que la teoría y práctica dan lugar a un nuevo sentido y significado de la realidad social, que incluye el lenguaje, los instrumentos, los documentos, las imágenes, los símbolos, los roles definidos, los criterios especificados, los procedimientos que las diversas prácticas o eventos sociales determinan para una variedad de propósitos. Pero también incluye “todas las relaciones implícitas, las normas no escritas, las instituciones reconocibles, las sensibilidades afinadas, las comprensiones encarnadas, los supuestos subyacentes y las nociones compartidas de la realidad...” (Wenger,2001:71)

En el plan de estudios de la LIE, el título octavo en el artículo 86, define que se debe cumplir con el servicio social, entendido como el trabajo de carácter temporal y mediante retribución que ejecutan y prestan los estudiantes; constituye un espacio de formación práctica donde el estudiante se integra a las problemáticas sociales, aporta nuevos enfoques a las prácticas usuales, contribuye con su trabajo al mejoramiento social o comunitario y se podrán realizar cuando el estudiante haya cursado un 70% del mapa curricular o de los créditos establecidos. Es obligatorio y son “actividades con carácter temporal, acordes a la formación de los prestadores y encaminadas a su práctica social en beneficio de la sociedad” (UPN,1989).

El servicio social tiene los siguientes objetivos: extender los beneficios de la ciencia, la técnica y la cultura a la sociedad, realizar acciones que beneficien prioritariamente a los sectores sociales más desprotegidos, apoyándose en el conocimiento científico y técnico existentes en las instituciones de educación superior y fortalecer la formación integral de los prestadores de servicio social, fomentar la participación... en la solución de la problemática social.

Además de las prácticas profesionales y servicio social, consideramos importante reconocer los cursos que han fortalecido nuestra formación y que sirvieron para fundamentar el capítulo de la contextualización: corrientes de la Educación de las Personas Jóvenes y Adultas, Desarrollo Regional y Microhistoria, Cultura e Identidad, Ámbitos y Áreas de Intervención de la EPJA; para la parte del diagnóstico rescatamos elementos básicos de la Investigación Cualitativa y Diagnóstico Socioeducativo. Cada una de las asignaturas que se nos dió a lo largo de nuestra carrera nos ha sido útil para fundamentar el proyecto de desarrollo educativo y de la misma forma enriquecer nuestra indagación dentro del ámbito de intervención donde realizamos nuestras prácticas profesionales y servicio social en el “Club los Años Felices” de Cardonal, será de gran interés mencionar parte de sus antecedentes para reconocer aún más el ámbito de intervención.

1.3 El campo de la intervención de personas jóvenes y adultas

El estudio sobre la vejez ha tomado gran relevancia desde las distintas disciplinas, ya que el envejecimiento poblacional plantea nuevos escenarios y nuevos desafíos en la sociedad en general. El fenómeno de transformación demográfica ha dado lugar a numerosas investigaciones y a diversas políticas para brindar una mejor calidad de vida a las personas mayores desde distintos sectores.

Actualmente, las personas mayores quieren seguir siendo activas, independientes, autónoma; les gusta que sus opiniones se tomen en cuenta y que no se les trate como objetos pasivos, aspiran a participar en la vida política, social y económica; quieren decidir sobre todo aquello que les concierne.

La transformación demográfica que se experimenta a nivel internacional impone nuevos desafíos, ya que para el año 2050 los Adultos Mayores sumarán 1 907 millones, que demandarán servicios, por lo que es necesario construir una sociedad donde se hagan efectivos sus derechos y se erradiquen todas las formas de abandono, abuso, violencia y discriminación; de los cuales 184 millones 308 mil radicarán en América Latina y el Caribe, de estos 36 millones serán mexicanos, de los cuales 12 millones requerirán de un puesto de trabajo; 3 millones vivirán solos,

8 millones serán viudas, 1 millón permanecerá en un asilo y 15 millones tendrán problemas de movilidad.

En el país existen alrededor de 8 millones 188 mil 898 Adultos Mayores, de los cuales el 75% no tiene ni tendrán acceso a una pensión. Actualmente, en Hidalgo hay 192 mil 430 personas de 60 años, población que representa el 8.05% del total estatal; de estos 105 325 son mujeres y 87,105 hombres, teniendo una tasa de crecimiento de 3.35% anual, la mayor concentración de Adultos Mayores se da en los municipios de Pachuca, Huejutla y Tulancingo; actualmente tenemos un analfabetismo del 46% por lo que Hidalgo ocupa el 7º lugar entre los Estados con mayor porcentaje. El 75%, 144 323 de Adultos Mayores viven en localidades rurales y el 25%, 48,107 en localidades urbanas, el 12%, 13 901 Adultos Mayores tiene la primaria terminada y el 36%, 41 703 Adultos Mayores la primaria incompleta; es importante señalar que el 8.90% de los Adultos Mayores del Estado tienen alguna discapacidad (PEAM,2005 -2011).

En México, el envejecimiento demográfico ocurre en un contexto de altos niveles de pobreza, profunda desigualdad en la distribución del ingreso e insuficiencias en la creación de empleo, situaciones que alimentan la informalidad y la precariedad laboral. La pobreza se presenta con distintas intensidades a lo largo del curso de vida y afecta de manera desigual a hombres y mujeres.

Los principales indicadores tendenciales muestran que se prevé un aumento notable de la población de más de 60 años en el futuro, particularmente de las personas de 80 años o más; el aumento de la proporción de la población de más de 60 años proseguirá en los próximos decenios. Las mujeres constituirán la mayoría de esa población de más edad y esa mayoría aumentará continuamente.

Respecto a seguridad social sólo se protege a la tercera parte de la población económicamente activa, aquella principalmente asalariada en el sector formal urbano. Este ha sido un olvido más de la población marginada: la que trabaja en el campo, en el sector informal y la subempleada y desempleada. En estas condiciones apenas 24% de las personas de 60 años de edad y más tienen

una pensión y la gran mayoría de estas son las mínimas legales con montos que están lejos siquiera de ser de subsistencia: (INAPAM,2002:31) .

El envejecimiento de la población amenaza con poner en crisis los sistemas y formas tradicionales de la educación y trabajo, y la estructura misma de las sociedades, tanto la familia como la pirámide poblacional se está verticalizando, y se observa que empiezan a convivir dos o tres generaciones de adultos mayores con pocos descendientes o personas más jóvenes que cuidan a mayores de 80 años.

Durante los últimos años el Gobierno Federal ha protegido y atendido a las personas de 60 años y más en el aspecto médico-asistencial, sin embargo, hay un fenómeno que obliga a hacer cambios: la curva demográfica alerta sobre el crecimiento de nuestra población.

A partir de los datos anteriores, los problemas relativos a las necesidades particulares de las personas de la tercera edad deben ser afrontados con políticas adecuadas referidas: salud, alimentación, vivienda, medio ambiente, familia, bienestar social; porque en la actualidad se observa una prolongación de la vida media del ser humano, la longevidad. No hay precedentes del envejecimiento de esta población, ni de soluciones a los problemas que esto crea, por lo que requiere de pensar, con amplio sentido de responsabilidad social en atención a las personas de la tercera edad.

Nos queda claro que la intervención debe promover la tolerancia y el respeto para la convivencia social, proporcionar medios para que los hombres y mujeres de la tercera edad, transformemos y mejoremos constantemente sus condiciones de vida. Bajo esta idea nuestro proyecto se encuentra inmerso en el campo de la intervención socioeducativa, con las personas de la tercera edad y que logren advertir que tienen fortalezas y habilidades para resistir por su resiliencia.

“los procesos socioeducativos, con personas jóvenes y adultas se realizan en diversos espacios y con diferentes intencionalidades; se reconoce como un campo educativo amplio y complejo que se

entrecruza con múltiples prácticas que integran la realidad socioeducativa de nuestro país. Una particularidad de este campo lo constituye un objeto de conocimiento y transformación, cuya finalidad es coadyuvar al desarrollo basado en principios de respeto y dignidad del ser humano y de justicia social. (Campero,2006:107)

Pensamos en coadyuvar en el respeto a la dignidad del ser humano, intervenir en el reconocimiento de la heterogeneidad, y diversidad de la población, integrar al adulto mayor en actividades del “Club Los Años Felices”, en donde conformen nuevos vínculos sociales de historia comunitaria. Así mismo disfruten de un envejecimiento activo y saludable, en donde utilicen sus habilidades para reintegrarse al protagonismo de su vida, el buen uso de su resiliencia. Por eso en acuerdo con Teresa Negrete la intervención educativa se puede mencionar como:

“aquello que permite pensar a lo educativo como cargado de una diversidad de opciones y posibilidades diferentes a los modos de abordar la tarea educativa, que van desde la composición de los contenidos educativos cuyos temas responden a demandas específicas de procesos de enseñanza y aprendizaje; formación de hábitos y conocimientos o promover la conciencia por ejemplo, en la atención a factores de riesgo de enfermedades o adicciones; cuidados y hábitos de pacientes con enfermedades específicas; consumo de medicamentos; salud reproductiva; proyectos productivos y de vida, entre otras”.

Las personas de la tercera edad, como sujetos sociales, establecen relaciones sociales, expectativas externas, bienestar social, ascenso profesional, evasión o estimulación y por intereses cognitivos: su pérdida de velocidad disminuye especialmente a la evocación de los datos registrados en la memoria y a la capacidad psicomotriz.

Por lo que respecta a su salud, la enfermedad es una importante variable diferente a la propia edad que puede justificar que las personas mayores tengan

más mermaidas sus capacidades mentales y rindan menos, no porque tengan más años, sino porque tienen más probabilidades de padecer algún tipo de enfermedad.

En vista, de lo oral, por nuestra parte consideramos que a través de la intervención socioeducativa con actividades que les lleve a elevar su autoestima, les permitirá a los adultos mayores aumentar y aplicar lo que se conoce acerca de la educación y el envejecimiento con el fin de alargar y mejorar la vida de las personas mayores.

Las estrategias de animación serán importantes para potenciar procesos de autoayuda en las personas de la tercera edad. En este sentido, se entiende como animación, al proceso de proporcionar a la persona atendida la capacidad de relación y conexión con el entorno, además de potenciar los procesos de interacción con otras personas. Y como estimulativa, porque el entorno más cercano, sus capacidades propias para poder vencer, prevenir, adaptarse a las situaciones difíciles que enfrente. (Saéz 1989:35)

Hacer uso de una intervención que potencie procesos de autonomía, de desarrollo personal, es buscar estímulos dentro de cada persona y en el entorno que la rodea, el reto consiste en poder mejorar su autonomía, utilizar su resiliencia para que puedan decidir sobre su vida durante el mayor tiempo posible.

Uno de los problemas más relevantes del envejecimiento es la ruptura del equilibrio entre las personas mayores y su entorno familiar y social, ruptura que da origen a procesos de marginación y exclusión, siendo éste uno de los factores más importantes en el deterioro de la salud física y mental del adulto mayor.

La vida de las personas adultas se identifica con el rol social; que desempeñan así por ejemplo, ver partir a sus hijos, cambia dicho rol y se hace necesario redimensionar el sentimiento de identidad y autoestima. El adulto mayor necesita ser reconocido, para enfrentar una vida de carencias y contradicciones que no le dobleguen, la distancia emocional y física sin caer en el aislamiento, y el rechazo o indiferencia de su familia.

“realmente los ancianitos están viviendo muchos años, sus hijos consideran que son una carga, ya no pueden encargarse de sus necesidades prioritarias, aseo personal, alimentación, vestido, se quedan en el abandono, solos, sin atención y sin darles lo necesario para sobrevivir, ya no tienen oportunidad para trabajar, aunque todavía tengan la capacidad para hacerlo” (plática Informal DIF).

La vejez es un proceso individual que se vive en un contexto y en una sociedad determinada, no es lo mismo ser un hombre anciano que una mujer anciana, no es lo mismo tener recursos económicos o no tenerlos, tener o no acceso a la cultura; la marginación que padecen los ancianos es discriminación que hay que superar porque es injusto que las personas mayores resulten arrinconadas, silenciadas, al imponerse el criterio que rige la vida moderna: es decir, el de la productividad, que atrapa y les hace infelices y sin duda tendrían un destino más amargo sino fueran capaces de conservar su estabilidad emocional; socialmente se ha considerado que la vejez es la pérdida de la relación pasional con el mundo.

Tienen un sentimiento de pérdida ante la cultura que han acumulado y las experiencias que han vivido, pero se consuelan al convivir con los otros que son como él o ella, en el “Club de los Años Felices”. Las personas de la tercera edad requieren de desarrollar capacidad para lograr cubrir sus necesidades prioritarias, de lograr relacionarse, establecer lazos con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros.

La sociedad ha caracterizado a los adultos mayores por no reunir las condiciones y particularidades que se valoran en la sociedad actual como base para el reconocimiento individual y social: cierta estética, aptitudes y potencialidades, la condición de no estar activos, no rendir económicamente, es lo que genera un comportamiento negativo hacia las personas de la tercera edad.

Nosotras consideramos que después de convivir con ellos, debemos cambiar los mitos que impregnan la percepción de las personas mayores, evitar la discriminación por razones de edad, porque la ancianidad no se establece cuando

el individuo deja de producir, la ancianidad tiene que ver con el estado físico, con la historia personal, con el equilibrio familiar y social, ellos tienen potenciales propios a través de la resiliencia.

Los medios de comunicación social tienen una gran responsabilidad en la definición que se tiene sobre las personas mayores, y por tanto, sobre la propia percepción que los mayores tienen de sí mismos; se desprende de esto que las personas mayores presentan características como la necesidad de un trabajo serio y riguroso que pueda cambiar las actitudes sociales negativas sobre este sector de la sociedad.

Nuestra intervención se orienta a ayudar a las personas de la tercera edad a que utilicen su resiliencia para posicionarse en su autonomía, la cual cabría definir como un refuerzo permanente de la autoestima y en un respeto absoluto a su dignidad personal y al ejercicio de su voluntad; si no ha perdido sus facultades mentales, decidir libremente sobre su vida, ya que consideramos que envejecer no es declive o pérdida de facultades y funciones, no es el número de años el que determina el comportamiento y las vivencias de la vejez, sino son los factores que influyen decisivamente en el proceso del envejecimiento.

Conozcamos más de cerca el contexto en el que conviven los adultos de la tercera edad, “Club de Los Años Felices”.

CAPÍTULO II

EL ESPACIO DE LOS ADULTOS MAYORES, CLUB “LOS AÑOS FELICES”

“Para que la vejez no sea una parodia ridícula de nuestra existencia anterior no hay más que una solución, y es seguir persiguiendo fines que den un sentido a nuestra vida, dedicarnos a individuos, colectividades, causas, trabajo social o político, intelectual y creador. La vida conserva valor mientras se acuerda valor a la de los otros a través del amor, la amistad, la indignación, la compasión” (Beauvoir Simone, 1970).

En la sociedad actual no se dispone de una cultura de la vejez. Para la mayoría de las personas, el envejecimiento está asociado al deterioro de las capacidades físicas, cognitivas y sociales, lo que afecta su capacidad de mantenerse activo y hace que en muchos contextos el adulto mayor no sea bien valorado y más bien sea considerado como alguien que llega a su fin, no como alguien que tiene la virtud de haber recorrido un prolongado camino. En cambio, lo que han logrado las personas de la tercera edad que acuden al club de los años felices es hacer uso de su resiliencia como la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones, que viven en su familia para mantenerse activos y con deseos de salir adelante.

El “Club de Los Años Felices” se localiza en el municipio de Cardonal, por lo que consideramos necesario ubicar su contexto, contextualizar, nos referimos al conjunto de elementos que han sido combinados de una manera única y probablemente irreplicable a fin de permitir que se obtenga una mejor comprensión.

De acuerdo a la UNESCO el contexto “es en el que se ubican los sujetos sociales, pero hacerlo exige una forma de pensar la realidad que permita encontrar el contenido y la manera en que tratan las características físicas, sociales y culturales de los participantes” (UNESCO). Entendido como un conjunto de elementos o fenómenos que están completa y permanentemente relacionados entre sí.

Analizar el contexto nos permitió ubicar el fenómeno en un entorno específico y particular que justifica y explica la situación actual de los adultos mayores, de la tercera edad en “El Club los Años Felices” con quienes hemos aprendido y entendido cómo su estancia en el Club les permite hacer uso de resiliencia para integrarse en las actividades y sentirse a gusto en la convivencia con sus acompañantes.

Lo que nos permitió conocer el espacio de los adultos de la tercera edad, fueron las Prácticas Profesionales y Servicio Social en el DIF en Cardonal, Hidalgo, adultos que participan en el “Club los Años Felices”, integrado al INAPAM (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores), en coordinación con el DIF municipal, ubicado en la calle Vicente Guerrero. No.11.

2.1 Cardonal: tierra negra.

Cardonal es un pueblo pintoresco en el que aún prevalecen conocimientos invaluable entre las personas de la tercera edad como por ejemplo; la sabiduría de la luna, que toman en cuenta para su siembra; la luna nueva, creciente y menguante para saber si es factible el corte de alfalfa o de la cosecha; el canto determinado de un pájaro les indica si lloverá o no; además de usar los remedios naturales con resultados curativos asombrosos, características que configuran un entorno predominante que contrasta con un crecimiento acelerado en la zona centro, dando origen así a un paisaje cada día más urbano.

Anteriormente Cardonal era identificado en la lengua otomí como Bojay, compuesto de los vocablos “bah” (Monografía 1993), que significa negro y “hay” que significa “tierra”, es decir, “tierra negra”; pero al ser colonizado por los españoles recibió el nombre de Cardonal “Abundancia de Cardones” . Colinda al norte con los municipios de Nicolás Flores y Tlahuiltepa, al sur con Santiago de Anaya, al este con Eloxochitlán y Metztitlán y al oeste con Ixmiquilpan y Nicolás Flores.

Cardonal fue el primer lugar donde se trabajaron las minas de plomo, y se le atribuye a don Alfonso Villaseca la fundación del pueblo dándole su nombre actual.

Cardonal refleja un arraigo católico en su fiesta patronal, “La evangelización estuvo a cargo de los agustinos de Metztilan, quienes promovieron las construcciones católicas” (Monografía, 1992:62), y son los adultos mayores en quien prevalece más ésta creencia, aún participan en la elaboración de ofrendas de cucharilla con penca de maguey para los fieles difuntos, cobran relevancia los bailes, festivales artísticos y música de banda, la quema de pirotecnia; se caracteriza además por el ímpetu para celebrar las fiestas patrias en el mes de septiembre; las posadas en el mes de diciembre, y el rito a sus fieles difuntos.

En lo social, Cardonal se caracteriza por una organización comunal en donde cada habitante contribuye y forma parte del bienestar social de la comunidad. Está conformado por un delegado en cada localidad “quien debe ser una persona sabia, con experiencia, con valores firmes y cimentados, quien es respetado por el pueblo y de esta manera se lleva a votación y se elige al líder de la comunidad”, (E1/100116), hacemos el comentario de los delegados porque ellos colaboran al invitar a los adultos mayores para formar parte del club de “los años felices”, sus diferentes comités toman acuerdos respecto a las actividades en beneficio común, cabe destacar que el grupo de ciudadanos genera en el municipio y en cada localidad bienestar social, político, educativo de salud, entre otros.

Cardonal en el ámbito educativo, cuenta con preescolar, primaria, secundaria, bachillerato y bibliotecas, en lo cultural el deporte se fomenta para todas las edades ya que hay instalaciones desde canchas hasta aparatos de ejercicio para el uso del público, instalaciones que no se observa que utilicen las personas de la tercera edad.

En cuanto a salud, los pobladores gozan de un Centro de Salud con personal para atender a cada uno de los pacientes que lo requieran, es en este espacio en donde reciben atención los adultos de la tercera edad con enfermedades como pérdida normal de la audición, visión y memoria, el Alzheimer, la presencia del cáncer y las enfermedades crónicas degenerativas; entre ellas, la diabetes, hipertensión arterial, artritis y osteoporosis.

Son los adultos de la tercera edad quienes piensan que los valores no pasan de moda, sino que son parte de cada uno y esto hace que las familias y comunidades estén unidas; son los valores los que inculcan las personas mayores hacia los más pequeños, parte de las ideas de Castro; la interculturalidad que no es más que una vía de entendimiento y desarrollo de las culturas, la educación intercultural designa la formación de todo ciudadano en el conocimiento, la comprensión y el respeto de las diversas culturas de la sociedad actual.

En el municipio de Cardonal, “actualmente la población total de los adultos Mayores de 60 años o más es de 4,293; entre ellos 2,211 son mujeres y 2082 son hombres. Respecto a su situación socioeconómica se observan condiciones desfavorables, ya que un 35.9% no recibe ningún tipo de ingresos, el 46.18% de la población es analfabeta y el 8.9% presenta alguna discapacidad” (PDM,2012:49). Son estas algunas razones por las que el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores solicita a sistema DIF Municipal, la creación de un programa que atendiera a este sector poblacional, a través del “Club de los Años Felices”.

Los adultos mayores se han convertido en la población más vulnerable, por falta de cultura para prepararnos para la vejez, sin embargo es la presidenta del DIF municipal, bajo la dirección de Isabel Negrete Sánchez, quien decide dar atención a los adultos mayores con el club “Los Años Felices” para las diferentes comunidades que conforman el municipio. Dió inicio el 7 de enero del 2014 conformada en un principio por las comunidades: El Vithé, Cerro Blanco, el Deca, Santuario, el Sauz, Cardonal, San Andrés y el Bondho.

2.2 No hay cultura para enfrentar la vejez: gerontagogía

“La palabra vejez viene de la voz latina “vetus” que se deriva de la raíz griega “etos” que significa años, añejo”,(García 2003:94-95). La vejez suele ser reconocida por la mayoría de nosotros a partir del tiempo acumulado, como un signo del tiempo transcurrido y la representación que tenemos de la vejez está a veces relacionada con la experiencia o la sabiduría de los viejos. Para otros, la vejez es vista como una edad de enfermedad o de dificultades.

En el mundo antiguo, tanto en Egipto como en China, la vejez fue considerada como parte importante de la comunidad, los viejos estaban ligados a la divinidad, la ética, la política, la familia y la sabiduría. Si recordamos a las culturas más antiguas, como en Mesoamérica, tanto los Mayas como los Aztecas y también, en otras latitudes, los Incas, otorgaban a los viejos un papel importante relacionado con aspectos mitológicos y proféticos, literarios, religiosos y filosóficos, considerados sujetos de sabiduría, de experiencia ligada al tiempo y la vida humana (García, 2003:56)

El camino de la vejez cambia en el mundo actual, desaparece la noción que se tenía de sabiduría, y ahora el papel de los viejos queda relegado al aislamiento en el hogar o la familia, con pocas posibilidades de reconocimiento, enviados a un hospicio o a depender de alguno de los hijos, con muy pocas oportunidades de desarrollo personal, “el envejecimiento está mejor definido en términos funcionales como un proceso inevitable y progresivo de menoscabo de la capacidad para adaptarse, ajustarse y sobrevivir. La senectud es un estado en el cuál la disminución de la capacidad funcional, física y mental, se ha hecho manifiesta, mensurable y significativa”. (García, 2003:94). En el “Club de los Años Felices”, las personas de la tercera edad, han asumido el papel de la vejez, lo han tomado con esa realidad que les toca vivir.

En el “Club de los Años Felices” las personas de la tercera edad han adquirido recursos personales para ser capaces de mantener el funcionamiento integral de su personalidad con una efectividad considerable a pesar de sus pérdidas, la vejez es un período de maduración de probadas oportunidades para un desarrollo y mejoramiento personal. La Gerontagogía, es la referencia para conducir a las personas de la tercera edad en su modo de ser, de actuar, y demande las necesidades que han de ser interpretadas desde su vertiente personal y social en conexión con sus intereses y capacidades, para Lemieux:

“la gerontagogía etimológicamente proviene del griego geron viejo, mayor, y ago como verbo o agogía como sustantivo conducir, que significa conducir a un viejo. Se define la Gerontagogía como una ciencia aplicada que tiene por objeto el conjunto de métodos y

técnicas seleccionadas y reagrupadas en un corpus de conocimientos orientado en función del desarrollo del discente mayor”.

Esta idea nos permite aspirar a cuidar de manera transformadora y adecuada a nuestro terreno de intervención y nos ratifica potenciar las habilidades necesarias para que podamos desempeñar un papel propio en su contexto, ayudarlos en su adecuación al entorno, en desarrollar el conocimiento y la creatividad, incentivarlos y transmitirles la importancia de apreciar el aspecto valioso de la edad madura alcanzada.

Otro modelo centrado en la atención y cuidados que deben tener las personas de la tercera edad es la gerontología, que asume, como punto de partida, que las personas mayores, como seres humanos merecen ser tratadas con igual consideración y respeto que cualquier otra, desde el reconocimiento de que todas las personas tenemos igual dignidad. La gerontología surge en el año de 1979, por decreto presidencial del licenciado José López Portillo, se crea el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN) dependiente de la Secretaría de Salubridad y Asistencia Pública.

Actualmente la Secretaría de Salud, para dar respuesta a las demandas de las personas adultas mayores y de la sociedad civil como una oportunidad de atención a este grupo poblacional, en busca de su bienestar, y el 25 de junio del 2002, se publica en el Diario Oficial de la Federación la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, la cual le da el nombre de Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), afirman su posición rectora y coordinadora en asuntos de la vejez y el envejecimiento: (INAPAM 2002:11)

El INAPAM es un organismo que pertenece a la Administración Pública Federal, con personalidad jurídica, patrimonio propio y autonomía técnica y de gestión, este organismo público es rector de la política nacional a favor de las personas adultas mayores. Tiene como objetivo; coordinar, promover, apoyar, fomentar, vigilar y evaluar las acciones públicas, estrategias y programas, de conformidad con los principios, objetivos y disposiciones contenidas en la Ley de

los Derechos de las Personas Adultas Mayores, orientado a reducir las desigualdades extremas y las inequidades de género que aseguren sus necesidades básicas, unos de los apoyos que reciben por parte del gobierno federal es el programa 70 y más.

“nosotros sólo recibimos el apoyo de gobierno que son los 70 y más nos dan un dinero, creo... \$1,000 que nos ayuda para tener para comer, se lo doy a mi hija para que me prepare de comer pues en la casa vivo con su familia... sus hijos van a la escuela y el dinero no alcanza, no hay trabajo, vivimos tiempos difíciles, por eso procuro no enfermarme, no tendríamos para el doctor o los medicamentos”. (E5/050216).

El DIF ha buscado que todas las personas de la tercera edad estén inscritos al programa de 70 y más, para que reciban el apoyo económico de cada dos meses por la cantidad de \$1,160, y tengan la posibilidad de cubrir sus principales necesidades, pero ante sus enfermedades degenerativas, el recurso es insuficiente, ya que no logran hacer la compra de medicamentos al enfermarse. La salud de las personas de la tercera edad se encuentra afectada por una interacción poco usual entre enfermedades crónicas y los efectos de enfermedades infecciosas, por ello los costos de atención a la salud de este grupo poblacional se han incrementado.

Se observa que aumenta la población de personas de la tercera edad, en el 2000 había 20.5 adultos por cada 100 niños, este índice se incrementa paulatinamente en el presente siglo, se espera que el número de adultos mayores sea igual al de niños alrededor del año 2034 y que el índice alcance una razón de 166.5 adultos mayores por cada 100 niños en el 2050. La población adulta mayor incrementa su tamaño a un ritmo que duplica al de la población total del país, a mediados del presente siglo habrá poco más de 36 millones de personas adultas mayores de las cuales más de la mitad tendrán más de 70 años. (INAPAM,2002:28)

Las personas de la tercera edad tienen como derecho fundamental gozar de una vejez digna, y es el INAPAM a quien se le asignado la tarea, se aprobó el Reglamento de la Ley de Desarrollo, Protección e Integración de las Personas Adultas Mayores mediante el cual se exhorta a dar tarifas preferenciales que la mayoría son descuentos del 50% a este grupo vulnerable de la población.

Algunos beneficios es el descuento en algunos bienes y servicios presentando la Tarjeta INAPAM principalmente en servicios médicos gratuitos mediante:

“jornadas Médicas aproximadamente cuatro veces al año, enviadas al municipio por parte de DIF estatal, su atención se centra en las especialidades oftalmología, odontología y optometría, éstas unidades aunque atienden a toda la población cuidan instalarse en un lugar cerca de un sanitario, y el mobiliario requerido para que permanezcan cómodas las personas de la tercera edad”, (Plática informal, DIF).

Es trabajo social de DIF, quien se encarga de cuidar que se dé la atención a las personas de la tercera edad, otras de las actividades que desempeña DIF, en Cardonal, es donar bastones, sillas de ruedas, a las personas de la tercera edad que concurren al “club de los años felices” para poder asistir a sus sesiones; en donde les dan cursos de manualidades, cocina, bordado, baile, canto, pláticas sobre nutrición de acuerdo a su edad, con la finalidad de elevar su autoestima para mejorar su calidad de vida, con estas actividades el Sistema DIF contribuye a que desarrollen la capacidad de adaptarse a situaciones de enfermedad o problemas familiares, y salir fortalecidos de ellas.

El “Club de Los años Felices” inició con 30 personas pertenecientes a las comunidades del municipio, por lo que se solicitó a los delegados municipales informar sobre este proyecto y se realizaron visitas domiciliarias, más adelante conformaron un grupo de 53 adultos mayores, manteniéndose así durante un año en el 2016, sin embargo, las asistencia disminuyó debido a problemas de salud y tres decesos.

2.3 Reconozcamos el espacio y el personal del Club “Los años Felices”

Los seres humanos atendemos a nuestras necesidades a través de la cooperación y división social del trabajo: unos cultivan la tierra, otros fabrican vestidos y otras distintas herramientas. Es indiscutible que la vejez les ha traído a las personas de la tercera edad, trastornos en el organismo por haber vivido un largo período, aunque ese envejecimiento tiene características únicas, así como irrepetible es el cambio que se produce en cada ser humano hacia la adultez mayor, se envejece como se ha vivido.

En el “Club de Los años Felices”, se ubica en la cabecera municipal de Cardonal, las instalaciones son rentadas, y para poder ingresar al lugar hay un poco de dificultad por haber escaleras, que para los adultos de la tercera edad no lo sienten como problema, pues sólo piden ayuda. El local tiene una medida aproximada de 10 metros de largo por 9 de ancho, pintado de color anaranjado, es un espacio amplio, sin embargo, cuando los adultos mayores hacen sus actividades de activación no les permite moverse con facilidad. El piso es de loseta, con un pilar al centro del local, lo cual hemos notado que no permite una buena interacción entre todos los adultos, pero ellos buscan la forma de comunicarse.

Cuenta con los servicios básicos: luz, agua, baños, drenaje, la ubicación es adecuada, ya que como es una zona no muy transitable por carros esto permite que no existan muchos distractores al trabajar con los adultos y ayuda a que sea un lugar seguro donde los adultos pueden caminar por la calle con más confianza, el material que se utiliza con los adultos mayores son donaciones por residentes y por parte de DIF estatal.

La responsable del “Club de los Años Felices” es Elizabeth Ángeles Cardón, quien tiene una preparación académica Técnico Superior Universitario en Administración y Evaluación de Proyectos, quien cuenta con cuatro auxiliares que son; Licenciada en Trabajo Social Anamalinali Godínez Trejo, Técnico Superior Universitario Apolonia Macrina Martínez Rebolledo y Licenciada en Turismo Fátima Sarahí Del Muro Hernández.

Todo el personal es voluntario dentro del club tienen una preparación académica, que no es la que se requiere para dar atención a los adultos:

Sin embargo rudimentariamente nos esforzamos por dar atención a las personas adultas, y aunque no tenemos mucha experiencia, hacemos que el lugar sea agradable y que desarrollen todas sus actividades, que acordamos. El club de los años felices se reúne una vez por semana, los días sábados en un horario de 10 a 12 de la mañana, asisten de diferentes lugares. Santuario, Cerro Colorado, Cardonalito, El Vithe, Cardonal, Bingu, San Miguel Tlaxintla, San Andrés Daboxtha. (E3/040616).

Los voluntarios hacen su mejor esfuerzo, pero de igual forma reconocen que les falta conocimiento sobre actividades que se puedan implementar con los adultos; el personal del DIF, está abierto a nuevas propuestas que se puedan aplicar, aceptaron gustosos nuestro apoyo.

Observamos que existe una buena motivación por parte del personal, demuestran una buena actitud, ayudan y motivan al desarrollo de la creatividad, fomentan una buena condición física, así como también entre el grupo se muestran flexibles para intercambiar ideas y propuestas con el resto del grupo. La flexibilidad y dinámica de trabajo es necesaria para establecer buenas relaciones y aunque la organización de sus actividades no considera un propósito, si tienen idea de lo que pretenden lograr con cada una de las actividades a realizar con los adultos de la tercera edad.

Las necesidades e intereses de los adultos las atienden de manera natural y por sugerencias de los propios adultos mayores, de esta manera, han logrado que el grupo sea activo y por la confianza que se ha generado y la buena comunicación que existe entre el personal a cargo y los beneficiarios se observa una buena dinámica.

Consideramos de igual forma que es necesaria una estrategia interinstitucional que vincule a las diferentes dependencias del Gobierno Federal y de otros órdenes de gobierno, para mejorar las condiciones de vida de las

personas de la tercera edad, ya que los recursos con los que se cuenta son limitados pues el presupuesto destinado para este proyecto es muy poco en comparación de lo que realmente se necesita.

Todos los adultos de la tercera edad muestran buena actitud en las actividades, en algunos casos los adultos mayores que llegaban con alguna dolencia en su cuerpo se les olvida al estar interactuando con sus compañeros. “Nos sentimos bien con el cariño que recibimos por parte del personal y nuestros compañeros, platicamos de lo que vivimos, y lo que más nos gusta es bailar que hasta dejamos el bastón para poder hacerlo”. (Entrevista informal, Sr. Zongua).

En las actividades que proponen los responsables del “Club de Los Años Felices”, les gustan los Huapangos, el danzón, cuando bailan se ven motivados, les agrada el baile, no importa que no haya pareja, ellos se divierten, sonrían, se intercambian parejas. “Nos sentimos muy bien dentro del club, nos ayuda a olvidar que estamos solos en casa, o que no nos toman en cuenta en la familia, aquí todos nos respetamos” (Entrevista Informal, Sr. Pérez).

Lo que ha logrado el equipo responsable del “Club de Los Años Felices” tiene relevancia, pero observamos que había algo más que sólo el hecho de compartirles las actividades, algo más que los adultos mayores tenían interiorizado para hacer frente a tantas eventualidades que les hace sufrir o padecer.

Observamos que los adultos mayores se ven muy motivados al ponerles las actividades físicas y también las manualidades las realizan con entusiasmo, “nos gusta asistir al club para convivir, divertirnos y distraernos un rato de nuestra rutina diaria, los encargados tratan de cada día sea diferente, y llegamos muy contentos de participar y hacer algo diferente.” (E4/060316).

El tipo de interacción es importante, los responsables del “Club de Los Años Felices” crean un ambiente apropiado para los adultos mayores; les dan confianza y respeto, siempre buscan apoyarse y no les da pena decir si necesitan ayuda, por ejemplo, en el caso de los varones que asisten, se les dificulta tejer, y con confianza les piden ayuda a las personas del grupo que se les facilita realizar un tejido, o bien en los materiales que se utiliza se prestan o apoyan para que todos

cuenten con él y vayan trabajando a la par de los demás, en las actividades que se realizan, así como también hay disponibilidad por parte de las voluntarias para apoyar a las personas adultas que requieren un poco más de atención. La relación es buena entre el grupo, prevalecen las relaciones de amistad y no sólo entre vecinos de la misma comunidad si no que interactúan con adultos que vienen de otras comunidades, a los adultos mayores les agrada que los escuchen y este espacio lo ocupan para hacer intercambio de sus experiencias con sus amigos como ellos llaman a todos los que asisten al grupo.

La mayoría de los participantes del “Club de Los Años Felices”, vienen de comunidades pertenecientes al municipio de Cardonal y cuando hablan entre ellos utilizan su lengua materna que es el hñahñu; esto les brinda mayor confianza, pero cuando se dirigen a las personas que coordinan las actividades lo hacen en español.

Forman equipos a través de dinámicas de tal modo que no siempre trabajen los mismos, para que logren reconocerse, disfrutan de la música, siendo esa actividad la que más se cuida en las sesiones del club.

2.4 Aspectos relevantes del envejecimiento.

La vejez plantea en la actualidad un problema social de primer orden, las personas mayores como grupo diferenciado e importante, con rasgos culturales específicos, y con intereses propios están exigiendo a la sociedad un esfuerzo que garantice el incremento del bienestar, el desempeño de unos roles que den sentido a su vida y actitudes sociales positivas que fomenten su bienestar.

La vejez trae consigo trastornos en el organismo de la persona que ha vivido un largo período, aunque ese envejecimiento tiene características únicas, así como irrepetibles, es el cambio que se produce en cada sujeto hacia la adultez mayor, se envejece como se ha vivido.

En la medida que las personas hayan transitado con condiciones de alimentación, socioculturales y ambientales satisfactorias aparecerán alteraciones

con mayor o menor intensidad en esa etapa. Los adultos mayores presentan limitaciones intelectuales, cambios biológicos y psicosociales.

Cambios biológicos: el envejecimiento es un proceso universal, la diversidad de enfermedades propias de la vejez ofrece muchos problemas de diagnóstico y tratamiento, particularmente cuando requieren atención terapéutica y farmacológica, con la edad suelen presentarse cambios en el patrón de la marcha, tales como inestabilidad, paso lento, postura encorvada, disminución de la movilidad de los brazos, esto puede ocasionar caídas con graves consecuencias en las personas adultas mayores.

De igual manera se manifiestan algunas alteraciones de los sentidos que pueden llevar a las personas adultas mayores a un terreno de fragilidad, con disminución de la calidad de vida, como son: baja visión (catarata), de la audición (sordera), que repercute en su vida familiar y en sus actividades sociales; desequilibrio que se manifiesta por crisis vertiginosas que pueden ocasionar caídas.

Aspectos psicosociales: en la manera de envejecer están involucrados factores sociales, psicológicos, ecológicos y biológicos, se debe entender a la persona adulta mayor en el marco de un contexto sociocultural, antropológico, familiar, económico y jurídico en un momento histórico determinado y con una historia de vida personal.

Cada individuo envejece de diferente manera, siendo el envejecimiento un proceso evolutivo y gradual, que no es una enfermedad ni un error evolutivo, sino un proceso multidimensional, “las personas de la tercera edad experimentan una serie de situaciones desconocidas y difíciles a las que han de adaptarse adecuadamente. Esto dependerá tanto de sus propias habilidades de hacer uso de su resiliencia en el manejo y control de las mismas como del apoyo de la familia”(INAPAM, 2002:38-39).

Bajo estas ideas existe la posibilidad de llevar a cabo diversos proyectos, programas, talleres de intervención socioeducativa, pero todo ello no será posible si no hay una actitud positiva en la consecución de la calidad de vida, tanto por

parte de la sociedad como de las mismas personas mayores, en relación a su rol, sus posibilidades, su independencia, su autonomía, su autoestima, a través de la resiliencia, en el marco de una comunidad, en la que se pretende producir capacidad, y de acuerdo a las ideas de Melillo (2004) “de resistir a las adversidades y agresiones de un medio social sobre el equilibrio psicofísico de los componentes de una comunidad, niños, adolescentes y adultos, produce salud mental”.

Después de reconocer el espacio en el que se desarrollan los adultos, revisemos la metodología y el diagnóstico socioeducativo.

CAPÍTULO III

CAMINO METODOLÓGICO, EN LA CONSTRUCCIÓN DEL DIAGNÓSTICO

"La Investigación-Acción es un término utilizado para denominar una familia de actividades como desarrollo del currículum, desarrollo profesional, proyectos de mejora... Estas actividades tienen en común el uso de las estrategias de planificación de la acción, que se llevan a la práctica y se someten a observación, reflexión y cambio. Los participantes en la acción están implicados en todas las actividades"(Seminario sobre IA, 1981)

Iniciamos nuestra búsqueda para acceder a un enfoque que nos permitiera diagnosticar, problematizar, reflexionar, accionar una propuesta que fortaleciera la resiliencia de los adultos mayores y elegimos la investigación-acción para reconocer puntos de encuentro de la realidad de los adultos mayores.

Los procesos socioeducativos y la investigación acción se convierten en una acción lógica, y se complementan, la investigación acción fue nuestra base metodológica, entendiendo esta como: "una actividad integrada que combina la investigación social, el trabajo educacional y la acción" (López, 1987:18).

3.1 La investigación acción en el proceso indagativo

La investigación acción nos orientó a un proceso de continua búsqueda, en la que integramos la reflexión, el análisis de las experiencias en la convivencia con los adultos de la tercera edad del "Club de Los Años Felices". Dicha reflexión nos permitió planificar al fin de optimizar las estrategias diseñadas para fortalecer la resiliencia en los adultos mayores.

En nuestro proyecto de Desarrollo Educativo, fue importante la investigación acción, porque nos permitió desenvolvemos en el ámbito de los adultos mayores en el "Club de los Años Felices", dirigir nuestra mirada a la búsqueda de soluciones a situaciones cotidianas que necesitaban ser revaloradas y modificadas para que las personas de la tercera edad logren vivir en plenitud a través de resiliencia.

La investigación acción entendida como un proceso que inició y se construyó a través de nuestras prácticas profesionales, que al observar lo que ocurría en el “Club de los Años Felices” con las personas de la tercera edad, nos llevó a comprender lo que acontecía en ese espacio, sabedoras de ello, nos correspondía intervenir con la idea de mejorar las actividades que realizaba el equipo de profesionales que trabaja semanalmente con ellos, y de igual forma, transformar nuestras estrategias, al hacer el análisis crítico de las situaciones y respuestas que encontrábamos con los adultos al fortalecer su resiliencia.

De tal modo que nos llevaba a replanificar, accionar nuevamente al observar resultados acompañados de la reflexión, que nos llevó a dar una justificación razonada de nuestra labor, ante otras personas de la tercera edad y los profesionales que les acompañaban en las actividades en el club de los años felices, porque teníamos que mostrar de qué modo las estrategias aplicadas que hemos llevado a cabo nos han ayudado a crear una argumentación, comprobada y examinada críticamente a favor de lo que hacemos.

La investigación acción nos conformó en la búsqueda de una relación cercana con los adultos mayores, nos transportó a un compromiso auténtico, y al equilibrio entre la reflexión y la acción, la comunicación constante y clara entre quienes participamos, se hizo necesario un conocimiento de las personas, de situaciones en que viven y se desarrollan, con problemas o fortalezas en las que se promovía su calidad de vida y sus potencialidades en acción comunitaria. De esta manera, “busca la explicación de los procesos sociales a partir de la realidad concreta y del sentido común de los que mejor conocen esta realidad, o sea, los que la están viviendo.” (Schutter, 1985:180).

La Investigación-acción implicó en esta perspectiva el aporte de los conocimientos y las experiencias del grupo social, en nuestro caso, los adultos mayores, del “Club de los Años Felices”, en dónde la acción partió de la idea de que el conocimiento permite actuar sobre la realidad, la validez de tal conocimiento se origina y comprueba en la acción, lo que nos permitió conocer la realidad, transformarla gracias a la construcción social de la investigación-acción, para Williamson (2002) es “una forma de indagación autoreflexiva, que emprenden los

participantes en situaciones sociales en orden a mejorar la racionalidad y la justicia de sus propias prácticas, su entendimiento de las mismas y las situaciones dentro de las cuales ellas tienen lugar”.

La investigación acción ratificó la aplicación de entrevistas estructuradas e informales, las observaciones nos permitieron reconocer sus expresiones que dicen más que mil palabras, los registros en el diario de campo nos sirvió para complementar los datos obtenidos de las entrevistas. En consecuencia, las palabras que las personas de la tercera edad poseen y que comparten en la comunicación con los otros, “el diálogo se da por interacción social, y además son una actividad consciente del sujeto que se orienta hacia los objetos, pero también el sujeto es consciente de sus propios conceptos... y también, que la conciencia dirige al propio concepto al acto del pensamiento.” (Silva, 1998:40).

La investigación tiene como uno de sus objetivos situarse en un contexto espacio temporal con la finalidad de que la información sea más acertada, como es observar su organización y su funcionamiento, detectar problemáticas y atender las necesidades principales de los adultos mayores y a su vez proponer a través de las estrategias medidas pertinentes y adecuadas para una mejor calidad de vida.

Si bien es claro rescatar que el proceso de formación de la licenciatura en intervención nos ha proporcionado los elementos para poder desarrollar y actuar ante problemáticas que se nos presenten, al realizar nuestra intervención vimos a la investigación-acción como una forma de incidir en fortalecer la resiliencia de los adultos mayores integrados en el “Club de Los años Felices”, nuestro papel como interventores fue elegir las técnicas adecuadas para poder obtener la información conveniente, seleccionar la información para después buscar estrategias pertinentes para un espacio de mejora tomando en cuenta siempre como algo prioritario las necesidades del adulto.

3.2 Técnicas metodológicas para sistematizar la información

La observación fue otra de las técnicas utilizadas para obtener información. Observamos el comportamiento de los adultos mayores, la forma en como se relacionaban, como se comunicaban en hñähñü, para tener más en secreto sus comentarios, como al llegar al club se observaban tristes o cansados y al empezar a comunicarse con sus semejantes, volvía el brillo a sus ojos y su sonrisa, la observación es una técnica que nos permitió obtener una visión más clara de lo que se vive dentro del Club.

Concentrarse en las observaciones primeras y últimas de cada una de las conversaciones que tuvimos, y de las sesiones con los Adultos Mayores se fueron guiando por una secuencia ordenada, la observación nos llevó a advertir las actitudes, formas de interactuar con los demás, tanto de los integrantes como de los responsables del Club.

El sentido de la observación, desde el enfoque como interventor se aplicaba una visión más amplia ya que consiste en tratar de interpretar la realidad, es importante rescatar que la observación se lleva no sólo en un inicio o final sino que se mantenía constante bajo diversas circunstancias, actividades, escenarios entre otros, de esta manera se conformaron actitudes y comportamientos que a su vez armaban la interpretación de lo que se vive dentro del club.

De igual forma observamos las actitudes del personal responsable de los talleres implementados en el “Club de Los Años Felices”, o sus familiares que se presentaban a llevarlos o a recogerlos al concluir las actividades del club, la observación implicaba recogida de información relacionada con aspectos de su vida cotidiana y entonces de la observación pasábamos a la acción para reflexionarla y descubrir si las estrategias ayudaban a fortalecer su resiliencia y nuestra acción profesional.

Por permanecer corto tiempo en el “Club de Los Años Felices”, sólo aplicamos 4 entrevistas estructuradas, orientadas a saber ¿Cómo vivían las personas e la tercera edad? ¿Con quién vivían?, ¿Qué trato recibían por su familia?, ¿Qué problemáticas han vivido?, ¿Qué significa el club de los años

felices en su vida?, ¿Cómo resuelven sus problemas o pérdidas?, el resto de entrevistas fueron informales. El tiempo que teníamos era realmente corto y no queríamos reducir las actividades del club las entrevistas nos permitieron obtener y conocer datos del grupo de adultos con el que estamos trabajando, así como también al personal a cargo y nos ayudaron a profundizar la información para así detectar algunas problemáticas que se presentaron en su vida cotidiana. La entrevista es un contacto interpersonal que tiene por objeto el acopio de testimonios orales, nos permitió profundizar encuentros cara a cara, sin forzarlos a responder a las preguntas formuladas de acuerdo a los intereses, y preocupaciones.

Las notas de campo fueron registros importantes, como descripciones y reflexiones percibidas en el contexto y nos sirvió para completar relatos sobre lo que encontrábamos a través de las observaciones, entrevistas y nuestra relación con ellos, las palabras y las acciones sólo pueden ser comprendidas si se las examina en el contexto en que fueron pronunciados o realizadas y nosotros como participantes formamos parte del contexto.

Las notas de campo contienen descripciones de personas, acontecimientos y conversaciones, tanto como las acciones, sentimientos, intuiciones o hipótesis de trabajo de nosotros como observadores, ya que fue una experiencia que nos brindó mucho para poner en práctica.

Bajo las observaciones y entrevistas decidimos seguir una secuencia de pasos para la realización del diagnóstico orientadas al ¿Qué?, es decir, lo que haríamos; realizar una investigación para rescatar necesidades e intereses del Adulto mayor; ¿Cómo? que tiene que ver con las técnicas o procedimientos para obtener la información; realizando un diagnóstico apoyado de las técnicas de investigación cualitativa; ¿Dónde? hace referencia las fuentes de información y los lugares; con el grupo de adultos mayores “Club Los Años Felices” que se encuentra ubicado en el municipio de Cardonal; ¿Quiénes? los responsables que se encargan del trabajo; los Licenciados en Intervención Educativa con apoyo de administrativos del sistema municipal DIF; ¿Con qué? alusivo a los recursos que necesitamos; apoyado de las entrevistas, diario de campo, guías de observación,

evidencia de videos y fotografías, finalmente; ¿Cuándo? que son las fechas a largo plazo; a partir del mes de febrero del 2015 a junio del 2016, ya que es un trabajo que requiere seguimiento continuo a todo el proceso que lleva la investigación.

Los anexos son las evidencias que se tienen como sustento de los resultados de la investigación ya que será nuestra primera fuente primaria que nos llevó a la elaboración del diagnóstico,

3.3 Diagnóstico Socioeducativo

El diagnóstico constituye un eje fundamental para recoger datos e informaciones que nos permitan reconstruir las características de nuestro objeto de estudio, por lo que requerimos de una serie de pasos y procedimientos para acercarnos de manera sistemática a la realidad. “El diagnóstico consiste en reconocer sobre el terreno, donde se pretende realizar la acción, los síntomas o signos reales y concretos de un situación problemática, lo que supone la elaboración de un inventario de necesidades y recursos”(Arteaga, 1987:55).

Es el diagnóstico el que nos permitió desarrollar la capacidad de generar descripciones y explicaciones acerca de las características y particularidades tanto en el contexto como el objeto a diagnosticar, la tarea del investigador requiere de procedimientos así como una realidad que al ser cambiante presenta complejidad.

Los procesos socioeducativos son aquellos en los cuales se trabaja para el conocimiento de realidades cotidianas, se parte de un concepto de realidad social en donde se puedan destacar el abandono, el descuido y la exclusión de los adultos que requieren de una “construcción de redes, alianzas de solidaridad en la que los participantes son actores del conocimiento de su realidad.” (Molina,2001:91).

Los procesos socioeducativos permitieron la promoción de un protagonismo del individuo en diferentes ámbitos, donde es necesaria la búsqueda de la comprensión, reconstrucción, transformación individual y colectiva para una mejor calidad de vida.

Un diagnóstico es un proceso mediante el cual se especifican las características del contexto, las interacciones de los actores sociales, los adultos de la tercera edad, en la existencia de problemas que permitirá recoger datos e información a través de diversos procedimientos para acercarnos de manera sistemática a la realidad.

La intervención socioeducativa nos permitirá comprender la esencia del ámbito de la realidad, entendida como el contexto en el que vivimos, transformar a las personas que están siendo afectadas por una problemática y al mismo tiempo el entorno social.

La intervención en lo social representa un escenario para conocer, saber, generar conocimiento para identificar que ocurre en la realidad de los adultos de la tercera edad, e identificar cuáles son los elementos que influyen de manera directa e indirecta en la aparición de diversas situaciones que enfrentan en su vida cotidiana, por esa razón ya compartimos las características del contexto en el que se encuentran inmersos, para luego crear procedimientos, para delimitar objetivos, detectar las necesidades e intereses del “Club Los Años Felices”, reconocer que es lo que les ayuda a enfrentar adversidades y cómo es que logran resolver los problemas que enfrentan en los ámbitos de salud, económicos y familiares.

Al realizar el diagnóstico sobre la realidad del “Club de Los Años Felices” nos permitió descubrir la situación en la que viven los adultos de la tercera edad, la violencia, el abandono o aislamiento por parte de los familiares, el apoderamiento de sus bienes como terrenos o animales debido a que se concentra más una sociedad agraria y de pastores, ya que tienen sembradíos para la recolección de plantas comestibles, siendo este el modo principal para ganarse la vida mediante la agricultura, al igual que la crianza de animales domésticos y que a pesar de todos los problemas que enfrentan, dice Munist, (1998), “es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas”

Los adultos mayores han enfrentado las adversidades como es... quedarse en la calle por el despojo de los hijos al quererse quedar con todos sus bienes, aplicando en ellos violencia y soledad. La Resiliencia intenta entender como las personas adultas son capaces de sobrevivir y superar adversidades a pesar de vivir en condiciones de pobreza, violencia intrafamiliar, o a pesar de las consecuencias de una catástrofe natural. “La resiliencia les ha llevado a no perder su sabiduría y conocimientos, con la familia, no ha perdido su extinción de identidad y de cultura” (Infante 2005:25).

Cada vez que conocíamos los problemas que vivían las personas de la tercera edad, nos preguntábamos ¿Cómo consiguen las personas de la tercera edad sobreponerse a los problemas ?¿Les ayuda a superar sus problemas el convivir con sus pares, por la escucha, compañía o conversación?

Tuvimos que reconocer que no todos han tenido la misma fortaleza, como por ejemplo, lo ocurrido en 2015, con Don José, un hombre de 65 años de la comunidad de Cardonalito quien asistía constantemente al “Club de los Años Felices”, acompañado de su esposa Juana, para realizar sus actividades, era una persona delgada, de mediana estatura, con el cabello canoso, con una mirada cansada y unas manos desgastadas por el trabajo que realizaba en el campo, ellos eran una pareja de adultos mayores que aparentemente tenían una vida fuera de conflictos, se observaba que todo en su vida estaba funcionando de manera estable y pacífica.

Era de las personas que incluso estaba media hora antes de que las actividades comenzaran y su participación era muy activa, pero en una mañana a inicios de diciembre se le encontró colgado en la rama de un árbol que se localizaba a un lado de su casa, intentó quitarse la vida sin lograrlo en ese momento, ya que la rama se quebró, su esposa quien lo encontró rápidamente pidió apoyo a los vecinos y lo llevaron inconsciente al Hospital Regional del Valle del Mezquital que se ubica en la comunidad de Taxadhó del municipio de Ixmiquilpan, en este lugar permaneció en coma por un par de semanas hasta que falleció, la razón de atentar contra su vida fue:

“Don José no toleró vivir problemas por terrenos con sus familiares, la ausencia de sus hijos quienes se encuentran trabajando en Estados Unidos y llevan años allá sin regresar y que ya tienen familia, económicamente no les faltaba los recursos, porque sus hijos les enviaba remesas, ropa, zapatos y todo lo que ellos creían que les hacía falta, pero él sufría porque le faltaba el cariño de sus hijos, además de que tenía problemas con algunos familiares por colindancias de terrenos, eran tan fuertes que le hacía daño en la salud, por las preocupaciones y la presión al tratar de resolver estos problemas sin el apoyo o respaldo de sus hijos y eligió el camino de la muerte”. (Relato, Sr. Luis)

El desenlace fatal nos llevó a centrar nuestra atención sobre por qué otros adultos mayores que vivían problemas parecidos al de don José, era otra su actitud, a pesar del maltrato que reciben y qué les lleva a un sentimiento de inutilidad, desamparo, desesperanza, incompetencia social, teníamos necesidad de investigar si el club el espacio y la convivencia con sus pares lo que les ha permitido elasticidad de su espíritu humano, la comprensión, el amor, la fantasía, el optimismo, el humor, el afecto, la aceptación de sí mismo, la ilusión, la alegría, la generosidad, la esperanza, la creatividad, el gusto por la vida, el trabajo. Así decidimos enfocar nuestra atención a las entrevistas informales y la información que nos compartieron las personas de la tercera edad del “Club de Los Años Felices”, sus familiares y el personal que les acompaña en los días sábados, para poder entender qué problemas viven y cómo son capaces de sobreponerse.

“Antes de venir aquí mi mamá era una persona triste y solitaria pero al venir aquí con la compañía que ha tenido hemos notado en ella un cambio en sus actitudes y la forma de ser, cada sábado se levanta con mucha emoción, y entusiasmo para venir aquí, la vemos muy feliz y nos comparte a sus hijos y nietos todo lo que vive y siente, nosotros no teníamos idea de lo que hacen pero con esta experiencia nos damos cuenta de que comparten con más personas de su misma

edad experiencias y conviven. Y que su familia a veces la descuidamos por trabajo u otras cosas.” (E3/040716)

Los familiares de las personas de la tercera edad se han percatado del gusto que encuentran al estar en el “Club de Los Años Felices”, como convivir, intercambiar ideas o información sobre su familia les ayuda a sobreponerse a cualquier circunstancia que enfrentan. Los adultos envejecidos viven un proceso que depende de factores propios del individuo y ajenos a él, en la que prevalece su disponibilidad, sus facultades, sus posibilidades de enfrentarse con una situación insólita, ya sea de orden biológico, personal o social.

“Al morir mi esposo me quedé sola, uno de mis hijos vive en Estados Unidos y tengo dos hijas, vivo con una de ellas y la otra no me busca, se ha alejado mucho dice que yo solamente quiero al esposo de mi hija... pero es que él ve mucho por mi cuando yo estuve enferma, el esposo de mi hija me llevaba al doctor me daba mis medicinas por eso yo los quiero mucho. Y quiero a todos mis hijos pero los demás se enojan conmigo y no hablan y eso me pone muy triste”. (E6/091215).

Las mujeres en edad de la vejez tienden más a vivir solas o a refugiarse con un hijo(a). En promedio las mujeres viven más años que los hombres, y tienden menos que los hombres a formar nuevas uniones en casos de viudez, separación o divorcio, por ello, durante la vejez, las coloca en una situación vulnerable, económica como social y asistir al “Club de Los Años Felices”, les permite encontrar otro sentido de vida.

“mi abuelita me enseña lo que hace aquí, algunas de las cosas que ha hecho me las ha regalado y me platica mucho de cómo es que antes las personas eran más amables y se saludaban aunque no se conocieran y que en el club así son todos se saludan y se llevan bien, me enseña y me da muchos consejos, desde que ha venido aquí es más sociable y se ve contenta. (E2/ 070215).

Cada uno de los seres humanos sin importar la edad vivimos problemas. Pero lo sorprendente es que las personas de la tercera edad, ya envejecidos, con una trayectoria de vida durante 60 o 70 años, en la que han vivido pérdidas físicas, emocionales, aún conservan el reconocerse y respetarse a través del saludo, y con ello nos dan ejemplos de vida.

“nadie me pudo acompañar... porque yo vivo solita sólo veo a mi hermano de vez en cuando, ya no tengo familia, por eso cuando vengo al club, lo hago sola... Me gusta mucho venir aquí me siento más feliz, convivo con persona de mi edad y me doy cuenta que no estoy solita y tengo mucho apoyo”(E6/091215).

Las trayectorias de vida de los hombres y mujeres adultos mayores los coloca en situación vulnerable. Recurren al sentido común que tiene mucho que ver en las percepciones para explicar y definir la realidad que nos rodea.

“desde que se formó el grupo de los abuelitos noté que al principio eran tímidos con el tiempo ellos mismos nos daban ideas para las actividades y participan cada día más, ahora parece que ellos nos animan a nosotras a bailar o a ser cualquier actividad que se realice, aunque lleguen a faltar por alguna enfermedad o dificultad cuando regresan nos dicen lo mucho que extrañaron estar aquí y se ven aún más fuertes, es una buena experiencia porque aprendemos todos de cada uno”. (E8/090116).

Compartir el espacio con las personas de la tercera edad, les ha permitido al personal que les atiende sensibilizarse ante las lecciones de vida que ellos han recibido y compartido; aprender de su historia, de su afecto, de su fortaleza.

“la verdad es que en DIF vivimos de mucho estrés, pero cada sábado que venimos con los abuelitos nos sentimos en paz ya que cada uno nos comparte alegría y amor e inclusive siento que nos ven como sus propias hijas, ahora que me los encuentro en la calle me saludan, y acercándome a ellos he conocido sus experiencias e historias, son personas increíbles llenas de vida y con mucho carisma cada uno

con cualidades particulares y grandes experiencias es una bonita experiencia la que hemos vivido al lado de ellos que solo me queda decir que los he llegado a apreciar demasiado y aunque lamentablemente yo no tengo abuelitos siento como si ellos lo fueran”. (Entrevista Informal Subdirectora DIF).

Todos los seres humanos somos únicos e irrepetibles, pero lo que se observa en el “Club de los Años Felices”, es el término adulto que se emplea como sinónimo de madurez, de responsabilidad, de juicio y más de una vez dominio de sí mismo.

Ante los problemas y dificultades que enfrentan los adultos mayores nos cuestionamos ¿Cómo hacen para enfrentar los eventos difíciles que cambian su vida? ¿Cómo reaccionan ante la situación de perder sus pertenencias, su trabajo, la indiferencia, abandono de su familia, o enfrentar una enfermedad difícil? ¿Qué les permite adaptarse? Es complicado para los adultos mayores ajustarse a situaciones que cambian dramáticamente su vida y que aumentan su estado de tensión; reconocemos que no todos tienen la habilidad de sobresalir ante algunas severidades y que el “Club de Los Años Felices” es un espacio en el que han podido sobrellevar y superar sus dificultades al encuentro con los otros.

Sin duda la felicidad y el bienestar de las personas de la tercera edad, no es un efecto de la casualidad o la suerte, es una producción humana, la protección y la defensa de su atención constituyen la tarea de la familia y la sociedad, una de las condiciones es haber desarrollado resiliencia, es decir la capacidad para adaptarse y superar la adversidad, ésta se aprende en un proceso que requiere tiempo y esfuerzo y que compromete a las personas a seguir una serie de pasos.

3.4 Caracterización de los adultos del Club “Los Años Felices”.

Si bien es cierto que la adultez es una etapa donde el ser humano se convierte en una persona más centrada y consciente de sus acciones, también es verdad que algunos adultos tienen más definida y estructurada su noción de sí mismo que consiste en todo conocimiento, emoción y actitud que tienen sobre su

propio ser como individuos sencillos y únicos, pero... ¿será qué esto le brinda equilibrio en su vida?

Durante nuestras prácticas en el “Club los Años Felices” tuvimos un acercamiento con los adultos mayores, lo cual nos permitió observar que les gustaba que los saludáramos de mano y de beso; también al estrechar sus manos podíamos detectar que tienen unas manos ásperas y desgastadas por la edad, lo cual denota que han realizado diferentes trabajos en el campo, en la artesanía; pero esas marcas pudieran haberse desvanecido con el tiempo convirtiéndose en cicatrices, por ello es importante caracterizar a los adultos mayores para comprender las similitudes que tienen, así como sus rasgos particulares, lo cual nos permitió tener un mejor conocimiento de ellos.

Consideramos importante conocer datos sobre los adultos con quienes convivíamos, para comprender su situación social y así saber cómo intervenir a partir de las actividades que realizan. Así que obtuvimos datos a través de una breve entrevista. Por ejemplo: el 60% son casados y el 40% viudos, el 90% cuenta con una vivienda propia mientras que el 10% son prestadas, el 75% de los adultos mayores apoyan económicamente a nietos o hijas, mientras que un 25% tienen apoyo económico de parte de sus hijos o nietos; sin embargo no es suficiente para cubrir sus gastos básicos de salud y alimentación, en lo que concierne al aspecto educativo, el 1% tiene bachillerato, 9% terminó la secundaria, 20% concluyó la primaria, 70% no sabe leer ni escribir, respecto a su salud, un 45% tienen diabetes, un 35% hipertensión, un 20% artritis, se observa a los adultos mayores que afrontan su enfermedad creándose confianza en si mismos.

Hoy en día se puede percibir frescas las grietas de sus manos; esto es porque siguen siendo personas productivas, que si bien no trabajan como antes en sus milpas, trabajan en las artesanías o recolectan los frutos y verduras que son propios de la región, como por ejemplo, nopales, gualumbos, flor de palma, flor de garambullo o bien animalitos que se consumen dentro de la región como los escamoles, chiniquill, zhamues, entre otros.

Hay algunas características generales del grupo, y es que la mayoría participa dentro del club para olvidarse un momento de sus problemas económicos, de salud, familiar... “se sienten a gusto participar y asistir en el club no tanto por las actividades que se realizan, si no porque han encontrado afecto por parte del personal del DIF”,(Entrevista informal Sr. Luis), encuentran amigos con quienes pueden platicar sin preocuparse de que alguien los juzgue.

Entre ellos encuentra una similitud en la vida o rutina que llevan y es porque la mayoría oscila entre los 60 a 80 años de edad, lo que les permitió vivir en la misma época y tienen muchas cosas que platicar; la mayoría cuida de sus nietos, platican de sus familias, o de sus hijos, les agrada compartir sus experiencias, hemos escuchado historias desde un auténtico romance que evoca Romeo y Julieta o de cómo le obligaron a unir sus vidas en pareja con alguien que ni siquiera conocían, y con todo ello fueron matrimonios sólidos y duraderos.

“mis padres me casaron con una persona mayor que yo no quería, nos obligaban a eso, tenía yo 16 años, obedecíamos aunque no nos pareciera justo, él me maltrataba si yo no tenía la comida o su ropa lista, pero aún así le respetaba, son las enseñanzas de nuestros padres y estuve a su lado hasta que Dios me lo quito.” (E7/080715).

Hemos notado que son varias cosas que tienen en común desde lo físico hasta las vidas complicadas que han vivido, todos(as) son personas canosas con las manos frágiles y con el paso al caminar más ligero, cada uno tiene sus características particulares pues cada uno de ellos es único e irrepetible pues el motivo de una sonrisa o una cara triste es por una situación diferente.

Al llegar al Club, se saludan de mano con respeto, son personas colaborativas que tratan de ayudarse mutuamente, son un grupo participativo y se motivan entre ellos para la realización de las actividades, que solo cinco les cuesta coordinar sus movimientos de las manos en las actividades de manualidades, pero tratan de ayudarse y animarse entre ellos; no critican sus trabajos y a todos les festejan sus logros.

Son responsables y puntuales, la mayoría llega hasta media hora antes de iniciar las actividades; hasta el momento no hemos escuchado ninguna discusión entre ellos o alguna palabra ofensiva, cuando se comprometen con alguna tarea en casa o traer materiales cumplen con ello y si alguien no lleva el material por alguna razón algún compañero le comparte material.

El personal muestran interés en ayudar a las personas adultas y brindarles un poco de lo mucho que les hace falta; esto lo expresan los adultos mayores, por ejemplo en la realización de manualidades, el personal del DIF se organiza para comprar los materiales, cuando los adultos tienen dudas acerca de algún trámite personal alguna dependencia, les ayudan a resolverlo.

“Tenemos disponibilidad para atenderlos cuando se les dificulta realizar una actividad y atendemos sus comentarios o sugerencias que nos hacen los ancianitos, no hay favoritismo tratamos de darle la misma atención a todos, y con respeto, y ellos nos dicen que requieren de más tiempo en las sesiones, pareciera que no quieren ir a su casa.” (Entrevista informal, Responsable del Club).

Nos agrada trabajar con los adultos porque, se esfuerzan por hacer bien las cosas a pesar de algunas dificultades. A los empleados del DIF les alienta seguir apoyándolos, como lo comenta la Lic. Fátima Del Muro: “son pocas las personas que se enfocan a los adultos mayores, por lo que sienten que nos interesamos en ellos y logran sentirse en confianza y compañía”. (Entrevista informal, subdirectora DIF).

3.5 Problematicación y delimitación.

Si partimos de la idea de que problematizar constituye una tarea básica para el adecuado desarrollo del proceso de investigación, en consecuencia, “se requiere una actitud crítica, abierta y flexible ante el objeto de estudio, poseer un conocimiento amplio y calificado, tanto de la temática, es preguntarse sobre la complejidad de lo real que hace insuficiente la explicación o que toma incomprendible y contradictoria la sociovisión” (García 2005:9).

Encontrar diversas visiones, prácticas, pensamientos, ideas que planteen problemas. En el caso de los adultos de la tercera edad del “Club de Los Años Felices”, que presentan mayores cambios en el desarrollo cognoscitivo y emocional, diversidad de carácter, pues cada persona como protagonista de su historia de vida dispone de recursos con los cuales autodirige su vida, sin olvidar que el envejecimiento toma un sentido personal, convirtiéndose en factor de desarrollo, lo que debe ser cuestionado, repensado e interrogado.

Después de haber analizado, observado y contextualizado tenemos como resultado varias problemáticas, al tratar de dar esquemas generales nos encontramos que en el Club “Los años felices”

- ✓ No cuenta con un espacio propio ya que es rentado debido a que en DIF no cuenta con suficientes instalaciones para este programa, por consecuencia se ve limitado en cuanto a las actividades ya que el espacio es pequeño.
- ✓ El personal no esta especializado en la atención a adultos, por lo que la experiencia previa de esta labor es minoritaria porque solo se realizan las actividades por cubrir ese horario o tiempo no para cumplir con un objetivo.
- ✓ Algo muy importante que se identifico es que no se cuenta con un botiquín de primeros auxilios, el trabajar con adultos mayores es una responsabilidad muy grande, la cual debe de garantizar su bienestar y prevenir cualquier accidente.
- ✓ Es necesaria la construcción de indicadores de evaluación y seguimiento a los procesos. Con ello hacer más eficaces los mecanismos de operación del Programa.
- ✓ Promoción de la salud y comunicación Social. La Promoción de la Salud juega un papel fundamental ya que es a través de esta estrategia que los adultos mayores, sanos o enfermos, sus familiares y los integrantes de la comunidad pueden trabajar en forma conjunta y coordinada para lograr una mejor calidad de vida, el logro de lo anterior.
- ✓ No disponer de esquemas preventivos que permitan a la población llegar a la vejez en un buen estado de salud físico y mental.
- ✓ Ampliar coberturas del "Del proyecto de club del adulto mayor por parte del DIF del municipio de Cardonal".

- ✓ Falta de promoción de la resiliencia en los adultos mayores para un desarrollo pleno, mediante actividades de desarrollo físico, mental y emocional, contribuyendo así con el logro de una vida plena para ellos.

El término problema "... se designa a una dificultad que no puede resolverse automáticamente, sino que requiere una investigación, conceptual o empírica." (Bunge, 1985:195).

El problema se enuncia en forma de pregunta, considerada la directriz que sugiere el sentido de la búsqueda, refiere un obstáculo, aquello que no ocurre como debiera o como se quisiera que aconteciera, un vacío de información cuando designa, en este sentido, desconocimiento de las acciones, los medios, los recursos y procedimientos implicados serán apropiados en la medida en que contribuyan a la obtención de los datos que permitan establecer explicaciones. (Hidalgo, 1997:52), y nos da elementos para precisar el planteamiento del problema.

3.5.1 Planteamiento del problema

Cómo resuelven sus problemas familiares, económicos y de salud los adultos de la tercera edad.

Preguntas de investigación

¿Cómo logran los adultos mayores enfrentar los eventos difíciles que cambian su vida y les permite adaptarse?

¿De qué manera el adulto mayor logra vivir en plenitud a través de la resiliencia?

3.5.2 Objetivo general:

Intervenir para reconocer que a través de la resiliencia los adultos mayores logran el desarrollo, físico, mental y emocional, que contribuya en el logro de una vida plena

3.5.3 Objetivos específicos:

- Comprender cómo los adultos mayores se adecuan ante situaciones de abandono, pérdidas... y logran adaptarse y sobrevivir con mejor calidad de vida.
- Incidir en la resiliencia de adultos mayores como el conjunto de variables que los protegen de los eventos estresantes, que favorecen su adaptación y mejoran su calidad de vida.

Delimitación del problema: El “Club de Los Años Felices” conformado por 30 adultos mayores, que viven diferentes experiencias, desde el maltrato e indiferencia de la familia, el despojo, el abandono sin embargo, y son capaces de sobreponerse. La resiliencia es el factor de protección ante los sucesos de la vida, entre mayor nivel de resiliencia presenten mejor calidad de vida, tendrían menos estrés percibido su estado de ánimo será más positivo durante su estancia en el club de los años felices. Las personas mayores tienden a reestructurar la percepción que tienen de sí mismos y de su situación, de forma que se ajustan a las metas propuestas de manera más realista; tienen mayor control de la situación que las más jóvenes, teniendo así menos índice de fracaso y mayor calidad de vida.

3.5.4 Justificación

Hemos observado que en la sociedad actual parece que valoramos a las personas por lo que hacen y no por lo que son. Apreciamos más lo que una persona puede aportar productivamente a la sociedad que el desarrollo personal y social, se ve a la vejez como algo negativo, “lo asocian a un sentimiento de inutilidad y estorbo, pero es necesario ver la tercera edad como una etapa más del desarrollo como personas en sociedad, una etapa diferente y llena de posibilidades” (Pérez 2005:18)

En nuestro país no se conoce con exactitud el número de centros de atención al adulto mayor, la mayoría de los centros reconocidos como INAPAM, son centros recreativos o de entretenimiento, espacios comunitarios en los que se

atienden a las personas de la tercera edad, y realizan actividades educativas, culturales, artísticas, recreativas, y productivas, con lo que se fomenta la organización e intervención en la solución de los problemas que enfrentan.

Por otra parte, el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), ha centrado más sus esfuerzos en las personas mayores con bajos recursos y con riesgos extremos de abandono. En nuestro caso, en el “Club de los Años Felices”, consideramos que ha sido valioso para aquellas personas que viven solas o que requieren de atención o distracción, es por eso que decidimos enfocarnos a fortalecer su resiliencia a través de una propuesta que les lleve a mejorar su calidad de vida y mantengan el gusto por ella. Sabemos que no somos el personal especializado que se requeriría, pero las habilidades adquiridas en la LIE, nos darán la posibilidad de ofrecer dedicación y esfuerzo para cumplir la misión que nos hemos encomendado, la capacidad de las personas de edad parece depender de cómo lograr motivarse, cómo buscan la posibilidad de continuar su vida a pesar de lo que viven, se aferran a la vida con sentido.

Nuestro proyecto estará orientado a fortalecer la resiliencia en los adultos de la tercera edad, con la finalidad de mejorar su calidad de vida, como lo plantea Jiménez (2008) “conforme a lo que se espera que logre una persona tras vivir una situación amenazante, implica un riesgo y se contemplan tanto índices positivos como negativos”.

Coincidimos que los problemas de intervención requieren de transformar la realidad, para resolver una situación conflictiva o bien para crear una situación nueva, o para cimentar al interior, se requieren de fundamentos teóricos como metodológicos para tener los argumentos necesarios de nuestros hallazgos, nos hallamos, pues, ante un conjunto de situaciones de una complejidad inusitada y todas estas transformaciones afectan al sujeto que directamente está comprometido, como es el adulto mayor, quien se ajusta a este permanente cambio y toma decisiones para poder sobrevivir manteniendo una calidad de vida adecuada.

Después de analizar de manera exhaustiva el contexto donde se desarrollan las actividades de club de adultos mayores “Los Años Felices”, nos permitió caracterizarlos y de esta manera darnos un punto de partida para encaminarnos a un buen diagnóstico que nos permitiera identificar las necesidades e intereses reales que este grupo demanda para poder vivir realmente esa tan ambiciosa calidad de vida que todos los programas dirigidos a los adultos mayores mencionan en sus objetivos, pero que en sus actividades se desvían de ese fin.

Por ello es importante promover la resiliencia en los adultos mayores para un desarrollo pleno, mediante actividades de desarrollo físico, mental y emocional, contribuyendo así con el logro de una vida plena para ellos, aun con las adversidades con las que se enfrenten, puedan salir adelante.

Planteamos como problema principal: ¿Cómo considerar la resiliencia como una estrategia de intervención para el “Club Los Años Felices” del Municipio de Cardonal Hgo.?

Compartimos las estrategias diseñadas para fortalecer la resiliencia en los adultos mayores.

Capítulo IV

Estrategia: La calidad de vida de los adultos mayores al fortalecer su resiliencia

“La vejez es la etapa obligatoria para el florecimiento. Aunque lo es también para el entumecimiento definitivo”.

Silvia Robles

Dentro de este proceso educativo para un mejor desenvolvimiento de los adultos en la participación social la cooperación dentro de la misma es importante, recalca algunas de las principales formas de enseñanza aprendizaje en los adultos para su autorrealización, el primero tiene que ver con la educación formal que está en relación con los diseños curriculares que se llevan de manera adecuada y precisa, entre otro a la educación no formal, que de acuerdo a las ideas de Thomas, (1980), “es toda actividad educativa organizada y sistemática realizada fuera de la estructura del sistema formal, para impartir ciertos tipos de aprendizaje a ciertos subgrupos de la población, ya sea adultos o niños”, por lo tanto consiste principalmente en desarrollar habilidades para que de esta manera puedan resolver problemas que se les presente día a día.

Por último la educación informal entendida como “un proceso que dura toda la vida, por la cual cada persona adquiere y acumula conocimientos, capacidades actitudes y comprensión a través de las experiencias diarias y del contacto con su medio” (ibidem) es decir que va a llevar al adulto a desarrollar una reflexión de sí mismo y comprender de lo que es capaz y de que puede por sí mismo resolver problemas de la vida práctica y por ello crean una perspectiva de superamiento y de pensamientos encaminados hacia una mejora no por parte de los demás, más bien de iniciativa y responsabilidad para consigo mismos.

No existe consenso con respecto al término calidad de vida, pero es más allá que bienestar físico y social, la ONU, en 1954, propuso como indicadores de calidad de vida la salud, alimentación, vivienda, seguridad, condiciones de trabajo, medio ambiente, educación y tiempo libre. En 1961, este Organismo reformuló

parcialmente esta lista considerando las siguientes opciones: “salud, alimentación, características de alojamiento, seguridad social, educación, ocupación y condiciones de trabajo, formas de vestir, tiempo libre y derechos humanos”. (Casas, 1996:97)

Por lo tanto, creemos que la calidad de vida implica la necesidad de mejorar aquellas situaciones en las que viven las personas de la tercera edad y que incluyen medidas o acciones encaminadas hacia un orden de convivencia y de justicia social, “hacia un estado de salud óptimo y hacia una formación mínima que le permita realizarse como seres autónomos, la calidad de vida es una aspiración hacia el bienestar y la felicidad a la que todos debemos tener” (Trilla,2001:117)

Consideramos que calidad de vida es hablar de calidad personal en todas sus dimensiones, sin olvidar el medio ambiente en el que conviven. Porque supone “un estilo de vida, es decir, un todo coherente ideológico, actitudinal y comportamental que posibilite la implicación personal continuada”. (Vázquez, 2001:37), y esto equivale a crear situaciones que permitan fortalecer la resiliencia para favorecer su salud física y mental, porque la calidad de vida no es algo individual, sino colectivo en el que influye determinantemente el contexto.

4.1 La resiliencia, el secreto de los adultos mayores

Vivir en plenitud en la etapa adulta debe ser “la representación de la sabiduría del pueblo, la justicia y la equidad que su experiencia proporciona, pero sobre todo la paz interior y la felicidad plena” (Méndez,1995:34), la tercera edad es una etapa en la cual el adulto mayor comprende el mundo de forma diferente en la búsqueda de su felicidad, así como su bienestar, es importante reconocer que la vejez no se presenta de igual forma para todos, ya que esta dependerá de cada individuo, esto a su vez lo manifiesta de acuerdo a su contexto así como todos los acontecimientos surgidos durante su proceso de vida.

Alcanzar un fortalecimiento, o un desarrollo pleno no es fácil debido a que el papel del adulto mayor dentro de nuestra sociedad actual ha sido olvidado, de acuerdo con la UNESCO, se considera adulto al individuo que posee todas las funciones somatopsíquicas correspondientes a su especie, jurídicamente el

término adulto equivale a mayoría de edad, por lo que el adulto aprende a vivir y actuar en la sociedad según su propia responsabilidad.

Existen diferentes factores que afectan a los adultos mayores para poder alcanzar un desarrollo pleno, por mencionar un ejemplo el aislamiento o el rechazo, pero aún más lo que se llama “viejísimo que conlleva a la discriminación y segregación que se encuentra ligada al prejuicio de que los viejos son todos enfermos o discapacitados” (Salvarezza,1998:27). Estas formas de pensar limitan a que los adultos mayores generen y busquen vivir en plenitud.

Desde la antigüedad el papel del adulto mayor era visto de diferente forma “Platón consideraba que dentro de esta etapa se conduce a la armonía y es el momento en el que se alcanza la cima de la prudencia, la discreción y la capacidad de juicio” (Sánchez, 1985:87). La tercera edad es una etapa en la cual el adulto mayor comprende el mundo de forma diferente en la búsqueda de su felicidad, de su bienestar, la justicia y la equidad que su experiencia proporciona, pero sobre todo la paz interior y la felicidad plena.

La vejez es un período de retos adaptativos dado el cambio gradual de las condiciones de salud física y mental, las dificultades para el desarrollo de las actividades de la vida diaria y las restricciones a la participación social, las condiciones a las que se suman las limitaciones en el acceso a los servicios sociales y de salud, son factores que llevan a que una alta proporción de la población adulta se encuentre en situación de discapacidad y pobreza, “el envejecimiento está mejor definido en términos funcionales como un proceso inevitable y progresivo de menoscabo de la capacidad para adaptarse, ajustarse y sobrevivir, la senectud es un estado en el cuál la disminución de la capacidad funcional, física y mental, se ha hecho manifiesta, mensurable y significativa”. (García 2003:94-95).

Es un proceso que vive el adulto mayor, en el cual lo que es afectado en primer lugar no es la conducta cotidiana y probada del organismo para con su medio, sino sus disponibilidades, sus facultades, sus posibilidades de enfrentarse con una situación insólita, ya sea de orden biológico, personal o social, que es

capaz de sobrellevar al utilizar su resiliencia, aún y cuando pierden memoria, el oído o el gusto. En realidad, estos cambios les afectan en la medida en que dificultan o robustecen su experiencia social tal y como es llevada a cabo en su propio contexto, porque la vejez es una situación social.

Desde una perspectiva social, la etapa de la vida que denominamos adultez, viene definida por acontecimientos y tareas socioculturalmente delimitados. Así, una persona adulta es aquella que se comporta como se espera socialmente de un adulto, sin revisar que los adultos se deterioran física y mentalmente, y esa parte no la entendemos, sino más bien se les mira como que ya no tienen habilidades, ya estorban en la vida en familia.

Vivir los cambios en la etapa adulta es muy complejo porque implica el doble desafío de encarar los propios cambios dados por el envejecimiento, la resiliencia en ellos se encuentra asociada con un conjunto de factores individuales, sociales y ambientales, que potencian y posibilitan los resultados resilientes ante los eventos adversos propios de la vejez. Sin embargo, la interacción social incrementa este proceso, en el acompañamiento por parte de la sociedad, para que no sólo sea una vida más larga, sino una vida plena y provechosa, por equidad se merece un trato digno, con actitudes distintas que promuevan aprender de él y enseñar a las nuevas generaciones a corresponder su entrega, se requiere favorecer un envejecimiento saludable, el cual debe incluir hábitos de salud física, emocional, espiritual y mental para tener una mejor calidad de vida.

El desarrollo pleno en lo individual consiste en estar tranquilo consigo mismo, con su entorno en la sociedad, se requiere de un equilibrio emocional para de esta manera alcanzar el bienestar, como lo comparte Ríos (2000) “la resiliencia que se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano”, vivir un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del sujeto interactúan en una relación recíproca que le permite a las personas de la tercera edad adaptarse a pesar de la adversidad.

La autoestima debe estar reforzada y creer en sí mismos, en lo que son capaces de hacer, esto es vital en el adulto mayor, elevar su autoestima lo ayudará a aceptarse como es; reforzar su resiliencia tiene cualidades medulares:

“una comprensión y aceptación de la realidad, una profunda creencia en que la vida sí tiene significado, y una habilidad para ingeniarse alternativas de solución. Se trata de cierto tipo de creatividad aparentemente ilógica, que permite improvisar soluciones sin contar con las herramientas y recursos apropiados. Y quererse pero sobre todo a buscar formas para salir adelante buscar siempre lo mejor, la autosuficiencia le ayudará a poner en práctica sus conocimientos, su experiencia así como habilidades y actitudes, lo cual genera seguridad y confianza para lograr un desarrollo colmado”. (Ángel 2003:5)

En cada cultura los adultos mayores desarrollan sus propias estrategias para enfrentar los problemas y la visión que se tiene de ellos; considerando así, no siempre una misma situación, desencadena fatalmente un resultado negativo, sin desconocer que una condición difícil aumenta el riesgo de que surja un problema determinado, la lógica de la resiliencia es vital para la esperanza que puede suscitar en las personas de la tercera edad, en tanto conlleva consecuencias constructivas, como resultado de una mirada consoladora en medio de un acontecimiento doloroso.

Otro aspecto es el desarrollo social, implica un cambio positivo en las relaciones con la sociedad, que consiste en ser aceptados, reconociéndolos e integrándolos, así mismo, lograr un reconocimiento y generar un mayor bienestar para ellos, además de que al ser parte de la sociedad los hace más productivos y alcanzan una estabilidad sintiéndose más felices.

Promover el desarrollo pleno de las personas adultas mayores ofrece las oportunidades necesarias para que alcancen un nivel de vida decorosa, con bienestar y calidad, a través de atención proporcionándoles cuidados necesarios al contribuir los adultos mayores serán independientes y participativos, fomentar su

autocuidado y autorrealización, que ya de por sí tienen con el manejo de la resiliencia, hacer valer el derecho como seres humanos, vivir con dignidad.

Cuando se llega a comprender realmente lo valioso que son los adultos mayores dentro de la sociedad se da un valor de respeto y admiración para con ellos, el apoyo a los adultos mayores es labor de todos, de la familia, de la comunidad, de las instituciones públicas y privadas, así como de la sociedad. Deseamos intervenir y fortalecer la resiliencia basados en el reconocimiento de los entornos: familia, comunidad, en interacción continua con el individuo, que a su vez se visiona como alguien competente socialmente, con capacidad para resolver problemas y orientado hacia un futuro mejor y prometedor.

En la tercera edad suelen afrontarse eventos críticos como problemas de salud, la pérdida de seres queridos, problemas económicos, sin embargo, hay estudios que indican que, a pesar de haber sufrido tales dificultades, y muchas veces circunstancias extremas, peligrosas o traumáticas, muchas personas mayores se encuentran en buena condición de salud, aunque con padecimientos propios de la edad e, incluso, dan muestras de vitalidad, de buen humor, entusiasmo en realizar actividades que les mantenga ocupados y que aporten beneficios para ellos y para otras personas y, además poseen gran interés, contribuir y participar con su familia y amigos, es lo que observamos en el “Club de los Años Felices”.

Para poder guiar al adulto mayor a fortalecer la resiliencia y poder vivir en plenitud requerimos una estrategia en la que podamos integrarlos, ellos se han ajustado y sobrevivido a innumerables situaciones de adversidad a través de su vida y han logrado un adecuado bienestar, por lo que cuidaremos que nuestra propuesta gire en torno a fortalecerla en los adultos mayores.

Sabemos que la estrategia que propongamos para fortalecer la resiliencia será insuficiente porque para cumplir el cometido tendríamos que trabajar en la eliminación de barreras ambientales, psicológicas, culturales y que además les asignen recursos suficientes para satisfacer sus necesidades conforme a las posibilidades objetivas de la sociedad en su conjunto.

Consideraremos a la resiliencia como el indicador que puede mantener un buen funcionamiento en las personas de la tercera edad y que se enfoca en mantener una buena salud, movilidad y funcionamiento físico, al aspecto cognitivo y de personalidad aunque es importante aclarar que la resiliencia:

“no es considerada una característica o atributo de la personalidad, sino un conjunto de recursos y fortalezas que son capaces de potenciarla y proveerla cuando la situación lo requiera. Entre los recursos se encuentran la identidad positiva, el control personal, el auto eficacia, la autoestima, las emociones positivas, el optimismo, el afrontamiento y el apoyo social (Ambriz, 2008:99).

Una de las principales tareas será elevar su autoestima, entendida como la valoración que tenemos de nosotros mismos y que nos permite lograr altos niveles de bienestar a pesar de los eventos adversos. Desarrollar emociones positivas que les haga sentir bien, recuerdos gratos, recordar acciones realizadas de amor y el perdón, experiencias placenteras y sensaciones de paz, serán otras tareas necesarias.

Orientar la auto-eficacia de acuerdo a Lara (2000), “como la creencia acerca de las propias capacidades para organizar y manejar las situaciones futuras” esta variable es un recurso capaz de mediar la percepción de control del individuo y sus sentimientos ante las pérdidas, además le ayuda a mantener el optimismo ante la situación, activa el funcionamiento de algunos dominios incrementando la probabilidad de mantener y optimizar su funcionamiento en áreas como la inteligencia, la memoria o la salud.

La autoestima, de acuerdo a Cicchetti (1997), “es la valoración que tenemos de nosotros mismos, está relacionado con altos niveles de bienestar a pesar de los eventos adversos, es un recurso para el afrontamiento a las amenazas y al estrés, además de poseer una adecuada autoestima es una precondition positiva para movilizar o simplemente aceptar el apoyo.

Las emociones positivas “son estados de ánimo que nos hacen sentir bien” (Fredrikson, 2003:28) entre las más citadas están la gratitud, el amor, y el perdón, y pueden proporcionar a las personas experiencias subjetivas placenteras y

sensaciones de paz, se ha encontrado que las emociones positivas tienen gran importancia en los procesos de adaptación que buscan alcanzar un equilibrio, ya que facilitan las estrategias de afrontamiento adaptativas, la obtención de recursos sociales y favorecen el bienestar, del mismo modo son capaces de moderar las reacciones y la recuperación ante el estrés, adicionalmente, una gran cantidad de emociones positivas pueden potenciar altos niveles de resiliencia.

Dentro del club, los adultos mayores manifiestan consistentemente más emociones positivas que negativas, este hecho, explica que los mayores dispongan más de estos recursos no sólo para amortizar, sino también para favorecer la adaptación después o durante experiencias negativas y dañinas.

Bajo las ideas anteriores nuestra estrategia girará en torno a fortalecer la resiliencia a través del optimismo es definido, como la tendencia a esperar que el futuro ofrezca resultados favorable. Es una fortaleza importante que ayuda a resistir las adversidades y tiene beneficios en la salud y el bienestar. Además de mediar la “relación de otros recursos personales y los eventos estresantes promoviendo la adaptación ante el intento de alcanzar metas” (Taylor, 1995:36).

Por otro lado el afrontamiento definido “como un proceso por el cual los individuos manejan los retos o las amenazas” (Lazarus, 1984:32), a las que recurren más los adultos mayores, centrados en las emociones que a los problemas que saben manejar bien, gracias a las estrategias de afrontamiento que han acumulado durante su vida, les permite adaptarse a situaciones estresantes

Así mismos los ajustes adaptativos que incide para que las personas mayores adapten sus estrategias ante los problemas y las pérdidas que son difíciles o imposibles de afrontar activamente, ellos recurrirán a reinterpretarlas, cambiando la perspectiva o ideas que incidan en su bienestar y en la satisfacción con la vida, los procesos adaptativos le ayudan a resolver las discrepancias y a reducir los efectos adversos en el bienestar, en los que eliminan aspectos negativos y los traducen a positivos.

En cuanto al terreno espiritual, considerado como un pilar de apoyo y un recurso poderoso ante la necesidad de adaptarse y hacer frente a nuevas

situaciones, se apoyan en la creencia de la existencia de un poder superior en el cuál pueden apoyarse, que no requerirá de fortalecer por tenerlo muy arraigado.

Por otro lado la actividad física, “se le considera a cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía” (OMS,2016), aumentar el nivel de actividad física es una necesidad y exigencia de sus cuerpos que debe ser fomentada, los niveles recomendados de actividad física para los adultos de 65 años en adelante consisten en actividades recreativas de ocio como desplazamientos, paseos, caminatas o actividades en bicicleta, la actividad física abarcarán movimientos corporales y momentos de juego.

Sin olvidar que la actividad física en los adultos mayores les trae beneficios como bajas tasas de mortalidad porque la “actividad física ayuda a reducir el riesgo de enfermedades como lo es la hipertensión, depresión y caídas, de igual forma mejora la salud ósea y funcional, y es fundamental para el equilibrio calórico y el control de peso” (Ibidem,OMS), así como el sentirse bien con ellos mismos.

Actividad mental: en los adultos mayores (Howard,1994), considera que se “trata de desentrañar la naturaleza de los objetos materiales del mundo, como interactúan entre sí, al igual que la naturaleza de las personas en el mundo, sus motivaciones y conducta de su mundo físico y social”, son los procesos cognitivos que llevan al conocimiento de las cosas como los pensamientos que tienen, los conceptos y los juicios, tiene como finalidad la resolución de sus problemas.

Nos proponemos fortalecer la resiliencia en el ciclo de vida de las personas de la tercera edad, que suelen vivir con más frecuencia eventos críticos, de forma que les ayude a superar con gran seguridad, su estabilidad emocional y mantener su autonomía e independencia, su sentido de vida

4.2 Planeación de estrategias en el Club “Los Años Felices”, al fortalecer su resiliencia

Los cambios asociados al proceso de envejecimiento se encuentran en estrecha vinculación con varios factores de riesgo con algunas consecuencias de salud, que aumentan de acuerdo a los años, porque la vejez no es una

enfermedad, se envejece según se ha vivido, dentro de las investigaciones realizadas sobre el adulto mayor se han encontrado que los programas de intervención son necesarios, por tanto, el programa de intervención que proponemos considera no sólo los factores relacionados con el adulto mayor, su historia personal, el apoyo que requieren y sus necesidades propias que les ayude a fortalecer su resiliencia.

La estrategia ¹ de intervención socioeducativa es un trabajo explicitado en un documento, donde se expone el conjunto de líneas de acción para sustentar y solucionar alguna problemática específica, además de poder incluirse los tres escenarios, y a sabiendas de que implica todo un proceso, para Cardenas (2009) “La estrategia de intervención educativa contendrá como estructura mínima: los propósitos generales, las líneas de acción, las metas, los sustentos teóricos, la metodología, las actividades y estrategias, los recursos, así como el plan de evaluación”.

El objetivo de la intervención socioeducativa es favorecer que las personas de la tercera edad se descubran y participen en la mejora de su calidad de vida, al fortalecer su resiliencia, la intervención en personas mayores representa una alternativa que pone énfasis en el diálogo, cooperación y en la capacidad creativa de cada individuo, de acuerdo al Consejo Académico (2003)...

“es un conjunto de acciones e interacciones, motivaciones e intenciones, individuales y colectivas y en medio de un entorno complejo de elementos estructurales y circunstancias coyunturales. Esto implica reconocer el entramado de acciones que interactúan bajo diversas dinámicas que se mezclan a través de las interacciones, intenciones y múltiples acciones de los actores que se encuentran en el centro de una circunstancia social [...] la diversidad de expectativas, objetivos e intenciones que guían las acciones de

¹ Estrategia es el conjunto de decisiones fijadas en un determinado contexto o plano, que proceden del proceso organizacional y que integra misión, objetivos y secuencia de acciones administrativas en un todo independiente. Rovere Mario Planificación Estratégica en Recursos Humanos en Salud. Serie Desarrollo de Recursos Humanos, No. 96 OPS, OMS, (1993: 226).

los sujetos, mismas que en un momento dado pueden complementarse, excluirse o convertirse en polos antagónicos.

En este sentido es importante, reconocer que una de las debilidades de las estrategias de intervención es no poder incidir en su salud mental, y su fortaleza es contribuir positivamente al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, aspiramos a incrementar la participación activa de los adultos mayores, de modo que se sientan artífices, aprovechar su riqueza de vida y experiencia, así como sus potencialidades, lo importante no es añadir más años a la vida, sino más vida a los años.

Después de conocer la realidad, identificar algunas problemáticas que han vivido las personas de la tercera edad, y como la resiliencia les ha dado la suficiente firmeza para enfrentar adversidades en su trayecto de vida, definimos los objetivos de la intervención, con estrategias y actividades que consideramos ayudarán a las personas de la tercera edad a fortalecer su resiliencia, e iniciamos con la idea de la planificación entendida:

“como método y técnica de racionalización en el empleo de medios y recursos y en el proceso de toma de decisiones, con el fin de alcanzar determinados objetivos a través de acciones a realizarse en un plazo determinado, se aplica o puede aplicarse a cualquier actividad por la cual un individuo, grupo de individuos o institución quiere alcanzar determinados objetivos.” (Ander-Egg.pág.109)

Planificación entendida como el proceso sistemático en el que primero se establece una necesidad, y luego enfrentarse a ella, “planear significa llevar a cabo acciones de planeación; implica decidir, en el presente las acciones que habrán de ejecutarse en el futuro, con el fin de arribar a objetivos previamente establecidos” (Matus,1998:67). Nos comprometíamos a que la planeación de estrategias debería ser dinámica flexible y capaz de adaptarse a las situaciones cambiantes, además de medible en términos de efectividad. Girará en torno a lograr su autonomía, propósito de vida y crecimiento personal, que los adultos de la tercera edad, experimenten una actitud positiva hacia sí mismo y hacia su vida

pasada, relaciones positivas con otros, basadas en la confianza y empatía, que de por sí se observa en el “Club de los Años Felices”.

Objetivo general:

Contribuir en el desarrollo social y afectivo para incidir en la calidad de vida de las personas de la tercera edad, por medio de estrategias que fortalezcan su resiliencia.

Objetivos específicos

- Favorecer el desarrollo de actitudes positivas en las personas de la tercera edad, para motivarlos en mejorar su calidad de vida.
- Incidir en que el adulto mayor comprenda que es importante que los acontecimientos surgidos durante su proceso de vida son parte de su historia y requiere mantener su deseo de vivir en plenitud.
- Fortalecer su paz interior y su felicidad plena a través de la resiliencia.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO SEDE IXMIQUILPAN

4.3 Estrategias de intervención en el Club “Los Años Felices”.

Objetivo general: Promover en los adultos mayores la resiliencia, mediante actividades de desarrollo físico, mental y emocional, y contribuir así con el logro de vivir en plenitud.

Estrategia: Convivir para lograr armonía y autoestima

Duración: 1 mes 4 sesiones de 2 horas cada una.

Lugar o espacio: al aire libre, y auditorio.

Nº de asistentes: 53 Adultos Mayores

Responsable: 4 voluntarios y 3 LIES

1 Sesión

ACTIVIDAD	PROPÓSITO	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>Dar la bienvenida a la sesión, mediante una presentación.</p> <p>Rescatar ideas con los adultos mayores respecto la importancia de mantener una buena comunicación con los otros.</p> <p>Identificar sus habilidades y debilidades en actividades físicas y motrices</p> <p>Desarrollo</p> <p>Realizar la actividad: me llamo... y quiero ofrecerles...(ANEXO A1)</p> <p>Lo que se quiere lograr con esta actividad es que los adultos reconozcan sus cualidades positivas y en caso de que el adulto no las reconozca el mismo grupo sea el que lo apoye en decir cosas positivas, para crear afecto entre todos los participantes.</p> <p><i>Refuerzos positivos</i></p> <p>Existen diferentes situaciones en la vida cotidiana que nos permiten reforzar la conducta de los otros.</p>	<p>Lograr empatía y comprensión entre ellos, promover su autonomía y respeto.</p> <p>Identificar sus fortalezas y habilidades.</p> <p>Fomentar la autoestima y el autoconcepto, los valores positivos del</p>	<p>Humanos</p> <p>Psicóloga</p> <p>Materiales</p> <p>Hilo</p> <p>Proyector</p> <p>Laptop</p> <p>Reflexión</p> <p>Video</p>

<p>¿Cómo se hace?</p> <ul style="list-style-type: none"> • El interventor invita a los participantes a fijarse en aspectos positivos. • A través de tarjetas, verbalmente, obsequios... • Reflexión conjunta de las cualidades señaladas de cada miembro. <p>Cierre</p> <p>Se pondrá un video que lleva por nombre AMARSE A UNO MISMO.</p> <p>Mediante lluvia de ideas, intercambiarán ideas respecto a qué significa amar a uno mismo..</p>	<p>compañero.</p> <p>Reconocer la importancia de tener elevada su autoestima.</p>	
--	---	--

2º.Sesión

ACTIVIDAD	PROPÓSITO	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>A través de la dinámica la “telaraña”, cada uno de los adultos mayores por turnos, comentarán sobre el trato que les han dado sus familiares, en la etapa de vida que transitan y cómo resuelven si el trato no es el que esperan</p> <p>Se realizará una dinámica que lleva por nombre “Yo me llamo”. (ANEXO A2)</p> <p>Desarrollo</p> <p>Participan en el abrazo terapia donde se le dará a los adultos una breve explicación de qué es y ellos explicarán para qué imaginan que sirve la actividad</p> <p>Reconocerán que los abrazos son necesarios para nuestro bienestar tanto físico como emocional.</p> <p>Posteriormente se realizará una actividad llamada “Esto es un abrazo” ¿Un qué? (ANEXO A3)</p> <p><i>Abuelos como narradores</i></p> <p>Una experiencia especialmente enriquecedora para la relación abuelos-nietos la desempeña la narración de cuentos y leyendas.</p> <p>¿Cómo se hace?</p> <ul style="list-style-type: none"> • La persona mayor narra un cuento al niño o al 	<p>Que los adultos encuentren respuestas al trato de los familiares sin ver deteriorada su autoestima.</p> <p>Desarrollar vínculos afectivos transmitir tradiciones creatividad, desarrollo de afectividad niños sentirse atendidos capacidad de expresión verbal y no verbal.</p>	<p>Humanos</p> <p>Psicóloga</p> <p>Materiales</p> <p>pizarrón</p> <p>marcadores</p> <p>Proyector</p> <p>Laptop</p> <p>Reflexión</p> <p>Video</p>

<p>grupo de niños.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Debe ser breve y claro. • Interrogar a los participantes para ver si han comprendido. <p>Cierre</p> <p>Al término de la abrazo terapia y la actividad se le pedirá a los adultos que nos platiquen qué fue lo que sintieron al ser abrazados por sus compañeros.</p> <p>Preguntarles por qué es importante dar un abrazo.</p> <p>TAREA: los responsables entregaran citatorios para que asista un familiar del adulto mayor ya sea hijo nietos.... A la siguiente sesión</p>	<p>Favorecer las relaciones interpersonales entre las personas de la tercera edad, así como compartir.</p> <p>Expresar sentimientos y emociones que tengan un importante efecto e impacto su salud, y reconocer la importancia de dar y recibir afecto.</p>	
--	---	--

3º. Sesión

ACTIVIDAD	PROPÓSITO	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>Se dará la bienvenida a los adultos mayores y a los respectivos familiares.</p> <p>Explicaremos el motivo del por qué se les pidió que asistieran. Se dará una explicación del por qué es fundamental la participación de la familia en el autoestima de los adulto.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Como segunda actividad se les pedirá a los adultos que se sienten en compañía de su familiar, después se les proyectará un video llamado: "CUANDO SEA VIEJO CARTA DE UN PADRE A SU HIJO". (ANEXO A4)</p> <p><i>Cine</i></p> <p>Es un espacio de animación y comunicación que contribuye a mejorar la calidad de vida de los participantes.</p> <p>Se reparte guión, luego de poner la película, se debate sobre ella.</p> <p>Logros conseguidos:</p> <p>A través de la película "El hijo de la novia" se podría identificar la vejez como una etapa más de la vida con proyectos e ilusiones; concienciar a las personas mayores del disfrute de la vida.</p> <p>Cierre</p>	<p>Que la familia forme parte de las actividades en las que se apropien en ideas que ayuden a elevar la autoestima del adulto para que los valoren y apoyen ya que ellos serán una parte fundamental para desarrollar una autoestima positiva en el adulto.</p> <p>Promover el diálogo, la comunicación, la escucha, intercambio de experiencias, acceso a la cultura. Se podría animar y centrar el debate a través de diferentes preguntas, conocimiento del tema tratado; relaciones grupales; libre expresión de ideas, opiniones y sentimientos.</p>	<p>Humanos</p> <p>Psicóloga</p> <p>Materiales</p> <p>Papel amarillo</p> <p>Colores</p> <p>Reflexión</p> <p>Proyector Laptop</p> <p>Reflexión</p> <p>Video</p>

El adulto realizará un sol con ayuda de su familiar. (ANEXO A5)

Lo que se quiere lograr con esto es que al trabajar en equipo con su familiar establezcan una mejor relación.

Indicaciones para la próxima sesión: se les dirá a los adultos que en la próxima sesión vendrán estilistas que los peinarán y les cortarán el cabello a quien así lo deseen.

4º Sesión

ACTIVIDAD	PROPÓSITO	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>Se les dará la bienvenida a los adultos, y se presentará a los estilistas que asistieron.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Los adultos darán a conocer a los estilistas qué es lo que quieren que se les realice, como sólo un peinado o un corte de cabello.</p> <p>Esta actividad se realiza con el fin de que los adultos se sientan amados e importantes y más guapos de lo que son.</p> <p><i>Mensaje de la mano</i></p> <p>A través de su desarrollo se propicia el conocimiento de los componentes del grupo, con objeto de encontrar aspectos que se tengan en común.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se dibuja la silueta de la mano en papel en blanco.• En cada dedo se escribe una pregunta que dice el animador.• Cada miembro contesta por escrito.• Se leen las contestaciones.• Buscar a la persona que tiene más aspectos en común. <p>Cierre</p> <p>Al término de la actividad con los adultos se les pedirá que formen un círculo y se les prestará un espejo, se les preguntará cómo se sienten, cómo se ven, se lo dirán frente al espejo, de la misma forma.</p>	<p>Que comprendan los adultos que requieren de ser felices y tengan elevada su autoestima, para que desarrollen una mayor confianza en ellos mismos y así puedan transmitirla a los demás.</p> <p>Descubrir a los miembros del grupo suscitar comunicación expresar inquietudes, valores y sentimientos, desarrolla el conocimiento grupal; favorece la comunicación oral y escrita facilita el encuentro con los otros.</p> <p>Lograr una mayor participación en las actividades para trabajar en grupo, a través de empatía y de reconocer el grupo y hagan</p>	<p>Humanos</p> <p>Psicóloga</p> <p>Estilistas</p> <p>Materiales</p> <p>Papel mural</p> <p>Tijeras</p> <p>Espejos</p> <p>Resistol</p>

se dirán lo mucho que se aman y se valoran.
Elaboración de un periódico mural. (ANEXO A6)

manejo de su resiliencia.

Estrategia: Fortalece su autoestima y resiliencia

5º Sesión

ACTIVIDADES	PROPÓSITOS	RECURSOS
<p>Inicio: Bienvenida, presentar el encuadre del curso y establecer reglas: con la dinámica “Saludar con las diferentes partes del cuerpo”.</p> <p>Con la dinámica “Respuesta rápida” (ANEXO B2) Con la finalidad de rescatar los saberes previos de los participantes, se realiza la dinámica.</p> <p>Desarrollo: Ver un video “La salud y adultos mayores” Formar 5 equipos por afinidad, posteriormente elaboran un dibujo que represente el video y que después compartirán junto con el grupo, con la finalidad de que se familiaricen con el tema y comenten sobre el video y su contenido, y que a su vez compartan lo que saben y lo que aprendieron en el video.</p> <p><i>Los juegos de nuestra infancia</i></p> <p>Recuerdan los juegos de su infancia, como propiciaban el encuentro con la naturaleza, eran intergeneracionales o también entre amigos, vecinos... Se hayan enraizados en las costumbres y tradiciones anteriores que se transmitían de generación en generación.</p> <p>Al hacer renacer los estos juegos puede contribuir a recrear la cultura, así como a valorar la sociedad y el entorno en el que vivieron y afianzar la identidad del grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hacer una recopilación de los juegos que se practicaban. • Puesta en común y clasificación de los juegos. • Estudio comparativo de materiales, lugares, agrupamientos... <p>Cierre: Con la dinámica del “naufragio” (ANEXO B3) hacer una recapitulación de lo visto en esta sesión.</p> <p>Despedida e instrucciones</p>	<p>Adoptan mejores hábitos y comprenden los cambios en el proceso de envejecimiento, como auto cuidarse para prevenir enfermedades y sus complicaciones.</p> <p>Rescatan ideas relevantes sobre su relato de cómo superan sus problemas que han vivido.</p> <p>Recuperar y comparar tipos de juegos; mantener activa la mente.</p> <p>Logros conseguidos: conocimiento de diferentes juegos; intercambio de experiencias, ilusiones.</p>	<p>Humanos y tres</p> <p>Voluntarios LIES</p> <p>Medios</p> <p>Grabadora ritmo</p> <p>Música con rápido</p> <p>Computadora</p> <p>Cañón</p> <p>Auxiliares</p> <p>Hojas bon</p> <p>Plumones</p> <p>Maskitek</p>

Se les comenta que en la cuarta sesión presentarán un texto con ayuda de algún familiar, inventada por ellos donde se incluyan los conocimientos y experiencias de las enfrentadas durante su trayecto de vida.

Para la siguiente sesión se les dirá que traigan costales que se utilizan para empacar alimentos, hilos y agujas, para elaborar tapetes.

6º Sesión

ACTIVIDADES	PROPÓSITOS	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>Bienvenida: Mediante la Dinámica "Mar adentro mar afuera" (ANEXO B4), tendremos unos minutos para activación física y a su vez para recuperar elementos vistos en sesión anterior.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Se conformarán 10 equipos para elaborar los tapetes con los costales, el coordinador llevara imágenes sobre la salud del adulto mayor (ejercicio, alimentación sana, asistir al médico, convivencia con la familia, momentos de ocio, etc.). Aquí trabajaremos la colaboración, la creatividad, etc. Algunos dibujarán en el costal la imagen y otros irán bordando las orillas del costal y el contorno del dibujo, durante la elaboración de este tapete se estará reproduciendo música que estimula la inteligencia y la creatividad:</p> <p>Mozart - Luz de luna</p> <p>Los Beatles – She loves you</p> <p>Vivaldi – Las cuatro estaciones</p> <p>John Lennon – Imaine</p> <p>Cierre</p> <p>Con la dinámica "Los anteojos de la confianza". (En ANEXO B5 MOLDE PARA ANTEOJOS).</p> <p>Se plantea: "éstos son los anteojos de la desconfianza. Cuando llevo estos anteojos soy muy desconfiado. ¿Quiere alguien ponérselos y decir qué ve a través de ellos, qué piensa de nosotros?". En grupo, cada uno puede expresar cómo se ha sentido y qué ha visto a través de los anteojos, sobre todo que compartan como se han sentido y que piensan de las actividades</p>	<p>Muestran interés y proponen cambios en sus hábitos al cuidado de su salud, para mejorar su calidad de vida.</p> <p>Reconocen que la creatividad les ayuda a desarrollar habilidades y a reforzar su resiliencia.</p>	<p>Auxiliares</p> <p>Hilos</p> <p>Agujas</p> <p>Dibujos</p> <p>Tijeras</p> <p>Medios</p> <p>Grabadora</p> <p>Canciones para estimular la inteligencia y creatividad</p> <p>Anteojos elaborados con papel o cartón</p>

7º Sesión

ACTIVIDADES	PROPÓSITOS	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y activación física por medio de la dinámica “El pueblo manda” (ANEXO B6), para animar al grupo y contribuir a su concentración.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Con dinámica “La liga del saber” (ANEXO B7) que tiene por objetivo evaluar el conocimiento y manejo del tema trabajado.</p> <p>La siguiente actividad se refiere “Libro de su vida” sobre sus experiencias dramáticas vividas y cómo lo superaron.</p> <p>Permiten que cuenten sobre su vida de niño, de joven, de adulto y adulto mayor, lo bueno y malo vivido, la tragedia más fuerte o dolorosa vivida y cómo la supero.</p> <p>Situarse en el lugar del otro</p> <p>¿Qué es? Se trataría de ponerse en el lugar de una persona diferente por su color, problema físico, psíquico.</p> <p>¿Cómo se hace?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los participantes hacen una lista de situaciones sociales discriminatorias. • Se seleccionan las más frecuentes. • Se describen brevemente. • Uno de los participantes hace el papel de discriminado. • Se dialoga y se llega a conclusiones. <p>Cierre</p> <p>Con la dinámica “El PNI (Positivo, negativo e interesante”.</p> <p>Coinciden con sus experiencias o identifican las diferencias.</p>	<p>Comprenden los cambios en el proceso del envejecimiento y aceptar el proceso por el que están viviendo.</p> <p>Conocer diferentes situaciones; comprometerse a buscar soluciones, experimentar en la propia piel otras situaciones; tomar conciencia de la diversidad.</p> <p>Comparten cómo superan sus problemas de forma oral.</p> <p>Relatan experiencias dramática y cómo lograron superarlo.</p>	<p>Humanos</p> <p>Tres LIES</p> <p>Materiales</p> <p>Micrófono hecho con material reciclado.</p> <p>Lista de preguntas con el tema.</p> <p>Grabadora</p> <p>Música</p> <p>Hojas</p> <p>Lápices</p> <p>Borrador</p> <p>1 hoja y lápiz para cada participante</p>

8º. Sesión

ACTIVIDADES	PROPÓSITOS	RECURSOS
<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y activación física: con la dinámica “El correo” (ANEXO B8) para buscar la animación del grupo.</p>		

<p>Desarrollo</p> <p>Preparar a los adultos para la presentación de las canciones de los equipos.</p> <p>Presentar relatos de forma oral, de forma individual, 5 minutos aproximadamente. El coordinador hará la presentación de cada equipo dará a conocer el nombre de agrupación y el título de la canción.</p> <p>Con la dinámica “Esto me recuerda” (ANEXO Bg) tiene como objetivo animar al grupo y ayudar a su concentración.</p> <p>¿Qué es? Es una técnica de evaluación de una experiencia vivida. ¿Para qué sirve? Para que cada participante de un grupo exprese los aspectos positivos y negativos de la experiencia de las 4 sesiones. ¿Cómo se hace?</p> <p>1er. Momento: Se presenta a los participantes las siguientes interrogantes: ¿Cómo ha sido mi vida?, ¿qué me ha gustado de ella?, ¿Qué no me ha gustado?, ¿Qué hice mal?, ¿Qué hice bien?, ¿Cómo me sentí?, ¿Cómo he superado mis problemas? Escriben en el papel bond una idea de cómo superaron sus problemas.</p> <p>2do. Momento: Se formarán grupos de 4 a 6 integrantes. A nivel grupal, cada participante comentará las respuestas y, entre todos producirán una ficha que dé cuenta de los aspectos positivos y negativos de la experiencia vivida.</p> <p>3er. Momento: Cada grupo expondrá su producción y el capacitador dará su opinión respecto de la experiencia.</p> <p>Cierre</p> <p>Los adultos mayores reconocerán que han hecho uso de la resiliencia para superar los periodos más tristes o dolorosos en su vida.</p> <p>En un periódico mural, identificarán qué es la resiliencia y cómo hacen uso de ella.</p>	<p>Que los adultos mayores adquieran compromisos de cambio en sus hábitos de autocuidado.</p> <p>Comparten cómo han superado problemas vividos, tristezas y alegrías y como lo superaron lo identificarán como resiliencia.</p> <p>Reconocen que han utilizado la resiliencia, conocen su concepto.</p>	<p>Material.</p> <p>Micrófono elaborado con material reciclado.</p> <p>Grabadora</p> <p>Plumones</p> <p>Hoja bond</p>
--	---	---

4.4 Evaluación de las estrategias en el Club “Los Años Felices”, al fortalecer su resiliencia

Reconocemos que un proyecto de intervención, debe ser evaluado, para poder establecer los resultados obtenidos; corroborar si se alcanzaron los objetivos a partir de las actividades realizadas. Definido el proyecto como: “Un proceso de análisis crítico de todas las actividades y resultados del proyecto, con el objeto de determinar su pertinencia... el uso de recursos y el impacto que se haya logrado con los beneficiados”. (Van de Veldez, 2007:17)

Nos apoyamos en la investigación acción, metodología cualitativa que nos permitiera observar, problematizar, plantear estrategias, aplicarlas y evaluarlas.

La evaluación Socioeducativa permite la evaluación de acuerdo al momento y tiene como finalidad establecer si se obtuvieron los resultados esperados en la toma de decisiones, con una estructura precisa, verás y coherente, para que cumpla su objetivo primordial. Para entender mejor cómo evaluar un proyecto de intervención, iniciaremos con el concepto de lo que es la evaluación.

“una forma de obtener y proporcionar de manera válida y fiable, datos e información suficiente y relevante en que apoyar un juicio acerca del mérito y el valor de los diferentes componentes del programa, o de un conjunto de actividades específicas que se realizan, han realizado o realizarán, con el propósito de producir efectos y resultados concretos; comprobando la extensión y el grado de dichos logros se han dado, de tal forma, que sirva de base o guía para la toma de decisiones racional e inteligente entre cursos de acción, o para solucionar problemas y promover el conocimiento y comprensión de los factores asociados al éxito o al fracaso de sus resultados”(Ander-Egg, 1998:34).

A partir de la idea anterior, la evaluación del proyecto de intervención es conocer qué tanto el proyecto ha logrado cumplir sus objetivos o bien qué tanta capacidad poseería para cumplirlos. Si las estrategias y actividades estuvieron orientadas para lograr el objetivo: Promover en los adultos mayores la resiliencia,

mediante actividades de desarrollo físico, mental y emocional, y contribuir así con el logro de vivir en plenitud.

El proceso de evaluación se convirtió en un instrumento de mejora y de optimización de las acciones propuestas en cualquier estrategia de intervención socioeducativa, en sus prácticas y resultados, es importante mencionar que la evaluación, además de ser un instrumento de mejora, se concibe como un instrumento que contribuye a incrementar la validez y vigencia de los programas o servicios evaluados, permitiendo así mismo optimizar la utilización de los recursos para el logro de resultados e impacto esperado.

Como interventores rescatamos la evaluación mediante la realización de entrevistas, con la finalidad de evaluar al personal a cargo del club y a los integrantes de los mismos, para detectar algunas insuficiencias del proyecto, de esta manera poder presentar propuestas de mejora para desarrollar un proyecto más integral para los adultos. A continuación compartimos algunas estrategias para evaluar los resultados y alcances del proyecto, durante el inicio, proceso y final de la aplicación de las estrategias.

4.4.1 Los instrumentos utilizados en la aplicación de estrategias.

Archivo personal: es un instrumento dónde se archivaron los trabajos realizados por los adultos mayores al final de cada actividad.

Reflexiones individuales y grupales: al término de cada actividad se les pidió a los adultos mayores que hicieran un relato de su vida de niños, jóvenes, adultos, hasta llegar a adultos mayores. También que compartieran sus mejores y gratas experiencias y las más tristes y dolorosas que haya vivido, para después pasar a las preguntas ¿Cómo lograron superar esas tristezas?, ¿Qué hicieron para no sentirse derrotados?, ¿De qué manera lograron sobreponerse a alguna pérdida?, ¿Cuánto tiempo duró su nostalgia por la pérdida?, ¿Qué cambios han experimentado en el club de los años felices? ¿Cómo les ayuda a olvidar sus preocupaciones o problemas al convivir con sus otros?...

Observaciones.

- Actitud y aptitud positivas
- Desempeño en las actividades
- Participación individual y grupal
- Dificultades al realizar las actividades
- Problemas o habilidad para comunicarse

4.4.2 Resultados de la Estrategia de Intervención

Iniciamos la evaluación al aplicar instrumentos previamente diseñados, que nos permitieran tener un análisis sobre la aplicación de la estrategia de intervención, cuyo objetivo general era: promover un desarrollo pleno del adulto mayor, mediante actividades de desarrollo físico, mental y emocional, contribuyendo así con el logro de una vida plena para ellos.

Nuestra aspiración al implementar esta estrategia fue que los adultos mayores lograrán hacer mejor manejo de su resiliencia, sin olvidar que en cada uno de ellos existen diferencias que los caracterizan. Reconocemos que la Sociedad es un complejo entramado de personas que, a la vez que es producto de la interacción entre ellos, los produce, de esta interrelación surgen los valores, las creaciones materiales y simbólicas, las significaciones y sentidos del mundo y todo aquello que se engloba en el concepto de cultura, es lo que nos permite convivir y vivir adecuadamente dentro de una sociedad.

Iniciamos con nuestro proceso de autoevaluación en la que se plantearon las siguientes interrogantes a través de recuadros y nos permitieron evaluar nuestras actividades de la estrategia.

Fecha: Lugar:

¿Qué se hizo?

¿Para qué?

¿Quién / es?

¿Cómo?

Resultados

Observaciones

Pasamos a la coevaluación por parte del personal de DIF, quienes compartieron nuestras actividades de la estrategia, a través de preguntas referidas a la participación de los adultos mayores.

Fecha: Lugar:

¿Qué pasó?	
¿Quiénes lo hicieron?	
¿Para qué lo hicieron?	
Resultados	Positivos
	Negativos

Preguntas/ Observaciones
y compromisos

De igual forma delineamos una rúbrica para evaluar nuestro diseño de estrategia, de nuestras expresiones, actitudes y aptitudes, además del compromiso contraído con los adultos mayores para lograr fortalecer su resiliencia.

RÚBRICA DE EVALUACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS

Indicadores	Componentes evaluadores	Escalas				
Pertinencia	Hubo adecuación en los objetivos planteados para las estrategias.	1	2	3	4	5
	Se atendió a las necesidades de los adultos mayores.					
	Hubo pertinencia en cuanto a las actividades situadas al contexto de los adultos mayores.					
	Se llevaron a cabo en tiempo y forma las actividades.					
Calidad	Existió claridad en cuanto a los objetivos planteados.	1	2	3	4	5
	Existió coherencia en lo que se decía y se llevó a cabo					
	Había una adecuación entre los medios, materiales y espacio.					
Impacto	Hubo mayor interés y atención de los adultos mayores.	1	2	3	4	5
	Mejóro el ambiente de interacción entre los adultos mayores					
	Se logró un análisis y se propusieron metas de mejora.					
	Se logró un compromiso por parte de los adultos mayores para generar un bienestar social e individual.					

4.5 Evaluación del proceso de intervención

La evaluación, el seguimiento y el monitoreo se constituyen como un eje de todo proyecto, la información que se obtiene da la posibilidad de verificar sus supuestos, incide en la toma de decisiones y valorara su calidad, pertinencia y relevancia; además confirmar si fueron adecuadas las experiencias.

Ciertamente la evaluación, como uno de los elementos del desarrollo de programas o proyectos sociales, pasa por una discusión entre los involucrados de un proyecto, sobre la pertinencia de las estrategias, de las técnicas e instrumentos que se adoptan, sobre quiénes participan y los momentos en que se realiza.

En la evaluación del proceso de evaluación consideramos importante rescatar el proceso de construcción sobre el proyecto de desarrollo educativo, hacer una autoevaluación de la aplicación de los conocimientos que hemos adquirido a lo largo de nuestra formación académica y que hoy en día estamos llevando a la práctica gracias al servicio social y prácticas profesionales, es interesante poder rescatar esa experiencia mediante un análisis de nuestras fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas (FODA).

Durante muchos años se ha hecho énfasis en las diferencias de las personas jóvenes y adultas, dando primacía a la edad como factor fundamental de maduración que permite a los adultos a sobrevivir a partir de actuar de manera consecuente ante las exigencias del medio en el que viven, sin embargo, debemos considerar que existen además de la edad, otros factores de carácter social y cultural que determinan los significados que están íntimamente relacionados con las circunstancias de su vida, en la familia, en el trabajo y en la comunidad.

Toda acción de intervención se realiza dentro de un contexto, cualquiera que éste sea y conlleva una intencionalidad determinada que puede ser implícita o explícita; intencionalidad que orientan las expectativas a desarrollar en una planeación de estrategias, definir el punto de partida, así como lo que se pretende lograr, es decir, el punto de llegada que permitirá a los sujetos conservar su resiliencia como una forma de enfrentar desafíos.

Reconocemos que las estrategias aplicadas no fueron suficientes para cumplir los objetivos planteados, pero los tiempos en que podíamos convivir con ellos, no fueron suficientes, ya que los adultos mayores sólo acudían los días sábados, sin embargo consideramos que si cumplimos nuestras expectativas en cuanto a que comprendieran la importancia de conservar su autonomía, fortalecer su resiliencia y tomar conciencia de su ser social, frente a las nuevas realidades que vive con su familia y comunidad.

Durante la aplicación de la estrategia nos vimos envueltas en una serie de contratiempos entre los que podemos destacar que el tiempo suficiente dedicado a la aplicación de estrategias, nunca fue suficiente, más de una vez teníamos que dar prisa a las actividades para no complicarlas, o no terminar de manera brusca con la atención o concentración de los adultos, ante estos problemas siempre existieron fortalezas que nos ayudaron a subsanar las desventajas que se nos presentaron las cuales describiremos a continuación.

Como fortaleza dentro de la institución educativa (UPN) para desarrollar el Proyecto de Desarrollo Educativo, contábamos con los elementos teóricos-metodológicos mismos que pusimos en práctica, además de contar con el apoyo de nuestra asesora de PDE quien nos proporcionó elementos para enriquecer el trabajo y revisar el documento.

Otra fortaleza fue que todos los trabajos de proyectos de nuestra generación se socializaban durante las clases que llevamos en este último semestre y así reforzábamos los trabajos con ideas de todos.

La tolerancia, cordialidad y compromiso de las participantes en el PDE fue nuestra principal fortaleza y determinante en la construcción del PDE, pues en algunos momentos desfallecíamos y luego nos levantábamos más seguras, para continuar con nuestro compromiso contraídos al elegir ser interventor educativo.

En el DIF de Cardonal con el club de adultos mayores de INAPAM encontramos como fortaleza, el apoyo del personal a cargo del club para realizar nuestros trabajos de investigación, la aceptación por parte de los adultos mayores para poder socializar e integrarnos en sus actividades dentro del club, también que

la LIE Mónica Mendieta Biay sea vecina del municipio de Cardonal y conoce del contexto. Que la LIE María Luisa Ortiz Ramírez entienda y hable hñahñu fue un aspecto importante, al entablar conversación con los adultos mayores, y la LIE Anahi establecía una buena relación con los adultos mostrando así más confianza con ellos al escucharlos.

De las fortalezas encontradas en nuestro equipo de proyecto de LIES, es que nació el interés de trabajar y ayudar a los adultos mayores, esto dió paso a que todo fuera de una manera más sencilla para integrarnos y así poder obtener la información necesaria, y que las tres seamos personas comprometidas y responsables.

Como oportunidades encontramos que dentro de la Universidad Pedagógica Nacional cada profesor se interesó por resolver las dudas que se tenían durante la estructuración y los elementos que debería de contener el PDE, vimos como una oportunidad de avanzar en este proceso revisando el material impreso con el que cuenta la universidad.

Una de las oportunidades que nos favoreció integrarnos al “Club los Años Felices” fue que anteriormente habíamos visitado el lugar, logramos conversar con adultos mayores y desde ese momento se generó un vínculo de confianza, que nos permitió desarrollar nuestro servicio social, otra de las oportunidades fue que la directora general de DIF nos dió el apoyo y confianza en todas las actividades que realizamos, y el personal de DIF nos apoyó con la gestión, los oficios y también en la distribución necesaria de materiales.

El trabajo en trina ayudó a distribuir las actividades, para desarrollar las estrategias, para la redacción del PDE, nos ayudábamos para detectar errores, estar leyendo los trabajos juntas nos permitía mirar lo que las demás no veíamos.

Una de las debilidades que encontramos es que somos la segunda generación de la línea EPJA en la licenciatura de Intervención Educativa, por tanto hay carencia en el material bibliográfico para poder atender a las necesidades que como estudiantes se nos presente, una de las debilidades que más resalta es que existe mucha diferencia de ideas entorno a la estructura del PDE. En cada asesor

tiene una forma de construir el proyecto y eso hacía que nosotros nos confundiéramos.

En la institución, una de las debilidades que teníamos es que ninguna de las personas que estaban a cargo del “Club de los Años Felices”, contaba con una preparación para el trabajo con los adultos mayores, sin embargo siempre reconocimos su esfuerzo y empeño.

Una de las debilidades que vivimos en la construcción del PDE, fueron los problemas para redactar un documento, ya que dificultaba trasladar nuestras ideas en un escrito, en la redacción del PDE, no teníamos el tiempo suficiente para vernos y hacer la redacción en conjunto, más bien lo que hicimos fue repartirnos algunos temas para reunirnos y conjuntar ideas en las que se observaba falta de coherencia de un párrafo a otro, para ponernos de acuerdo, era emplear un tiempo más. Estos tiempos eran por el servicio social, prácticas profesionales y luego acudir a clases, así como no coincidir con el tiempo de nuestra tutora, hizo que aumentaran nuestros problemas.

Consideramos amenaza aquellas situaciones que provenían del entorno y que podían llegar a atentar incluso contra la permanencia del proyecto, reconocemos que al encontrar explicación sobre lo que ocurría con los adultos mayores al hacer uso de la resiliencia, nos presionó a buscar información suficiente sobre el término.

También nos preocupaba que los adultos mayores desertaran del club, otra amenaza fue que debido a que el clima es muy cambiante no se pudieran aplicar las actividades en las fechas establecidas debido a la inasistencia de los adultos mayores.

El desarrollo de nuestro proyecto de desarrollo educativo se inició en las prácticas profesionales y servicio social, en el “Club Los Años Felices” que se encuentra ubicado en el municipio de Cardonal. Este club se caracteriza por la asistencia de adultos mayores de 60 años en adelante donde se realizan diferentes actividades.

Nuestra primera impresión al llegar al club fue agradable, se apreciaba una atmósfera de buenas relaciones, todos los adultos mayores se veían felices y contentos, siempre atentos y cariñosos con las personas que iban a visitarlos. Se podía observar que las encargadas del grupo les gustaba y sabían lo que hacían; aunque las instalaciones no eran las más adecuadas.

Observamos también que algunas actividades eran improvisadas; no tenían un fin y mucho menos algo que pudiera beneficiar al adulto mayor, pero esto era superado ante motivación de los adultos, a ellos les gustaba lo que realizaban.

Dentro del club se observaba la diversidad de los adultos que dependían de diferentes factores como la familia, la sociedad, sus experiencias, ante lo que adquirimos el compromiso de mejorar el espacio que se les brindaba a los adultos mayores en beneficio de ellos, al implementar estrategias que fortalecieran su resiliencia como adulto mayor.

4. 5.1 Informe de la Estrategia de Intervención

Consideramos que las estrategias y actividades realizadas con los adultos mayores, nos permitieron reorientar algunas actividades, en función de las creencias de los propios adultos al apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, como fuentes de satisfacción y plenitud.

Sin duda en los adultos mayores prevalecían valores, actitudes, disposición de actuar en cualquier momento, como base para vivir en comunidad y relacionarse con las demás personas, mostrar alegría y contagiarse entre ellos, porque sin duda la alegría de vivir es la sensación interior que los hace ser capaces de remontar los momentos difíciles, aunque se sientan tristes, son alegría pueden ver el lado radiante y buscar lo bueno aunque tengan algunos obstáculos en su camino.

Comprendimos y observamos que los adultos viven su paz interior, su armonía, sí prevalece en ellos la resiliencia y la aceptación de la realidad que les ha tocado vivir; elevaron su autoestima al no permitir actitudes deprimentes o desesperanzadoras.

En este informe expondremos algunas reflexiones en torno a las estrategias aplicadas en el “Club de los Años Felices” con los adultos de la tercera edad, sobre nuestra intervención, que inició con un análisis de la realidad, nos percatamos de cómo los adultos de la tercera edad hacían uso de su resiliencia para poder enfrentar problemáticas de su acontecer diario.

Queremos precisar que en el apartado metodológico de nuestro Proyecto de Desarrollo Educativo, nos apoyamos en la investigación acción, que se desarrolla siguiendo un espiral, el cual inicia con el diagnóstico, planificación, acción, observación, reflexión y evaluación.

En el informe no pretendemos agregar ni quitar nada, sino únicamente hacer notar que dimos nuestro mejor esfuerzo, aunque no hayamos cumplido en la totalidad nuestros objetivos. Reconocemos que la intervención socioeducativa tiene como finalidad transformar a las personas que son afectadas por una problemática y al mismo tiempo transformar su entorno social en el que se desenvuelven, pusimos en marcha lo establecido en la planificación, cuyos hallazgos los compartimos a través de un informe, entendido como: hacer referencia a una serie de operaciones cognitivas que el estudiante lleva a cabo para organizar, integrar y elaborar información que pueden entenderse como procesos o secuencias de actividades que sirven de base a la realización de tareas intelectuales y que se eligen con el propósito de facilitar la construcción, permanencia y transferencia de la información o conocimiento.

Para la construcción de nuestras estrategias fue necesario platicarlo con las encargadas del club, así mismo con la directora del DIF de Cardonal y los adultos mayores que participarían en ellas. Primeramente se realizó un encuadre de lo que se abordaría con los adultos mayores para que ellas estuvieran conscientes de los temas a tratar y de igual forma dieran opiniones críticas que pudieran mejorar o fortalecer las estrategias; solicitamos el apoyo de la psicóloga, quien aceptó amablemente.

Los resultados de la evaluación que hicimos de las estrategias aplicadas son las siguientes.

Todas las estrategias implementadas siempre se iniciaron con activación física, actividad que siempre les agradó, la primera estrategia se denominó “para conocerme no hay fronteras” “ámate y conócete”, se pretendía que los adultos mayores identificaran sus actitudes positivas, su afinidad y empatía, con los otros, realizaron cuestionarios, observaron videos e intercambiaran ideas respecto a lo que observaban, el video sirvió para orientar interrogantes ¿Qué entendieron del video? ¿Qué es la autoestima? ¿Por qué consideran que es importante la autoestima en su vida? ¿Creen que es importante conocer nuestros defectos y virtudes, por qué?... La estrategia estaba orientada a mejorar su autoestima, concluimos que la autoestima era “apreciar, amar, querer” y entonces los adultos se comenzaron a familiarizar con este concepto, reconocieron que están implícitas virtudes buenas y malas, aprender a respetarse y reconocerse.

Mediante las actividades, los adultos mayores, como narradores, hacen de ésta una experiencia especialmente enriquecedora para la relación abuelos-nietos, favoreció las relaciones interpersonales entre las personas de la tercera edad, así expresar sentimientos y emociones que tengan un importante efecto e impacto en su salud, y reconocer la importancia de dar y recibir afecto.

Otra actividad fue el cine, un espacio de animación y comunicación, que contribuye a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, les ayudó a promover el diálogo, la comunicación, la escucha, intercambio de experiencias, acceso a la cultura. Se podría animar y centrar el debate a través de diferentes preguntas, conocimiento del tema tratado relaciones grupales, fomentó la libre expresión de ideas, opiniones y sentimientos. El *Mensaje de la mano* propicio el conocimiento de los componentes del grupo, con objeto de encontrar aspectos que se tengan en común, les apoyó en descubrir a los miembros del grupo suscitar comunicación, expresar inquietudes, valores y sentimientos, desarrolla el conocimiento grupal; favoreció la comunicación oral y escrita, facilita el encuentro con los otros.

Con la actividad “Refuerzos positivos”, comprendieron que existen diferentes situaciones en la vida cotidiana que nos permiten reforzar la conducta

de los otros. Les ayudó a fomentar la autoestima y el autoconcepto, los valores positivos del compañero.

La actividad “abrazo terapia”, su propósito era transmitir protección, confianza, seguridad y amor, hubo algunos abrazos muy duraderos, otros de manera rápida, otros abrazos diciéndole algunas palabras al compañero, se dio la buena disposición de todos, no sólo de los adultos sino de los familiares y todos los que estábamos involucrados, nos compartieron que sintieron paz, amor, seguridad, cariño, emoción, se sintieron como en su hogar, bienestar, sintieron bonito, amistad, alegría, confianza, el corazón del compañero, afecto.

En la actividad de los estilistas, algunos aceptaron ser arreglados, corte de pelo, arreglarse las uñas, los y las adultas mayores se sintieron satisfechos con el cambio. En la estrategia “para conocerme no hay fronteras”, se llevó a cabo con familiares, algunos con mirada triste mencionaron que no les acompañaba nadie porque vivían solos, pero después de involucrarlos en las actividades les vimos sonreír.

En la actividad “Los juegos de nuestra infancia” los traslado a su infancia, de cómo propiciaban el encuentro con la naturaleza, eran intergeneracionales o también entre amigos, vecinos, se hayan enraizados en las costumbres y tradiciones anteriores que se transmitían de generación en generación, les ayudó a recuperar y comparar tipos de juegos, mantener activa la mente. Los logros conseguidos: fueron conocimiento de diferentes juegos; intercambio de experiencias, ilusiones, se orientó a abordar varias actividades, en la que no sólo se relacionaran con los demás sino que expresaran las formas en que son capaces de superar tristezas, problemas, despertar sus sentidos y motivación de vida. El video “hábitos saludables en el adulto mayor” donde mencionaba que debíamos de mantener contacto con otras personas, coincidieron con los consejos del video, los adultos se mostraban dispuestos ante la sesión.

La actividad *Situarse en el lugar del otro*, los orientó a tratar de ponerse en el lugar de una persona diferente por su color, problema físico, psíquico. Los llevó

a conocer diferentes situaciones comprometerse a buscar soluciones, experimentar en la propia piel otras situaciones; tomar conciencia de la diversidad.

Para concluir la evaluación, los adultos mayores comentaron que les agradó estar en el " Club de los Años Felices", consideran que logran comunicarse entre ellos sin problema; se tienen confianza; que desconocían que existía la resiliencia y descubrieron que ellos hacen uso de ella para resolver sus problemas, ya podían explicar el término y la importancia de seguir fortaleciéndola.

Vertieron su opinión sobre los participantes de DIF así como las LIES; les gustó hacer actividades que les ayudaron a mejorar sus relaciones y a dominar sus emociones, a través de la resiliencia.

El haber desarrollado nuestras estrategias de intervención, al fortalecer la resiliencia de los adultos mayores nos dejó aprendizajes académicos y humanos, durante nuestra formación como interventores educativos en el campo de la EPJA comprendimos que para realizar nuestro proyecto socioeducativo era imprescindible poner en juego nuestras habilidades adquiridas.

Cada una de nosotras se lleva experiencias gratificantes al trabajar con los adultos mayores; nuestro esfuerzo se vió coronado al mirarlos alegres, gustosos a pesar de estar sólo, o sentirse abandonados, nos ayudó como interventoras a transformar la realidad.

Considerar que el punto de partida y de llegada en un proceso de formación y desarrollo social es la multiplicidad de prácticas socioeducativas que se realizan y que éstas se convierten en objeto de análisis por lo tanto de mejoramiento continuo de transformación, reconocer que la diversidad de personas de diferentes contextos, y convivir con ellos fue nuestra fuente de enriquecimiento personal.

La verdadera alegría es la que nace del corazón, de profundas motivaciones, se manifiesta más por un estado de constante placidez, fácil sonrisa y buen humor que por la carcajada fácil, miedosa, superficial y momentánea.

La infalible sonrisa nace siempre de la bondad de nuestras acciones y de nuestras intenciones, hacer el bien cada día a aquellos con quienes convivimos o con quien nos encontramos genera constantemente en nosotros gran satisfacción interior que siempre se traduce en verdadera alegría de vivir.

CONSIDERACIONES FINALES

La posibilidad que nos dieron las personas de la tercera edad, primero, fue convivir con ellos, y luego, permitirnos aplicar nuestras estrategias, sin duda nos dejaron experiencias gratificantes y vislumbrar que ser interventor nos ayudó a transformar la realidad a través de responsabilidad y compromiso.

Hemos comprendido que en nuestra formación como interventores en el campo de la EPJA, y para implementar un Proyecto Socioeducativo, es necesario poner en juego las competencias adquiridas en las áreas de intervención, pero también nos consideramos competentes para diseñar proyectos de acuerdo a las necesidades de los adultos mayores y lograr para ellos una mejor calidad de vida.

La orientación en el adulto mayor constituye en nuestros días un proceso de gran importancia, con ella pueden lograrse un mejor estilo de vida en las personas mayores, donde exista un adecuado autocuidado, esperanzas, conocimiento real de sus potencialidades, de sus valores y hasta dónde puede llegar con el trabajo socioeducativo tratar con otros seres humanos capaces, inteligentes, con conocimientos de su cotidianidad y que merecen respeto sincero; no son objeto de conocimiento, sino sujetos de acción conjunta.

En México y el Estado de Hidalgo, el tema de la vejez sigue en segundo término, existen muy pocos proyectos dedicados en su atención, para fomentar su calidad de vida, así como para generar una cultura de envejecimiento y no explotan sus capacidades, experiencias y conocimientos.

Sin duda el envejecimiento es un proceso paulatino que como seremos humanos tenemos que aceptar y adaptarnos a él, como lo han hecho los adultos

mayores del “Club de los Años Felices”, y nuestra actividad como interventoras fue apoyarles desarrollando actividades que fortaleciera su resiliencia.

Nos queda claro que no es suficiente dar apoyos al adulto mayor sólo de forma asistencial o económica, se requería fortalecer sus conocimientos y experiencias de vida que fueron gratificantes. No se trataba sólo de desarrollar un tema, sino considerarlo como una meta en el proyecto de vida de las personas de la tercera edad, el trabajo socioeducativo fue un despliegue de acciones que buscaron una mejor calidad de vida para los adultos mayores.

Con base en los objetivos del proyecto de intervención, se decidió que las actividades deberían orientarse a lograr el mayor grado de integración social de las personas de la tercera edad, como considerarles útiles y activos, respetarles como personas con capacidades y habilidades, sin duda la confianza establecida les llevó a comprender la importancia de ser autónomos y sociales, reconocer a los adultos mayores como sujetos que tienen la habilidad de mejorar su autoestima, a tener mejor calidad de vida, a ser independientes y a generar un autocontrol de sus actividades.

Para finalizar nuestro Proyecto de Desarrollo Educativo, agradecemos la oportunidad que nos dieron las personas adultas, de conocerles, de convivir con ellos, de reconocer la habilidad que han tenido durante muchos años para hacer uso de su resiliencia y así enfrentar desafíos en la vida, eso es para nosotras una lección de vida.

BIBLIOGRAFÍA

Ángel, A. (2003) Resiliencia: ¿Cómo enfrentar la desventura y el infortunio?.

Ander-Egg, E. y Aguilar, M.J. (1998). Cómo elaborar un proyecto. Guía para diseñar proyectos sociales y culturales. Buenos Aires: Lumen/Humanitas, 14ª edición.

Ambriz, Jiménez María Guadalupe (2008) Resiliencia y vejez Univ. Autónoma de Madrid, Fac. de Psicología, Psicología Clínica y la Salud.

ANUIES. Programa Estatal de Adultos mayores 2005-2011

Arcillas Alejandro. (2002) Licenciatura en intervención educativa, México UPN.

Arteaga, Basurto y Monserrat González El Diagnóstico. 1987:55.

Bandura, (1999), Resiliencia: la esencia de la transformación frente a la adversidad. Informe realizado por Elena Lara Molina, Cecilia Martínez Fernández, Mª Paola Pandolfi Price, Karin Penroz Celis y P. Fernando Díaz (Concepción, Noviembre del 2000).

Barquera Humberto. "La investigación Participativa como una alternativa de investigación científica" En: Antología Investigación acción.

Bassedas, Eulalia (1991) "Diagnostico psicopedagógico", En: Antología Diagnostico Socioeducativo.

Bizquera Rafael. "Características de la investigación acción". En: Antología Investigación Acción.

Bunge, Mario, Investigación científica, España, Ariel, 1985:195

Campero Carmen (2000) "El campo de la educación de las personas jóvenes y adultas: avances y retos". en Caminemos juntos, trabajos y proyectos de la red en educación de personas jóvenes y adultas. Ed, UPN, México el Siglo XXI. México.

Cárdenas Mendoza Ezequiel (2009) Guía metodológica para la elaboración de la propuesta de intervención educativa. Unidad 163 de la Universidad Pedagógica Nacional.

Casas, F. (2001) Bienestar social. Una introducción psicosociológica. Barcelona: 1996:97 Trilla. De profesión: educador/a social. Barcelona: Paidós.

Castro, Barron, Guillermina Laura. "La Diversidad Cultural". En: cultura e identidad.

Cicchetti y Rogosch, (2000) Resiliencia: la esencia de la transformación frente a la adversidad. Informe realizado por Elena Lara Molina, Cecilia Martínez Fernández, M^a Paola Pandolfi Price, Karin Penroz Celis y P. Fernando Díaz.

Colom, Cañedas Antonio J. "Pedagogía Social e intervención socioeducativa". En: Antología Intervención socioeducativa.

CREFAL. Tercera edición. México. 1985:180

Elliot Jhon., (1990) "Introducción ir hacia la gente". En: Antología elementos básicos de la investigación cualitativa.

Fredrikson, Tugade, Waugh y Larkin, (2003) Resiliencia: la esencia de la transformación frente a la adversidad. Informe realizado por Elena Lara Molina, Fernando Díaz .

García Córdoba Fernando, (2005) La problematización. Instituto superior de Ciencias de la Educación en el Estado de México.

García, José Carlos (2003) La vejez. El grito de los olvidados. México: Plaza y Valdez.

Gardner Howard. (1994) Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples. 2ed. México .

G. Vázquez (Ed.), (2001) Educación y calidad de vida. Madrid: Editorial Complutense.

Giddens, Anthony (1997) "Cultura y Sociedad", En: Antología Problemas Sociales Contemporáneos.

Gloría Pérez Serrano Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED

Gomez, Cervantes Teresa (2003) "Diagnostico Socioeducativo" En: Antología Diagnostico Socioeducativo.

Hidalgo Guzmán, Juan Luis, (1997) Investigación educativa: una estrategia constructivista, México, Castellanos editores.

Howard Gardner. (1994) Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples. 2 ed. México .

INAPAM, (2011) Conoce INAPAM. Obtenido de CONOCE INEGI, CUENTAME INEGI,

INAPAM (2002) Educación Súper Modelos de atención gerontológica.

Infante, F.(2005) La Resiliencia como proceso: una revisión de la literatura reciente. En A. Melillo & E. Suárez. Resiliencia descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires: Paidós.

Jiménez, M. G. (2008) Resiliencia y vejez. Informes Portal Mayores.

Latapi Victoria “El INEA los retos de la educación de adultos en México” En: Ámbitos y áreas de intervención de la EPJA.

Lazarus y Folkman, (1984), Resiliencia: la esencia de la transformación frente a la adversidad. Informe realizado por M^a Paola Pandolfi Price, Karin Penroz Celis y P. Fernando Díaz.

Lemieux A (1987) Los programas universitarios para mayores. Enseñanza e investigación. IMSERSO, Madrid.

López de Ceballos. (1987) Un método para la investigación acción participante, Ed popular Madrid.

Mabel Munist. (1998) Manual de la promoción e identificación de la resiliencia, Organización Panamericana de la Salud.

Matus, Carlos. En: Estrategia y plan.(1998).

Mercado Garza Ario. “Manual de técnicas para estudiantes de ciencias sociales” En: Antología Seminario de titulación

Méndez, T. (1995) Curso de mitología griega. Apuntes de clases. Vivir en plenitud .

Melillo, A.; Soriano, R.; Méndez, A. y Pinto, P.(2004) “Salud comunitaria, salud mental y resiliencia”, en “Resiliencia y subjetividad - Los ciclos de la vida” prensa.

Miklos Tomás. “conceptualización: introducción al estudio del futuro”. En: planeación y evaluación institucional.

Molina, Ma. Lorena y Romero, Ma. Cristina. modelos de intervención asistencial, socioeducativo y terapéutico en trabajo social. Editorial de la Universidad de Costa Rica. San José, Costa, Rica (2001:91).

Negrete Arteaga Teresa de Jesús. La intervención educativa un campo emergente en México.

Pérez Serrano Gloria (2005) Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Revista de Educación, núm. 336 .

Ríos, G. (2000) Resiliencia infantil andina en contextos de violencia política y pobreza extrema. Lima: Ceprodep.

Rodríguez Velazco Ana María, (2006) Lineamientos generales de la prácticas profesionales en la línea de formación específica, de la formación de personas jóvenes y adultas (EPJA) Unidad 31- A UPN, México.

Rovere Mario Planificación Estratégica en Recursos Humanos en Salud. Serie Desarrollo de Recursos Humanos, No. 96 OPS, OMS, (1993: 226).

Rutter, Michael. (1993) La "Resiliencia": Consideraciones Conceptuales. Journal of adolescent Health. Vol 14, N° 8, Society for Adolescent Medicine, New York.

Sánchez Caro J., y Ramos, F. (1985) La vejez y sus mitos. Barcelona.Salvat Editores, S.A.

Salvarezza, L. (1998) Teoría y clínica. México, Bib. Psic. Profunda.

Sáez, J.(1997) La tercera edad. Animación sociocultural. Madrid: Dykinson.

Saéz N, y Vega J.L. (1989) Acción socioeducativa en la tercera edad. Barcelona: CEAC.

Schutter, Antón de Investigación participativa: Una opción. Metodológica para la Educación de Adultos.

SEP. "Programa Nacional de Educación 2001-2006" En: Diferentes líneas de la UPN.

Silva, E .y Ávila F. (1998) Constructivismo y Aplicaciones en Educación. Fondo Editorial Tiot Toc. Serie Profesional Maracaibo Venezuela.

Tapia Elena "educación para la democracia y participación ciudadana" En: Ámbitos y áreas de intervención de la EPJA.

Taylor y Gollwitzer, (1995) Resiliencia: la esencia de la transformación frente a la adversidad. Informe realizado por Elena Lara Molina, Cecilia Martínez Fernández.

Trilla. De profesión: educador/a social. Barcelona: Paidós. 2001:117.

UNESCO (2010) Políticas públicas sobre la Educación Adulta en América Latina.

UNESCO. CREFAL-INEA-CEAAL. "El contexto latinoamericano e internacional de la educación de las personas jóvenes adultas". En: Antología Corrientes de la educación de las personas jóvenes y adultas.

UPN (2008) Programa de Reordenamiento de la Oferta Educativa de las Unidades UPN. Licenciatura en Intervención Educativa. UPN Ajusco .

UPN (2002) "Programa De Reordenamiento de la oferta educativa. De las unidades UPN. Asesoría del Proyecto Dirección de Unidades Versión sintética del Proyecto de Licenciatura en Intervención Educativa.

UPN- SEP. (1989) Normatividad Básica de los Servicios Escolares. Reglamento para la prestación del servicio social en la Universidad Pedagógica Nacional.

Van de Velde Herman, y Espinoza, (2007) Centro de Investigaciones, Capacitación y Acción Pedagógica. facultad Regional, Multidisciplinaria FAREM-Esteli UNAM- Managua .

Valenzuela Malú y Gómez Gallardo. Ámbitos y áreas de intervención de la educación de las personas jóvenes y adultas.

Wenger, E. (2001) Comunidades de práctica. Aprendizaje, significado e identidad. España, Paidós.

Williamson (2002) Resumen sobre la investigación-acción, en diferentes campos del conocimiento.

Documentos.

Consejo federal de educación. "Los sujetos". En: Educación permanente de jóvenes y adultos. México. (2009).

Comisión de Proyectos de Intervención del Consejo Académico. Marco Institucional para el desarrollo de la intervención social universitaria (ISU). ITESO. (2003).

Plan de desarrollo municipal del municipio de Cardonal 2012-2016.

Monografías del estado de Hidalgo, por parte del Instituto Hidalguense de la Cultura del

Gobierno del Estado de Hidalgo. Catálogo del Patrimonio Cultural del Estado de Hidalgo, 1992.

Monografía del Estado de Hidalgo, Instituto Hidalguense de la Cultura, tomo I, edición 1993.

Organización de Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), Las políticas nacionales de educación superior, 1997.

Organización Mundial de la Salud. (OMS) (2016).

Plan de desarrollo municipal del municipio de Cardonal 2012-2016.

Revista de Educación, núm. 336 (2005:18).

Entrevistas

Entrevista a adulto mayor Viviana Vega, Vithe Cardonal Hgo.2014.

Entrevista adulto mayor María Botho, El Vithe Cardonal Hgo. 2014

Entrevista a familiar de adulto mayor Lucia Cornejo, San Andres Daboxtha 2014

Entrevista Auxiliar de DIF.

Entrevista a familiar del adulto mayor Hilaria Ramírez, El buena Cardonal Hgo. 2014

Entrevista a Familiar de adulto mayor Lucia

Entrevista informal a Lic. Fátima del Muro Hernández, subdirectora de DIF. 2015

Entrevista semiestructurada Sr. Julio Doñu, El Deca Cardonal Hgo.2014

Entrevista a Elizabeth Ángeles Cardón, responsable del Club de los años felices

Entrevista Prof. Negrete Sánchez Isabel Modesta. Directora del Sistema DIF

Entrevista informal a LTS. Godínez Trejo Anamalinali. Trabajadora social del sistema DIF Cardonal Hidalgo.

Entrevista informal a la Sra. Lupita Zongua, La Vega Cardonal Hgo. 2014

Entrevista informal a Secretaria de Entrevista informal al Sr. Virgilio Perez, San Antonio Sabanillas Cardonal Hgo. 2014

Entrevista informal a Elizabeth Ángeles Cardón, responsable del Club de los años felices.2015

Entrevista informal Sr. Luis Peña Roque. Biólogo DIF Cardonal Hgo. 2015

Relato del Sr. Luis, integrante del club de los años felices.

Anexos

ANEXO A1

Me llamo... y quiero ofrecerles mí...

El grupo se deberá sentar en círculo sin dejar espacios vacíos, el hilo lo tiene el interventor y se lo da a uno de los adultos del grupo sujetando el extremo, justo antes de darlo dice en voz alta: “Me llamo..... y quiero ofrecerles mi..... (Una cualidad personal positiva)”.

Quien recibe el hilo dice su nombre y una cualidad positiva que quiere ofrecer al grupo.

Cuando termina da el hilo a otra persona sujetando el hilo de manera que quede más o menos tenso (sin que llegue a tocar el suelo), cuando todos hayan recibido el hilo quedará formada una estrella de tantas puntas como participantes.

Es importante tener en cuenta que:

- a) No se puede dar el hilo ni a los dos de la derecha ni a los dos de la izquierda.
- b) Hay que tener agilidad, no hay que pararse a pensar profundamente cuál de nuestras numerosas cualidades ofrecemos al grupo, sino cualquiera que imaginemos que pueda resultar valiosa para los demás y para el grupo.
- c) Si algún adulto se queda bloqueada a la hora de decir una cualidad suya, se puede invitar a otro del grupo que lo conozca, que la diga.



ANEXO A2

Yo me llamo...

Se pondrá de pie el grupo formando un círculo

El primer participante se le dará una pelota con un marcador comenzará diciendo yo me llamo... (Mencionando algún estado de ánimo).

Ejemplo: yo me llamo alegría y dibujará una cara, ya sea de felicidad, tristeza, emoción, miedo etcétera.

Posteriormente lanzará la pelota a otro de su compañero y realizará la misma acción dibujará en la pelota una carita según el estado de ánimo que él mencione.

Se realizará lo mismo sucesivamente por cada uno de los participantes hasta que la pelota pase por todos.

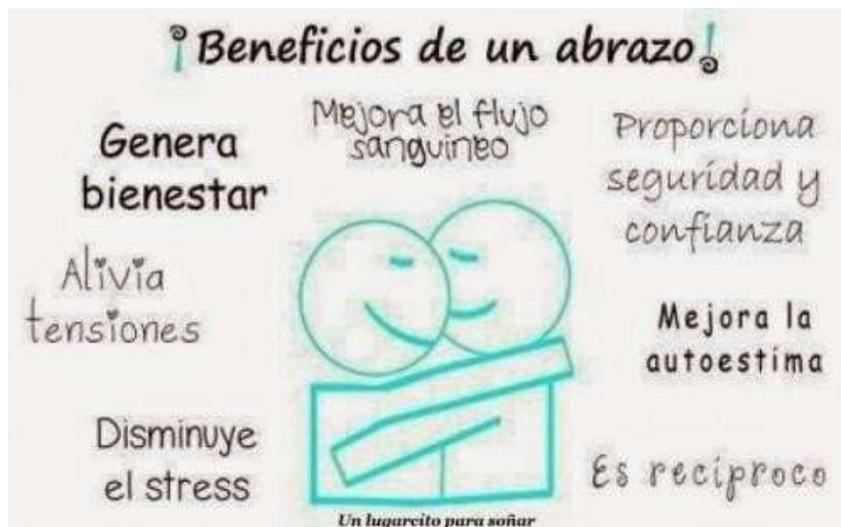


ANEXO A3

Abrazo terapia

En círculo, de pie, el encargado de llevar a cabo la actividad ofrecerá un abrazo a la persona de su izquierda diciendo “Me llamo Ana y esto es un abrazo”, la otra persona responde “un qué” y repetirá “Me llamo Ana y esto es un abrazo”. La persona que recibe el abrazo a su vez le dirá y ofrecerá a la persona de su izquierda lo mismo “Me llamo Sandra y esto es un abrazo”, a lo que la otra contestará “un qué”, “un abrazo”, y así sucesivamente hasta que todos nos hallamos abrazado mutuamente, fundiéndonos todos juntos en un abrazo final. Variante: En círculo una persona empieza el abrazo dándoselo al otro, éste a su vez se lo pasa a la siguiente y así sucesivamente hasta completar todo el círculo.

Para finalizar con ayuda donde los participantes se les pedirán que den ideas sobre lo que es un abrazo que se irán anotando en el pizarrón para construir una definición grupal propia posteriormente se dibujará un oso y dentro de él se escribirán sus ideas.



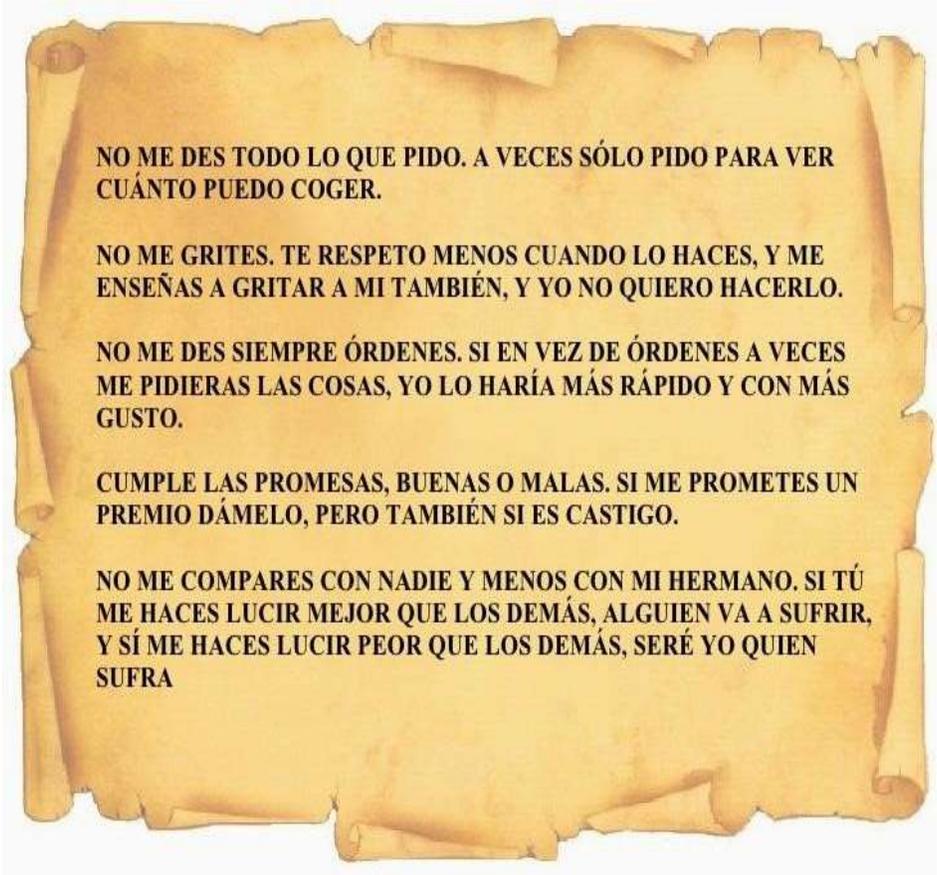
ANEXOS A4

Cuando sea viejo carta de un padre a su hijo.

Se les pide que se sienten de esta manera para que el adulto se sienta acompañado de alguien que lo quiere.

Al finalizar el video se le pedirá al familiar que reflexione sobre lo visto, se les pedirá que se sienten en círculo cada quien al lado de su familiar.

Se les pedirá que le den a conocer al adulto lo importante que es para ellos y se darán un abrazo y así sucesivamente hasta terminar el círculo.



NO ME DES TODO LO QUE PIDO. A VECES SÓLO PIDO PARA VER CUÁNTO PUEDO COGER.

NO ME GRITES. TE RESPETO MENOS CUANDO LO HACES, Y ME ENSEÑAS A GRITAR A MI TAMBIÉN, Y YO NO QUIERO HACERLO.

NO ME DES SIEMPRE ÓRDENES. SI EN VEZ DE ÓRDENES A VECES ME PIDIERAS LAS COSAS, YO LO HARÍA MÁS RÁPIDO Y CON MÁS GUSTO.

CUMPLE LAS PROMESAS, BUENAS O MALAS. SI ME PROMETES UN PREMIO DÁMELO, PERO TAMBIÉN SI ES CASTIGO.

NO ME COMPARES CON NADIE Y MENOS CON MI HERMANO. SI TÚ ME HACES LUCIR MEJOR QUE LOS DEMÁS, ALGUIEN VA A SUFRIR, Y SI ME HACES LUCIR PEOR QUE LOS DEMÁS, SERÉ YO QUIEN SUFRA

ANEXO A5

¡YO BRILLO! ¿Por qué?_____

Se realizará un sol hecho por el adulto y por su familiar que lo acompaña.

Cada uno de los encargados del grupo comenzarán repartiendo papel amarillo, plumines y colores a cada uno de los adultos mayores para que con ayuda de sus familiares realicen un sol creativo.

Al terminar su sol se les pedirá salir al aire libre y formar un círculo.

Cada familia comenzará mostrando sus soles uno por uno, hacia la derecha lo levantarán con sus manos y dirán ¡YO BRILLO! ¿Por qué?_____ y así sucesivamente hasta que pasen todos.

Se brindará un aplauso y darán a conocer tanto los familiares como los adultos lo que les pareció la actividad y para que les sirvió.



ANEXO A6

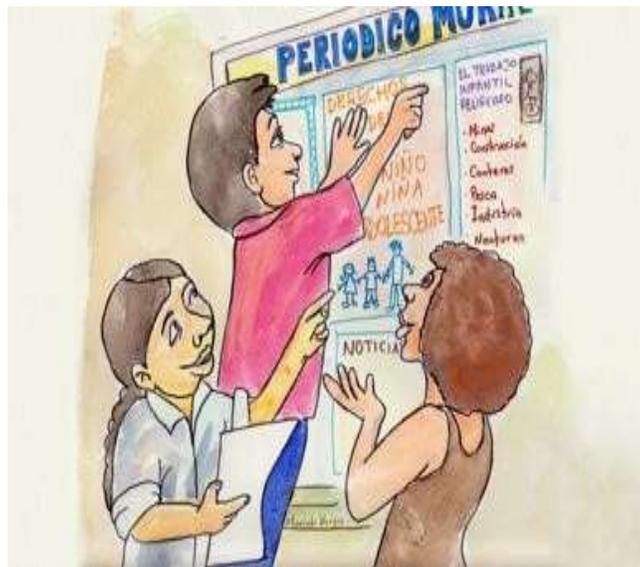
Al término de la actividad se realizará un periódico mural, se harán 4 grupos con el mismo número de integrantes.

Una vez en equipos cada uno de los adultos apoyará para la elaboración de su periódico.

Los encargados darán revistas para que recorten imágenes que expresen lo que ellos creen que es la autoestima, deberá haber un encargado por grupo para que así se observe un seguimiento y ayuda.

El periódico deberá ser creativo.

Una vez terminados cada equipo explicará su periódico mural y posteriormente se colocará en diferentes espacios que sean más concurridos en la comunidad para que la gente pueda apreciar el trabajo de los adultos.



ANEXO B1 Saludar con las diferentes partes del cuerpo

El interventor invita a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y pide que se miren frente a frente, se considerará tener una música de fondo.

Pide que se presenten con la mano y digan su nombre, que hace, que le gusta y qué no le gusta.

Inmediatamente el animador da la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque otra persona enfrente.

El interventor pide que se saluden dándose un abrazo y pregunten a la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar de nuevo y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, los hombros, etc.



ANEXO B2 Respuesta rápida

Todos forman un círculo, se reproduce la música, en lo que la música suena, ellos se van lanzando el balón a diferentes direcciones, cuando se ponga en pausa la música la persona que se quedó la pelota responderá a unas preguntas: ¿Qué es tener buena salud?, ¿Cómo podemos tener una buena salud?.



ANEXO B3 Naufragio

Con la finalidad de hacer una recapitulación:

El facilitador dice al grupo que están en una situación de naufragio y que deben formar botes salvavidas con algunas de estas características:

- Que no queden del mismo grupo o comunidad.
- Número de integrantes en el bote 10.
- Mixtos o sólo hombres y/o mujeres.
- Dentro del bote para sobrevivir deben cumplir algunas tareas:
 - Conocer qué actividad realizaron en el día.
 - Deben ponerle un nombre a su bote.

Al final, el interventor pide a cada bote que demuestre que cumplió sus tareas y decide si sobrevive o naufraga.



ANEXO B4

Mar adentro mar afuera

-El coordinador le pedirá a los miembros que se ponga de pie, pueden ubicarse en círculos o en una fila, en dependencia del espacio del salón y del número de participantes.

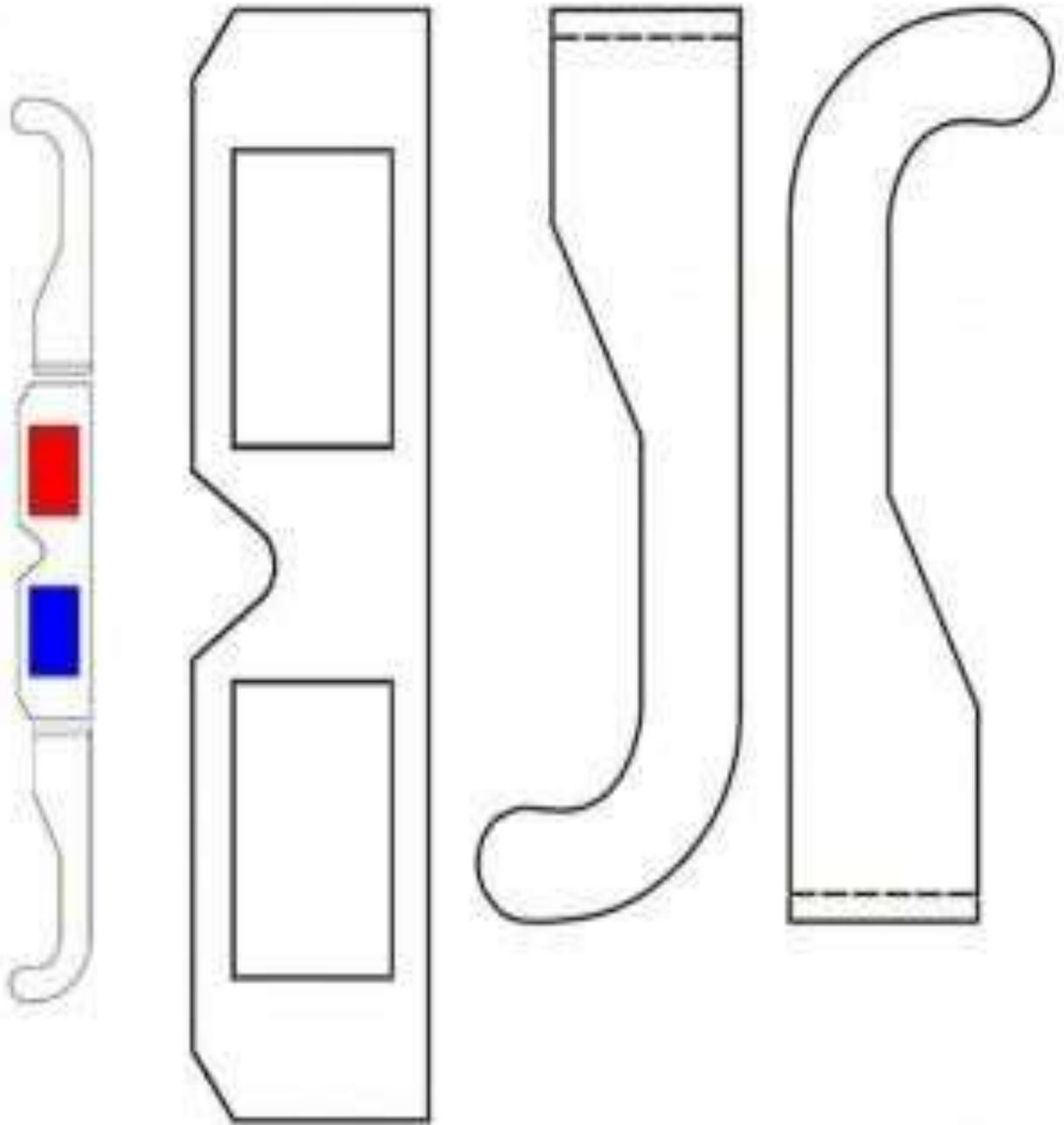
-Se marca una línea en el suelo que representará la orilla del mar. los participantes se ponen de tras de la línea.

-Cuando el coordinador le da la voz de "Mar adentro", todos dan un salto hacia delante sobre la raya. A la voz de "Mar afuera", todos dan salto hacia atrás de la raya.

-Las voces se darán de forma rápida; los que se equivocan salen del juego y comparten qué fue lo visto en la sesión pasada.



ANEXO B5
Molde para anteojos



ANEXO B6 El pueblo manda...

-El coordinador explica que se va a dar diferentes órdenes que, para que sean cumplidas, se debe haber dicho antes las siguiente consigna: "El pueblo manda", por ejemplo. "El pueblo manda se pongan de pie", sólo cuando diga la consigna la orden puede realizarse, se pierde si no se cumple la orden o cuando se obedece sin haber dicho previamente la consigna.

-Se pasa entonces a dar las distintas órdenes. De vez en cuando, el interventor incluirá órdenes con una consigna distinta; pero algo semejante a la real, por ejemplo, "El pueblo dice que se pongan de pie", las órdenes se darán lo más rápidamente posible para que el ejercicio sea ágil, las personas que no cumplan con la orden se les pregunta sobre lo que se requiere para tener una buena salud.



ANEXO B7 La liga del saber

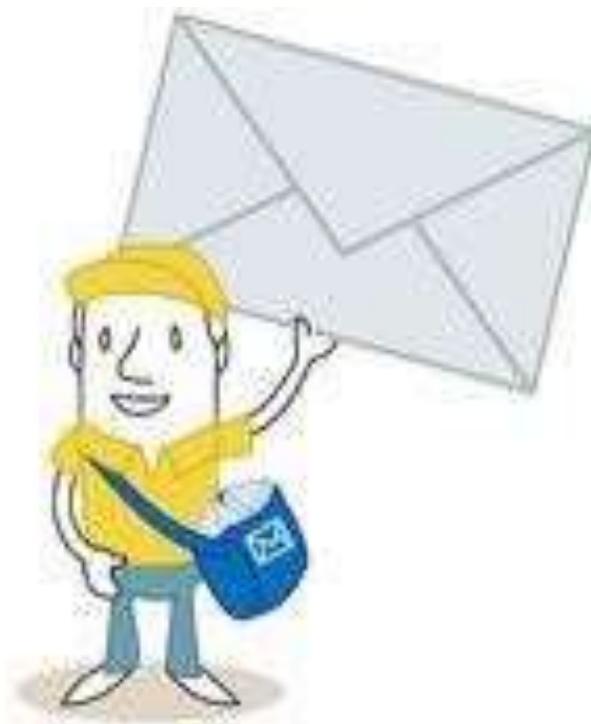
- Se forman 6 equipos según el número de participantes.
 - El facilitador prepara de antemano una serie de preguntas sobre el tema que se está tratando.
 - Se establece el orden de participación de los grupos, el equipo que responda a mayor número de preguntas correctamente es el que gana.
 - Inicia el coordinador con una de las preguntas que tiene elaborada, cada equipo tiene un tiempo límite para responder (de 1 a 3 minutos).
 - Cada equipo tiene un representante para cada pregunta, en caso que el representante no pueda responder, los miembros del equipo tienen la posibilidad de discutir entre sí para dar la respuesta dentro del límite de tiempo acordado con anterioridad.
 - Cada respuesta correcta significa dos puntos, cuando es contestada por el compañero que le correspondía por el equipo, y de un punto cuando es respondida en la segunda oportunidad por el equipo.
 - En caso que al equipo que le corresponda no conteste correctamente, cualquiera de los otros equipos que lo solicite primero, lo puede hacer, se gana un punto.
 - Las preguntas no deberán ser formuladas sobre la memorización de conceptos, sino presentar problemas o situaciones concretas, cuyas respuestas requieran de la aplicación correcta de los conceptos o conocimientos.
- El facilitador debe actuar como un animador de radio o televisión para darle más dinamismo a la técnica, debe estar muy atento para afirmar las respuestas correctas o para calificar una respuesta de incorrecta.



ANEXO B8

El correo

Se forma un círculo con todas las sillas, una para cada participante, menos uno quién se queda de pie parado en el centro del círculo e inicia el ejercicio, el participante del centro dice, por ejemplo, "traigo una carta para todos los compañeros que tiene bigotes todos los compañeros que tengan bigotes deben cambiar de sitio. El que está en el centro trata de ocupar una silla, el que se queda sin sitio pasa al centro y hace lo mismo, inventando una característica nueva, por ejemplo: "Traigo una carta para todos los que tienen zapatos negros", etcétera.



ANEXO B9

Esto me recuerda...

Esta dinámica consiste en que un participante recuerda alguna cosa en voz alta, el resto de los participantes manifiesta lo que a cada uno de ellos, eso les hace recordar espontáneamente. E

jemplo: "pensé en una gallina", otro "eso me recuerda...huevos", etc.

-Debe hacerse con rapidez. Si se tarda más de 4 segundos, da una prenda o sale del juego.

-Todos los participantes se sientan en círculo, uno de los participantes recuerda alguna cosa en voz alta.

-Comenzando por la derecha (O por la izquierda), el resto de los participantes manifiesta en voz alta lo que a cada uno de ellos eso le hace recordar espontáneamente referido a la presentación de las canciones.

-Quien tarde más de cuatro segundos en responder, elegirá una pareja para bailar por 30 segundos o sale del ejercicio, el coordinador debe asegurarse de que las instrucciones sean bien comprendidas por el grupo.



Logotipo del Club “Los Años Felices” dejando huellas y experiencia



Logotipo de INAPAM



Credencial del Club “Los Años Felices” dejando huellas y experiencia

	 CLUB DE ADULTOS MAYORES <i>"LOS AÑOS FELICES"</i>	 DIF CARDONAL 1972 - 2011	
DATOS DEL TUTOR:	NOMBRE: C. IRMA HERNÁNDEZ OLGUÍN.		
	TELÉFONO: CELULAR: 759 7270073 7721243980		
	PROFRA. ISABEL M. NEGRETE SÁNCHEZ. PDTA. Y DIR. DEL SMDIF CARDONAL, HGO.		
	Plaza Jesús Zenil S/N Cardonal, Hgo. 759 7270094 Ext. 115, email: dif_cardonal12-16@hotmail.com		
FOTO	LA PRESENTE ACREDITA A: JOSEFINA OLGUÍN TREJO.		
	COMO: MIEMBRO ACTIVO DEL CLUB.		
	DIRECCIÓN: C. 5 DE MAYO S/N COL. CENTRO MZA. 1 CARDONAL.		
Firma			











Entrevista a integrantes del Club de Adultos Mayores del municipio de Cardonal, "Club los Años Felices".

Nombre _____

Municipio y comunidad de procedencia _____

Edad _____

Fecha de nacimiento _____

Sexo: F _____ M _____

Estado civil: Soltero _____ Casado _____ Viudo _____ Divorciado _____

Ocupación: Jornalero _____ Hogar _____ Artesano _____ Otro _____

Vivienda: Propia _____ Rentada _____ Prestada _____ otro _____

1. ¿Habla alguna lengua materna?

Otomí _____ Náhuatl _____ Otra _____

2. Escolaridad:

Ninguna _____ Primaria _____ Secundaria _____ Bachillerato _____ Licenciatura _____
Otro _____

3. ¿Con quién vive?

Hijos _____ Nietos _____ Primos _____ Otros _____

4. ¿Padece alguna enfermedad? (Si) (No)

Diabetes _____ Hipertensión _____ Otro _____

5. ¿Quién depende económicamente de usted?

Hijos _____ Nietos _____ Esposa _____ Otro _____ 6.

¿Quién le apoya económicamente?

Hijos _____ Nietos _____ Esposa _____ Otro _____

7. ¿Describa los apoyos de las dependencias de los cuales es beneficiario de los siguientes aspectos?

DIF _____ 60 y más _____ INAPAM _____ Otros _____ Seguro popular _____ IMSS _____
ISSTE _____ Otro _____ sin hambre _____ Otro _____

8. ¿Cómo se enteró del programa “club de los años felices”?

Radio_____ invitación_____ vecinos_____ Amigos_____ Otro_____

9. ¿Qué tipo de beneficios recibe por parte del “club de los años felices”?

Salud_____ Económica_____ Alimentario_____ Otros_____

10. ¿Qué distancia existe entre su hogar y el club?

1km_____ 2km_____ 3km_____ otro_____

11. ¿Existe transporte para llegar al club? (Si) (No)

Combi_____ Autobús_____ otro_____

12. ¿Qué tiempo se lleva para llegar al club?

30min_____ 1hrs._____ 2hrs._____ Otro_____

13. ¿Qué piensa del club?

14. ¿Ha impactado su vida? ¿Por qué?

15. ¿Qué es lo que más le gusta del club?

16. ¿Qué actividades se le dificulta realizar?

17. ¿Cuánto tiempo lleva asistiendo al programa?

18. ¿Qué lo motiva a participar en el club?

19. ¿Qué más le gustaría que se hiciera para mejorar el club los años felices?

Problemáticas:

Sugerencias:



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL HIDALGO
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA



Entrevista a personal a cargo del Club de Adultos Mayores del municipio de Cardonal,
“Club los Años Felices”.

Nombre:

Lugar de procedencia:

Especialidad o carrera:

Cargo que tiene en la institución:

Antigüedad en el “Club los Años Felices”:

1. ¿Experiencia laboral en el trabajo con adultos mayores?
2. ¿Qué representa para usted un adulto mayor?
3. ¿Trabaja como voluntario o le dieron el cargo?
4. ¿Le gusta trabajar con los adultos mayores? Sí___ No___ ¿por qué?
5. ¿Qué experiencia agradable ha tenido en la participación “Club los Años Felices”?
6. ¿Qué experiencia desagradable ha tenido en la participación en el “Club los Años Felices”?
7. ¿Cree que el programa atiende correctamente las necesidades de los adultos mayores? Sí___ No___ ¿por qué?
8. ¿Qué problemas ha detectado en el club que requieran más atención?
9. ¿Qué sugerencias o cambios realizaría al programa?

Encuestas y Diario de campo

GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-REPOSICIÓN
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
EDUCACIÓN PARA JOVENES Y ADULTOS

Encuesta a personal a cargo del Club de Adultos Mayores del municipio de
Candamé, "Club los Años Felices".

Nombre: L. T. Torres Lugar de procedencia: Candamé, Hg.
Especialidad o carrera: Intervención Educativa
Cargo que tiene en la institución: Coordinador
Antecedente en el "Club los Años Felices": 3 años

- ¿En qué medida trabaja en el trabajo con adultos mayores?
 - Nunca
 - Poco
 - Bastante
 - Mucho
- ¿Qué importancia para usted le dan los adultos mayores?
 - No les da importancia
 - Les da importancia
- ¿Trabaja como voluntario o le dan el cargo?
 - Como voluntario
 - Como funcionario
- ¿Le gusta trabajar con los adultos mayores? Si/No, ¿por qué?
 - Sí
 - No
- ¿Qué experiencia educativa ha tenido en la participación en el "Club los Años Felices"?
 - No tiene experiencia
 - Tiene experiencia
- ¿Qué experiencia desagradable ha tenido en la participación en el "Club los Años Felices"?
 - Ninguna
 - Tiene experiencia
- ¿Cree que el programa atiende correctamente las necesidades de los adultos mayores? Si/No, ¿por qué?
 - Sí
 - No
- ¿Qué problema ha detectado en el club que requieren más atención?
 - Ninguno
 - Tiene problema
- ¿Qué experiencias o cambios realizaría al programa?
 - Ninguno
 - Tiene experiencia

GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-REPOSICIÓN
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA
EDUCACIÓN PARA JOVENES Y ADULTOS

Encuesta a integrantes del Club de Adultos Mayores del municipio de
Candamé, "Club los Años Felices".

Nombre: María Elena Lugar de procedencia: La Paz, Chihuahua
Carrera: Intervención Educativa
Cargo que tiene en la institución: Coordinador
Antecedente en el "Club los Años Felices": 12 años

- ¿En qué medida trabaja en el trabajo con adultos mayores?
 - Nunca
 - Poco
 - Bastante
 - Mucho
- ¿Qué importancia para usted le dan los adultos mayores?
 - No les da importancia
 - Les da importancia
- ¿Trabaja como voluntario o le dan el cargo?
 - Como voluntario
 - Como funcionario
- ¿Le gusta trabajar con los adultos mayores? Si/No, ¿por qué?
 - Sí
 - No
- ¿Qué experiencia educativa ha tenido en la participación en el "Club los Años Felices"?
 - No tiene experiencia
 - Tiene experiencia
- ¿Qué experiencia desagradable ha tenido en la participación en el "Club los Años Felices"?
 - Ninguna
 - Tiene experiencia
- ¿Cree que el programa atiende correctamente las necesidades de los adultos mayores? Si/No, ¿por qué?
 - Sí
 - No
- ¿Qué problema ha detectado en el club que requieren más atención?
 - Ninguno
 - Tiene problema
- ¿Qué experiencias o cambios realizaría al programa?
 - Ninguno
 - Tiene experiencia

Objetivos:
Realizar actividades que favorezcan la motivación y la confianza entre el grupo, realizar observaciones para el diagnóstico.

Actividades:
• Activación física.
• Dinámica "Solista en un momento del cuerpo" a cargo de (LIE).
• Rellenar dibujos con bolitas de colores y indicaciones y antigas de desechos.

Aula:
Junto con la LIE, Patricia y Marina comentamos sobre las actividades que se programaron para este día, los adultos mayores son puntuales llegan media hora antes de la sesión.

Inicio:
Son pocas actividades y programadas una que hay 3 personas de las cuales integran a las primeras actividades por el canto de los explícitos de objetivos, la colaboración a la integración, en sus comentarios nos dicen que les gusta

cuando porciones dinámicas y actividades que les ayuda a estar y sentirse bien (la actividad es buena).

Desarrollo:
Después de comentar que les gusta las actividades pero que les gustaría que se extendiera el tiempo de la sesión porque no les da tiempo de terminar con sus trabajos, así que hoy se repitieron los trabajos, comentarios y resultados.

• Terminar sus trabajos el próximo sábado.

• Hay que tener más trabajos para poder hacer más actividades que se requieren.

Cierre:
Después de los comentarios sin haber terminado están emocionados de haberse dado a conocer todo que nos ha pasado aquí que no van por el diagnóstico y comentarios para estar bien a los objetivos, porque ellos comentan que ya no se acordaban de un porque les gusta cantar y se gusta las actividades.