

PROYECTO DE INNOVACIÓN “JÓVENES-ADULTO MAYOR”

CONTRATO No. 078

**FORMACIÓN DE JÓVENES EN ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN, CUIDADO Y ASISTENCIA DEL
ADULTO MAYOR**

**INSTITUTO PARA LA INVESTIGACIÓN Y EL DESARROLLO PEDAGÓGICO IDEP Y FUNDACIÓN DE
EDUCACIÓN SUPERIOR NUEVA AMÉRICA**

IDEP/FESNA

TERCER INFORME DE AVANCE

INFORME FINAL

COORDINADOR

Luis Ernesto Vásquez Alape

Período del 10 de Noviembre al 19 de Diciembre

BOGOTÁ, COLOMBIA

II-2009

***En el momento ke menos
esperaba y de la forma más alokada
conseguí entender ke el mundo
está lleno de posibilidades ke la esperanza
es lo último ke se pierde y ke las
ilusiones llenan el corazón de fortalezas:::::::::::
a ustedes debo estas grandes
palabras ke me enseñaron grandez
cosas y me hicieron crecer
como persona ...***

*Angie Julieth
Estudiante del Diplomado Jóvenes Adulto Mayor
Comentario publicado en Facebook
Diciembre 2009*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
1. ANTECEDENTES.....	7
2. MARCO TEÓRICO.....	17
3. ESPECIFICACIONES.....	79
4. DESARROLLOS.....	80
5. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	105
CONCLUSIONES.....	121
RECOMENDACIONES.....	124
BIBLIOGRAFÍA.....	125
ANEXOS.....	132

INTRODUCCIÓN

"Nadie por ser joven vacile en filosofar ni por hallarse viejo de filosofar se fatigue. Pues nadie está demasiado adelantado ni retardado para lo que concierne a la salud de su alma.

El que dice que aún no le llegó la hora de filosofar o que ya le ha pasado es como quien dice que no se le presenta o que ya no hay tiempo para la felicidad.

De modo que deben filosofar tanto el joven como el viejo: el uno para que, envejeciendo, se rejuvenezca en bienes por el recuerdo agradecido de los pasados,

el otro para ser a un tiempo joven y maduro por su serenidad ante el futuro. Así pues, hay que meditar lo que produce la felicidad,

ya que cuando está presente lo tenemos todo y, cuando falta, todo lo hacemos por poseerla."

Epicuro: Carta a Meneceo

El proyecto “Jóvenes- Adulto Mayor”, en tanto a que corresponde al campo de la innovación pedagógica, ha garantizado, desde un enfoque investigativo, el inicio de un pensamiento crítico, reflexivo, argumentativo en relación con el compromiso que se debe asumir con el ser humano y con la constitución de su dignidad. Para ello propone un ambiente pedagógico cimentado en el horizonte de sentido de “formación Integral Compleja” cuya mirada apunta hacia la construcción de conocimiento inter y transdisciplinario para poder dar respuesta de manera responsable y pertinente a las exigencias de la multidimensionalidad humana.

La innovación se asume, como un nuevo campo de conocimiento que le brinda la posibilidad a los y a las jóvenes de nuestros colegios oficiales de descubrir e incursionar en “otras” espacios laborales en donde no se trabaja con la manipulación de objetos para producir resultados meramente cuantificables y económicos, sino, en donde lo que se requiere es una preparación férrea, primero que todo, para tener un encuentro desde y con “lo humano”, es decir, un proceso formativo que garantice la constitución de unas competencias laborales que propendan por la humanización del joven estudiante para que éste a su vez lo irradie en su compromiso con el adulto mayor con quien debe propiciar un encuentro de historias posibilitadoras del rescate de la condición humana y con éste su proyección y crecimiento.

De esta manera la competencia laboral no se comprende sólo desde el ámbito técnico-instrumental, sino que pasa por lo hermenéutico-histórico, hasta llegar a lo crítico emancipatorio, es decir hasta el interés por convertir el trabajo en un dispositivo que permita la resignificación de la historia desde el reconocimiento de los sujetos y la reconstitución de sus procesos de subjetividad, subjetivación y sentido. De esta manera la competencia laboral se convierte en un proceso en donde el joven, la joven que lo/la constituyen sacan de dentro de su cuerpo, su historia, lo mejor que tienen para plasmarlo en ese entorno de encuentro- re-encuentro con el adulto mayor para reconocerlo ,cuestionarlo y resignificarlo, a la vez que él mismo con-vive con este mismo proceso.

La competencia laboral se constituye en el entrecruzamiento de elementos experiencial/vivenciales con empírico/prácticos y teórico-conceptuales a partir de la reflexión crítico/argumentativa. Lo importante en el proceso formativo de esta innovación no lo constituyó la adquisición de herramientas instrumentales para poder “cuidar al adulto mayor” sino en la mirada histórico-comprensiva-interpretativa que los, las jóvenes inscritos en el programa y los profesores de sus colegios efectuaron sobre la realidad del adulto mayor como persona, como ser humano: ser corpóreo, sintiente, pensante, trascendente. Mirada histórica del “ahora” que comenzó con el aprender a escuchar lo que el adulto mayor tiene que decir a su familia, a la sociedad, la cultura, a sí mismo, a partir del contacto con ellos mismos. Lo crítico/emancipatorio se comienza a dar en la toma de conciencia que hacen los jóvenes y los maestros participantes de los colegios, de la presencia del adulto mayor en la espacio/territorialidad de lo cotidiano y, a través de este hallazgo, el descubrir-se a “sí mismos” como humanos.

Se dieron herramientas instrumentales al darles a conocer los aspectos fundamentales sobre el cuerpo y la corporeidad/(maneras como se constituye el cuerpo), sobre los protocolos que se deben seguir para el cuidado del adulto mayor a partir de aspectos básicos de la gerontología y la geriatría; se efectuó una reflexión histórico-hermenéutica, al ubicar a “ese” adulto mayor de los hogares en donde se llevó a cabo la práctica, como ser “viviente”, ser histórico, social, ético, político que le aporta a la vida de otros seres: hijos, nietos....instituciones...sociedad, cultura. A partir de este proceso histórico/hermenéutico se construyó un conocimiento comprensivo del

adulto mayor, que permite acercarse a un compromiso solidario, responsable, justo y, por lo tanto a “ser competente con lo humano”, interés y dimensión crítico/emancipatoria que garantiza afectividad/efectividad en el trabajo.

La preocupación y el constante movimiento entre la formación, la investigación y la construcción de un pensamiento y actitud de emprendimiento permitió conjugar lo instrumental con lo hermenéutico y lo emancipatorio para constituir un sujeto inquieto, que cree en sí mismo y en su capacidad para ser institución de si mismo y desde allí aportarse y aportarle a la sociedad. De esta manera al culminar este proyecto la mayoría de los/las jóvenes han manifestado que se sienten seguros (as) de poder responder como cuidadores, ya sea de manera individual (persona natural) o empresarial (persona jurídica).

Es grato para el equipo de trabajo dejar constituidas dos experiencias empresariales como fruto de este corto pero intenso proceso.

***LUIS ERNESTO VÁSQUEZ ALAPE
COORDINADOR DEL PROYECTO
JÓVENES-ADULTO MAYOR***

1. ANTECEDENTES

Objetivo del proyecto:

Desarrollar una innovación que forme jóvenes de la Educación Media como recreadores del adulto mayor, que les permita generar posibilidades de desempeño laboral y mejorar con ello su calidad de vida.

Duración original del proyecto:

Cinco (5) meses a partir de la aprobación de la garantía única de cumplimiento, previa expedición del registro presupuestal.

Investigadores, Equipos y Comités de Apoyo:

EQUIPO DE INNOVACIÓN

PROFESIONAL	ABSTRACT	PERFIL	FUNCIONES
Luis Ernesto Vásquez Alape	Magister en Educación PUJ, Licenciado en Filología y Letras, Filosofía, Teología. Especialista en Investigación en Ciencias Sociales. Especialista en Orientación educativa y Desarrollo Humano. Investigador en Ciencias Sociales y Humanas.	Tener las competencias y habilidades para: Mantener una relación continua y de coordinación con todo el equipo de apoyo. Controlar los procesos y reportar los avances del proyecto	*Coordinar las funciones y actividades desarrolladas por el equipo de trabajo para el cumplimiento de los objetivos del proyecto *Tomar decisiones respecto a los diferentes procesos y la metodología del proyecto, posibilitando la participación del grupo de trabajo *Relacionar y mantener comunicación constante durante la ejecución del proyecto

			<p>con los diferentes estamentos y entidades y vincular los cronogramas de proceso con los avances del mismo</p> <p>*Establecer y mantener las relaciones con la comunidad-entorno, con las autoridades institucionales y los equipos de apoyo.</p> <p>*Atender las necesidades de información de la comunidad, sobre los avances de la ejecución del proyecto</p> <p>*Solicitar informes de trabajo al grupo interdisciplinario y presentar informes periódicos sobre los avances del proyecto.</p>
Nancy Rocío Mora Ruiz	Magíster en planeación Urbana y Regional de la PUJ, trabajadora social de base de la universidad del Sinù. Experta en la planeación de instituciones y programas de educación superior y de desarrollo y proyección social con poblaciones excluidas.	<p>A nivel académico:Tener las competencias y habilidades para: Planear, ejecutar y evaluar procesos pedagógicos que: a) permitan comprender el ser y saber hacer en contextos.b) faciliten el conocimiento sobre la realidad del adulto mayor. Elaborar, diarios de campo, protocolos sistematización, informes y evaluar procesos verbales y escriturales</p> <p>A nivel operativo: Estará en capacidad de:Trabajar en grupo Coordinar y dirigir equipos de trabajo Manejar relaciones interpersonales e interinstitucionales.Gestionar y viabilizar la propuesta en los colegios y comunidades de adulto mayor escogidos con el equipo interdisciplinario.</p>	<p>*Planear, ejecutar y evaluar procesos pedagógicos, con los estudiantes de los grados 10 y 11, como seminarios, talleres y lo demás que le sean asignados por el coordinador general.*Realizar conferencias, seminarios talleres a estudiantes, docentes y padre de familias y demás miembros de la comunidad académica. *Elaborar diarios de campos, protocolos, sistematización, informes y evaluación de forma particular e interdisciplinaria en torno a las actividades y procesos planeados.*Elaborar artículos que den cuenta de la experiencia realizada. *Coordinar reuniones del equipo de trabajo.*Planear las estrategias de trabajo conjunto entre equipo de apoyo pedagógico y administrativo.*Dirigir los encuentros del equipo de apoyo profesional, los participantes, los adultos mayores y las organizaciones e</p>

			<p>instituciones vinculadas al proyecto.</p> <p>*Realizar contactos con diferentes entidades especializadas en Educación para el trabajo, igualmente que con aquellas especializadas en el tema del adulto mayor.*Estar en contacto permanente con las directivas y personas responsables de la propuesta.*Generar procesos de sensibilización que permitan a los participantes comprender la etapa de envejecimiento y los factores que la constituyen para poder intervenir sobre los mismos.</p>
Julieth Hernández Mosquera	Técnica en Enfermería, Estudiante de Gerontología Universidad San Buenaventura Sede Bogotá, Directora de Salud Integral GHYM, institución prestadora de servicios para el adulto mayor.	<p>A nivel académico:</p> <p>Tener las competencias y habilidades para:</p> <p>Planear, ejecutar y evaluar procesos pedagógicos que permitan cualificar las competencias del estudiante en relación con los procesos de envejecimiento que:</p> <p>a) permitan comprender el ser y saber hacer en contextos.b) faciliten el conocimiento sobre la realidad del adulto mayor. Elaborar, diarios de campos, protocolos sistematización, informes y evaluar procesos.Elaborar protocolos sobre de la reflexión grupal interdisciplinaria Evaluar los procesos realizados verbales y escriturales. A nivel operativo: Estará en capacidad de:Trabajar en grupo.Manejar relaciones interpersonales e interinstitucionales.Gestionar y viabilizar la</p>	<p>*Planear, ejecutar y evaluar procesos pedagógicos, con los estudiantes de los grados 10 y 11, como seminarios, talleres y lo demás que le sean asignados por el coordinador general.</p> <p>*Generar procesos de sensibilización que permitan a los participantes comprender la etapa de envejecimiento y los factores que la constituyen para poder intervenir sobre los mismos.</p> <p>*Realizar conferencias, seminarios talleres a estudiantes, docentes y padre de familias y demás miembros de la comunidad académica.</p> <p>*Elaborar diarios de campos, protocolos, sistematización, informes y evaluación de forma particular e interdisciplinaria en torno a</p>

		propuesta	<p>las actividades y procesos planeados.</p> <p>*Elaborar Artículos que den cuenta de la experiencia realizada.</p> <p>*Asistir a reuniones para coordinar acciones con el equipo de trabajo.</p> <p>*Planear las estrategias de trabajo conjunto entre el equipo de apoyo pedagógico.</p> <p>*Coordinar con los estudiantes los encuentros con los adultos mayores y las organizaciones e instituciones vinculadas al proyecto.</p> <p>*Realizar contactos con diferentes entidades especializadas en el tema del adulto mayor</p> <p>*Estar en contacto permanente con el coordinador del proyecto, la trabajadora social y el Licenciado en educación física para coordinar acciones.</p>
Luz Mireya Sarmiento Cruz	Licenciada en Educación Física Universidad Pedagógica Nacional, Candidata a Magister en Educación Corporal en la Universidad de la Plata.	A nivel académico:Tener las competencias y habilidades para: Planear, ejecutar y evaluar procesos pedagógicos que lleven al estudiantes adquirir las competencias sobre actividades físicas pertinentes para dinamizar al adulto mayor que:a) permitan comprender el ser y saber hacer en contextos.b) faciliten el conocimiento sobre la realidad del adulto mayor. Elaborar, diarios de campos,	*Planear, ejecutar y evaluar procesos pedagógicos, con los estudiantes de los grados 10 y 11, como seminarios, talleres y lo demás que le sean asignados por el coordinador general.*Generar procesos de sensibilización que permitan a los participantes comprender la etapa de envejecimiento y los factores que la constituyen para poder intervenir sobre los

		<p>protocolos sistematización, informes y evaluar procesos Elaborar protocolos sobre de la reflexión grupal interdisciplinariaEvaluar los procesos realizados verbales y escriturales</p> <p>A nivel operativo: Estará en capacidad de:Trabajar en grupo.Manejar relaciones interpersonales e interinstitucionales.Gestionar y viabilizar la propuesta</p>	<p>mismos.*Realizar conferencias, seminarios talleres a estudiantes, docentes y padre de familias y demás miembros de la comunidad académica. *Elaborar diarios de campos, protocolos, sistematización, informes y evaluación de forma particular e interdisciplinaria en torno a las actividades y procesos planeados. *Elaborar Artículos que den cuenta de la experiencia realizada. *Asistir a reuniones para coordinar acciones con el equipo de trabajo.*Planear las estrategias de trabajo conjunto entre el equipo de apoyo pedagógico.*Coordinar con los estudiantes los encuentros con los adultos mayores y las organizaciones e instituciones vinculadas al proyecto. *Realizar contactos con diferentes entidades especializadas en el tema del adulto mayor*Estar en contacto permanente con el coordinador del proyecto, la trabajadora social y el Licenciado en educación física para coordinar acciones.</p>
Gloria Johana Morales Osorio	<p>Estudiante de Licenciatura en Lengua Castellana, Inglés y Francés de la Universidad de la Salle, desarrolla procesos de Educación Popular y proyectos de Liderazgo Juvenil al interior de su institución educativa. Ha trabajado con proyectos de alcaldías locales a nivel escolar en la creación y producción de periódicos escolares y otras experiencias comunicativas comunitarias.</p>	<p>Tener las competencias y habilidades para: Desempeñarse crítica y creativamente para hacer manejos pertinentes de los procesos económicos y académicos que estructuran el proyecto.Manejar programas de Microsoft Office: Power Point, Excel, Word.Apoyo logístico para todas las actividades que requiere el proyecto Joven/Adulto Mayor.</p>	<p>*Apoyo administrativo, financiero, presupuestal y logístico para el programa de Joven – Adulto mayor.*Apoyo a los componentes presupuestales del proyecto.*Apoyar los procesos administrativos inherentes al programa.*Elaborar, digitar, administrar envío y recepción de la correspondencia necesaria para el desarrollo del proyecto.*Apoyar la logística y administrativamente la realización</p>

			<p>de eventos del proyecto.*Apoyar las presentaciones requeridas por el programa.*Apoyar los procesos de recolección, clasificación y actualización de información del programa*Verificar los trámites y procesos asignados al área de trabajo para que se realicen eficazmente hasta su culminación.*Controlar la ejecución presupuestal y mantener actualizada la información de la vigencia de las partidas presupuestales.*Revisar los cierres mensuales de cuentas del programa*Generar informes requeridos para la coordinación del proyecto.*Coordinar la preparación de agendas, elaboración de actas y seguimiento de las reuniones del programa.*Atender al público que demande información y en general servicio del programa conforme a criterios que imparta la coordinación.*Los demás informes que le sean encomendados relacionados con el área de trabajo.</p>
--	--	--	---

COMITÉ DE APOYO INTERNO: Equipo de Innovación y Directivas de la FESNA

COMITÉ DE APOYO INTERNO	
CARGO	PROFESIONAL
Asesor IDEP	Raúl Galvis
Coordinador Proyecto	Luis Ernesto Vásquez Alape
Rector Fundación de Educación Superior Nueva América	Gabriel Rodríguez
Subgerente COEDUCAR	Alirio Bustos
Secretaria General	Lorena Méndez
Producción Audiovisual	Camilo Rodríguez

COMITÉ DE APOYO EXTERNO:

INSTITUCIÓN	PROFESIONAL	ABSTRACT	FUNCIONES
Colegio Distrital Venecia	Silvia Rebeca Vega Riaño	Docente de Física y Matemáticas, Licenciada en Física de la Universidad Pedagógica Nacional. Especialista en gestión y evaluación curricular de la Universidad Externado de Colombia.	a) Hacer seguimiento, control y evaluación de los procesos seguidos por los estudiantes de grados 10° y 11° de su institución, en relación con el objeto del proyecto Jóvenes- Adulto Mayor, b) Proponer líneas de acción de acuerdo con las actividades programadas con los estudiantes, c) Elaborar un informe quincenal que dé cuenta de los procesos y resultados del programa en lo concerniente a la formación teórico-práctica de los estudiantes, d) Producir y presentar un informe final de su labor y los procesos de los estudiantes para el día cuatro (4) de diciembre de 2009
	Héctor Alfredo Rojas Sarmiento	Coordinador Académico y de Convivencia. Licenciado en Ciencias de la Educación (Electricidad y Electrónica) de la Universidad Pedagógica Nacional e Ingeniero Civil de la Universidad La Gran Colombia.	

	Jhonny Miguel Escobar Quiñones	Docente de Informática. Licenciado en Ciencias de la Educación de la Universidad del Quindío y Especializado en Informática para la gestión educativa de la Universidad Autónoma de Colombia
IED Rodrigo Lara Bonilla	Rodrigo Trujillo Céspedes	Docente de Ciencias Sociales. Licenciado en Ciencias Sociales en la Universidad Pedagógica Nacional y Especialista en Dirección y Administración de Centros Educativos de la Universidad de la Sabana.
	Gonzalo Rivera Fúquene	Coordinador de la Jornada Nocturna. Formado en la Universidad Distrital Francisco José de Caldas como Licenciado en Ciencias de la Educación Ciencias Sociales y Especialista en Gerencia de Instituciones Educativas de la Universidad del Tolima.

Lugar de prácticas:

INSTITUCIÓN DE PRÁCTICAS			
INSTITUCIÓN	REPRESENTANTE LEGAL	N. USUARIOS	N. FUNCIONARIOS
Hogar Gerontológico Mi Segundo Hogar Carrera 53 No. 43-17 Sur Teléfonos: 7283309-7102670	Gloria Moreno CC. 20698604 La Palma, Cundinamarca	19	Directora, Cocinera, Servicios Generales (Total: 3)

2. MARCO TEÓRICO

JOVEN-ADULTO MAYOR: UNA REFLEXIÓN DESDE LA FORMACIÓN INTEGRAL COMPLEJA

“Desgraciadamente todavía no existe una noología, ciencia consagrada a la esfera de lo imaginario, de los mitos, los dioses, las ideas, es decir, la noosfera. Nosotros alimentamos por nuestras creencias o nuestra fe los mitos o ideas que salen de nuestros espíritus, y esos mitos o ideas toman consistencia y poder. No sólo somos poseedores de ideas, sino que también estamos poseídos por ellas, capaces de morir o matar por una idea.

De este modo habría que poder ayudar a los espíritus adolescentes a moverse en la noosfera (mundo vivo, virtual e inmaterial constituido por informaciones, representaciones, conceptos, ideas, mitos, que disponen de una relativa autonomía aunque dependen de nuestros espíritus y de nuestra cultura): ayudarles a instaurar la convivialidad con sus ideas sin olvidar nunca mantenerlas en su papel mediador evitando que se identifiquen con lo real.

Las ideas no sólo son medios de comunicación con lo real, también pueden convertirse en medios de ocultación. El alumno debe saber que los hombres no matan sólo en la noche de sus pasiones sino también a la luz de sus racionalizaciones.”

EDGAR MORIN

Fundamentados en la reflexión crítica sobre la *dynamis* de los diferentes paradigmas en que se ha concebido el conocimiento y la ciencia (por ejemplo el paradigma simplista) se asume una mirada que le permita al joven inscrito en este proyecto comprender al adulto mayor desde una perspectiva crítica que lo conduzca a una construcción científica y filosófica de conocimiento del mismo a partir del paradigma de la complejidad que apunta a ser fiel con sus realidades, en la medida en que observa el entrecruzamiento de sus múltiples componentes y la forma como, de esta manera se va constituyendo. Asimismo, señala que dada la *complejidad* de la realidad del adulto mayor, la comprensión- explicación de la misma, no se puede reducir a un sólo punto de vista o una sola forma de representación (mítica – científica-filosófica), ni se puede polarizar en una sola dimensión de lo humano sino que debe ser comprendida y explicada desde su multiplicidad, su

polifonía, es decir desde la complejidad, imbricada en la diáspora de movimientos, procesos, sensaciones, acciones, reflexiones dados en la ebullición de su existencia, de su historia.

Edgar Morin plantea que “la complejidad es un tejido (complexus: lo que está tejido en conjunto) de constituyentes heterogéneos inseparablemente asociados: presenta la paradoja de lo uno y lo múltiple. Al mirar con más atención, la complejidad es, efectivamente, el tejido de eventos, acciones, interacciones, retroacciones, determinaciones, azares, que constituyen nuestro mundo fenoménico. Así es que la complejidad se presenta con los rasgos inquietantes de lo enredado, de lo inextricable, del desorden, la ambigüedad, la incertidumbre...De allí la necesidad, para el conocimiento, de poner orden en los fenómenos rechazando el desorden, de descartar lo incierto, es decir, de seleccionar los elementos de orden y de certidumbre, de quitar ambigüedad, clarificar, distinguir, jerarquizar...Pero tales operaciones necesarias para la inteligibilidad, corren el riesgo de producir ceguera si eliminan a los otros caracteres de lo complejo: efectivamente, como ya lo he indicado, nos han vuelto ciegos.” (Morin E. 1996. p. 48)

Con lo anteriormente afirmado, Edgar Morin, nos propone primero que todo, quitar todo estigma que tengamos y denigre la existencia del adulto mayor, en el sentido el reconocimiento del mismo tal y como es y no tal y como lo ha constituido un imaginario construido en una sociedad mercantil y de consumo en donde se considera al ser humano que no produce “cosas” tangibles, como un ser “desechable”, segundo, en el sentido del reconocimiento del humano como humano, del adulto mayor como persona y como humano, se debe enfatizar en una mirada “polifónica” e inter y transdisciplinar. No se puede tratar al adulto mayor desde un paradigma de lo simple, de la fragmentación, de lo unívoco...lo unidimensional.

El descubrimiento del adulto mayor y su reconocimiento por parte del joven inscrito en este programa debe ser una aventura que requiere de unas herramientas empírico/experienciales, teórico/conceptuales, espiritual/trascendentales que lo conduzcan a través de las veredas de su

vida alimentando la admiración, el asombro, la construcción del y sobre el significado y sentido de su vida para, de esta manera constituir un método que posibilite la constitución de una episteme como proceso de edificación constante en la relación con la persona aulto mayor. Esta vivencia lograda como proceso permite dejar de lado el pensamiento y paradigma simplista y reduccionista, a la vez que sugiere no quedarse en el:

- “Idealizar (creer que la realidad pueda reabsorberse en la idea , que sólo sea real lo inteligible),
- Racionalizar (querer encerrar la realidad en el orden y la coherencia de un sistema, prohibirle todo desbordamiento fuera del sistema, tener necesidad de justificar la existencia del mundo confiriéndole un certificado de racionalidad),
- Normalizar (es decir, eliminar lo extraño, lo irreductible, el misterio) .

Parto también con la necesidad de un principio de conocimiento que no sólo respete, sino que reconozca lo no-idealizable, lo no racionalizable, lo fuera de norma. Lo enorme. *Necesitamos un principio de conocimiento que no sólo respete, sino que revele el misterio de las cosas.*” (Morin, E. 1993. P. 35/36)

En la historia de la humanidad y de la construcción de conocimiento, sobre todo desde el comienzo de esa etapa histórica que hemos dado en llamar modernidad, el afán por explicar las múltiples y diversas realidades lo que ha hecho, precisamente es fragmentar al ser humano, sus creaciones y todo lo que lo rodea dejándolo desperdigado en territorios aislados como el físico, social, político, psicológico , científico, religioso, filosófico... y cerrado en enfoques de conocimiento tales como el dogmatismo, escepticismo, idealismo, subjetivismo, objetivismo, criticismo, pragmatismo, racionalismo, restando posibilidad a mirarlo y comprenderlo como un todo.

Para Morin, esta forma de pensar y hacer ciencia culmina en *la inteligencia ciega* que bajo la guía de los principios de disyunción, reducción y abstracción minimiza lo real y ve como imposible la conjunción de lo uno y lo múltiple del orden y del caos. , Morin propone, *“concebir al hombre como un concepto trinitario individuo-sociedad especie en el que no se pueda reducir o subordinar un término al*

otro.”¹⁸ Desde allí plantea la alianza, unificación entre el sujeto y el objeto configurando un sistema en donde la relación cognitiva es recíproca.

La realidad del adulto mayor es compleja y, precisamente por esto, no puede ser comprendida, y mucho menos explicada, ni por el pensamiento mítico ni por el pensamiento científico, ni por el pensamiento ingenuo de la sociedad de la apariencia, puesto que quedarse solamente en cualquiera de estas dimensiones llevaría a alimentar y a aplicar una lógica y un pensamiento simplistas.

A partir del pensamiento de Morin, en el campo del conocimiento, de su deconstrucción, re-construcción y construcción no existe una única verdad, siempre es posible mirar y explicar la realidad desde diversas perspectivas pues la realidad, mezcla manifiesta de orden y de caos, es compleja y, por lo mismo, no puede ser “enclaustrada” en una explicación denotativa y globalizante que de respuesta o razón de toda ella.

Fundamentados en lo anterior, es necesario estar alerta frente al paradigma simplista que se caracteriza grosso modo, por establecer mezclas de verdades, verdades a medias, reducciones, generalizaciones, analogías, metáforas, inclinación por lo rígido, axiomático, concreto, admonitorio, autoritario, jerarquizante, moralista, solemne y dogmático. Al querer establecer un acercamiento, desde el pensamiento complejo, a las verdades del Adulto Mayor es importante tener en cuenta:

- Reconocimiento de la complejidad e inexpugnabilidad del hombre de la naturaleza y de la sociedad.
- Rechazo de la magia o el mito y de la ciencia en cuanto intentos de explicación absolutista de la realidad (son explicaciones parciales)
- Rechazo de las falsas apariencias
- Aceptación de su mundo humano tal y como es (no como me gustaría que fuera)
- Aceptación de su existencia como ser humano con toda su complejidad, que implica la interacción de sus instintos, pasiones, sentimientos y razones.
- Ubicación de la ilusión y de la fantasía como realidades que no han desaparecido

¹⁸ Ibid. Pag 22

- Aceptación de una rebelión existencial y comprometida.
- Aceptación de un nihilismo tolerante y de un escepticismo paciente
- Defensa de la espontaneidad y de la individualidad del ser humano.
- Defensa de la pluralidad y de la heterogeneidad de la sociedad.
- Defensa del respeto como fórmula incomparable de convivencia humana
- Promulgación del derecho a la diferencia.

COMPETENCIA LABORAL PARA EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR

En el marco de esta propuesta, las competencias laborales se entienden como la construcción de significado y sentido para la vida, que coadyuva a acrecentar las capacidades y condiciones laborales, que le permitan a los jóvenes inscritos en el programa., trascender las exigencias de los requisitos propuestos por las instituciones tanto educativas en particular, como sociales en general. El horizonte de sentido se da en un entramado de formación integral compleja (Vásquez L 1998) creador de ambientes pedagógicos en donde se constituyen competencias complejamente entrecruzadas por el proyecto de vida, la competitividad y la productividad encaminadas a favorecer el reconocimiento de la condición humana y su potenciación en aras a construir dentro de la sociedad y la cultura entornos vitales en donde el ser humano sea más digno.

Los estudiantes de los Colegios Rodrigo Lara Bonilla y Distrital Venecia son jóvenes de bajos recursos económicos que comprenden los programas como el de “joven – adulto mayor” en el sentido de la ampliación de sus conocimientos en un arte u oficio, que brinda “alguna”, “otra”, posibilidad laboral; nuestra propuesta rebasa esta expectativa al ser concebida Ontológicamente como la creación de una espacio-temporalidad, territorialidad de reflexión crítica, en donde no sólo se adquieren herramientas teórico/conceptuales, si no en donde fundamentalmente, se vivencia un proceso hermenéutico que construye la comprensión del ser humano y de manera particular la del adulto

mayor como ser histórico con una tradición y un presente, con unas potencialidades y dinamicidades que le permiten SER y...ESTAR, aportar y transformar ...construir “un mundo” social y cultural, sobre el que, gracias a ellos, seguimos trasegando.

Esta mirada interpretativa/comprendida posibilita la constitución de acciones críticas/emancipatorias (Habermas 1981) en la medida en que coadyuvan a sentir, percibir, entender y razonar la realidad del “mundo de la vida”, de la vida cotidiana de una manera trascendente “humana demasiado humana”, llena de emociones, sensaciones, historias, sueños, ilusiones, fantasías, pensamientos, taras, normas y perversiones enmarcadas en dinámicas y relaciones de poder-saber y verdad impuestas por los mecanismos de lógicas liberales y neoliberales que han creado marañas en donde el sujeto (sujeto/niño., sujeto/adulto; sujeto/adulto-mayor) ha quedado atrapado en el mercado y el consumo; en la “era del vacío”(Lipovsky, G 2003), “El imperio de lo efímero”(Lipovsky, G 2004), “la felicidad paradójica” (Lipovsky 2006).

El hacer de un programa en competencias laborales de carácter humanístico como Jóvenes –Adulto mayor- debe responder no sólo a los criterios que se les exige como miembros activos y útiles de una sociedad, sino que además debe propender y pretender la búsqueda y construcción de jóvenes productivamente más dignificante en su ser consigo mismo, con el otro y el otro de forma tal que se visibilice las competencias de los jóvenes dentro del mercado laboral.

Articular esta propuesta de carácter humanista con las formaciones en competencias laborales de los jóvenes de estos dos colegios es para nosotros un reto considerable pues de lo que se trata es de dar a los jóvenes un programa cuyo enfoque teórico. conceptual y metodológico redunde más en una reconstrucción de imaginarios individuales que permitan coadyuvar a la construcción de la colectividad pues como bien lo dice el Ministerio de Educación en su serie No. 21 “Queremos estudiantes competentes que aprendan lo que tiene que aprender como personas, como miembros de la sociedad como seres útiles que aprenden con acierto sus proyectos de vida”. Por ello, el atender a una formación de carácter integral en donde de un lado podamos adentrarnos en procesos teórico conceptuales, práctico-metodológicos en torno a la realidad del adulto mayor y de el perfil de los jóvenes de las localidades de ciudad Bolívar y Tunjuelito hace que repensemos los diferentes enfoques de carácter epistemológico, ético, antropológico, biológico, psicológico, social, cultural, ético-

político, productivo laboral y educativo con los que históricamente se ha pensado la relación intergeneracional del joven con el adulto mayor.

Lo anterior, le exige a este proyecto afinar el método y con ello el proceso pedagógico de forma tal que el conocimiento validado en los estudiantes, la apuesta del equipo de innovación, el acompañamiento de los asesores de emprendimiento y el seguimiento de los docentes de cada uno de los colegios lleven a convertir el conocimiento adquirido y validado en un insumo de vital importancia a la hora de analizar la capacidad emprendedora de los jóvenes adscritos a este proyecto.

Constituir una competencia laboral desde la lógica de lo crítico emancipatorio implica involucrar diversos entes institucionales comenzando por la de la familia del joven emprendedor, al igual que a la empresa del sector servicios para que apoye y fortalezca el ser persona de estos jóvenes y con ello garantizar el hacer de los mismo con impacto empresarial en los contextos sociales y culturales tanto locales como regionales y nacionales y, por qué no internacionales.

Esta propuesta joven-adulto mayor le apuesta a construir competencias laborales que realmente permitan la articulación de el proyecto de vida de los jóvenes con el sistema educativo y el mundo productivo. Por ello, se cimienta en una propuesta formativa que potencie su conciencia histórica y desde ésta sus habilidades y destrezas para enfrentar los desafíos de la vida desde una óptica ética y política, dentro del mundo productivo en los actuales contextos.

El proyecto joven- adulto mayor, pensado desde, en y para el emprendimiento laboral a partir de una visión ética, política y prospectiva enmarcado en “la formación de jóvenes en actividad física, recreación y asistencia del adulto mayor”, enriquece de esta manera las competencias específicas a partir del estudio, el análisis y el diagnóstico de su contexto lo que nos permitió comprender que la oferta de la mano calificada de estos jóvenes sin la base cognitiva, social e histórica, de lo que significa ser emprendedor, sería dentro de las competencias laborales un proceso inacabado, por ello entendimos que era necesario, para el caso nuestro, darle las herramientas a los

jóvenes en competencias generales sobre cómo asumir su proyecto de vida y hacer de éste una fortaleza para enfrentarse a los procesos de competitividad y productividad a la que están llamados por ser sujetos y sujetos de derecho reconocidos constitucionalmente.

Las competencias específicas del proyecto están iluminadas por la concepción del trabajo como “la plasmación de lo mejor que se tiene dentro de sí para la transformación del mundo” a partir de esta conceptualización se consideran las habilidades y destrezas para el trabajo como medios, dispositivos que posibilitan la constitución de la dignidad humana y no como meras herramientas para la atención fría del adulto mayor.

Estas competencias generales y específicas toman cuerpo en la práctica de los jóvenes no solo en el hogar, sino en la apuesta que hacen de su proyecto de emprendimiento en donde el conocimiento, sus habilidades, destrezas y sobre todo la creatividad ayudan hacerle una apuesta a sus nuevos proyecto de vida “CEASIN y CUIDARTE EN CASA”

Estos grupos de emprendimiento entran al mercado entendiendo que la Investigación, la formación y la proyección son sus herramientas más próximas para enfrentarse al mundo de la competitividad y desarrollo empresarial.

EL ADULTO MAYOR – HACIA UNA CONCEPCIÓN COMPLEJA PARA SU CUIDADO-

Ante la imagen que los viejos nos proponen de nuestro futuro, somos incrédulos; una vez en nosotros murmura absurdamente que no nos ocurrirá. Antes de que nos caiga encima, la vejez es algo que sólo concierne a los demás. Así se puede comprender que la sociedad logre disuadirnos de ver en los viejos a nuestros semejantes. No sigamos trampeando, en el futuro que nos aguarda está en cuestión el sentido de nuestra vida; no sabemos quiénes somos si ignoramos lo que somos; reconozcámonos en ese viejo, en esa vieja. Así tiene que ser queremos asumir en su totalidad nuestra condición humana.

Simone de Beauvoir

El envejecimiento de la población del mundo se ha considerado como una de las características significativas del siglo XXI. Aunque en todas las épocas de la historia de la humanidad han existido personas particularmente longevas, en la actualidad tiende a aumentarse el número de quienes viven 6, 80 e inclusive 100 y más años. Así, el envejecimiento poblacional y la longevidad se consideran la revolución Demográfica (Naciones Unidas 1998). Donde se evidencian que los grandes cambios de la estructura poblacional, de modo que cada vez disminuye la tasa de natalidad y aumenta el número de personas mayores, que conlleva según Hagestad (1998) a la “desaparición de la pirámide poblacional”

De acuerdo con el director del Departamento Nacional de Estadística DANE, en el censo del 2005, en Colombia ha habido un descenso del crecimiento anual de la población, debido a la relativamente alta tasa de migraciones al exterior y a la baja tasa de natalidad. Al mismo tiempo se está dando una cada vez mayor incremento de la población de 60 años y más. Según proyecciones de CELADE (2002, p.48), entre los años 2020 y 2025, mientras el crecimiento de la población seguirá disminuyendo, la población de mayor de 60 años aumentara el 4%. Es decir, la población mayor crecerá casi cuatro veces más.

De ahí, para realizar una contextualización del envejecimiento humano específicamente de la vejez en la sociedad contemporánea, es necesario tener en cuenta algunos conceptos preliminares inicialmente se tiene en cuenta que el envejecimiento es un proceso natural de duración variable, homogéneo para cada especie, sobre el que influyen numerosos factores condicionantes, algunos propios del individuo (genéticos) y otros ambientales o circunstanciales. Este proceso es dependiente del tiempo y consiste en un progresivo incremento de la vulnerabilidad y la disminución de la viabilidad del organismo, asociados con una creciente dificultad en las posibilidades de adaptación y una mayor susceptibilidad de contraer enfermedades, lo que eventualmente conduce a la muerte (Ollari). De ahí, que la vejez es “es el estado de una persona que, por razón de su crecimiento en edad sufre una decadencia biológica de su organismo y un receso en su participación social” Laforest (1991). Y Persona Mayor, es aquella persona que cuenta con 60 años de edad o más (ONU, OPS). A criterio de los especialistas de los centros vida, una persona podrá ser clasificada dentro de este rango, siendo menor de 60 y mayor de 55, cuando sus condiciones de desgaste físico, vital y psicológico así lo determinen. (Ley 1276 de 2009). De la misma manera es importante conocer el significado que en esta edad tiene el Cuidador para la Persona Mayor. Los cuidadores son los que proporcionan la mayor cantidad de atención, son los directamente responsables del cuidado de las personas mayores; aquellos que realizan este cuidado de forma desinteresada (como los familiares) son llamados cuidadores informales, mientras que las personas que realizan este cuidado en el ejercicio de su profesión son llamadas cuidadores formales. Gómez, José Revisado (Nov2009) es un rol que supone un proceso que aún no ha sido bien definido, pero que influye sustancialmente en la forma en que posteriormente se prestan los cuidados. El cuidado puede comenzar de muy diversas maneras: por ejemplo, tras una enfermedad aguda y una hospitalización que requiere un periodo de convalecencia; también puede empezar tras un progresivo periodo de fragilidad física asociado a un envejecimiento biológico patológico (enfermedades degenerativas) que conlleva a la disminución de la funcionalidad y alto grado de dependencia que hace necesario permanentemente el cuidado por parte de otro miembro. De ahí, que la calidad de vida como un componente esencial para el bienestar subjetivo y objetivo de la persona mayor con o sin discapacidad es importante tener claro que la percepción individual de la propia posición en la vida dentro del contexto del sistema cultural y de valores en que se vive y en relación con sus objetivos, esperanzas, normas y preocupaciones. OMS (1994), son elementos fundamentales

que permiten desde la perspectiva individual sentir satisfacción vital o por el contrario sentir alto grado de inutilidad o pérdida.

Todo lo anterior se fundamenta desde el enfoque multidimensional de la gerontología como componentes esenciales para sustentar que El pensamiento complejo y la ecología humana, como conceptos que establecen el entendimiento del mundo físico, biológico, cultural en el que nos encontramos, es a nosotros mismos a quienes descubrimos y como comprendemos la cultura y el espacio. Morín (1970). Por ello a la gerontología le corresponde entonces liderar el trabajo en equipo que permita la atención y comprensión del envejecimiento y vejez con un enfoque integral y interdisciplinario, que posibilite el trabajo mancomunado de las diferentes disciplinas en pro de un objetivo común, que se dirija a la comprensión holística ecobiopsicosocial de la persona mayor, donde el trabajo en equipo sea innovador y humanizado y permita de esa manera tener una visión completa de la situación actual de la persona.

De ahí, la preocupación la situación de las personas mayores y sus necesidades reales, tales como: contar con un cuidado integral efectivo y la compañía en sus actividades básicas e instrumentales de la vida diaria; que incluya no sólo en si bienestar físico sino también, en la necesidad de un acompañamiento personalizado que permita potencializar el estado de salud, el crecimiento individual y familiar (Autonomía), la inclusión de estilos de vida saludables, (Satisfacción de necesidades) y espacios de ocupación del tiempo libre, promocionando la actividad física y ejercicio aeróbico como actividades deportivas y recreativas, que permitan el fortalecimiento de las redes de apoyo y participación social y mantenimiento físico funcional. Todo con el fin de satisfacer el acceso a servicios sociales, sanitarios y entornos físicos favorables.

Por ello la sociedad contemporánea en proceso de envejecimiento, que valora la juventud y la belleza física, como elementos fundamentales para su satisfacción vital, pero la vejez como un imaginario poco frecuente y tenido en cuenta en etapa de la adolescencia y juventud tiende a atribuirle mitos negativos como decrepitud, declive, enfermedad y muerte. Pues aun no se tiene en cuenta visiones positivas que transforme el imaginario como una etapa productiva, llena de sabiduría, que requiere de las relaciones intergeneracionales para evidenciarla como una etapa de ganancia, lo cual se hace necesario sensibilizar, motivar a adolescentes que transforme el imaginario de vejez, mediante

herramientas o instrumentos sólidos suministrados por profesionales de gerontología, actividad física y recreación, específicos para personas mayores, que permitan desarrollar competencias laborales donde los jóvenes de la sociedad contemporánea sean forjadores de emprendimiento y sensibilización a las demás etapas del ciclo vital empezando por su sistema familiar la importancia de conocer, relacionarse y cuidar de las personas mayores donde no solo se fomente un envejecimiento activo para los mayores, sino que de la misma manera se fomente un envejecimiento saludable para el ciclo vital donde se garantice envejecer con seguridad y dignidad, y plena calidad de vida.

Desde este punto de vista nace la obligación de preparar personas desde una formación integral que se ocupen del cuidado del adulto mayor, guiados desde las dimensiones epistemológica de la gerontología, biológica, social, cultural, política, ética y educativa; en la medida en que se fomente los valores de trabajar por el bien común de la sociedad, podremos rescatar los potenciales del saber y la experiencia.

DIMENSIÓN EPISTEMOLÓGICA

Una empresa científica, como respuesta a una preocupación colectiva, que se hace eco de una reflexión secular.

Laforest, Jaques

Para realizar una aproximación comprensiva de la persona mayor desde la gerontología, se entiende la epistemología como una teoría general del conocimiento (de naturaleza filosófica), que permite identificar a grandes rasgos la función de la gerontología como disciplina en constante transformación que para su implementación requiere del apoyo y trabajo en equipo de las ciencias sociales y naturales para comprender las dimensiones del ser humano desde una visión integral.

Por ello, definir el objeto de estudio de la gerontología, se convierte en un reto de gran interés para el Programa, pues permite concretar la reflexión permanente que de tiempo atrás se viene haciendo por parte de estudiantes, docentes y egresados, respecto a una ciencia en construcción, que por su desarrollo incipiente y novedoso, genera una comprensible crítica y discusión, propia del proceso de construcción del conocimiento, por la que han pasado otras ciencias en el devenir histórico de la humanidad.

La definición etimológica del concepto Gerontología, que proviene del griego Gerontos: anciano y Logos: Conocimiento o tratado, fue utilizado por primera vez en 1903 por Elie Metchikoff, quien lo definió como “estudio científico del proceso de envejecimiento” (Gómez, 2002). Considerando que aun no hay consenso unificado por gerontólogos y estudiosos sobre la gerontología, para concluir una definición exacta, se le ha permitido a la Gerontología estar permanentemente en su búsqueda, no obstante es de señalar que su saber específico es la visión integral del individuo y su proceso de envejecimiento, lo que justifica ubicarla en las ciencias sociales o naturales, que no limitan su ubicación en el contexto de lo social, pero que si lo complementan.

Los estudios en el ámbito de la comprensión de los procesos de envejecimiento y de la manera como estos son vistos en el contexto de las ciencias se han venido profundizando, en este sentido surge la Gerontología como una respuesta a las necesidades del hombre en su proceso de envejecimiento, se fundamenta, en las ciencias sociales y naturales, como la sociología, psicología y la biología: que integradas en el estudio científico y académico llevan a la composición teórica de la Gerontología como ciencia con su objeto en construcción (Universidad Católica del Oriente, 1993).

Con el concurso de otras disciplinas se da la formación académica cimentada en el sustento analítico y aplicado de la Interdisciplinariedad y la Transdisciplinariedad, si la Biología busca la prolongación de la vida y las ciencias sociales trabajan por la calidad de vida, el objeto de la Gerontología estará en generar calidad de vida para la prolongación de la misma. Así, entonces el desarrollo y progreso del conocimiento gerontológico se da en la interdisciplinariedad, toda la interacción biológica, psicológica y social es inseparable, en el sentido de que un área incide, afecta y apoya a la otra y esto lo debe estudiar, analizar, confrontar, proyectar la Gerontología, pero el quehacer profesional de la

Gerontología, va más allá de las líneas disciplinarias, para abarcar al hombre en la totalidad de un ser y no por partes que desintegran el todo, de allí el carácter holístico de su enfoque. “el campo académico de la Gerontología es joven. Incluye no una, sino un amplio grupo de ciencias, ya que el estudio del envejecimiento se ha convertido en una importante línea de investigación en un gran número de ciencias biológicas y sociales, desde la genética a las ciencias políticas” (Neugarten, 1999).

Precisando lo anterior se entiende a la Gerontología como una ciencia con su objeto en construcción, que estudia al hombre en su proceso de envejecimiento, desde la dimensión biológica, psíquica, social y espiritual-trascendente y de la vejez en particular. Se preocupa por este fenómeno durante todo el ciclo vital ya que en él influyen factores genéticos, ambientales, socioculturales y económicos, buscando propiciar una mejor calidad de vida.

Si la Gerontología estudia el proceso de envejecimiento del hombre, es importante precisar que dicho proceso es dado en forma universal e individual y es así como existen tantos modos de envejecer como individuos y como condiciones hay en el escenario de la población. En ese multicausal estudio que hace la Gerontología del envejecimiento humano, le interesan varios aspectos que tiene que ver con la Forma de Vida del grupo humano con el que trabaje, dentro de ello el conocimiento del Modo de vida (educación, estructura familiar y ocupación) de los estilos de vida (hábitos, uso del tiempo, contactos sociales, actividades sociales), condiciones de vida (medio ambiente, promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Políticas socio-sanitarias, acceso, uso y servicios socio-sanitarios, soporte legal) y nivel de vida (ingreso, vivienda, estrato socioeconómico) lo anterior en la búsqueda de una Calidad de Vida, en la perspectiva de un desarrollo humano integral, que día a día se hace más complejo y diferenciado según la óptica con que se mire y el contexto en el que nos ubicamos.

Como producto de ese estudio integral del envejecimiento se han definido unas áreas de la Gerontología, a saber: Psicología, Clínica o Geriátrica, Laboral, educativa (Gerogogia), Biológica y Social.

El proceso de construcción del conocimiento científico en la gerontología, se hace a partir de Método Científico, utilizando procedimientos tales como: La observación, la experimentación, la inducción, el análisis y la síntesis, la teorización y la generalización: apoyado en diferentes instrumentos: Pautas de observación, entrevistas, escalas, test, encuestas, historia gerontológica, modelos cuantitativos y etnográficos. “Las ciencias fácticas (entre las cuales estaría la Gerontología) buscan verificar sus asertos por observaciones de los sentidos, accesibles de un modo universal y en cualquier momento. En la Gerontología interactúan los métodos de las ciencias sociales y biológicas”. (Díaz, 2002).

Sin lugar a dudas el hecho social de mayor impacto en el siglo XXI, es el envejecimiento humano con profundas repercusiones en los aspectos demográficos, políticos, económicos, sociales y culturales, que requieren atención, investigación y comunicación en todas las sociedades y para todas las edades. Es un logro de la humanidad llegar a los actuales niveles de expectativa de vida en el mundo, razón por la cual la formación de profesionales que atiendan la problemática derivada de esta se justifica a nivel de pregrado en la medida en que se formen profesionales que están en capacidad de atender e investigar las características y las implicaciones del envejecimiento, en cada contexto y que adquieran las competencias que les permitan con rigor técnico. Científico, crear, organizar y administrar, programas y servicios orientados a la población mayor y envejeciente.

DIMENSIÓN ANTROPOLÓGICA

Si algún aspecto dramático tiene la vejez no consiste en ser viejo, sino en haber sido joven.

Oscar Wilde

A partir de la aproximación antropológica de la vejez se identifica en primera instancia que la antropológica estudia los llamados "ritos de paso" que son los diferentes momentos que separan una etapa de otra en el curso de la vida. La infancia superada accede a la pubertad o adolescencia, tanto de los hombres como de las mujeres, realizándose una serie de ceremonias, distintas según las diversas etnias y también según el sexo. Por ello una de las claves de la aproximación antropológica de acuerdo a la edad es su consideración como construcción cultural. Todos los individuos experimentan a lo largo de su vida un desarrollo fisiológico y mental determinado por su naturaleza, y todas las culturas compartimentan el curso de la biografía en períodos a los que atribuyen propiedades, lo que sirve para categorizar a los individuos y pautar su comportamiento en cada etapa. Pero las formas en que estos períodos, categorías y pautas se especifican culturalmente son muy variados (San Román, 1989:130). Desde esta perspectiva, la vejez conforma un importante colectivo, con valores culturales y propios, que en los últimos tiempos ha irrumpido y se ha ganado un espacio en el agregado de culturas o formas de vida que conforman nuestra sociedad. Posee su propia escala de valores y su ethos¹.

El desarrollo de estudios antropológicos sobre la vejez evidencia la igualdad con los de la juventud. En ambos casos hay interés original por el debate de la naturaleza y la cultura en la cual se desenvuelve y está en constante cambio, mediante la necesidad de desmontar los prejuicios etnocéntricos² que alimentan las generalizaciones abusivas de la ciencia social predominante en este campo: la psicología.

¹ *Ethos: conjunto de valores que indican las actuaciones correctas e incorrectas y el modo de alcanzar las finalidades propuestas por la cultura.*

² Es el acto de ver y analizar al mundo de acuerdo con los parámetros de la cultura propia

En ambos casos hay un esfuerzo por demostrar que el advenimiento de la modernidad ha ido en detrimento del estatus atribuido a jóvenes y a las personas mayores. Donde ambos casos en el desarrollo teórico ha seguido caminos paralelos (del particularismo histórico y el estructural-funcionalismo a la teoría crítica pasando por el marxismo estructural y las aproximaciones subculturales).

Por otra parte, Clark destaca mediante sus observación antropológicas el «vacío etnográfico» existente en torno al período de la vida que hay entre la vejez y la muerte es un tema constante en las numerosas revisiones realizadas en las últimas décadas (Keith, 1980). Clark señala que durante varios años el papel de las personas mayores en los estudios antropológicos se limitó al de servir de informantes privilegiados, depositarios del saber cultural a los investigadores de campo, pero invisibles en la etnografía³ en personas con unas características determinadas. Keith (1980) interpreta esta ausencia por la sorpresa que debía causar su elevado poder a los etnógrafos, que pese a su edad tendían a verlos como adultos sin tener en cuenta su edad cronológica, al menos hasta que la decrepitud física se hacía evidente. El tema central de las primeras aportaciones a la geroantropología sería, precisamente, el contraste entre el estatus prestigioso de las personas mayores en sociedades primitivas frente a los «estatus carentes de roles» que reciben en la sociedad contemporánea. Por ello en las últimas tendencias en los estudios sobre la vejez se sitúan la «gerontología crítica» y las corrientes interpretativas y hermenéuticas. Que realizan una discusión en relación a la visión homogeneizadora y pasiva de las personas mayores difundida por las teorías de la modernización, y de la subcultura, analizando las múltiples facetas que presenta la constante ambigüedad de su estatus y las visiones o mitos en relación a la vejez como una etapa negativa e improductiva del ciclo vital. Actualmente, se exploran nuevas formas de representar las comunidades de las personas mayores, ya sea renovando las argumentaciones textuales, o bien situándolas en contextos sociales. Ya que como se ha sustentado anteriormente el cambio de la estructura población y el aumento de la longevidad en la población ha conllevado a la vejez específicamente las personas mayores se tengan en cuenta como etapa importante y que requiere de atención, cuidados, recreación para lograr un bienestar íntegro.

³ Estudio directo de personas o grupos durante un cierto periodo de tiempo.

DIMENSIÓN BIOLÓGICA

Me siento mayor y al mismo tiempo creciendo como persona.

Carl Rogers

Desde el punto de vista de la gerontología, la dimensión biológica evidencia los cambios observados en el envejecimiento con frecuencia son debidos a errores biológicos no corregidos, cambios que producen alteraciones en la respuesta al estrés medioambiental, causando finalmente mal funcionamiento y mala adaptación. Que producen disminuciones en los distintos sistemas: biológicos del organismo: sistema sensorial (vista, oído, olfato y gusto, quinestesico), sistema óseo y muscular, sistema cardiovascular y respiratorio.

Diferentes factores afectan el mantenimiento de la salud y la buena calidad de vida en la vejez. Quizás los más obvios son los factores biológicos. La vejez está asociada con un incremento de la enfermedad crónica y en la presentación aguda de algunos problemas de salud que son una amenaza para la vida tales como los episodios cardiacos. La pregunta es qué tanto de este incremento es el resultado del proceso de vejez en sí mismo y que tanto es el resultado del estilo de vida o del desarrollo de enfermedades que no son necesariamente el resultado de la vejez.

Para realizar una contextualización más acorde con los cambios relacionados al envejecimiento normal en los diferentes sistemas a continuación presentare lo que planteado el Ministerio de Salud:

Piel: Degeneración de las fibras colágenas y elásticas, disminución de la grasa subcutánea(a causa de las arrugas), perdida de la pigmentación del cabello, aumento de fragilidad capilar (Purpura senil) y deterioro de los nervios periféricos (tendencia a las heridas en miembros superior e inferiores).

Ojos: disminución del diámetro pupilar, rigidez y opacidad del cristalino, disminución de secreciones de lagrimas (tendencia a infección secundaria y sequedad de los ojos) y cornea mas plana que favorece astigmatismo.

Oídos: Cambios en las células filiares; disminución de la flexibilidad del tímpano y de la cadena de huesecillos.

Sistema Nerviosos Central: Disminución del número de neuronas; disminución del tamaño de encéfalo y del flujo sanguíneo y consumo de oxígeno y glucosa.

Sistema Renal: Disminución de los glomérulos funcionales, esclerosis arterial.

Sistema Cardiovascular: Hipertrofia del corazón, arterosclerosis, insuficiencia de válvulas venosas.

Sistema Respiratorio: Cambios en la caja torácica.

Sistema Óseo y Articular: Disminución de la masa ósea, rigidez articular.

Sistema Muscular: atrofia Muscular, rigidez de los tendones.

Desde esta perspectiva se puede hablar de factores asociados al envejecimiento se habla de un envejecimiento normal y otros que no están asociados al hecho de envejecer de lo cual se habla de envejecimiento patológico.

Según lo dicho anteriormente, se evidencia la complejidad que exististe a la hora de definir el envejecimiento desde el punto de vista biológico, pero una aproximación a ello puede ser que el envejecimiento es visto como un proceso por el cual atraviesa todo ser humano, en donde ocurren acumulaciones progresivas de cambios, que están asociados intrínseca o extrínsecamente con el incremento de la susceptibilidad de enfermar o morir.

Al hablar de envejecimiento normal, se hace referencia a todo lo relacionado con los diferentes sistemas y órganos del cuerpo humano, siendo estos los cambios graduales y/ declives en la estructura del organismo, ocurridos por el transcurrir de los años y no a causa de procesos patológicos.

A diferencia del envejecimiento patológico o secundario, el cual se refiere a el daño y/o deterioro físico y mental, producido como consecuencia de enfermedades, estilos de vida, malos hábitos, etc., y, que evidentemente no forman parte del envejecimiento normal y que, en algunos casos pueden prevenirse y/o tratarse siendo patologías reversibles.

Por ello es importante destacar que si envejecer no es sinónimo de enfermedad, si lo es cambiar. Los cambios con la edad suponen disminuciones y pérdidas, pero estas no implican necesariamente dependencia o discapacidad, por el contrario permiten explorar o suplir otras habilidades necesarias para la edad.

DIMENSIÓN PSICOLÓGICA

No basta el ejercicio físico y la alimentación adecuada, tanto o más importante es la alegría de vivir.

Ander, Egg

En esta dimensión la gerontología busca estudiar los cambios que con la edad se producen en las distintas funciones psicológicas, tales como, atención, percepción, estado de ánimo, memoria remota y reciente, afectividad, personalidad, que permitan afrontar las crisis vitales o desajuste de distintas perspectivas.

Un importante aspecto a tener en cuenta es la influencia que ejerce el deterioro de ciertos sistemas orgánicos, como es el caso del sistema nervioso central o el sistema cardiovascular, en los cambios que se manifiestan a nivel psicológico en la vejez. Los déficits de memoria, aprendizaje y razonamiento, personalidad u otros factores que en otras etapas del ciclo vital son atribuidos como normales por cansancio, estrés, falta de atención en la vejez son atribuidos por enfermedad sinónimo de enfermedad.

Cuando las personas mayores entienden que es su etapa final del ciclo vital, más fácil que asuman su vida en conjunto y con coherencia. Según Erikson (citado por Papalia, 1997), las personas mayores necesitan aceptar su propia vida tal como la han vivido y creer que lo hicieron lo mejor posible en sus circunstancias. Si tienen éxito en esta tarea, habrán desarrollado la integridad del ego. La integridad del ego sólo puede obtenerse tras haber luchado contra la desesperación. Cuando ésta domina, la persona teme la muerte, y aunque pueda expresar desprecio por la vida, continúa anhelando la posibilidad de volver a vivirla. Cuando impera la integridad, la persona posee la fuerza propia de su edad, que es la sabiduría. Con la sabiduría la persona mayor acepta sus limitaciones. La persona mayor sabio sabe cuándo aceptar el cambio y cuándo oponerse al mismo, cuándo sentarse en silencio y cuándo luchar.

En razón, a la crisis final en la vejez, integridad vs. Desesperación, "Erikson considera que las personas de edad avanzada enfrentan una necesidad de aceptar su vida la manera como han vivido con el fin de aceptar su muerte próxima. Luchan por lograr un sentido de integridad, de coherencia y totalidad de la vida, en vez de dar vía a la desesperación sobre la incapacidad para volver a vivirla de manera diferente".

De ahí, que cuando la persona aprendió a afrontar la crisis como una tarea integradora final construyendo sobre los resultados de las siete crisis previas, ganan un sentido más amplio del orden y del significado de sus vidas dentro de un ordenamiento social más grande, pasado, presente y futuro. La 'virtud' que se desarrolla durante esta etapa es la sabiduría, 'un despreocupado e informado interés por la vida de cara a la muerte en sí misma"; incluye aceptar lo vivido, sin arrepentimientos importantes sobre lo que pudo haber sido diferente, implica aceptar a los padres como las personas que hicieron lo mejor que podía y por tanto merecen amor, aunque no fueran perfectos, aceptar la propia muerte como el fin inevitable de la vida.

Por ello, la memoria, el aprendizaje, la inteligencia, la afectividad y la personalidad son componentes necesarios que desde el enfoque de la gerontología requiere ser tenidos en cuenta en relación a los cambios de se dan por el simple hecho de envejecer.

En relación a la memoria se ha identificado en variedad de estudios, que la memoria de trabajo (componente de memoria corto plazo) luego del retiro laboral se ve afecta por el cambio de roles, lo que incide directamente en la forma de comportarse y pensar mientras que la Memoria Episódica especialmente para hechos recientes (componentes de la Memoria a largo plazo que implica el recuerdo de hechos concretos que requieren para su recuperación la utilización de información contextual, es la que se enmarca y es más completa en las personas mayores, puesto que es muy frecuente que la persona mayor como un legado a generaciones menores, su relato de vida, sea sinónimo de representación y enseñanza a sus nietos).

Así, mismo, en relación al aprendizaje se ha identificado que este proceso a comparación con las demás etapas del ciclo vital es más lento, es decir, requiere de mayor número de ensayos, lo cual no significa que lo realiza.

Aunque en ocasiones se evidencia que la inteligencia puede llegar a un declive por la edad, no significa necesariamente que la pierda, por el contrario se ven determinadas por el tipo de inteligencia, si hablamos de la inteligencia fluida, se evidencia que debido a los cambios biológicos del organismo las disminuciones son algo común en el procesamiento y velocidad de la información. Mientras que si hablamos de la inteligencia cristalizada determinada por las cosas aprendidas en el nivel sociocultural es más fácil que se conserve por el hecho de ser significativo o trascendental en la vida de la persona.

DIMENSIÓN SOCIOCULTURAL

“¿Qué vida puede ser tan vital, como dice Ento, que no descansa en la benevolencia mutua de un amigo? ¿Qué más dulce que tener con quien te atrevas a hablar como contigo mismo? ¿Qué gran fruto habría en las cosas prosperas si no tuvieses quien se alegrase con ellas tanto como tú mismo? Pues sería difícil soportar las adversas sin uno que las soportase con más intensidad todavía que tu”

Cicerón, Lelio

A lo largo del ciclo vital las personas mantienen diferentes niveles de interacción social que tiene lugar en distintas instituciones sociales. Constituyen a crear una identidad individual y social y son los cauces considerados socialmente aceptables para el desarrollo de la vida social.

Por ello, en la vejez hay un cambio de Rol individual, el mismo se presenta o se plantea desde tres dimensiones:

La persona Mayor como individuo. Los individuos en su última etapa de vida se hacen patente la conciencia de que la muerte está cerca. La actitud frente la muerte cambia con la edad. Uno de los aspectos del desarrollo del individuo es la aceptación de la realidad de la muerte. Esta es vivida por los ancianos como liberación, como el final de una vida de lucha, preocupaciones y problemas, para otros es una alternativa mejor aceptada que el posible deterioro o la enfermedad.

La persona mayor como integrante del grupo familiar. Las relaciones de la persona mayor con la familia cambian, porque suelen convivir con sus nietos e hijos. Las etapas de relación con sus hijos y nietos pasan por distintas etapas. La primera etapa cuando el anciano es independiente y ayuda a los hijos y actúa de recadero. La segunda etapa cuando aparecen problemas de salud, las relaciones se invierten, y la familia suele plantearse el ingreso de la persona en una residencia.

La familia y los amigos constituyen los dos focos más importantes de recursos sociales (Díaz-Veiga, 1987). La familia proporciona cuidados a lo largo de todo el ciclo vital, apoyo económico, aliento y apoyo emocional; sostiene la vida comunitaria de la persona mayor. Las personas mayores suelen pedir ayuda emocional, instrumental e informacional a sus familiares, aunque también los amigos y vecinos les ofrecen considerable apoyo. Por lo tanto, la mayoría de las personas mayores reciben el apoyo más importante a través de sus redes informales. Esta red informal se encuentra en contraste con los recursos socio sanitarios de apoyo social formal.

Así, mismo se hace importante el cambio de rol en la comunidad, la sociedad valora sólo al hombre activo, que es aquel que es capaz de trabajar y generar riquezas. La persona mayor suele estar jubilado y es una persona no activa, pero tiene más posibilidades de aportar sus conocimientos y realizar nuevas tareas comunitarias. Su papel gira alrededor de dos grandes actividades: la actividad laboral y las tareas comunitarias, tales como asociaciones, sindicatos, grupos políticos. No debemos olvidar que el hecho de envejecer modifica el rol que se ha desarrollado, pero no el individual.

Por ello, el cambio del rol laboral, es decir, la jubilación o retiro laboral es la situación de una persona que tras haber cumplido una determinada edad y haber desarrollado durante un considerable número de años una actividad laboral, cesa en su oficio y tiene derecho a una pensión. Debe de tomar alternativas para evitar al máximo sus consecuencias negativas. El cambio en las costumbres laborales que llega con la jubilación tiene sus consecuencias, la adaptación es difícil porque la vida y sus valores están orientados en torno al trabajo y la actividad. Las relaciones sociales disminuyen al dejar el ambiente laboral y los recursos económicos disminuyen.

Por ello El decreto reglamentario de dicho literal (Decreto N°36 del 9 de enero de 1998, expedido por el mencionado Ministerio) señala:

“los programas de preparación a la jubilación o retiro laboral deben propiciar el mejoramiento de condiciones y estilos de vida, así como estimular espacios de reflexión que permitan a las personas tomar decisiones basadas en una amplia información de los aspectos involucrados en el retiro laboral por derecho a pensión”.

Con base en ello se refiere a lo que se denomina Política Pre-Retiro Marco (PPM), la cual implica acciones y medios que hagan posible la planificación, administración y evaluación constante de la vida, teniendo en cuenta aspectos fundamentales que desde la perspectiva gerontológica, buscando facilitar espacios de reflexión e interacción que hagan más fácil la toma de decisiones, basadas en información y orientación acerca de diversos aspectos implicados en la situación del retiro. deberá conocer las consecuencias de la jubilación para prevenir sus efectos negativos: Será necesario en algunos casos buscar aficiones supletorias para que la jubilación en vez de suponer un detrimento en la calidad de vida, por el contrario suponga un incremento de la misma.

DIMENSIÓN ÉTICA

A diferencia de la vejez, que siempre está de más, lo característico de la juventud es que siempre está de moda.

Fernando Savater

La bioética es una reflexión ética sobre los hechos científicos, en fructífera unión con las inquietudes que suscitan la interpretación, la aplicación y el impacto de los avances y nuevos conocimientos que, incesantemente, proporciona la Investigación y el Desarrollo y los efectos simbólicos para su aceptación, o no, en las agrupaciones culturales humanas.

Hay tres hechos relevantes a un planteamiento ético en relación con la vejez y el envejecimiento.

El primero es de naturaleza demográfica. En todos los países del mundo, la proporción de personas adultas y especialmente de mayores, ha aumentado en las últimas etapas. Se espera que las mejores condiciones de vida permitan a la población de muchas naciones alcanzar su límite teórico de sobrevivencia. El segundo, de naturaleza social, evidencia la importancia de la convivencia intergeneracional de un tipo hasta ahora inédito: los jóvenes convivirán con mayores; adultos de edad media se relacionarán con mayor frecuencia con mayores en condiciones de una creciente igualdad física y mental que los obligará, en particular al interior de la familia, a recrear las formas de convivencia y de solidaridad, y a proporcionar cuidados mutuos. El tercero, y en relación con el anterior, la longevidad que hoy en día es tema central en sociedad contemporánea se acompañará de una demanda de prestación de servicios gerontológicos en la vejez en proporciones sin precedentes. La compresión de morbilidad esperable hará necesarias decisiones sobre provisión de ayuda y sobre las formas que deberá asumir la organización social para enfrentar las crecientes y diversificadas necesidades por una población que cada día va adquiriendo mayor importancia para las demás generaciones.

Existen dos grandes tradiciones éticas relevantes en la sociedad contemporánea, en razón al deber y virtud de las personas mayores. Una de ellas tiene su expresión más acabada en la obra de Kant, con su énfasis en los deberes de las personas entre sí. La otra ha puesto el acento en las cualidades del agente moral y suele encontrarse aludida en el concepto de virtud. En ambos planteamientos encuentran un lugar en la discusión sobre la vejez y el envejecimiento. De hecho, en todos los países del mundo se plantea la pregunta por los deberes y derechos de las personas en relación con su edad. En todos, se plantea la pregunta por aquello que constituye una vida plena y humanamente vivida. Pero es evidente que en la sociedad actual los derechos de las personas mayores aun se encuentran discrepados, puesto los estereotipos negativos en razón a la vejez aun se encuentran palpables, que no permiten ver más allá de lo que se debe hacer y no a lo que se tiene derecho.

De ahí, que la asociación entre envejecimiento, como proceso que rebasa lo biológico, lo social, lo biográfico, y la muerte, es tan natural como consubstancial a la cultura. El proceso de "desvalimiento" en tanto obsolescencia individual y social caracteriza al "reloj cultural": a medida que se envejece se espera cambien las obligaciones, los papeles y las expectativas cambian. El ascendiente de que se goza se

modifica o se pierde. Las disminuciones físicas e intelectuales hacen sentir su peso. Por ello, las actitudes frente a las personas mayores, a quienes se dice querer más no se respeta y que aun en las sociedades con estructuras familiares más cohesionadas significan una carga no siempre deseada. A pesar que la persona se encuentre en condiciones saludables, puesto que la “vejez” se asume como problema no como sinónimo de ayuda, aprendizaje y apoyo emocional para generaciones más jóvenes.

Por ende para las profesiones de ayuda es importante distinguir entre curar dolencias, sanar enfermedades y cuidar el deterioro, pues esta distinción encierra la percepción que de sí mismos tienen quienes solicitan ayuda y quienes la ofrecen. Una de las tareas menos adoptadas por la medicina contemporánea es la de cuidar, con actitud empática, que implica a veces simplemente acompañar al doliente y hacer sentir compasión. Que desde la perspectiva gerontológica “compasión” si símbolo de inutilidad y debilidad, el cuidar va mas allá de acompañar es poderle brindar a la persona herramientas que le permitan sentirse útil, mediante el fomento de sus relaciones sociales que no solo potencialice el bienestar individual, sino que en conjunto del sistema familiar y organizacional de la persona se encuentre apoyado por el fruto de sus relaciones.

Estas consideraciones llevan a la bioética (como disciplina necesaria para regular las acciones de intervención que puede realizar el trabajador de la salud o cuidador en las personas mayores, garantizando a través de su aplicación la primacía de lo bueno), una herramienta imprescindible para ofrecer su atención al hombre de hoy y de las generaciones futuras en las que la proporción de ancianos debe ocupar un espacio abrumador y en las cuales sus demandas y conflictos pueden ejercer profunda influencia en el equilibrio socioeconómico del grupo humano al que pertenezca, por lo que se impone el estudio de sus necesidades y posibilidades, no sólo como sector de elevado consumo sino como posible gestor de las soluciones para sus propios problemas.

DIMENSIÓN PRODUCTIVA LABORAL

Los mayores necesitan un objetivo, no sólo recreación.

Los mayores necesitan un sueño, no sólo una memoria.

Abraham Heschel's

Dentro de una continuidad, la vida humana es cambio. Vivir es cambiar, cambiar de vida pero sin dejar de ser cada uno lo que es. El cambio supone pasar de una etapa a otra; cada etapa tiene sus contenidos propios sus peculiaridades sus intereses sus posibilidades y limitaciones. Por ello en ocasiones a la vejez se define como un periodo de no trabajo y esta actitud se refleja en multitud de términos aplicables a las personas de edad, clases pasivas, jubilados, cesantes, y afirma la relación de vejez con no trabajo en la mentalidad de la sociedad actual. De ahí, que hoy en día las personas mayores, son consideradas como seres improductivos por la clasificación de la población en edad productiva que rige la sociedad. El considerar no productiva a la población mayor de 64 años y más se debe a las características propias del desarrollo humano como son: el debilitamiento físico del cuerpo, menos capacidad de retención mental, la mayor gestación de enfermedades, entre otras características que impiden realizar actividades productivas de manera eficiente.

Por ende, es importante conocer que los mitos y hechos alrededor del trabajo en la vejez. En primera instancia esta: Mito: Productividad del trabajador anciano es menor.

Hecho: existe disminución de la fuerza y resistencia musculares pero la mayoría de los trabajos actuales tienen exigencias que pueden satisfacer la mayoría de las personas sanas hasta los setenta o más años. El tiempo de reacción de la persona mayor en el trabajo es mayor pero su experiencia compensa sobradamente esta limitación. Los trabajadores mayores elaboran a través de su vida laboral estrategias para enfrentarse a los problemas, las cuales compensan sus limitaciones físicas o cognitivas.

Mito: El trabajador mayor tiene mayor ausentismo y más accidentes.

Hecho: los trabajadores de edad sanos poseen menores índices de absentismo y accidentabilidad que los jóvenes. Se han proporcionado diferentes explicaciones a esta aparente contradicción: mayor motivación para mantenerse en el puesto de trabajo, por las dificultades que experimentaría si lo perdiera, mayor experiencia para evitar peligros que conocer y valores de estabilidad que los trabajadores actuales no comparten.

Sin embargo, a pesar que la sociedad crea estos imaginarios en relación al trabajo o productividad en la vejez, esta población representa un potencial de capital humano que debe ser aprovechado por su experiencia y conocimientos lo que permitirá contribuir al desarrollo socioeconómico de la sociedad a través de actividades productivas considerando las habilidades y conocimiento de este grupo de población como pueden ser despachos de asesoría que abarcaría una gran gama de servicios ya sea para la producción u otros servicios profesionales ; la producción agrícola en pequeña escala, artesanías , manualidades, entre otras actividades que permitirían el bienestar social y económico de este grupo de población contribuyendo al mismo tiempo con el desarrollo armónico del medio en el que se desenvuelven.

Por ello esta dimensión productiva laboral requiere que las personas que se están educando en el cuidado de las personas mayores tengan claro, que un indicador de bienestar subjetivo y objetivo para esta población es ocupar el tiempo libre de una manera productiva, teniendo en cuenta que el nivel de socioeconómico en el cual se desenvuelve la persona influye radicalmente. Ya que no podemos hablar de ocupar el tiempo de ocio en actividades productivas por el simple hecho de sentirse bien, sino que en algunos casos es ocupar por necesidad, ya que aun están encargados del sostenimiento de su sistema familiar.

DIMENSION EDUCATIVA

Los viajes son en la juventud una parte de educación y, en la vejez, una parte de experiencia.

Francis Bacon

Educación “es humanizar” desplegando sus mejores potencialidades. Es capacitar sin importar edad, vida social o cultural, es crear valores y ayudar a que cada cual potencie sus capacidades creadoras. Siendo una construcción individual y colectiva de conocimiento en un entorno concreto, con el compromiso interdisciplinar de la ciencia y el arte que oriente a los proyectos educativos con mayores (PEM) a fortalecer los conocimientos previos y nuevos. Fomentando la capacidad de gestionarlos en la motivación de desarrollo y aprovechamiento para vivir el día a día.

Desde hace algunos años, la participación de los mayores en actividades educativas era todavía minoritaria en la sociedad (Martín García, 1994). Resulta bastante descriptivo el que, hasta hace poco tiempo, en algunas investigaciones sobre el ocio de las personas mayores ni siquiera apareciera la categoría de “actividades educativas” como una opción posible (Bandera González, 1989). Pero desde hace aproximadamente una década, una revisión actual de las actividades formativas en España para este sector de la población muestra una situación compleja y esperanzadora que permite que los programas de formación de personas mayores aparezcan como opción para la ocupación del tiempo libre luego de la jubilación. Ya que las personas mayores viven una existencia plena y productiva si se conoce a sí mismo y tiene interés, si se siente motivado y es capaz de razonar, si demuestra habilidad para solucionar situaciones referidas al aprendizaje, si se plantea cuestiones, dudas y preguntas acerca de sus emociones, sentimientos y existencia. Por ello desde cada dimensión del ser humano la educación ejerce una función importante en relación al estado físico; influye en la capacidad sensorial que mantiene es un factor preciso para favorecer el aprendizaje. A nivel psíquico; el estado anímico puede favorecer la satisfacción de esta necesidad, la motivación generará en las personas mayores el interés necesario para aprender. Y la situación social; es el medio cultural, el estilo de vida,

los problemas estructurales, la vivienda, los medios económicos condicionan el aprendizaje, los recursos que cuenta la sociedad que fomenten el interés por aprender.

Por ello, los educadores por medio de (PEM) deben ayudar a los mayores a integrar su pasado y buscar una proyección hacia el futuro, con miras a fomentar en ellos una perspectiva de su presente positivista de su vida como un factor básico para su salud mental, pues estimula, orienta y organiza, a desarrollar conductas preventivas o potenciadoras de su salud en la mejora de su propio autocuidado. Permitiendo de esa manera ajustar el comportamiento al medio y a la vez, capacitar para ser capaces de adaptar el medio a sus necesidades. Siendo el lenguaje el medio por el cual se manifiesta los pensamientos y el saber a través de las acciones. De ahí, conectar el lenguaje de todos los agentes del proceso “intervención educativa con mayores” con el fin de enriquecerlo, es un objetivo que debe tener los educadores para mayores, donde la reciprocidad permite la interacción social y la libertad como fuente de construcción de valores, actitudes y conocimientos, permitiendo la reestructuración de su autoconcepto y autoestima. Siendo la educación a mayores un espacio para la transformación de saberes, pensamientos y ejecución de nuevas proyecciones.

DIMENSIÓN POLÍTICA

El secreto de vivir mucho tiempo es vivir lentamente.

Ludwig Feuerbach

Las políticas sociales son las dirigidas prioritariamente desde el Estado a la Educación, salud, vivienda, asistencia y seguridad social, etc. En el estudio y discurso sobre la situación y problemática de las personas mayores, a nivel mundial se han puesto en evidencia las falencias en el cumplimiento de sus derechos y por ello los gobiernos han adquirido compromisos para brindar una protección especial a este grupo de población y garantizar la defensa de tales derechos.

Dentro de las políticas aprobadas internacionalmente en favor de las personas mayores, se encuentra el Plan Internacional de Viena sobre el envejecimiento, documento que fue aprobado por las Naciones Unidas en 1982 y señala las medidas que deben adoptar los Estados Miembros para garantizar los derechos de las personas mayores, en el ámbito de los derechos proclamados en los pactos de derechos humanos. Contiene 62 recomendaciones, muchas de las cuales están directamente relacionadas con el pacto⁴.

En 1991 la Asamblea General aprobó los Principios de las Naciones Unidas a favor de las Personas mayores por resolución 46 de 1991 de la Asamblea General de las Naciones Unidas del 16 de diciembre de 1991 que alientan a los Gobiernos a introducir en sus programas nacionales, cada vez que sea posible, lo siguientes principios:

Independencia:

Deberán tener acceso a alimentación, vivienda, oportunidad de trabajar, participación en actividades laborales, acceso a programas educativos y de formación adecuada.

Participación:

Las personas mayores deberán permanecer integradas en la sociedad, participar activamente en la formulación y la aplicación de las políticas que afecte directamente su bienestar.

Cuidados:

Las personas Mayores deberán disfrutar de los cuidados y la protección de la familia y la comunidad de conformidad con el sistema de valores culturales de cada sociedad.

⁴ Informa de la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, Viena, 26 de julio a 6 de agosto de 1982, publicación de las Naciones Unidas.

Autorrealización:

Las personas mayores deberán tener acceso a los recursos educativos, culturales, espirituales y recreativos en la sociedad.

Dignidad:

Deberán recibir un trato digno, independientemente de la edad, sexo, raza o procedencia étnica, discapacidad u otras condiciones, y han de ser valoradas independientemente de su contribución económica.

Una sociedad para todas las edades y de atención a todas las edades de la vida, desde su comienzo hasta su final, subrayados por las Naciones Unidas y ligados a los propósitos de la II Asamblea Mundial sobre el envejecimiento, busca el establecimiento de políticas integrales que se centren en el desarrollo humano sostenible, tomando en consideración tanto el envejecimiento demográfico como el individual.

Pero así, mismo a nivel nacional, las políticas de Persona Mayor en Colombia, se ha sustentado desde la Constitución Política de 1886, donde el tema de la vejez empezó a visualizarse jurídicamente, y en la cual, en su Art 19, se consagra la asistencia pública como función del Estado, y en ese sentido la legislación y la Política se centraron en la asistencia de la “vejez desprotegida”, en condición de indigencia, hasta los desarrollos de la última década a partir de la Constitución Política de 1991, donde se concibió un nuevo Estado, con carácter social y democrático de derecho y estableció en su Art 13 que “Todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozaran de los mismo derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica. El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas a favor de grupos discriminados o marginados. El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancias de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se comentan” (Constitución Política, 1991).

A su vez, el art 46 y 48 señalan que el Estado, la sociedad y la Familia deberán garantizar los servicios de la seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia. CONPES 1994.

Así mismo en la Ley 100 de 1993 en su libro IV establece dos marcos de política social; el primero hace referencia a los auxilios para los adultos mayores en situación de pobreza. el segundo marco se refiere a los servicios sociales complementarios en materia de educación, cultura, recreación y turismo.

Por otra parte, en Junio 1995 se aprobó el documento CONPES 2793 de Envejecimiento y Vejez, elaborado por el DNP y la Vicepresidencia de la Republica, con el objetivo principal de mejorar las condiciones de vida de las personas de mayor edad y elevar la Calidad de Vida de toda la población para que alcance una vejez saludable y satisfactoria. El desarrollo de esta política implica una responsabilidad compartida entre las organizaciones gubernamentales del orden Nacional, regional y local, las ONG, las comunidades indígenas y la sociedad civil.

En 1996 el congreso de Colombia aprobó la ley 319, por medio de la cual se ratificó el Protocolo Adicional a la Convención Americana sobre Derechos Humanos en Materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales “Protocolo de San salvador”, suscrito en San Salvador el 17 de noviembre de 1998 reconoció que los derechos esenciales del hombre no nacen del hecho de ser nacional de determinado Estado, sino que tienen como fundamento los atributos convencional coadyuvante o complementario de la que ofrece el derecho interno de los estados americanos.

Así, en diciembre de 1997, la Corte Constitucional de Colombia, declaró exequible tal Protocolo por ser perfectamente compatible con la letra y espíritu de la Constitución Política de Colombia. Con la reforma pensional establecida por la ley 797 de 2003 se incrementaron significativamente los recursos para la atención directa a las personas mayores.

Finalmente, uno de los más recientes aportes normativos la atención de personas mayores es el Proyecto de ley 17 de 2006 presentado al congreso, el cual tiene por objeto establecer los lineamientos para la elaboración y construcción de una Política Publica Integral, concertada

y participativa, dirigida a las Personas Mayores en Colombia con la finalidad de la promoción , protección, restablecimiento, ejercicio y garantía de los derechos de las personas mayores, así como la creación de las bases y disposiciones que les permita participar, en condiciones de equidad, en la vida social, económica, política, cultural y democrática del país

CORPOREIDAD, HISTORIA Y CONSTRUCCIÓN DE HISTORIA EN Y DEL ADULTO MAYOR

Hay alguna cosa y algún lugar que precisa ser recuperado, explorado y valorado.

Conocer la representación del adulto mayor en la sociedad actual, requiere en primera instancia tratar el asunto desde el sentido de la realidad corporal del adulto mayor y los datos de referencia que se han constituido sobre el cuerpo. A fin de condensar la intrincada cadena de terminologías y nomenclaturas, interpretaciones y significaciones sobre el sentido del cuerpo para la cultura, revisaremos los elementos conceptuales que nos permitirán una construcción holística del ser humano, a partir de las representaciones simbólicas que subyacen en cada una de las dimensiones (antropológica, epistemológica, biológica, social, cultural, ético-política, psicológica, educativa y productiva-laboral) y el entramado de interacciones que desde éstas configuran al ser humano y su relación con el medio ambiente y social, atravesado por los elementos que acá deseamos justificar y que representan la atención al adulto mayor desde una configuración de la actividad física, la lúdica y la recreación, en proyección a la búsqueda de la unidad de la totalidad humana en su plenitud.

DIMENSIÓN ANTROPOLÓGICA

Mi cuerpo me sitúa en un lugar y en un tiempo

Las representaciones del cuerpo y los saberes acerca del cuerpo, afirma Le Breton (2002a, pág.13) son tributarios de un estado social, de una visión del mundo y, dentro de ésta última, de una definición de la persona. El conjunto de acontecimientos esenciales de la condición humana: el nacimiento, la enfermedad, la muerte, la soledad, el desempleo, el envejecimiento... están atravesados por una indiscutible mirada sobre el cuerpo del hombre que es construida social y culturalmente. Así, en la realidad del cuerpo emerge una filosofía de la corporeidad como una extensión conceptual del cuerpo como estructura, como expresión y significación, en la visión antropológica aceptar el debate de las diferentes percepciones sobre el sentido de un cuerpo para la cultura nos permite percibir la corporeidad y motricidad como entidades de una cultura general proporcionando indicativos de una necesidad de revisión de conceptos que nos acercarán al abordaje de las prácticas corporales en dirección y sentido al adulto mayor.

Distinguir los elementos conceptuales de la corporeidad nos posibilita percibir la totalidad en las cosas humanas, el redescubrimiento del cuerpo, indicativo del sentido vivo y por tanto orgánico como conceptual; y así, una reflexión que permita reorientar la necesidad de la educación corporal, en cuanto formación, participación y apropiación de la educación como una opción fundamental hacia una ecología del ser.

Hay en esta perspectiva una unidad corporal de múltiples sentidos que apunta al hombre corporal, el derecho de ser en el mundo, la presencia física como expresión y significado, la condición primaria del concepto de cuerpo, la comprensión de las capacidades físicas como la fuerza viva que se nutre por la fuerza del acto motor. Lo cual invita a repensar la corporeidad como unidad en múltiples sentidos, el organismo como un todo articulado que a su vez, constituye una amalgama compleja que comporta diversidad y multiplicidad e incluso confrontación.

Intentar un reencuentro del hombre corporal y motor como prueba antropológica de que ese mismo hombre es su propio cuerpo, y que la motricidad humana es un lenguaje que permite aproximaciones entre lo sensible y lo inteligible, es también un acercamiento a la actividad física que evidencia la existencia, de todo cuanto constituye al hombre y sus relaciones consigo mismo y con el entorno que lo rodea. Una prueba legítima de la cultura corporal además del discurso, el reconocimiento de que la actividad física es inmanente a la actividad cultural, actividades compuestas como parte de las actividades humanas en una unidad de sentido.

De esta manera, el tema cuerpo y movimiento se hacen como relación íntima y de dominio de la vida, en el cual el sentido de la educación del cuerpo, más que físico es ontológico, como lo fue en la *paideia*: se traduce en el espectro de un concepto de gimnasia, del uso del cuerpo, del arte médico y de la dieta, un todo articulado que inspiró la conciencia del hombre griego en la era clásica.

En la cotidianidad, hay un ambiente repleto de simbolismos, un campo semántico cuya representación se manifiesta en las prácticas corporales, la actividad física, lúdica y la recreación como elementos co-participantes de ésta, aparecen como un cúmulo de elementos potencialmente dotados de vida en movimiento que, antes de alcanzar la evidencia teórica ya, de antemano, se manifiesta en la práctica, revelando así, un lastre antropológico proyectando en la vida cotidiana una motricidad inmanente a la vida.

Así como, en la cadena de las necesidades humanas, el uso del cuerpo y del movimiento rige al ser humano para una esfera de la existencia, hacia la búsqueda de alimento, la reproducción, la defensa y las relaciones en su territorio, el espejo antropológico del ser humano práctico, nos refleja que el espacio primitivo que ocupa nuestra conciencia refuerza un simbolismo original: la noción de técnica corporal, aquella en la cual los hombres sirven de sus cuerpos, de sus atributos físicos en los cuales se ajustan a las necesidades de cada tarea y en cada sociedad (Acuña, 2004). En la actuación y la presencia humana en el proceso evolutivo es que podemos sentir el mundo natural, la motricidad siempre fue la primera forma de intervención y actuación en el medio, el primer lenguaje del dominio puro del uso del cuerpo como herramienta. La exploración que hizo parte de la naturaleza humana, a partir de la necesidad de sobrevivencia, permanece y se incrementa a lo largo de la existencia; por tanto, el hombre explora y se explora, se mueve por entero, por un lado con sus fundamentos y funciones orgánicas, por otro,

la representación simbólica que nos permite volvernos humanos en la práctica; proceso en el cual corporeidad y motricidad se componen inherentemente en su proceso de supervivencia y superación.

A partir de esto, las prácticas corporales, la educación que desde la actividad física y la recreación se moviliza, se torna un lenguaje *manera de mover como ser* en sí, del sujeto interventor, actor, en el sentido metafórico, de relacionarse con los otros seres, con el medio y consigo mismo. Una práctica que relaciona la actividad física, la lúdica y la recreación, que capacita al hombre a explorar la vida como *ella es*. De aquí, que sea posible pensar una educación física, que movilice la reflexión y que posibilite la expresión, desde la vitalidad en la actitud, en el lenguaje corriente, en la disposición del cuerpo integral, en la comprensión de la complejidad del actuar en relación con el pensar, en el sentido de dignidad humana de los seres humanos en cualquier edad, en sus diferentes fases y situaciones que lo constituyen.

DIMENSIÓN EPISTEMOLÓGICA

Todo cuanto sé pasa por mi cuerpo.

En la tradición del conocimiento científico el cuerpo se convirtió en el primer obstáculo epistemológico, no obstante el primer conocimiento es el del cuerpo. En la tradición occidental, el cuerpo se encuentra opuesto a la mente, el cuerpo fue constreñido. El conocimiento que surgió de él fue ocultado y confinado dentro de los parámetros de lo prohibido. De los conocimientos del cuerpo se tenía que desconfiar, ya que se asimilaban a proceso de la naturaleza. En cuanto el lenguaje del cuerpo se acallaba, se silenciaba lo primitivo de lo humano y podía surgir el lenguaje de la civilización, centrada en la mente. El destierro del cuerpo, como fuente de conocimiento, coincidió con la construcción del perfil patriarcal de la sociedad occidental, un sistema en donde las relaciones sociales se basan en el predominio del varón adulto (Pachecho, 2004). La presente reflexión parte del reconocimiento de la participación del cuerpo en la construcción del conocimiento. El acto de observar, medir, interpretar y cuantificar entre otros, no excluye la corporeidad del sujeto.

La educación física desde una perspectiva epistemológica, es una tecnología educativa por tratarse de una intervención en un campo concreto de la realidad humana: la motricidad, el movimiento y las actividades físicas, que constituirán a su vez, el objeto material de un conjunto de conocimientos científicos.

Mostrar los elementos e identificar los conceptos que guían la reflexión sobre la manera en que se construye el conocimiento en las ciencias y por correlación, en educación física es lo que posibilita la epistemología, aportando a la comprensión de la disciplina y de sus finalidades educativas y sociales. En esta perspectiva:

“El problema de la epistemología consiste en establecer si el conocimiento se reduce a un mero registro realizado por el sujeto, de datos, ya bien organizados en forma independiente de él, en un mundo exterior (físico o ideal), o si el sujeto interviene de una manera activa en el conocimiento y la organización de los objetos. Muy frecuentemente, el papel del sujeto escapa al análisis del conocimiento acabado, mientras que ese papel se impone con evidencia en el curso de los periodos de formación” (Chinchilla, 2005, pág. 106).

Bajo el prisma epistemológico que desde la ciencia influenció la construcción del universo simbólico de la educación física, principalmente en la influencia de las instituciones médica y militar y la pedagogización que desde allí se generó. Se trata, primero de reconocer la vinculación epistemológica de los conceptos cuerpo y actividad física, que Bracht (2003) sugiere, para entonces identificar la historia de estos conceptos en el proceso de sus posibles re-significaciones, las cuales, a su vez, requieren ser comprendidas (explicadas) por su contextualización en el proceso más amplio de la dinámica socio-cultural.

Así, es relevante recordar con Bracht (2003) que es esencialmente, la ciencia la instancia legítima para expedirse sobre el entendimiento del cuerpo y la actividad física, conceptos fundamentales a ser utilizados en el área de la educación física, ésta desde siempre se vinculó al conocimiento científico (del funcionamiento del cuerpo), anclada a un universo simbólico legitimador que constituye una identidad, para

tener constancia en el tiempo. A partir de cuestionamientos como ¿Porqué y cómo intervenir en el cuerpo? ¿Qué significa el cuerpo y la actividad física para el hombre? Bracht enuncia que las respuestas a estas preguntas permanecieron por mucho tiempo muy sólidamente ancladas en las ciencias biológicas.

Sin embargo, las discusiones que han surgido entorno a la epistemología de la educación física, evidencian una constante resignificación de los conceptos, en donde el proceso de construcción del universo simbólico no puede ser visto de forma endógena o internalista, en palabras de Bracht “es preciso analizar cómo la construcción de los conceptos, por tanto del universo simbólico, está ligado al espacio social más amplio” (Bracht, 2003, pág. 46). Con esto, la diversidad de abordajes presentes en el área, precisan fundamentalmente organizarse en función de problemáticas teóricas que se orienten a la intervención social.

Son diversas las teorías epistemológicas de la educación física que han marcado reflexiones y posturas, a favor de una pluralidad de concepciones que conviven en la educación física y que aún están en construcción. Gomes Tubino (2006) nos remite a un recorrido en las teorías epistemológicas, a saber:

- La Teoría Pedagógica de la educación física de Ommo Gruppe, fue la primera teoría epistemológica. Para Ommo Gruppe, la pedagogía podía reunir todas las tendencias existentes de la educación física inclusive el juego. “En esta teoría, la corporeidad y el juego se constituyen en las referencias para la legitimación de la educación física. Debe ocurrir un proceso de “humanización” de las personas, a través de expresiones de la corporeidad” (Gomes Tubino, 2006, pág. 23).
- La Teoría Psicocinética de Jean Le Boulch, consideró al movimiento la expresión de conducta de las personas en el mundo. Así, la educación física y la psicomotricidad (educación motora) usan el movimiento como medio, siendo que la primera lo utiliza como acción motriz y la última cómo terapia (cuerpo emocional).
- En la Teoría Antropológico-cultural José Maria Cagigal, expresó el valor de la libertad en el progreso humano y que la actividad física es una necesidad antropológica del hombre de nuestro tiempo. En su epistemología Cagigal evidenció que el hombre no es

reducido a su cuerpo o a la actividad física. Para él existe una Cultura Física, donde la danza el deporte y el ocio son manifestaciones y la educación física es su fundamento. Además de esto, esta cultura física debe, siempre comprender el cuerpo, el movimiento, la motricidad y el deporte. Para Cagigal el campo de estudio de la educación física, no precede de ninguna ciencia y fue constituido por la acumulación de las innovaciones pedagógicas.

- Pierre Parlebás, estableció la Teoría Praxeológica, al desplazar el foco del *movimiento* para el *ser en movimiento*. Esta posición se apoya en la necesidad de una definición de identidad que permite construir la educación física como una disciplina independiente. En esta teoría el autor defiende la relevancia de una sociomotricidad, pues implica cooperación entre las personas. La praxeología motriz de Parlebás, también trató la lógica interna de las actividades físicas/deportivas, estableciendo los siguientes criterios: a) la relación del practicante con el medio físico, b) la interacción motriz de cooperación y c) la interacción motriz de oposición. Es interesante que, a veces, en una misma modalidad acontecen interacciones motrices de cooperación y oposición.
- La Ciencia de la Motricidad Humana fue inicialmente desarrollada por Manuel Sergio, es considerada como una ciencia del hombre. Para Manuel Sergio, la Ciencia de la Motricidad Humana es “la ciencia de la comprensión y de la explicación de las conductas motoras, proponiendo el estudio y las constantes tendencias de la Motricidad Humana, en orden al desarrollo global del individuo y de la sociedad, teniendo como fundamento simultáneo lo físico-biológico y lo antro-po-sociológico”. La Ciencia de la Motricidad Humana trata de la totalidad humana. Esto es, del cuerpo, del espíritu, de la naturaleza y de la sociedad. En esta ciencia, la corporeidad es la expresión máxima del cuerpo.
- La Ciencia del deporte de Herbert Haag, abordó inicialmente siete campos teóricos en la misma: medicina del deporte, biomecánica aplicada al deporte, psicología del deporte, sociología del deporte, historia del deporte y filosofía del deporte. Por esta concepción inicial, se percibe que la ciencia del deporte representa un sistema de investigación científica, enseñanza y práctica, para lo cual el conocimiento de otras disciplinas es integrado. Para Herbert, el deporte es una expresión de performance cultural humana que tiene relaciones con la ideología, profesión, organización, educación y ciencia.

A partir del abordaje de estas teorías y otras no anunciadas en este texto, la dimensión epistemológica de la educación física y con ella de la actividad física, el movimiento, la motricidad humana y el cuerpo que se referencia en cada una de estas; podemos decir, que la ciencia emerge de una teoría, que representa lo nuevo, permitiendo discusiones, experiencias, reflexiones, críticas, profundizaciones y resultados. De esta forma, con Gomes Tubino (2001) teoría puede ser considerada como “un conjunto de consensos, constructos, definiciones y proposiciones que, por sus interrelaciones, posibilitan estudios e interpretaciones de realidades específicas”.

DIMENSIÓN BIOLÓGICA

“El cuerpo es como la casa que habitamos” Therese Bertherat

La realidad de la persona en tanto que organismo pluricelular poseedor de un cuerpo que se desarrolla sometido a la realidad física, es a lo que hace referencia la dimensión biológica. Se organiza entorno a la idea de equilibrio dinámico en el marco de una relación también dinámica con el ambiente. Y toma en consideración aspectos relativos, como influencia genética, el funcionamiento y la conducta observable como fuente de información.

El cuerpo es “una sofisticada máquina de ingeniería” en movimiento, que obedece a las leyes biológicas y mecánicas, en las cuales se da prioridad a la regulación fisiológica y se hacen posibles los procesos adaptativos del individuo. Para Ramírez (2002), la motivación actúa como impulso de la conducta humana (estímulo-respuesta) y el movimiento corporal es el resultado de la acción del sistema músculo esquelético con un consumo energético determinado por la intensidad y la carga con que se realiza.

El cuerpo humano, que filogenéticamente se ha situado en bipedestación, no está exento de los inconvenientes de esta progresiva incorporación a la verticalidad. La acción de la gravedad, el peso del cuerpo y las tensiones musculares que debe soportar, constituyen algunos de los inconvenientes que pueden provocar alteraciones en la postura y la función humanas. La bipedestación ha afectado a la columna vertebral, que ha tenido que evolucionar desde posturas horizontales hasta las oblicuas, propias de ciertos primates, para continuar la evolución hasta la posición vertical actual.

Con Goldstein y Buytendjick, se puede considerar “el organismo como una estructura indivisible de comportamientos cuyas variaciones están unificadas y ordenadas”. Así con Le Boulch, plantear un movimiento desde un punto de vista funcional “es considerarlo no como un proceso cuya razón de ser es él mismo, sino al contrario, como poseedor de una significación en relación con la conducta del ser al complemento”. A partir de estos aportes, la autonomía potencial del sistema orgánico solo podrá conquistarse verdaderamente mediante las interacciones del organismo mas representadas por el entorno y especialmente a través de sus reacciones motoras, como afirma Le Boulch en su texto *El movimiento en el desarrollo de la persona*.

Comprender la organización de los diferentes sistemas a través de la anatomía funcional, nos permite ver que estos juegan un papel específico en la estructura del organismo, asegurando las funciones de nutrición, de relación, y de reproducción. Así, el sistema orgánico comprende: los órganos de la nutrición (respiración, circulación, digestión, excreción), los órganos de la vida de relación (sentidos, músculos estriados), los órganos sexuales (de la sexualidad) y el sistema nervioso central: agente de la coherencia y de la unidad del organismo y base de las funciones mentales.

Desde aquí y en concordancia con Le Boulch, el organismo, sistema autónomo, sólo puede desarrollarse a través de una interacción activa con el entorno de personas que le rodean y en contacto con una cultura. Afirma Le Boulch “El yo al igual que la situación, solo se definirá mediante esta relación”. La acción en el propio medio, condición de adaptación a lo real, precede a la reflexión y además es su factor

condicionante. “En esta perspectiva, el movimiento es el hilo conductor del desarrollo, alrededor del cual se forja la unidad corporal y mental de la persona”.

Ahora bien, teniendo en cuenta la antropología en su doble expresión e interés por lo social y lo biológico, es preciso enunciar los cambios morfológicos que se presentan en la población de adultos mayores, variaciones en las dimensiones corporales, (disminución de la estatura, alteración del peso corporal, disminución perímetros extremidades inferiores, disminución perímetro gluteal (cadera), aumento perímetro abdominal, aumento cifosis dorsal, aumento anchura antero-posterior tórax, aumento aparente extremidades superiores; también se presentan manifestaciones en los cambios corporales de tipo morfológico, como el aumento, inclinación y profundidad de las líneas de clivaje de la piel (arrugas), las disminuciones del cabello, disminución de las piezas dentarias, la caída de la bolsa testicular, el aumento y caída de los carrillos y de la bolsa submandibular). Entre otras características que según una gran variabilidad de situaciones, pueden ser más evidentes en unos que en otros. A nivel fisiológico: aparato cardiovascular, aparato respiratorio, aparato locomotor, sistema nervioso. Esto nos permite, reconocer en primer momento que el cuerpo a lo largo de su proceso de desarrollo y envejecimiento presenta unas transformaciones morfológicas y fisiológicas, las cuales por su puesto van acompañadas por las condiciones sociales, culturales, emocionales y psicológicas del entorno de cada sujeto, y que evidencian que la persona experimenta una serie de cambios físicos a lo largo de su vida, es decir, tras un periodo de crecimiento rápido y estabilidad relativa va perdiendo eficiencia biológica con el paso del tiempo. Así, la vejez vendría determinada por un cierto grado de deterioro en los distintos sistemas biológicos.

En este contexto, es fundamental considerar la intencionalidad personal: mover y percibir están, de cierta forma, ligados uno al otro; son simultáneamente los dos lados –pero también el mismo lado- de una moneda. Las cualidades de nuestra percepción y de nuestro movimiento no pueden ser aisladas unas de las otras (Trebbels, 2003). Con esto, es necesario enunciar la importancia de los sentidos, apoyado en la idea de que las percepciones sensoriales no surgen solo de una fisiología, sino ante todo de una orientación cultural que deja un margen a la sensibilidad individual. Percepciones sensoriales que son ante todo la proyección de significados sobre el mundo y la experiencia cultural.

En la visión somática (Castro, 2002), el ser humano se experimenta a sí mismo desde dentro, aprendiendo a intervenir activamente en el proceso de relación interna entre conciencia, función biológica y entorno. El centro del proceso somático es la relación recíproca entre movimiento y sensación.

DIMENSIÓN PSICOLÓGICA

Mi cuerpo es quien traduce los estados afectivos

En el ámbito psicológico encontramos tanto nuestros pensamientos como nuestras emociones, toda nuestra vivencia interior de lo que nos pasa, es allí donde se estructura nuestra aproximación a la realidad y a nosotros mismos, a través de nuestros sentidos no sólo entramos en contacto con el entorno que nos rodea, sino que también interactuamos con él.

En la gran aventura de cada día ser más auténticos se va dando el proceso de ir asumiendo quienes somos en realidad, descubriendo que nuestro cuerpo y experiencias psicológicas son parte nuestra, y nos apropiamos cada vez más de ellas a partir de las experiencias socio-culturales de las cuales nos vamos haciendo parte a lo largo de la vida, a través de las sensaciones y percepciones que desde nuestro cuerpo hacemos en relación al cuerpo de los demás y el entorno y a la apropiación de estas como parte fundamental de nuestra personalidad. Partiendo de que el hombre es una unidad biopsicosocial, se reconoce a éste como un ser integral y por tanto, cada una de sus dimensiones son importantes; lo que afecta a una, afecta a las otras. Así, de la forma como nos percibimos y somos percibidos por los agentes del entorno, las motivaciones que desde allí se generan y las relaciones que establecemos con el medio natural y cultural, es lo que nutre y dirige la realidad corporal y psicológica de la persona.

La dimensión psicológica centra la atención en la mente, y recoge la idea de la persona como ser dirigido a metas y dotado de un conjunto de procesos que le permiten guiar su conducta creativa y armónicamente en el contexto cambiante donde se dan las diversas situaciones en que participa.

Incluye aspectos cognitivos que conducen a percibir, pensar, conocer, comprender, comunicar, resolver problemas, relacionarse, representarse a sí mismo y a los otros, actuar –ser agente–; aspectos afectivos, como las emociones y los motivos, y otros aspectos que generan esperanza, estima y confianza en uno mismo y en otros; aspectos conativos, como la perseverancia en la acción y otros componentes de la voluntad como el autocontrol. Todo ello sin olvidar que la mente existe porque existe el cuerpo, concretamente, un cerebro con un funcionamiento normal.

Así, el funcionamiento y el desarrollo de la mente es dependiente del cuerpo para recibir la información y trasladar a acción concreta el resultado final de sus procesos.

Con esto, al igual que ocurre con los cambios físicos, las personas con el paso de los años pueden presentar un variable grado de deterioro o cambio en las funciones psicológicas (atención, percepción, memoria, aprendizaje, afectividad y personalidad). Influenciados estos cambios por las relaciones con el medio ambiente y social, relación con su familia, seguridad y dependencia económica, sobre todo el cese de la actividad productiva pueden acarrear problemas de índole psicológica. El sedentarismo se puede traducir en un sentimiento de pesimismo, soledad, dependencia, en cambio la práctica de actividad física puede generar una mayor autoestima, mayor relación social, más optimismo y en definitiva, un incremento de la calidad de vida en general.

DIMENSIÓN SOCIAL

El cuerpo es moldeado por el contexto social y cultural al que pertenece

El hombre es concebido como la emanación de un medio social y cultural. La expresión de los sentimientos, las convenciones de los ritos de interacción, gestuales y expresivos, la puesta en escena de la apariencia, los juegos sutiles de la seducción, las técnicas corporales, el entrenamiento físico, la relación con el sufrimiento y el dolor, hacen parte de las lógicas sociales y culturales que costean el espesor y los movimientos del hombre (Le Breton, 2002a). En el fundamento de todas las prácticas sociales como mediador privilegiado y pivote de la presencia humana, el cuerpo está en el cruce de todas las instancias de la cultura, es el punto de imputación por excelencia del campo simbólico. Así, la construcción de la corporeidad constituye uno de los procesos básicos en la formación del sentido de la acción humana. La gramática del comportamiento expresivo depende fundamentalmente del contexto sociocultural, lo cual implica una enorme variabilidad de posibilidades para la comunicación.

La dimensión social se organiza en torno a la interacción con otras personas. Supone la expresión de la sociabilidad humana característica, esto es, el impulso genético que la lleva a constituir sociedades, generar e interiorizar cultura, y el hecho de estar preparada biológicamente para vivir con otros de su misma especie, lo que implica prestar atención a otro humano necesariamente presente, y la sociabilidad, o capacidad y necesidad de interacción afectiva con semejantes, expresada en la participación en grupos, y la vivencia de experiencias sociales.

En los últimos tiempos se ha tratado de dar una mayor consideración a las condiciones sociales en toda el área de la educación y la formación cultural. La salud también puede interpretarse en un sentido social como una relación armoniosa con el medio. La diversidad de aspectos que permiten a la persona interactuar con otras personas, para lo que son esenciales la existencia de otros con conciencia de sí

mismos, el lenguaje y la intención de comunicar. Es un componente esencial para la vida y el desarrollo humano al resultar imposible ser humano en solitario.

La persona nace en una sociedad (antes de nacer ya se está condicionado por una variedad de aspectos sociales, por ejemplo, las costumbres que marcan cuales son los patrones adecuados de comportamiento respecto a la elección de pareja o el embarazo) y necesita vivir en sociedad, ésta favorece la adaptación al medio, lo que le multiplica las posibilidades de sobrevivir. Nace de otras personas y requiere la presencia de otras personas para sobrevivir, llegar a ser ella misma en todos sus extremos y vivir una vida plena.

De hecho, muchas de las necesidades humanas precisan de la interacción con otros para ser cubiertas. Se interioriza la cultura de la sociedad en la que se nace o en la que se vive a través de los procesos de socialización que, en última instancia, favorecen la construcción del sentido del yo de la pertenencia a un determinado grupo. Mediante los otros, se moldea a la persona hasta que ésta acepta por completo las normas y valores sociales característicos del grupo donde habita, los ajusta a su propia idiosincrasia, y obtiene un marco de referencia para percibir y comprender la realidad y actuar autónomamente en ella. Para ello se aprovechan diversos mecanismos de desarrollo como la imitación o el modelado.

Pese a ser evidente la importancia que, para entender las dinámicas sociales representa el cuerpo, es poco valorado y visualizado en cuanto cuerpo holístico que representa la integralidad humana, de aquí siguiendo a Bernard (1980) podríamos enunciar algunos de los factores que han determinado el actual tratamiento del cuerpo: la ambivalencia del cuerpo que implica una vivencia corporal paradójica, de fuerza y debilidad simultánea, de posibilidades o impotencia en su actuación en el medio donde se ubica y al que ha de adaptarse; la acelerada transformación de las costumbres, de los usos y, también de los valores sociales.

La construcción de la propia identidad es otro de los procesos sociales básicos. Así, las significaciones del cuerpo se van construyendo de acuerdo a los aspectos sociales que empiezan a integrar el medio donde se le ubica y con el cual se interacciona. La conciencia de que

existen otros conduce a la adquisición de la idea de uno mismo. El proceso de identificación va a permitir a la persona descubrir el significado de su propia existencia y la construcción de su proyecto vital, aspecto éste imprescindible para la autorrealización. En el contexto de la interacción con otros, la persona puede diferenciarse de los demás y reconocer sus similitudes con ellos. Obtiene así, entre otros, sentido de su cuerpo y de sí misma como algo que permanece aunque esté en cambio continuo; o la creencia en la propia valía.

La persona se vincula con otras mediante el intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento. Ello incluye el desarrollo de procesos de apoyo y ayuda mutua, un ejemplo de los cuales es el cuidado a quienes se encuentran en situaciones de vulnerabilidad y dependencia.

DIMENSIÓN CULTURAL

*El cuerpo es el vehículo de ser en el mundo y por ello
se encuentra impregnado de cultura.*

El cuerpo humano es receptor de los acontecimientos sociales y culturales que suceden a su alrededor, y además constituye una unidad biológicamente cambiante que en contacto con su entorno se halla sujeto a significados diversos, importantes para la comunicación social.

Siguiendo a Harris (1981) podríamos convenir que la cultura constituye los “modos socialmente adquiridos, transmitidos y compartidos de pensar, sentir y actuar por parte de los miembros de un grupo humano”. La relación cuerpo-mundo es indisociable, el cuerpo es el vehículo de ser en el mundo, y ocupa un papel esencial en el diseño de la realidad. Si como afirmara Pitágoras con su celebre frase “el cuerpo es la medida de todas las cosas”, se puede asumir que incluso los bienes culturales son extensiones corporales por ser inseparables de las facultades sensoriales y motrices de nuestro organismo. Visto así, el cuerpo humano es el parámetro de cada complejo cultural.

El contexto en un amplio sentido (social, cultural, histórico, ambiental, circunstancial incluso) constituye el telón de fondo o plataforma interpretativa del simbolismo corporal y motriz. Los gustos, las tendencias, las maneras de ver y entender son diversas, es una cuestión de perspectiva. Así, la cultura se halla presente en la estructura social y en las funciones mismas del cuerpo.

El uso y percepción que tenemos de nuestros cuerpos amparados en el mercado, en la comunicación masiva y en una buena dosis de la tecnología, y que para algunas miradas, pudiera ser el único, contrasta realmente con otras visiones, como consecuencia de no participar de un mismo modo de vida, de una misma manera de entender el mundo exterior e interior.

El cuerpo para cada sociedad, además de un hecho biológico, es un territorio cargado de representaciones en donde permanentemente se construye y deconstruyen imágenes culturales, en donde se deja notar el espacio y el tiempo, y en donde se proyectan señas de identidad y de alteridad. Si como se ha sugerido el cuerpo es un símbolo de la cultura y de la sociedad en donde nos hallamos inmersos, pensar y entender el cuerpo nos aproxima a la comprensión del mundo que nos envuelve, a la realidad simbólica que junto con la pura carnalidad forma parte de nuestro ser, dándole a la materia sentido.

DIMENSIÓN ÉTICO-POLÍTICA

Hoy más que nunca se hacen necesarios

un pensamiento y una actitud ecosófica

La vida cotidiana representa un lugar en el que el hombre se siente “protegido” dentro de una trama de hábitos y rutinas que se fue creando en el transcurso del tiempo. La vida afectiva, familiar, profesional, de las amistades, se construye en la vida cotidiana. También en ella se amortiguan los efectos de lo político, de lo social; en ella reinan las intenciones de los sujetos, inversamente a lo que sucede en el campo

social que impone conductas y reglas que no siempre cuentan con la adhesión de todos (Le Breton, 2002b). El estudio cotidiano centrado en los usos del cuerpo recuerda que, en el paso de los días, el hombre teje su aventura personal, envejece, ama, siente placer o dolor. Una trama que esta tejida socialmente por elementos tanto éticos como políticos. A través de las acciones y condiciones habituales, el cuerpo es transparente al sujeto que lo habita, puesto que sutilmente pasa de una tarea a otra, adopta los gestos socialmente admitidos, se hace permeable a los datos del medio a través de un tejido continuo de sensaciones.

El cuerpo, sus posibilidades y bloqueos son producidos en una trama social y política inmanente a un devenir histórico. La experiencia humana, más allá del rostro insólito que adopte, está basada, por completo en lo que el cuerpo realiza. No habrá cuerpo fuera de esa trama: cuerpo del placer, cuerpo organizado, cuerpo disciplinado, cuerpo de la culpa, pero siempre, cuerpo político. Es decir, un cuerpo producido en relaciones de poder que son relaciones políticas. Relaciones que se trazan en lugares y espacios determinados, el espacio habitado se convierte, entonces, en productor de comportamiento. Las relaciones sociales en las cuales la biología humana se inserta, conforman un régimen de afecciones del cual el cuerpo es emergente. Así, el cuerpo erógeno es producto de relaciones con otros cuerpos, su propia existencia se sustenta solamente en relaciones. Esto nos sitúa, en el plano de una ética del cuerpo. Ahora bien, esas relaciones que componen el cuerpo, no son relaciones naturales, o sea relaciones dadas de una vez para siempre, son relaciones producidas. Las formas que esas relaciones adoptan históricamente varían de acuerdo a las formaciones económico-sociales y a las estrategias políticas emergentes de las mismas.

Un régimen estético tiene que ver con un régimen sensible y perceptivo, que genera unas formas específicas de experiencia, que son, ellas mismas, productoras de visibilidad y decibilidad. Jaques Rancière citado por Farina (2005), afirma que la designación de los lugares, tiempos y funciones de cada sujeto en la vida común configura una estética: la estética de lo político, las formas de las relaciones colectivas. Dichas atribuciones espacio-temporales se refieren a mecanismos de legitimación y deslegitimación de lo sensible (de lo que se da o no se da a ver) que, según Rancière (2002), configuran la actividad común. Es decir, configuran a las formas de lo político que definen una

experiencia de lo común. Desde esa perspectiva, lo político se configura a partir de una determinada legitimación en la designación de las funciones y posiciones de cada sujeto en la experiencia de lo común, en las relaciones colectivas. En ese contexto, cada función está referida a una competencia determinada sobre lo que cada individuo puede ver y decir. Lo político tiene que ver, entonces, con capacidades e incapacidades atribuidas al sujeto, que componen la forma sujeto, de acuerdo con el lugar y la función que le es asignada. En ese sentido. Esos lugares a ocupar están identificados con funciones a desempeñar por parte del sujeto, cuyas articulaciones promueven visibilidades e invisibilidades de un sujeto o de un grupo, que configuran, de ese modo, órdenes de percepción que configuran las formas de lo político.

Es decir:

“la estética de lo político se compone a partir de relaciones entre lugar y tiempo, que confieren una determinada legitimidad a lo que se es capaz e incapaz de enunciar y dar a ver. La estética de lo político trata de la fuerza que agrega y mantiene una posición específica, un lugar de permanencia, para hacer visible determinadas formas de enunciados y sujetos de enunciación. Se trata del juego topográfico entre planos y formas, entre fuerzas y funciones, entre lugares y posiciones que configuran las formas de lo sensible. Y lo que se comparte es un régimen sensible que instruye la percepción respecto a los lugares y funciones de expresión y acción en un orden común” (Farina, 2005, pág.135).

DIMENSIÓN EDUCATIVA

“Pensar la educación del cuerpo, es pensar siempre en los modos por los cuales una sociedad se representa, se piensa a si misma”

Carmén Soares

La educación del cuerpo es intermediada por múltiples saberes y prácticas que van de la higiene a las buenas maneras, de los usos del agua como lugar de trabajo y diversión a los baños como limpieza, de los modos de alimentarse, amar dar a luz, enfermar, morir. Son múltiples los caminos recorridos por esta educación que elabora prácticas contradictorias, ambiguas, tensas y que prescribe, dicta y aplica fórmulas y formas de contención tanto de necesidades fisiológicas, contradiciendo, así, la “naturaleza”, como los viejos deseos. Distintos actos de conocimiento y no apenas la palabra constituyen esta educación diuturna e intermitente.

Pensar la educación del cuerpo, por tanto, es pensar en los modos por los cuales una sociedad se representa, piensa a sí misma. Superficie individual y social al mismo tiempo, el cuerpo testigo de los múltiples investimentos, el comparte la sociedad y la revela (Soares, 2007). El color de la piel, la altura, el peso, los gestos más íntimos y los más visibles, las acciones más complejas y las más delicadas, así como las ropas y los aderezos revelan al cuerpo como lugar de pertenencia, de identidad. Tal vez por eso mismo Lévi-Strauss (1974:48) haya afirmado ser el cuerpo un testimonio mayor más que encuentros arqueológicos.

Sentir aromas y probar sabores, ver, oír, tocar son todas acciones directamente vinculadas al cuerpo. Así como se es educado para comportarse de una manera u otra en determinados escenarios, vestirse de acuerdo a situaciones y rituales determinados socialmente, el cuerpo también es educado para aprender movimientos estereotipados de acuerdo a la infancia, la adolescencia, la adultez e inclusive, en la

adulthood mayor. lo que estructura, entonces, la existencia del cuerpo, no es más la irreductibilidad del sentido sino la posibilidad de intercambiar elementos y funciones que aseguran su orden.

DIMENSIÓN PRODUCTIVA LABORAL

Todas las personas tienen la disposición de trabajar creativamente.

Lo que sucede es que la mayoría jamás lo nota.

Truman Capote

Al abordar la dimensión productiva laboral, es necesario comprender, a través del análisis socio histórico general, cómo el cuerpo y su motricidad resultan modificados por las dinámicas sociales, sus tensiones, permanencias y cambios en cada uno de los momentos y procesos cercanos a la industrialización. Las relaciones económicas del mundo en proceso de modernización, pasan indiscutiblemente por el cuerpo, en tanto a las formas de objetivación del cuerpo, acunductamiento del cuerpo motriz y el disciplinamiento. Aspectos que se evidencian, cuanto más se procura un cuerpo productivo, fortalecido para el cumplimiento de las labores de las que precisa una sociedad y un estado determinado. El cuerpo se regula a través del conjunto normativo de las instituciones, en el caso de la organización productiva, sus intereses rentables le imprimen aun mayor fuerza a ese objetivo. Foucault quien realiza un recorrido por las prácticas sociales encaminadas al control y disciplinamiento de la subjetividad en una amplia dimensión *bio-política*. Respecto al papel del trabajo en esta dimensión, plantea:

“El cuerpo Humano es, como sabemos, una fuerza de producción, pero el cuerpo no existe tal cual, como un artículo biológico o como un material. El cuerpo humano existe en y a través de un sistema político. El poder político proporciona cierto espacio al individuo: un espacio donde comportarse, donde adoptar una postura particular, sentarse de una determinada forma o trabajar continuamente. Marx pensaba –así lo

escribió- que el trabajo constituye la esencia concreta del hombre. Creo que esa es una idea típicamente hegeliana. El trabajo no es la esencia concreta del hombre. Si el hombre trabaja, si el cuerpo humano es una fuerza productiva, es porque está obligado a trabajar. Y está obligado porque se halla rodeado por fuerzas políticas, atrapado por los mecanismos del poder”. (Foucault, 1999)

En este sentido, las relaciones de poder, distintas a las de sometimiento total y dominación primaria características del feudalismo, empezarán a mediar en una serie de dispositivos materiales y lingüísticos; estos dispositivos pretenderán persuadir y modificar la conducta y las representaciones del cuerpo en el nuevo mundo del trabajo, moldeando un cuerpo masculino o femenino en términos de instrumentalidad productiva y reproductiva.

El cuerpo productivo es pues, “el resultado de una concepción del hombre y su entorno, una nueva interpretación de la materialidad y temporalidad de las cosas; esta visión será reforzada de manera explícita en el proceso de industrialización, sin embargo, las ideas de cuerpo y sujeto trabajador siguen sufriendo cambios hasta hoy y en ese devenir han logrado transformar radicalmente la vida de las personas” (Castaño, R. 2008)

Se reconoce la importancia del trabajo pero, no por ello, se acepta que sea lo único importante en la vida del hombre, con Huizinga y Omme Grupe se puede apoyar la hipótesis de que juego y trabajo son las dos formas básicas de la existencia humana (Bolívar, C. 1998). Por lo tanto, reconocer que en medio de las conjunciones entre el trabajo, el cuerpo y la motricidad, está presente la disposición a partir de la cual los sujetos se apropian de las condiciones tanto laborales como sociales dadas o de las que se puede “echar mano”; así, comprender que la relación que existe entre el cuerpo y el mundo del trabajo, no tiene límites específicos fuera de aquellos abordados institucionalmente y en los que se destacan las competencias cotidianas respecto a las prácticas instrumentales y especializadas, están también aquellas labores que desde otro tipo de producción le permiten a los sujetos mantener relaciones, valores y condiciones, a partir de los cuales se significa y se reconoce. Esto es, aquellas labores de las que se hace participe en función específica del estar ocupado y ser “útil” a la sociedad, desde la

concepción más cercana que se tiene, esto abordando los elementos constitutivos de los sujetos que se encuentran jubilados o que por motivos de salud, han debido modificar sus rutinas laborales.

LÚDICA Y RECREACIÓN

*“El más seguro de los mutismos no
Consiste en callarse, sino en hablar”
Kierkegaard*

La lúdica es esencialmente parte de una dimensión del hombre, una condición humana durante toda su vida terrenal que a través del goce innato nos permite suplir necesidades de expresión, de sentirse, de creación, y de conocimiento y potenciar nuestra vida a otras esferas que balancean las contradicciones y aflicciones de esta vida. Cuando se indaga cual es la importancia de lo lúdico y del movimiento en el proceso educacional, se desea conocer cuál es la importancia de las actividades que se realizan en el tiempo de no-trabajo, pues es en la práctica de la actividades lúdicas y de movimiento -actividades recreativas, deportivas y culturales- que el hombre configura sus puntos de vista, sus juicios, sus convicciones. Durante la actividad desarrolla sus capacidades de hombre, su iniciativa, su individualidad. Es en ella que se da la asimilación de las normas de vida en común, con el acercamiento de los jóvenes con la riqueza material y espiritual creadas por las generaciones precedentes.

Es en la corporeidad que se ubica el punto central del encuentro del hombre consigo mismo. De ahí que la corporeidad es la condición inicial para que se reinstaure la presencia de lo humano.

La recreación es una actividad o serie de actividades que libremente son ejecutadas por un individuo con el fin de olvidarse de sus obligaciones diarias (Ej: el trabajo) y que generalmente están ligadas al uso del tiempo “libre” proporcionándoles el goce, disfrute y desarrollo. La Recreación hace parte de la condición lúdica.

El juego es un espacio donde todo ser humano desde niño hasta la adultez mayor construye seriamente bajo ciertas condiciones y reglas y sin un fin utilitario un proceso de saberes y comportamientos dentro de la propia vida y su cultura. El Juego es lúdico y es parte de la Recreación y se enmarca en cualquier tiempo.

La lúdica se asume aquí como una dimensión del desarrollo humano, esto es, como una parte constitutiva del hombre, tan importante como otras dimensiones históricamente más aceptadas: la cognitiva, la sexual, la comunicativa, etc. En tanto que en la dimensión del desarrollo humano, la lúdica se constituye en un factor decisivo para enriquecer o empobrecer dicho desarrollo, pudiendo afirmarse que a mayores posibilidades de expresión y satisfacción lúdica corresponden mejores posibilidades de salud y bienestar, y por tanto, a ambientes que bloqueen o limiten la expresión lúdica corresponden personas con carencias significativas en el desarrollo humano, tanto así como si se reprime o bloquea la sexualidad y el conocimiento. Sin embargo, afirmar que la lúdica es una dimensión humana, no es más que una definición genérica, será necesario caracterizarlas aún más para efectos de su comprensión.

La lúdica según Bolívar (1998) se refiere a la necesidad del ser humano, de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias (reír, gritar, llorar, gozar) emociones orientadas hacia la entretención, la diversión y el esparcimiento. Si se acepta ésta definición se comprenderá que la lúdica posee una ilimitada cantidad de formas, medios o satisfactores, de los cuales el juego es tan solo uno de ellos.

Puede asegurarse, con base en lo expuesto, que la lúdica se expresa en actividades tan diferentes como el baile, el paseo, la observación de un partido de fútbol, el jumping (saltar al vacío desde un puente, atado a una cuerda elástica) o leer poesía. Con Max Neef se puede expresar que la lúdica debe ser concebida no solamente como una necesidad del ser humano sino como una potencialidad creativa. Esto es que el

hombre no solo requiere de la lúdica para su desarrollo armónico sino que también puede, y en verdad lo hace, producir satisfactores de dicha necesidad, durante su desarrollo histórico, social y ontogenético.

PARADIGMAS DEL CUERPO EN EL CONTEXTO DEL ADULTO MAYOR

Me permitiré en esta presentación hacer una aproximación a los paradigmas del cuerpo, aquellas creencias e imaginarios que cultural y socialmente han fundado las representaciones que hombres y mujeres han hecho de sus cuerpos, y que a su vez han emergido en la infancia, adolescencia, adultez y por supuesto en el contexto del adulto mayor.

Sin duda, somos y tenemos un cuerpo, desde la individualidad que es nuestro sustrato biológico que nos pertenece desde el nacimiento en el proceso de sustentarnos en la vida como criaturas, hasta perderlo en la muerte. Y desde la identidad, que es social y depende de los otros para su consolidación, aunque es construida y proyectada por el sujeto e incluso lo trasciende más allá de su muerte. La identidad se nos otorga, ya que es siempre el producto de la presentación de la persona ante los demás que constituimos por estrategias que dependen de matrices sociales. Las identidades se constituyen por la pertenencia a una familia, a una etnia, profesión, nación, religión e incluso por el mantenimiento o destrucción de una reputación personal y por las obras que uno realiza a lo largo de la vida. Pueden ser personales o colectivas y son indispensables para su supervivencia biológica.

Ahora bien, ¿porqué hablar de la identidad cuando se me ha convocado a este espacio para abordar los paradigmas del cuerpo en el contexto del adulto mayor? será pues, preciso enunciar que más que un cuerpo biológico y físico, son las condiciones colectivas de la identidad las matrices e instituciones que establecen las reglas de su estructuración y manifestación. Esto es, comprender que la subjetividad es el punto de integración de realidades internas y externas, privadas y públicas, personales y sociales y sobre todo, presentes, pasadas y futuras permitiéndonos reconocernos como uno mismo a lo largo del tiempo y a través de los distintos espacios sociales.

De acuerdo con esto, abordar los paradigmas del cuerpo, indica en primera instancia reconocer las convenciones culturales que lo han constituido, las cuales son artificios materiales y mentales cuyo uso le proporciona al ser humano la estabilidad necesaria para sobrevivir socialmente. Como la criatura inestable y mortal que es, depende de la cultura y de sus convenciones para albergarse y convivir; para ello labora y trabaja. Combinaciones de distintos contextos geográficos, históricos y sociales pueden dar cuenta de la diversidad cultural.

Me parece oportuno abarcar aquí, más los aspectos sobre los que se fueron construyendo las estructuras comportamentales y de mentalidad a la postre determinantes de la emotividad del comportamiento corporal contemporáneo; una perspectiva que trata de comprender no solo la realidad social y material, sino también las formas en que los hombres han representado estas como un aspecto más de la propia realidad. Así, los paradigmas del cuerpo se han instaurado en las instituciones tanto a nivel religioso, político, como escolar y familiar, desde la misma educación del cuerpo que es intermediada por múltiples saberes y prácticas que van de la higiene a los buenos modales, de los modos de alimentarse, amar, dar a luz, enfermar, morir. El cuerpo es testimonio de los múltiples investimentos, el comparte la sociedad y la revela. El color de la piel, la estatura, el peso, los gestos más íntimos y los más visibles, las acciones más complejas y más delicadas, así como la ropa y los aderezos revelan al cuerpo como lugar de pertenencia, de identidad (Soares, 2007).

Un paradigma inicial, podría pues estar enmarcado en el cuerpo como mera materia, en la cual se instauran una serie de imágenes sociales del cuerpo humano, sobre las que en definitiva, se constituyen los modelos de comportamiento y sensibilidad corporal. El envejecimiento, termino occidental, marca la progresiva reducción del cuerpo, una especie de vasallaje a una dualidad que opone sujeto y cuerpo y que lo hace bajo la dependencia de éste último, la enfermedad, el dolor, son otros ejemplos, pero provisorios, de la dualidad inherente a la condición de hombre, pero el envejecimiento está asociado a una dualidad definitiva (Le breton, 2002). Así, la vejez aparece como la palabra que designa al “cuerpo envejecido” a aquello que aparece como la disminución, esencialmente irreversible con el paso del tiempo, de la capacidad del organismo o de alguna de sus partes, para adaptarse al entorno, debido a un proceso que inicia desde el mismo momento de la concepción. Si en este momento dirigimos nuestra mirada al vecino que esta a nuestro lado derecho, izquierdo, al frente o detrás,

encontraríamos que desde la apariencia física del cuerpo percibimos personas más jóvenes y más viejas que cada uno de nosotros, y si preguntáramos la edad esa percepción se confirmaría o dudaría de la respuesta – claro si nos atreviésemos a decir nuestra edad cronológica real-. Con esto, la descripción del cuerpo nunca es inocente, siempre tiene una función política, en la cual determino a los demás a partir de Mí Mismo. Cuerpos todos que con el paso de los días manifiestan cambios en la apariencia física – disminución de la estatura, acumulación de grasa, deformación de articulaciones, flacidez de pechos, calvicie, aparición de arrugas, entre muchas otras que a lo mejor pasan desapercibidas por nuestro buen deseo de permanecer en el letargo de la juventud. El envejecimiento es un proceso insensible, infinitamente lento que se escapa a la conciencia por que no produce ningún contraste; el hombre pasa suavemente, de un día al otro, de un año al otro, son los acontecimientos de la vida cotidiana los que viven el paso del día y no la conciencia del tiempo. Con una lentitud que escapa al entendimiento, el tiempo se agrega al rostro, penetra los tejidos, debilita los músculos, disminuye la energía, pero sin traumatismos, sin ruptura brutal. Durante mucho tiempo en la vida, los ancianos son otros. La senectud es un camino que se recorre a paso de hombre, no pesa nunca, cada día se avanza un paso sobre la ruta, pero la distancia parece larga e inagotable el trayecto que resta, a cualquier edad (Le Breton, 2002b). La evidencia guía la marcha y el sentimiento de identidad sigue siendo el mismo, aquí coincidimos honestamente que nuestro cuerpo biológico ahora mismo está envejeciendo.

En las calles apreciamos lo variada que es la humanidad. Hay mujeres y hombres, muchachos y muchachas de todos los tamaños, formas y colores: distintos tonos de tez y distintos perfiles faciales, diversidad en la forma de los ojos y en la textura del pelo. Cada uno de nosotros tiene un cuerpo y procede de una cultura que nos dice qué debemos hacer con el cuerpo. En una misma multitud es posible que haya ortodoxos y cabezas rapadas, cabellos lisos de origen africano y cabellos rizados de origen europeo, uñas postizas y uñas de los pies pintadas, barbas recortadas y ombligos y rostros con piercing, dientes falsos y cuellos con corbatín, piernas afeitadas y axilas sin afeitar, cejas depiladas y mejillas maquilladas, pechos agrandados y narices reducidas, pantorrillas sobre tacones altos y orejas estiradas por las joyas, manos apoyadas por caminadores y bastones, pies que caminan lentamente, ascienden pausadamente las escaleras y con temor hacen

el descenso, cuerpos abrazados por trajes que aprietan, accesorios que circunscriben, estos lentes, estos brakets y estos tacones. Los muchos remiendos que se le hacen al cuerpo ilustran la ambivalencia y creatividad con que reaccionamos ante él.

Si antes los hombres envejecían con el sentimiento de seguir el camino natural que los llevaba a un reconocimiento cada vez mayor, el hombre de la modernidad combate todo el tiempo las huellas de la edad y tiene miedo de envejecer por temor a perder su posición profesional y a no encontrar empleo o espacio en el campo comunicativo. Pero no es solamente huella de lo de adentro, sino la huella que los discursos sobre el cuerpo se van imponiendo creando una compleja trama fantasmática entre esa fuerza que la biología impone y esa otra poderosa fuerza que es la cultura y que impone valores, restricciones e imperativos.

El cuerpo humano percibe el mundo mediante sus sentidos y no hay sentido sin contacto. A través del cuerpo el mundo nos toca. De aquí un paradigma de los sentidos que abordan al cuerpo y del cuerpo que aborda el mundo. Probamos el chocolate y el vino cuando las moléculas del producto nos acarician la lengua. Oímos la música cuando las ondas sonoras hacen que vibre el tímpano dentro del oído. Olemos el café porque diminutas partículas de éste flotan en el aire y rozan nuestros receptores nasales. Los fotones nos entran por los ojos y nos permiten ver el color de las hojas que el sol ilumina. Y existe un sentido, que oficialmente denominamos tacto, que nos permite percibir en la piel la diferencia que hay entre la lana de la chaqueta y el algodón de la camisa, la textura de la maleta que llevamos o la luz del sol que cae sobre nuestros párpados. Sentidos que hacen nuestra historia o nos hacen la historia personal, que son memoria y hacen memoria en cada rastro de nuestro cuerpo (Le Breton, 2007).

Ahora bien, es quizás la imagen, el paradigma que más evidente se hace en la cotidianidad, amparado por el simbolismo de cuerpo que se ha configurado irreductiblemente en todas las esferas culturales. La imagen del cuerpo se organiza alrededor de una forma, aquel sentimiento de unidad de las diferentes partes del cuerpo, de su aprehensión como un todo, de sus límites precisos en el espacio. Un componente esencial es el valor, es decir, la interiorización que el sujeto hace del juicio social respecto a de los atributos físicos que lo caracterizan (lindo/feo,

joven/viejo, alto/bajo, gordo/flaco, etc.) estos componentes dependen del contexto social, cultural, interpersonal y personal, sin el que sería impensable la imagen del cuerpo, del mismo modo que la identidad del sujeto (Le Breton, 2002b).

Con esto, el registro del valor representa aquí el punto de vista del otro, en donde se hace necesario en el contexto del adulto mayor, la identidad, nombrándolo, intentando reconstruir el hilo de la vida, promover una política del movimiento (tanto del pensamiento como física), en la cual se reconozca el intercambio desde el contacto, la mirada y la palabra, valorando tanto lo que se ve como aquello que se descubre cuando se rompe el silencio y nos encontramos en el reconocimiento de nosotros mismo y del otro, en tanto que el sentimiento de la vejez es una mezcla indiferenciada de conciencia de uno mismo (a través de la conciencia aguda de un cuerpo que cambia) y de una apreciación social y cultural.

Los paradigmas que se trazan sobre el cuerpo, quizá pueden ser innúmeros según las miradas que se tengan de él y las lecturas que cada cultura construya del cuerpo o los cuerpos que la congregan. Sin duda, esto dependerá de la trayectoria personal, de sus valores, del que le atribuye cada uno a sus actos y por supuesto de la calidad de la presencia del entorno, o mejor de la calidez, que será pues el abrigo que nos permitirá confrontarnos ante la dignidad humana, no solo como palabra sino como actitud y disposición, como posibilidad de transformar nuestra mirada ante cualquier paradigma, hacia el reconocimiento del rastro de humanidad que albergamos y que de una manera u otra nos convoca a compartir este espacio y otros más, que están a la espera, de quienes estemos dispuestos a reconocer el legado, valorar la presencia y resignificar la huella del adulto mayor acompañándola con nuestro andar.

3. ESPECIFICACIONES

4. DESARROLLOS

PLAN DE RUTA.

Si te digo algo lo olvidarás...si te enseñó lo recordarás... y si tu lo asumes y participas entonces aprenderás.

El proyecto Jóvenes- Adultos Mayores se direccionará mediante un enfoque de investigación acción educativa que a su vez estará direccionado para su gestión en la planeación estratégica y participativa mediante el sistema de gestión de procesos SGP.

El método formativo: se fundamenta en la investigación acción educativa.

I. Paso uno: SE APRENDE HACIENDO.

INICIO DEL PROGRAMA

A. MACROPROCESO ESTRUCTURALES

A.1. FORMACION:

- A.1.1 Programa
- A.1.2. Plan de estudio
- A.1.4. seminarios –talleres
- A.1.5. Comité académico
- A.1.6. Graduaciones

A.2 INVESTIGACIÓN.

- A.2.1. Autoformación del equipo
- A.2.2 sistematización procesos formación
- A.2.3. Estado del arte
- A.2.4. Registro fotográfico
- A.2.5 Diagnóstico
- A.2.5. Video
- A.2.6. Documento Parcial y final-

A.3 Proyectos

A.3.1 Diseño de la propuesta:

A.3.1.1. Asesoría:

A.3.1.12 Acompañamiento:

B. MACROPROCESOS DE APOYO.

B.1 PLANEACIÓN.

B.1.1. Misión

B.1.2. Visión

B.1.3. Políticas de calidad.

B.1.4. Mapa de procesos

B.1.5. Ruta de proceso

B.2 GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN

B.2.1. Promoción del proyecto

B.2.1.2. Visitas instituciones educativas

B.2.1.3. Visitas hogares geriátricos

B.2.1.4. Contacto con otros programas públicos y privados del adulto mayor y jóvenes emprendedores

B.2.1.5. Convenio con otros programas de apoyo.

B.2.1.6. Convocatorias.

B.2.2. CONTRATOS Y CONVENIOS.

B.2.2.1 Matriculas y carnetización

B.2.2.2 Contrato con docentes y instituciones.

B.2.2.3 Convenios interinstitucionales.

B.2.3 COMPRA

B.2.3.1. Cotizaciones.

B.2.3.2. Adquisiciones

B.2.4. ARCHIVO Y SUMINISTRO

B.2.4.1. Formatos.

B.2.4.2. Equipos de oficina

B.2.4.3. Inventario

B.2.5 PROTOCOLO Y LOGISTICA:

B.2.5.1.Reuniones.

B.2.5.2.Seminarios -talleres.

B.2.5.3.Comunicaciones

B.2.5.4 Página WEB -Link-Facebook

B.2.5.6.Cronograma general

B.2.6. Caja menor

B.2.7. Informes técnicos y financieros

2. Paso dos: ... **EL CAMINO SE HACE AL ANDAR.**

PROCESO	OBJETIVO ESTRATEGICOS	SUBPROCESOS	CRITERIO	INDICADORES	TIEMPO	RESPONSABLE
INICIO DE PROGRAMA	Poner en marcha el programa joven-adulto mayor	Inducción	Presentar el programa. Dar a conocer el marco estratégico y los procesos de soporte del proyecto.	El Programa. Mapa de procesos estructurales y fases metodológica	10 /08/09	Rector de la FESNA Coordinador general Trabajadora social
FORMACIÓN		Programa	Diseñar una innovación en educación para el trabajo , dirigida a la educación para el adulto mayor, cuyos resultados conduzcan a reorientar, retroalimentar, reestructurar y transformar	Estructurar y dar los fundamentos teóricos – conceptuales, legales situacionales y metodológicos al programa joven –adulto	10/08/09 a 10/10/09	Coordinador general y equipo de innovación.

			el componente curricular de educación media			
Generar un proceso de enseñanza –aprendizaje con los estudiantes de los grados 10 y 11 de dos colegios uno de la localidad de tunjelito y de la localidad de Ciudad Bolívar.	Plan de estudio	Diseñar y aplicar el curriculum de la innovación educativa en los colegios articulando el currículo con el ciclo educativo correspondiente a la educación media, estableciendo los espacios y los tiempos para adelantar la innovación pedagógica.	Plan de estudio validado	11 /08/09 a 18/08/09	Coordinador general y equipo innovación	
	Seminarios -Talleres	Desarrollar dos seminarios para los docentes, directivos y docentes que participan en la innovación. Dar una conferencia en los hogares gerontológicos que están apoyando el proyecto de innovación	Dar un (1) seminario taller a equipo de apoyo interinstitucional y estudiantes.	21/09/09 5/10/09	Equipo innovación	

		Graduaciones	Hacer una ceremonia de graduación	Certificar 80 estudiantes de los grados 10 y 11 de los colegios de la localidad de tunjelito y ciudad Bolívar	12/12/09	Comité académico
INVESTIGACIÓN		Autoformación del equipo	Generar un espacio de reflexión permanente con el equipo De innovación docente.	Hacer ocho foros internos que den cuenta del procesos académico e investigativo del proyecto	7/09/09 14/09/09 21/09/09 28/09/09	Coordinador, equipo de innovación

					5/10/09 19/10/09 26/10/09 9/11/09	
		sistematización procesos formación	hacer un documento en donde se sistematice las experiencias de formación e investigación	Documento en formato escrito y magnético	30/11/09	Docentes de innovación
		Registro fotográfico	Hacer un registro de imágenes de todo el proceso	Documento en formato escrito y magnético	11 /12/09	Trabajadora social y asistente administrativa
		Estado del arte	Hacer un estado del arte de organizaciones e investigaciones que trabajen con adultos mayores, con los cuales podamos desarrollar los objetivos del proyecto	Documento escrito y medio magnético		Coordinador y Equipo de innovación
		Diagnóstico	Hacer un diagnostico sobre experiencias curriculares de la educación media en educación para el trabajo relacionadas con la recreación, cultura y adulto	Documento escrito y magnético que contenga: objetivo Población	10/09/09 a 10/ 11/09	Coordinador del proyecto Equipo de innovación

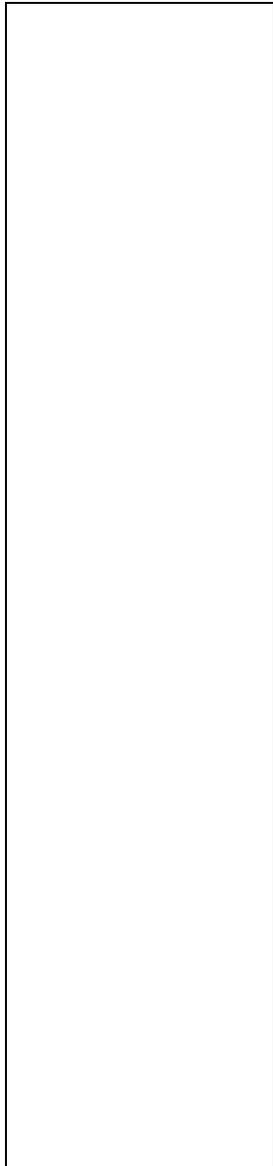
	mayor.	Participante resultados Aportes de cada experiencia para la innovación en desarrollo		
Video	Hacer un registro audiovisual del proceso	DVD	15/12/09	
Documento final	Entregar al IDEP, en documentos separados , que deberán cumplir con las especificaciones establecidas por el supervisor , los siguientes productos: Presentar y socializar con las entidades y personas solicitantes el informe final	Un documento que de cuenta del enfoque conceptual, la metodología y la sistematización y análisis de la información aplicados para el desarrollo de la innovación. Un documento en que se establezcan la estructura, los contenidos y la metodología curricular de la innovación educativa. Un documento de con la información recolectada mediante el trabajo de revisión documental y la evaluación de los procesos.	10/12/09	Coordinador general

PROYECTOS		Diseño de la propuesta	Dar la asesoría y acompañamiento a los jóvenes para que logren consolidar su proyecto de vida en orden a la competencia laboral adquirida en el programa joven-adulto mayor.	# de participantes por propuestas, Invitar a los estudiantes a que diseñen una propuesta técnica y financieramente viable	14 al 18 /09/09	Equipo de innovación
		Asesoría	Hacer un convenio con estudiantes de pasantías de los programas de administración de empresa que presten este servicio a los estudiantes	Programa validado y Convenio firmado	23/09/09 al 5 /12/09	Trabajadora Social, Docente Emprendimiento FESNA
		Acompañamiento	A partir de las propuestas de los estudiantes y las asesorías realizadas garantizar acompañamiento en el proceso para la formalización y legalidad de las misma	Programa validado y Convenio firmado	23/09/09 al 5 /12/09	Docente Emprendimiento FESNA
		Sistematización	Propiciar un espacio académico en donde el	Feria	27/11/09	Equipo de

			equipo de innovación logre validar fundamentos teóricos y metodológicos y garantizar un espacio en donde los adulto mayores, los estudiantes y padre de familia “rompan el silencio “			innovación
PLANEACION		Misión	A partir del programa de innovación definir que, como y a quienes va dirigido el proyecto de innovación?	Razón de ser del programa de innovación	14/08/09	Coordinador y Trabajadora social
		Visión	Saber ¿Qué tratamos de conseguir? · ¿Cuáles son nuestros valores? · ¿Cómo produciremos resultados? · ¿Cómo nos enfrentaremos al cambio? · ¿Cómo conseguiremos ser competitivos?	Adonde queremos llegar.	14/08/09	Coordinador y Trabajadora social
		Políticas de calidad	Declarar la acción que implementan la filosofía corporativa expresada en la declaración de misión.	Lineamientos para alcanzar la innovación	14/08/09	Coordinador y Trabajadora social

		<p>Mapa de proceso</p> <p>Identificar los procesos necesarios para el <u>sistema</u> de gestión de la calidad y su aplicación a través de la <u>organización</u> y así determinar la secuencia e <u>interacción</u> de estos procesos (mapa).</p>	<p>Mapa de procesos</p>	<p>11/08/09</p>	<p>Trabajadora social</p>
		<p>Ruta de proceso</p> <p>Identificar los pasos específicos que pueden ser adoptados para alcanzar los objetivos deseados.</p>	<p>Plan de ruta</p>	<p>14/08/09 al 18 /09</p>	<p>Trabajadora social</p>
<p>GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN</p>		<p>Promoción del proyecto</p> <p>Seleccionar dos colegios de las localidades de Ciudad Bolívar y Tunjuelito (uno por cada localidad).</p> <p>Asesorar a los colegios en donde se va a desarrollar la innovación en la organización de la estrategia curriculares, metodológicas y de organización administrativa</p>	<p>Dos colegios seleccionados y asesorados en el procesos de formación y organización.</p> <p># de visitas colegios</p> <p># de visitas a hogares gerontológico</p> <p>Contacto con otros programas públicos y privados del adulto mayor y jóvenes emprendedores</p> <p>Convenio con otros</p>		<p>Coordinador y trabajadora social</p>

				programas de apoyo. Convocatorias.		
		Contratos y convenios	<p>Sugerir la realización de convenios con entidades de educación superior mediante las cuales las universidades puedan realizar estudios superiores en disciplinar acordes con la innovación propuesta , bajo la modalidad de la educación media articulado con la educación superior en el tema de la innovación .</p> <p>Formalizar los convenios con las instituciones facilitadoras de las practicas de los estudiantes con el programa de innovación.</p> <p>Formalizar los contratos con los docentes de apoyo de las instituciones educativas</p>	<p># Convenios firmados.</p> <p>2 convenios uno por cada institución</p>	<p>01/09/09 a 01/12/09</p> <p>9/09/09</p>	<p>Coordinador general.</p> <p>Asistente</p>



		educativa		administrativa
		# 6 de contrato por docentes de apoyo		Asistente administrativas
Compra				
Archivos y suministros	Mantener actualizados y debidamente organizados, de acuerdo con el mapa de proceso, los archivos. Garantizar los formatos para dar agilidad a los procedimientos y/ o criterios de cada uno de los procesos y subprocesos.	# de archivo en físico y en carpetas programas Office Word, Excel, Power Point, galerías fotográficas.	Permanente	Asistente administrativa
Protocolo y logística	Organizar el protocolo y la logística que requieren: Las Reuniones. Los Seminarios -talleres. Los Informes técnicos y		Todos los lunes de 7:30 a 10 a.m De Martes a viernes de 7:a.m a 11 a.m.	Asistente administrativa

		financieros Las Comunicaciones Página WEB -Link- Facebook Cronograma general	#15 reuniones. #29 seminarios talleres. Un cronograma general	Permanente. Permanente Permanente. Permanente . 31/08/09	
	Caja menor				
	INFORMES TECNICOS Y FINANCIEROS	Presentar un informe de avance de actividades, al primer mes , al tercero al quinto y los demás que el supervisor del contrato requiera. Presentar informes financieros en el momento	Primer informe (documento escrito y copia CD). Segundo informe documento escrito y copia CD). Tercer informe documento escrito y	10/09/09 10/11/09 15/12/09	Coordinador general y equipo de innovación.

			establecido por el IDEP, uno al tercer mes legalizado el contrato y el otro al finalizar el ejercicio	copia CD). Primer informe financiero formato IDEP. Segundo informe financiero formato IDEP	10/11/09 18/12/09	Jefe de finanzas de FESNA
--	--	--	---	--	--	---------------------------

Las actividades que se desarrollaron para la consecución de los indicadores y el porcentaje de logro total al concluir el proyecto de innovación, equipo de innovación y de apoyo institucional.

**DIAGRAMACIÓN DE LOS RESULTADOS
ARROJADOS POR LA EVALUACIÓN DEL
PROYECTO, REALIZADA A LOS ESTUDIANTES
DEL MISMO, EL DÍA JUEVES 10 DE DICIEMBRE**

EVALUACIÓN DEL PROYECTO JÓVENES-ADULTO MAYOR

El presente formato tiene como objetivo evaluar el proyecto en general. Le invitamos a diligenciarlo de la forma más completa y honesta posible. Sus observaciones son muy importantes para el proyecto. Gracias

MACROPROCESO ESTRUCTURAL DE FORMACIÓN

Evalúe los siguientes aspectos, marcando SÍ o NO y justifique su respuesta.

1. ¿Considera que los contenidos propuestos en los tres módulos, son claros, importantes y oportunos?

SÍ_____

NO_____

¿Por qué?

_____.

2. Las actividades desarrolladas durante las sesiones, ¿son organizadas, claras y permiten la reflexión?

SÍ_____

NO_____

¿Por qué?

_____.

3. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos, evalúe el trabajo desempeñado durante el proceso de formación, por parte de la docente Julieth Hernández:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia y Puntualidad				
Pertinencia y claridad de los contenidos				
Metodología				
Material Didáctico				
Motivación y estímulo a los estudiantes				
Interacción y trato con los estudiantes y docentes				

4. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos, evalúe el trabajo desempeñado durante el proceso de formación, por parte de la docente Luz Mireya Sarmiento:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia y Puntualidad				
Pertinencia y claridad de los contenidos				
Metodología				
Material Didáctico				
Motivación y estímulo a los estudiantes				
Interacción y trato con los estudiantes y docentes				

5. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos, evalúe el trabajo desempeñado durante las prácticas en el hogar “Mi Segundo Hogar”, por parte de la docente Julieth Hernández:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia y Puntualidad				
Acompañamiento en las actividades específicas de la práctica				
Asesoría en las inquietudes y resolución de conflictos				
Motivación y estímulo a los estudiantes				
Interacción y trato con los estudiantes, funcionarios del hogar y adultos mayores.				

6. ¿Cuáles son los aspectos positivos y a mejorar del trabajo teórico-práctico desarrollado por la docente Julieth Hernández en el proceso de formación?

Positivos: _____

_____ A mejorar

9. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos, evalúe el trabajo desempeñado por usted durante el proceso de formación:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia y Puntualidad.				
Entrega de documentación.				
Entrega de protocolos.				
Motivación y participación durante las sesiones.				
Interacción y trato con los docentes.				
Interacción y trato con sus compañeros.				

10. Teniendo en cuenta los siguientes aspectos, evalúe su desempeño durante las prácticas en el hogar “Mi Segundo Hogar”:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia y Puntualidad.				
Acompañamiento a los adultos mayores en los protocolos de baño, vestido, alimentación y arreglo de la unidad.				
Acompañamiento a los adultos mayores durante las actividades lúdico recreativas.				
Interlocución con los adultos mayores.				
Entrega de diarios de campo.				
Interacción y trato con los funcionarios del hogar.				

11. ¿Cuáles son las expectativas que usted tiene en este momento respecto a los aprendizajes que desarrollo durante el programa de formación?

 ----- .

12. ¿Cómo evalúa el acompañamiento de los docentes de su institución durante el programa de formación?

DOCENTES Colegio Distrital Venecia	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Héctor Rojas				
Silvia Vega				
Jhonny Quiñones				
DOCENTE IED Rodrigo Lara Bonilla	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Rodrigo Trujillo				
Gonzalo Rivera				

MACROPROCESO ESTRUCTURAL DE PROYECTOS

Si usted ha hecho parte del programa de Asesoría y Acompañamiento de los días sábados, diligencie las preguntas 1 y 2.

1. Cómo evaluaría a la trabajadora social Rocío Mora en el desarrollo del módulo Comunicación

- a. Excelente b. Bueno c. Regular d. Malo

¿Por qué? -----
 ----- .

2. Cómo evaluaría al docente Octavio Marentes en el desarrollo del módulo Administración

- a. Excelente b. Bueno c. Regular d. Malo

b. ¿Por

qué? _____
_____.

3. Respecto al desarrollo de la Feria Empresarial para la Formación de Jóvenes en Actividad Física, Recreación, Cuidado y Asistencia del Adulto Mayor, evalúe los siguientes aspectos:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Intención de la Feria				
Logística y Organización				
Presentación del Evento				
Puntualidad				
Espacio Físico				
Ponentes y Panelistas				
Servicios de Refrigerio, Almuerzo y Bebidas				
Intervenciones Artísticas				

MACROPROCESO DE APOYO

PLANEACIÓN

GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN

PROMOCIÓN DEL PROYECTO

¿Cómo calificaría usted las visitas a otros hogares geriátricos durante el proceso?

- a. Excelente b. Buena c. Regular d. Mala

¿Por qué?

ARCHIVO Y SUMINISTRO

Evalúe las siguientes aspectos respecto a la administración del proyecto:

ASPECTO	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Matrícula				
Carnetización				
Entrega Certificados y solicitudes varias				
Manejo Facebook				
Disposición Recursos Físicos				
Manejo Blog				
Papelería en General				
Atención en la oficina				

*MUCHAS GRACIAS, SUS APORTES SON MUY IMPORTANTES PARA NOSOTROS.
FELICES VACACIONES Y GRACIAS POR LA CONFIANZA Y EL ARDUO TRABAJO.*

Los métodos o los procedimientos utilizados:

- El proyecto jóvenes adulto mayor parte de un método de investigación etnográfico apoyándose desde allí al enfoque de la investigación acción educativa, entendiéndose ésta como la herramienta que facilita la labor del saber pedagógico en donde se enlaza el enfoque experimental de la ciencia social con programas de la acción social que responde a los problemas sociales en los que para nuestro caso enmarcamos la problemática del adulto mayor y el manejo intergeneracional a los que está llamado esta propuesta. Mediante la investigación educativa se está pretendiendo tratar de forma simultánea conocimientos y cambios sociales de manera que se una la teoría y la práctica.
- De otro lado, el proyecto joven- adulto mayor, dado el tiempo para la ejecución que se preveía para el mismo y considerando como soporte al método pedagógico e investigativo de formación y proyección antes mencionado, le apostó a la gestión por procesos GP como una forma administrativa funcional en donde se asigna a cada miembro del equipo procesos claves, logrando una gestión interfuncional generadora de valor para el cliente, y que, por lo tanto procura su satisfacción.
- Determinar los procesos dentro del proyecto joven adulto mayor desde la planeación estratégica, de antemano nos disponía a estar alerta para mejorar y rediseñar los mismos, por ello la necesidad de establecer prioridades de acuerdo con los contextos temporales y espaciales para el caso nuestro el mapa de procesos y el plan de ruta, el primero que buscaba definir la organización del proyecto como un sistema de procesos interrelacionados, el mapa impulsa a la organización a poseer una visión más allá de sus límites geográficos y funcionales mostrando cómo todas sus actividades están interrelacionadas para lograr un fin muy concreto como es el

logro de los objetivos planteados por este proyecto. El segundo, el plan de ruta es nuestra carta para navegar y es de ella que nos valemos para llegar a feliz termino en el tiempo previsto.

5. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Análisis e Interpretación de Categorías

ESTUDIANTES

Apropiación del protocolo en las sesiones prácticas

Los protocolos son un instrumento de sistematización de procesos, no meramente instrumentales sino valorativos-reflexivos, en la medida en que estos deben posibilitar un mejor trato para la trascendencia y dignificación del adulto mayor.

En el caso de Mi Segundo Hogar, más que un protocolo planteado y apropiado por parte de los funcionarios del mismo, se posee una suerte de claridad en la rutina. El trabajo práctico y teórico, la síntesis de las experiencias formativas y prácticas con los jóvenes en el hogar, permitió elaborar como uno de los productos finales, un real protocolo para la atención del adulto mayor. Con ello se le da claridad al estudiante de que el protocolo es heterogéneo dada la particularidad de cada uno de los casos de los adultos mayores.

Falta de disposición y fluidez a la hora de escribir lo que ocurre en las prácticas

La falta de hábitos lectoescriturales se hace más evidente en los estudiantes del Rodrigo Lara Bonilla sin obviar que hay una falencia en los estudiantes de la jornada diurna del Colegio Distrital Venecia. Lo anterior obedece a que los estudiantes del Rodrigo Lara provienen de una jornada nocturna en donde validan dos años académicos en uno y las exigencias que reciben por parte de la institución son escasas. No

obstante hay estudiantes que por sus vivencias, su dedicación e interés dan muestras de un manejo más fluido en la redacción y en el análisis que se hacen de los acontecimientos cotidianos.

Preocupación por apropiarse de las temáticas de acuerdo con sus vivencias

Por ser una temática que tiene que ver a la reflexión sobre lo humano, siempre existió la tendencia a establecer un vínculo entre los contenidos manejados en las talleres y las problemáticas de su vida personal reflejándose el interés de forma más marcada en el Rodrigo Lara Dado que son madres de familia en su mayoría, o personas vinculadas laboralmente en actividades similares.

“La recreación es lo que nos permite alejarnos de la vida real”

Permite reflexionar sobre la realidad de preocupaciones, problemas y estrés experimentada en estas poblaciones dejando ver que encuentra en la recreación una forma de escape de la realidad y una forma de relacionarse con el entorno. De aquí, se entiende cómo los jóvenes disfrutaban la actividad física con el adulto mayor en espacios libres.

Herramientas

Los estudiantes fueron mucho más participativos y tuvieron más cohesión de grupo en la medida en que las herramientas ofrecidas por el equipo, permitían la reflexión, el análisis y la contextualización. Se comprenden tres tipos de herramientas: Las lúdico-Recreativas, las estéticas y las que atañen a la movilidad temporoespacial. Al hacer uso de las herramientas temporoespaciales en los estudiantes, se efectúa un reconocimiento de sí en el espacio. El uso de estos tipos de herramientas permitió en parte, una catarsis, una purificación de las propias vivencias, lo que posibilitó una recepción más humana de los contextos en torno a los contenidos, los procesos metodológicos y pedagógicos, y en suma pactar un compromiso con ellos mismos, con el programa, el adulto mayor y la proyección que dan del mismo.

No hubo discriminación por género en ningún momento de los encuentros teóricos ni prácticos

En ninguna de las dos instituciones se encontró un sesgo en torno al aspecto de género. Ello se manifestó en la colaboración y solidaridad entre ellos y con el otro, apropiándose de sus compromisos y responsabilidades de acuerdo con la situación y la asignación de roles durante las prácticas y las dinámicas de grupo en las sesiones teóricas.

“Cuando nos toque cambiar el pañal, más de uno no va a volver”

Los estudiantes, al ingresar al programa, entraron con cierto tipo de prevención, alimentando de una u otra forma el estigma del trabajo con el adulto mayor. Tradicionalmente, los programas que se acercan a las instituciones son programas que tienen un carácter técnico instrumental, relacionado con objetos o manejos mecánicos (artesanía, panadería, sistemas, computación) y es escasa la oferta de programas que tengan en cuenta al joven y propongan un desarrollo humanístico.

Cabe anotar que el tipo de hogares, su organización es determinante a la hora de producir imaginarios y mitos frente al adulto mayor.

"Al llegar al hogar, sentí un olor fétido de orina y heces fecales entre otras que no se disimulaban ni con el tapabocas".

En primera instancia, se desconoce la presencia del adulto mayor como persona que requiere de una atención digna y permanente para mantener y mejorar su calidad de vida. Como un segundo aspecto, no se dan las condiciones mínimas para ofrecer el servicio, según la normativa expedida por la Secretaría de Salud. Y teniendo en cuenta esta última, cuando la Secretaría y sus estamentos controladores y reguladores hacen veeduría, no se exige el cumplimiento de la normativa con rigurosidad.

"Se puso a llorar y me dijo que mejor la dejara morir//Yo no sirvo para esto"

Ante las miradas que tiene la sociedad sobre el cuerpo y el ser del adulto mayor, se manifiesta la impotencia y la fragilidad del mismo. Igualmente por efecto de la misma sociedad, el adulto mayor, el hogar en que habita y su contexto en general, subvalora sus capacidades funcionales. La estructura física de los hogares, las barreras arquitectónicas, las dinámicas del personal, la falta de disposición y conocimiento, constituyen en él/ella una baja autoestima y momentos de casi permanente depresión, limitando otras formas de ser autónomo y de desarrollarse integralmente.

"Esa señora no está en nada".

Ante la actividad propuesta por funcionarios del Hospital del Sur, de disfrazar a los adultos mayores dada la festividad del Halloween, un estudiante del proyecto considera que dicha actividad estaba fuera de contexto lo que nos indica que los practicantes tienen claras las necesidades del adulto mayor y tienen ahora la habilidad y destreza del discernimiento para juzgar la pertinencia de las actividades propuestas por externos que en este caso específico muestra unos imaginarios y unas simbólicas institucionales, que implican, de un lado, el “cumplimiento del deber” entendido como presencia trivial que no responde de manera real a intereses, conocimientos y necesidades del adulto mayor sino a unos estereotipos socialmente dados y no humana ni profesionalmente sustentados. De otro lado se evidencia la trivialización de la integridad y la historia del adulto mayor. Dicha expresión del estudiante, nos afirma que, desde el proyecto, se ha construido significado y sentido en relación con el reconocimiento del adulto mayor.

"La Sra. Mercedes tiene cáncer de seno, ya hizo metástasis, tiene osteoporosis, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), obstrucción media al respirar, diabetes tipo 2 e hipertensión arterial, poliortropatía degenerativa, Parkinson".

Los estudiantes evidencian la necesidad de manejar los lenguajes técnicos, para ellos se hace menester comprenderlos. Gracias a ello, se empieza a establecer una diferenciación y a precisar la heterogeneidad de las poblaciones que acuden a estos centros; logran al tiempo, evidenciar que los cuidados necesarios para dichos cuadros médicos son inexistentes en muchos hogares.

Felicidad y Alegría

Se logró una real empatía intergeneracional a tal punto que su encuentro permanente se hizo necesario por parte de ambas poblaciones, manifestándose en las emociones, expresiones y actitudes corporales. Cuando hay una entrega sincera por el otro, este otro se siente comprometido y responde de manera cálida produciéndose ante todo una competencia de carácter ético y fundamentalmente humano; realidad que se evidenció en el proyecto.

"Otra vez lo van a bañar, pero si él se bañó ayer"// "Cuando los íbamos a bañar, empezaron a decir que no gastaran mucha agua porque ya se habían bañado y que entonces no tenían suficiente mugre".

Lo que se evidencia es la forma como se percibe al adulto mayor, y la falta de respuesta de la institución al compromiso ético establecido. Se le da mayor preeminencia al ahorro de agua que al a salud y la higiene de la persona y los estudiantes evidencian y sufren esto.

"Encontré un lugar muy frío/El fondo del hogar estaba frío y húmedo"

En sus diarios de campo, algunos estudiantes perciben al hogar como un espacio frío, húmedo que corrobora, que los espacios físicos determinan la estructuración mental y afectiva de los sujetos. En el caso del hogar, los espacios cerrados, sin aire ni luz determinan la emocionalidad, estructuran un tipo de pensamiento y condicionan la movilidad de quien habita este lugar. Este frío es real y simbólico, espacial y subjetivo. Real dadas las condiciones físico-emocionales del hogar y simbólico porque representa un aislamiento, un olvido, la soledad que se percibe cuando los estudiantes arriban al hogar.

"Creíamos imposible que alguien pudiese llegar a los cien años"

El asombro al percibir una persona con tantos años, que a veces se puede pensar como una edad mítica, inalcanzable, utópica. En nuestro tiempo genera sorpresa puesto que políticamente hay mayor expectativa de vida, pero la movilidad diaria y cotidiana del ser humano está reduciéndolo y con él su condición de vida.

"Es una señora que molesta mucho, siempre repite lo que dice"

A partir de los contenidos abordados en las sesiones, en relación con la realidad del adulto mayor, los estudiantes reconocen las acciones y los lenguajes de éste y efectúan una reflexión que le permite comprender su significado y su sentido desde el punto de vista de su historia y su cotidianidad.

"Es recordar a mi madre y reconocer la paciencia que hay que tener con ellos".

"Mi abuelita

está en un ancianato y no la puedo visitar y eso me da tristeza pero yo sé que allá está bien"

Se evoca el tratamiento que vinculó la relación del estudiante con su adulto mayor más próximo permitiéndole hacer una reflexión existencial pura y un discernimiento de la experiencia vivida. Lo que se demuestra, por otra parte, es una paradoja entre el ser y el deber ser: de un lado los contenidos abordados en el diplomado acercan a una reflexión vitalista, humana en donde se considera que uno debe darle la calidez a ese ser querido, y de otro, el entorno y el contexto de una sociedad que está montada sobre el vértigo de los afanes por la productividad y el dinero, hacen que haya un alejamiento en relación con el ser querido, propiciando la urgente necesidad de hallar un lugar donde le asistan.

"Sigue siendo incómodo el que se metan en nuestro trabajo"

Hay una dificultad para establecer un diálogo de saberes, las lógicas del poder se evidencian antes que la posibilidad del diálogo que en últimas instancia debe favorecer la atención del adulto mayor: Los estudiantes han llegado a expresar que sus acciones se vieron coartadas o limitadas por los funcionarios del hogar quienes condicionaban sus métodos, sus prácticas y sus gestiones.

"Es que los del Venecia son unos picados//Uy no, profe, no me junte con los de Venecia//Mejor que no vinieron los del otro grupo"

Se muestra una fuerte discriminación entre localidades que deja ver que demográfica, social y económicamente, las condiciones en que viven estos estudiantes.

"Qué bueno que vengan porque uno todo el día viendo cuatro paredes"

Al adulto mayor se le ha relegado a la soledad y a la discriminación de aquel que no produce, factor que favoreció la visita de nuestros estudiantes pues estos, al establecer dinámicas de conversación, atención sobre sus cuerpos, dedicación, les permitieron sentirse vivos y acompañados.

"Qué hacen acá, vayan a la escuela. Eso es lo que tienen que hacer los niños"

El adulto mayor tiene igualmente imaginarios contruidos a lo largo de su historia y de los contextos culturales y sociales en donde se ha desenvuelto. De acuerdo con su idiosincrasia, el adulto tiene el poder-saber-verdad: "Más sabe el diablo por viejo que por diablo", "Los pájaros tirándole a las escopetas", "Le va a enseñar a su papá a hacer hijos".

"Yo no conocía el parque"

Nos manifiesta las dinámicas de quietud del hogar y el aislamiento al que están relegados así como la disposición por parte del personal para generar acompañamientos de salidas al parque que le permitirían una mejor calidad de vida.

EQUIPO DE APOYO

“Más trabajo de grupo, menos tablero”

El equipo de apoyo consideró que la estructuración de los enfoques métodos y técnicas utilizadas fueron pertinentes. No obstante, hicieron la recomendación de dar a los estudiantes, mayor participación en la reflexión para que adquieran más compromiso en su actuar.

“Los módulos fueron pertinentes, hay un marco teórico que cambia la mirada”

El enfoque desde donde se estructuró la propuesta tiene como característica fundamental la formación integral compleja, desde la Ecología Humana y el pensamiento complejo como enfoques éticos de marcado compromiso humanístico, en donde lo fundamental se cimenta en el reconocimiento de sí mismo para poder reconocer al otro en toda su multidimensionalidad humana. De ahí que se comprenda, el proceso de formación para la consolidación de competencias laborales como una dinámica de carácter emancipatorio que le posibilite al joven, primero, descubrir al adulto mayor y descubrirse así mismo como ser histórico y hacedor de historia. De esta manera la competencia no se ubica en el ámbito de lo meramente instrumental sino que pasa por la dinámica hermenéutica-interpretativa-comprensiva hasta llegar al compromiso con la transformación del sujeto y de los contextos socioeconómicos políticos culturales. Es en este contexto en el que se comprende la cualificación del joven en cuanto a las competencias específicas que requieren la formación del joven en y para el cuidado del adulto mayor.

"La percepción que teníamos de los estudiantes cambió significativamente. Ahora los vemos como jóvenes sensibles, humanos y más responsables y esa no era la imagen que teníamos de ellos en el colegio". // "Este proyecto nos permitió acercarnos de forma diferente al estudiante y conocer de ellos otras dimensiones que desconocíamos"

Los docentes que hicieron parte del equipo de apoyo descubrieron nuevas potencialidades y posibilidades en sus estudiantes al verlos asumir responsabilidades con el adulto mayor que iban más allá del compromiso con la tarea, sino de la responsabilidad con la humano y con problemas concretos ofrecidos por la vida al verlos en esa interacción con el adulto mayor. De esta manera, desde el punto de vista pedagógico se devela que lo importante que uno de los aspectos importantes en los procesos de formación para la adquisición y consolidación de competencias, lo ofrece a movilidad de espacio-temporalidades, entendiéndolas, no sólo como la dinámica de carácter espacial sino, y ante todo, la movilidad de emociones y pensamientos.

"Mis hijos cambiaron"

Las madres de familia de los estudiantes que hicieron parte del grupo de emprendimiento, manifestaron haber cambiado la mirada que tenían de sus hijos dados los cambios actitudinales de estos en torno a los nuevos compromisos planteados por el proyecto y manifestados en la cotidianidad, generando, por parte la familia una apropiación del redimensionado proyecto de vida de sus hijos.

"Hay afectación en las emociones y en las sensaciones. Este proyecto llegó en una etapa de mi vida muy importante"

Para los docentes de apoyo, el proyecto ha representado un dispositivo de reflexión sobre su cotidianidad en relación a su vida familiar, a las emociones y sensaciones que los atraviesan al reconocer la realidad a la cual todos nos estamos acercando: La vejez.

Oportunidad

Los docentes consideran que el proyecto aparece como una oportunidad para que los estudiantes se formen, reflexionen otros contextos diferentes a su cotidianidad escolar y los afecten positivamente, así como una posibilidad para adquirir competencias laborales reconociendo que hay lugares de intervención en los cuales se puede ser partícipe.

"Los estudiantes están compenetrados con la práctica"

El estadio de la práctica, el diseño de un módulo pensado desde la aplicación de la teoría, ha ratificado la aprehensión de los conocimientos teóricos y axiológicos. Las sesiones prácticas en el hogar gerontológico, nos representan un reconocimiento por parte de los estudiantes de los objetivos planteados, mediante la articulación de temáticas y la experiencia adquirida en el desarrollo de los aspectos de cuidado, asistencia, actividad física y recreación del adulto mayor.

EQUIPO DE INNOVACIÓN

Precisión en la bitácora

La elaboración rigurosa, organizada y detallada de los registros de observación posibilitó la constante exploración de las vivencias de todos los participantes del proyecto de innovación, en los diferentes momentos. Así mismo, permitió reconocer el valor de la memoria, en tanto se mencionan los acontecimientos que marcaron la trascendencia del proyecto. A partir de éstos, se lleva a cabo la orientación y acompañamiento de la experiencia que da origen a las reflexiones y al análisis.

Precisión en los perfiles profesionales

Los perfiles del equipo de innovación fueron pertinentes, puesto que presentaron unas competencias profesionales tanto pedagógicas, humanísticas como disciplinares, que permitieron el desarrollo de los objetivos del proyecto de innovación. Desde una construcción conceptual permitieron hacer un acercamiento a lo factible, a la puesta en acción de planteamientos y concepciones sobre el proceso formativo de los jóvenes, así como a la mediación entre los conocimientos específicos y la reflexión de las experiencias, lo cual generó un conocimiento colectivo que dio cuenta de los procesos metodológicos seguidos por el equipo, de los supuestos conceptuales que emergieron

desde cada una de los profesionales hacia la creación de conocimientos, a partir de la experiencia de intervención en la realidad social tanto de los jóvenes como del adulto mayor.

Dinámicas internas de grupo

Las dinámicas de las relaciones entre los profesionales del equipo de innovación favorecieron el desarrollo del proyecto, la superación de su propuesta inicial, la construcción colectiva, la evaluación permanente, la efectividad en los procesos y el éxito en las actividades propuestas. La interlocución constante del equipo, permitió la confrontación, el diálogo y el enriquecimiento del proceso, al generarse un ambiente profesional coherente con la propuesta humana del proyecto.

"Piensa cuántas veces te ayudé de niño, pacientemente"

Dentro de las características en relación al cuidado y asistencia del adulto mayor, se destaca la disposición de los jóvenes frente al tratamiento y acercamiento al adulto mayor, desde el reconocimiento de la dignidad humana. Hay una correlación con las experiencias personales y la reflexión sobre la experiencia práctica concreta vivida por los jóvenes, dando sentido y significado a la frase que desde el video de sensibilización, posibilitó esta mediación.

"No te sientas triste e impotente por verme como me ves" SILENCIOS

La impotencia evidenciada en los jóvenes durante las prácticas y las visitas a los hogares, permite explorar sensibilidades que emergen en silencios y lágrimas, al reconocer las necesidades de los adultos mayores, en relación a las condiciones de desolación, aislamiento y desamparo. Condiciones que cuestionan y a su vez le permiten la reflexión para desvelar las formas como se relaciona con el adulto mayor y lo reconoce, desde la nostalgia personal atraída por lo que también fue generado por el video de sensibilización.

La redefinición de la autoridad

Las dinámicas de los estudiantes en cada una de las prácticas al asumir con compromiso y responsabilidad los protocolos en el hogar, redimensionan el concepto de autoridad, en tanto que reconstruyen y asignan elementos que les permiten establecer otras relaciones con los docentes acompañantes, pues ahora son ellos quienes conocen y manejan los protocolos en el contexto del adulto mayor en el hogar, haciendo evidente una nueva dirección de autoridad.

Coherencia en la estructuración del plan de estudios

Tanto la estructuración del plan de estudios, como la pertinencia y coherencia de éste, se evidencian a lo largo del proceso. Puesto que, a partir del estudio, la comprensión metodológica y aproximación inicial, se entra en la acción formativa. Teniendo en cuenta los conceptos específicos a ser estudiados en relación al cuidado, la asistencia, la actividad física y la recreación en el adulto mayor y los aspectos del conocimiento emergentes, los cuales permitieron establecer líneas de acción coherentes en cada uno de los módulos.

Gestión por Procesos

Esta categoría alude a la planeación estratégica para la organización administrativa del proyecto, al PHVA del mismo. Al cumplimiento de actividades de forma funcional y previamente organizadas. A la sistematización de los procesos y la evaluación de los macroprocesos definidos.

Formación integral compleja

Esta categoría para el equipo de innovación y apoyo fue de vital importancia pues ello fue la garantía, para de un lado se generaran procesos de autoformación permanente y de otro dar a los estudiantes las herramientas pedagógicas que traspolarizaran sus búsquedas, sus intereses y diera cabida a la problematización de nuevas formas de ver su proyecto de vida.

Enfoque investigativo participación acción

Esta categoría dentro de este proyecto se convierte en el eje central de la propuesta dado el enfoque, el método y las técnicas utilizadas.

Proyección

Esta categoría alude a la intencionalidad del proyecto Joven -Adulto Mayor de dar herramientas a los estudiantes inscritos, para que diseñen sus propuestas empresariales. A esto le dieron respuesta siete estudiantes de los cuarenta y ocho inscritos, quienes lograron estructurar dos instituciones para el cuidado domiciliario del adulto mayor: CEASIN Y CUIDARTE EN CASA.

Mediación Pedagógica

Refiere a todas y cada unas de las didácticas, metodologías, estrategias y contenidos pedagógicos empleados en el proceso de formación para favorecer la construcción del pensamiento crítico relacionado con la comprensión de la problemática del cuidado del adulto mayor.

Los estudiantes reconocieron la importancia de la diversidad de acciones educativas empleadas en el desarrollo del diplomado pues posibilitó la mejor asimilación de los conceptos y protocolos que se han de tener en cuenta para la atención del adulto mayor.

La práctica, constituyó para ellos el puntal fundamental de conocimiento y aplicación de los conceptos teóricos propuestos.

Se debe favorecer más el trabajo grupal de los estudiantes.

"Acompáñame en mi vejez, como yo te acompañé cuando tus piernas eran frágiles"

Los estudiantes desde el comienzo de la propuesta se dejaron afectar por las necesidades vitales y experiencias del adulto mayor.

La frase que identifica esta categoría refiere al video “El día que este viejo y yo ya no sea el mismo.....”, con el que se inicio el diplomado y se dio paso a la sensibilización y reflexión sobre el adulto mayor. Ante éste los estudiantes se manifestaron con llanto, silencio y afectación.

Combinación del enfoque investigativo con la gestión por procesos.

Posibilito, esta combinación, de un lado, la sistematización de los procesos formativos y los aprendizajes efectuados y, de otro como un real impacto con las poblaciones trabajadas (Joven y Adulto mayor).

La elaboración constante de registros de observación y protocolos favoreció la construcción argumentativa sobre cada una de las acciones, procesos, y hallazgos efectuados en el desarrollo de los aprendizajes propuestos durante el proyecto de innovación Joven-Adulto Mayor.

En la medida en que la elaboración del protocolo se hace familiar, se facilitan la reflexión sobre los quehaceres realizados, el mejoramiento de los procesos formativos y la atención prestada al adulto mayor.

"La ética es el sentido de la dignidad humana....."

Esta afirmación constituye el pilar fundamental sobre el que se desenvuelve el proyecto de innovación. El trabajo con adulto mayor invita a constituir unas competencias laborales que deben estar entre cruzadas en primera instancia por factores humanos, en donde se reconozcan las diversas dimensiones de su integralidad.

Los jóvenes integrantes de este proyecto de innovación lograron interiorizar el sentido de lo ético en relación con la competencia laboral, facto que se evidenció en los registros de observación, protocolos y alusiones hechos por ellos durante el desarrollo del proyecto.

El lenguaje, las palabras como determinantes en el proceso.

Al finalizar este proyecto se evidencia un manejo del lenguaje técnico por parte de los jóvenes pertenecientes al mismo. Se ha pasado de un uso de lenguaje ingenuo a uno de carácter más científico que les permite comprender las realidades de la problemática abordada en torno al adulto mayor. Esto da paso a la generación de unos códigos elaborados y pensamiento crítico-reflexivo.

Así es también, como desde la relación en la práctica, el joven ha de intentar restituirle un sentido a la existencia del adulto mayor, por medio de la presencia o de la palabra, el gesto o la escucha.

"No me presionen"

La categoría surge de una afirmación reiterativa ante el constante cuestionamiento por parte de los estudiantes hacia la directora de uno de los hogares gerontológicos en donde se realizaron las prácticas. Esto denota el interés de los estudiantes por disipar dudas y comprender las dinámicas de estas instituciones.

"Quién fuera Dios para bajarle el cielo a estas bellezas//Sorprenderías al niño Dios si te volteara a ver"

A través de la manifestación de estos “piropos” el adulto mayor muestra su reconocimiento y simpatía hacia las acciones que están efectuando con él. La presencia del “otro” despierta la vitalidad del adulto mayor, lo hace sentir vivo, lo interpela desde sus vivencias.

El Lavadero

Según las observaciones hechas por los estudiantes este lugar no era propicio para la realización de todas las actividades, ya que este sitio era destinado para lavar ropa y tendidos de cama orinados, desinfección de sondas o patos, lavado de traperos y elementos de aseo del hogar, favoreciéndose de esta manera la transmisión de gérmenes.

"No me jodan, no me cojan las tetas"

La categoría surge como expresión reiterativa, por parte de una de las adultas mayores del hogar, quien por la patología que presentaba, se manifestaba desde los lenguajes verbales de forma agresiva, al referirse a la intervención de los jóvenes acompañantes durante el protocolo de baño. Esto enuncia la depreciación de “uno mismo” y de las actividades inherentes a la vida cotidiana considerada, ahora sin perspectivas, puesto que hay una dependencia de cuidado de alguien más en el hogar hasta para la satisfacción de las necesidades más elementales, lo que sugiere un repliegue sobre un “yo” cada vez más restringido y desvalorizado, quedando el límite del cuerpo o, aun más, del inconformismo o la demencia, como otra manera de no estar ahí.

CONCLUSIONES

*Ítaca te ha concedido ya un hermoso viaje.
Sin ellas, jamás habrías partido;
mas no tiene otra cosa que ofrecerte.
Y si la encuentras pobre, Ítaca no te ha engañado.
Y siendo ya tan viejo, con tanta experiencia,
sin duda sabrás ya qué significan las Ítacas.*
Kavafis

El proyecto de innovación joven-adulto mayor, garantizó su éxito gracias, primero, al horizonte de sentido de carácter humanista cimentado en las propuestas de “pensamiento complejo” y de “Ecología humana”, segundo a la concreción de esta mirada teórico/conceptual en la estructuración de la dinámica práctica, desde tres pilares fundamentales a saber: formación, investigación y proyectos y, tercero, a la consolidación de un equipo humano y profesional interdisciplinario que, de un lado, desde el comienzo se comprometió con la propuesta, en el sentido del compromiso con la dignidad humana tanto de jóvenes como de adultos mayores involucrados en el proceso y, de otro, desplegó todas sus potencialidades y dinamicidades profesionales en el diálogo interdisciplinario de saberes y la construcción de conocimiento a partir de la comprensión/explicación de intereses, necesidades y conocimientos de lo humano en la interacción comunicativa suscitada en el proceso de formación integral compleja del proceso desarrollado.

La formación integral compleja permitió develar que los procesos de aprendizaje se logran consolidar cuando se vinculan con la vida y “tocan” la motivación intrínseca de los educandos y de las demás personas involucradas en el proceso, afectando simultáneamente la transformación en su subjetividad y en los contextos en donde se desenvuelve.

El proyecto propendió por la integralidad, que exige, desde el punto de vista metodológico un trabajo colaborativo de organización en red para la constitución de conocimientos de manera colectiva, pluralista, dinámica, diversificada, innovadora, flexible y procesual; abierta a nuevas perspectivas que permiten valorar el potencial cognitivo, cultural, social y afectivo de los sujetos.

La investigación se erige como dispositivo fundamental del proceso formativo/innovativo, al posibilitar, mediante la sistematización de la experiencia, la construcción del pensamiento crítico/reflexivo, argumentativo, en relación con “las competencias laborales” y “el cuidado del adulto mayor”.

De otra parte el proceso investigativo, al tener como exigencia “lo escritural”, plasmado en textos como los registros de observación y protocolos favoreció procesos autoformativos y de autorreflexión en los diferentes equipos del proyecto (profesores de colegios, estudiantes, equipo de innovación). Se constituyó la memoria del proceso y la interpretación y proyección del mismo de manera perseverante y permanente.

El tercer pilar estructurador de la innovación, que corresponde a “proyectos” se propuso, como dispositivo proyectivo/prospectivo de los jóvenes participantes, quienes, a partir de los dos anteriores pilares, con sus respectivas didácticas, metodologías y estrategias, se atrevieron a formular sus planes y proyectos empresariales relacionados con “el cuidado del adulto mayor”.

En el proyecto de innovación joven-adulto mayor los jóvenes consolidaron dos proyectos empresariales –Centro de Asistencia Integral al Adulto Mayor “CEASIN” y “Cuidarte en casa”. Estos proyectos fueron estructurados por estudiantes de 10° y 11° del Colegio Distrital Venecia de la localidad de Tunjuelito y el colegio Rodrigo Lara Bonilla, de la localidad de Ciudad Bolívar.

Finalmente, la constitución de una competencia laboral en relación con el cuidado del adulto mayor debe estar direccionada por una opción ético/política y, a partir de allí entrelazada por factores físico/corporales, emocional/afectivos, racional/cognitivos, espiritual/trascendentales, sociales, económicos y culturales.

La competencia laboral debe concebirse desde un interés histórico-hermenéutico/compreensivo y emancipatorio y no centrado en lo meramente instrumental.

RECOMENDACIONES

Es importante que este tipo de propuestas tan pertinentes para responder a los intereses, conocimientos y necesidades de los jóvenes de estratos 1 y 2 se programen al comenzar el año lectivo de las instituciones Escolares para que puedan ser incluidas en sus programaciones y, de esta manera tengan mayor divulgación y aprovechamiento por parte de las comunidades a las que van dirigidas.

Dadas las peticiones formuladas tanto por jóvenes inscritos en este proceso de innovación como por padres de familia y directivas del colegio darle continuidad al programa. (Ver Anexo 3).

Dadas peticiones de otros jóvenes de los colegios, abrir nuevas experiencias de innovación relacionadas con el “adulto mayor”.

Dado el impacto de la propuesta Joven-adulto mayor la Fundación de Educación Superior propone firmar un acta de intención con el fin de que el coordinador del proyecto se comprometa de acuerdo con los parámetros de MEN hacer el estudio y montaje para un programa Gerontológico de carácter tecnológico. (Ver Anexo 5).

BIBLIOGRAFÍA

Apellido del Autor	Nombre	Fecha de Publicación	Nombre del Texto	País, Ciudad	Editorial
Acuña	Ángel	2004	La cultura a través del cuerpo en movimiento.	Sevilla	Wanceulen
Bahamon Suescún	Benerice Inírida	2002	Actividad física y adulto mayor: manual para vivir mejor.	Armenia	Kinesis
Batesón	Gregory	1972	Una teoría del juego y de la fantasía. En: Pasos Hacia Una Ecología de la Mente.	Buenos Aires	Ediciones Carlos Lohlé
Choque	Stella	2004	Actividades de animación para la tercera edad.	Barcelona	Paidotribo
De Freber Soler	Antonia Ángeles	1996	Cuerpo, Dinamismo y Vejez.	Barcelona	INDE Publicaciones
Le Bretón	David	2007	El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos.	Buenos Aires	Nueva Visión.
Pedraz	Miguel Vicente	2006	Arqueología de la Educación Física y otros ensayos.	Armenia	Kinesis.
Pedraza	Zandra	2007	Políticas y estéticas del cuerpo en América Latina.	Bogotá	Uniandes
Tortora	Gerard	1998	Principios de anatomía y fisiología.	Madrid, Santa Fé de Bogotá.	Harcourt Brace

Apellido del Autor	Nombre	Fecha de Publicación	Nombre del Texto	Revista	No. Vol. Pág.	País, Ciudad	Editorial	ISSN
Arboleda	Rubiela	2002	Una Alternativa Educativa dirigida al cuerpo y a la mente del Adulto Mayor	Kinesis	No. 34. Pág. 59-62	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Camacho	Jesús	2002	Dimensiones y Composición Corporal en el Adulto Mayor	Kinesis	No. 34. Pág. 32-35	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Mahecha	Sandra	2002	Actividad Física y salud para el Adulto Mayor	Kinesis	No. 34. Pág. 5-10.	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Escobar	Jorge	2004	Intervención pedagógica y didáctica en adultos y adultos mayores para la actividad física.	Kinesis	No. 39 Pág.38-42	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Guillén	Félix	2005	Actividad física y tercera edad: beneficios psicosociales.	Kinesis	No. 41. Pág. 34-39	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Osorio	Esperanza	2002	La Recreación y el Tiempo Libre en los Adultos Mayores: La experiencia de “Nuevo Comienzo”	Kinesis	No. 34. Pág. 21-31	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Ospina	Germán	2002	Programa Adultos Mayores Recrearmonía una estrategia de desarrollo a través de la recreación.	Kinesis	No. 34. Pág. 11-20	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Paradela	Isabel	2002	Aproximación al Estudio dela Vejez	Kinesis	No. 34. Pág. 41-45	Armenia	Kinesis	ISSN 0121-

								6430
Pareja	Luis	2002	Mantenimiento de las Capacidades Motrices para Personas Mayores	Kinesis	No. 34. Pág. 46-51	Armenia	Kinesis	ISSN 0121- 6430
Rolando	Schannaidler	2007	Algunas relaciones entre juego y experiencia humana. Cuando invitamos a jugar ¿qué experiencia nos proponemos a vivir con nuestros alumnos?	Educación física y deporte. Universidad de Antioquia.	Vol.27 No. 1 Enero – Junio 2008 Pág. 73-84	Medellín	Revista Educación física y deporte. Universidad de Antioquia. Instituto Universitario de Educación Física y Deporte.	ISSN 0120- 677X
Sarmiento	Luz Mireya	2007	La enseñanza de los juegos tradicionales. ¿Una posibilidad entre la realidad y la fantasía?	Educación física y deporte. Universidad de Antioquia.	Vol.27 No. 1 Enero – Junio 2008 Pág. 115-122	Medellín	Revista Educación física y deporte. Universidad de Antioquia. Instituto Universitario de Educación Física y Deporte.	ISSN 0120- 677X
Taborda	Marcus	1999	Existe espaço para o ensino de educação física na escola básica?	Pensar a Prática	Vol.2 Pág. 119-135	Brasil	Pensar a Prática Periódico científico da Faculdade de Educação	ISSN 1980- 6183

Apellido del Autor	Nombre	Fecha de Publicación	Nombre del Texto	País, Ciudad	Editorial
Harrington	James	1993	Mejoramiento de los procesos de la empresa	USA, California	Mc Graw Hill
Bateson	Gregory	1993	Una unidad sagrada	Barcelona, España	Gedisa Editorial
PAPAILA	DIANA	2005	Psicología del desarrollo 9ª edición	México	Mc Graw-Hill
FERICGLA	JOSEP	2002	ENVEJECER, una antropología de la ancianidad		
PINAZO SANCHEZ	SACRAMENTO MARIANO	2005	GERONTOLOGÍA. Actualización, innovación y propuestas		Prentice Hall Pearson
Fernández Ramírez	Silvia Adela	2009	La bioética y el cuidado al cuidador de la persona mayor.		
		2001	El cuidador familiar del paciente con enfermedad crónica. En: El Arte y la Ciencia del cuidado		Revista Actualización Enfermería Facultad Nacional de Colombia.

CIBERGRAFÍA ESPECIAL DIAGNÓSTICO

PERSPECTIVA ADULTO MAYOR

Margatita Peña. Secretaría de Educación. El “saber-hacer” del mundo del trabajo”. Periódico en Línea ALTABLERO.

<http://www.mineducacion.gov.co/1621/article-88059.html>

Marta Patricia Monsalve. Bogotá, Colombia. Bogotá, Octubre 26 de 2003. <http://www.psicomundo.com/tiempo/monografias/monsalve.htm>

MINISTERIO DE PROTECCIÓN SOCIAL. Año 2005. DIAGNOSTICO PRELIMINAR SOBRE PERSONAS MAYORES, DEPENDENCIA Y SERVICIOS SOCIALES EN COLOMBIA. <http://www.minproteccionsocial.gov.co/VBeContent/library/documents/DocNewsNo16412DocumentNo4751.PDF>

Francisco Suárez M.D. Perspectivas del adulto mayor. PERSPECTIVAS PARA EL ADULTO MAYOR EN UN PAIS EN VIAS DE DESARROLLO.

http://www.abcmedicus.com/articulo/pacientes/1/id/300/pagina/1/perspectivas_adulto.html

Periódico El Tiempo. 14 de Junio de 2007. <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-3594844#>

<http://discapacidadcolombia.com/modules.php?name=News&file=print&sid=1804>

<http://www.ginaparody.com/leyes/lev-proteccion-al-adulto-mayor>

<http://www.redcreacion.org/articulos/terceraedad.html>

CUIDADOR ADULTO MAYOR

FAMILY CAREGIVER

Alliance. http://www.caregiver.org/caregiver/jsp/content_node.jsp?nodeid=537

PEYDI. FUNDACION NELLY RAMIEREZ MORENO, Guía para el cuidado del adulto mayor. Estrés y cansancio del cuidador.

<http://weblog.maimonides.edu/gerontologia/archives/002156.html>

<http://mayores.consumer.es/documentos/cuidador/aprender/quienes.php>

IV REUNION DE ANTROPOLOGIA DO MERCOSUL. Foro de Investigación: Envejecimiento de la población en el Mercosur. Noviembre.2001. Curitiba. Brasil.

<http://www.redadultosmayores.com.ar/docsPDF/Regiones/Mercosur/Brasil/06CuidadoresdeAncianos.pdf>

Fernández Ramírez, Silvia Adela. La bioética y el cuidado al cuidador de la persona mayor. Agosto 2009.

http://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:4eShFw61L0J:www.cbioetica.org/revista/92/922325.pdf+bioetica+de+los+cuidadores&hl=es&gl=co&sig=AHIEtbT30RRyMU57sSAxx_ynNfo7AjOtnQ&pli=1

Pinto N., 2002. El cuidador familiar del paciente con enfermedad crónica. En: El Arte y la Ciencia del cuidado. Grupo de Cuidado. 2002, P 247-252 Revista Actualización Enfermería Facultad Nacional de Colombia.

<http://www.cuidadoresdeancianos.com/csda/csda.htm>

<http://www.allaboutlifechallenges.org/spanish/cuidar-a-los-ancianos.htm> Cuidar a los Ancianos — ¿Quiénes son ellos? Revisado 20

http://www.unbosque.edu.co/files/Archivos/Implicaciones_Biopsicosociales_del_cuidado_en_casa.pdf

http://www.doyma.es/revistas/ctl_servlet?_f=7014&articuloid=13135715

COMPETENCIAS LÚDICO RECREATIVAS

- Dumazedier, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona. Ed. Estela.
- Elias, N. Dunning, E. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. México: Fondo de Cultura Económico.
- Franco, S. (2006). Dimensión ética del ocio. Viref. <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/144-dimension.pdf> Consultado 09/12/09.
- Gomes, Ch. (2006). Competências profissionais para a formação em recreação Centro de Estudos de Lazer e Recreação – CELAR Universidade Federal de Minas <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso9/CLGomes.html> Consultado 07/12/09
- Huizinga, J. (1943). *Homo ludens: el juego y la cultura*. México: Fondo de cultura Económica.
- Jiménez, C., Dinello, R., Alavarado, L. (2004). *Recreación, lúdica y juego. La neurorecreación, una nueva pedagogía para el siglo XXI*. Bogotá, Cooperativa Editorial Magisterio.
- Munné, F. (1898). *Psicosociología del tiempo libre, un enfoque crítico*. México. Ed. Trillas.
- Plan Nacional de Recreación, Presidencia de la República (2004-2009). <http://www.redcreacion.org/documentos/PNR2004/PNR1.html>. Consultado 07/12/09.
- Sutton, B. (1996). Notas hacia una crítica de la teoría de juego psicológica del siglo XX. En: *Homo ludens: el hombre que juega 1*. Bs As. Instituto para la investigación y la pedagogía del juego.
- Zabala, A. (1995) *La práctica educativa: cómo enseñar*. Barcelona. Graó.

BIBLIOGRAFÍA ESPECIAL

MARCO TEÓRICO

- Acuña, A. (2004) *La cultura a través del cuerpo en movimiento*. Sevilla. Wancelulen.
- Bernard, M. (1980). *El cuerpo*. Buenos Aires. Editorial Paidós.
- Bracht, V. (2003) *Identidad y crisis de la Educación Física: Un enfoque epistemológico*. En: *La educación física en Argentina y en Brasil*. La Plata, Bs. As. Ed. Al Margen.
- Bolivar, C. (1998). Aproximación a los conceptos de lúdica y ludopatía. V Congreso Nacional de Recreación. <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso5/CBolivar.htm> Consultado: 11/11/09
- Castaño, R. (2008). *Cuerpo, trabajo y organización. Motricidad el la planta de producción de cementos el Cairo de la empresa Argos S.A.* Tesis de Maestría. Universidad de Antioquia. Instituto Universitario de Educación Física.
- Castillo, L (2006). Thier Jose. Castellanos, Jorge. Ministerio de salud. *Interacción humana, integralidad y ciclo vitales*.p.4.
- Castro, A. (2007) *Los paradigmas sobre el proceso salud-enfermedad y sus consecuencias en la educación para la salud*. En: *Educación corporal y salud: Gestación, infancia y adolescencia*. Universidad de Antioquia. Medellín. Ed. Funámbulos.
- Castro, J. (2002). Una alternativa educativa dirigida al cuerpo y la mente del Adulto Mayor. En: *Kinesis (Armenia) No 34 (Dic. 2002) pág. 59-62*.
- Chinchilla, V. (2005) *Elementos sobre epistemología y enseñanza de la educación física*. En: *Lúdica Pedagógica Vol. 2, número 2*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá. Ed. Nomos.
- Couso, C. (1998.) *La bioética y los problemas del adulto mayor*. Instituto Superior de Ciencias Médicas. Facultad No. 2. MEDISAN

- Delgado, A. (2004). La cultura a través del cuerpo en movimiento. Sevilla. Wanceulen.
- Farina, C. (2005). Arte, cuerpo y subjetividad. Estética de la formación y pedagogía de las afecciones. Tesis doctoral, Universitat de Barcelona.
- Fericgla, Josep. Envejecer. Una antropología de la ancianidad. Herder. Barcelona. 2002.
- Foucault, M. (1999). Estética, ética y hermenéutica. Barcelona, Paidós.
- Gomes, M. (2006) A epistemologia na educação física e no esporte. En: *I Congresso Internacional de epistemologia da educação física*. São Paulo. Conselho regional de educação física da 4ª região.
- Guattari, F. (1996) Las tres ecologías. Valencia. Pre-Textos.
- Habermas, Jürgen (1981). Conocimiento e interés. Madrid: Taurus
- Laforest, Jacques. Introducción a la Gerontología. Barcelona. Herder 1991 p.185.
- Le Boulch, J. (1997). El movimiento en el desarrollo de la persona. Barcelona. Paidotribo.
- Le Breton, D. (2007). El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos. Buenos Aires. Nueva Visión.
- Le Breton, D. (2002a). Antropología del cuerpo y modernidad. Buenos Aires. Nueva Visión.
- Le Breton, D. (2002b). La sociología del cuerpo. Buenos Aires. Nueva Visión.
- Lipovsky, Gilles. (2003) La era del vacío. Barcelona: Anagrama.
- Lipovsky, G. (2004) El imperio de lo efímero. Barcelona: Anagrama.
- Lolas F. (1994) Contemporaneidad y Bioética. *Persona y Sociedad*; 8: 61-64
- Montorio, I. Yanguas, J. Díaz, P (2002). El cuidado del anciano en el ámbito familiar.
- Morin, E (1993). El método, la naturaleza de la naturaleza. Madrid: cátedra.
- Morin E (1996) Introducción al pensamiento complejo. Madrid. Gedisa
- Pachecho, L. (2004). Horizonte epistémico del cuerpo. Revista Región y Sociedad. México. <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/102/10203006.pdf> Consultado: 10/11/09
- Paradela, Isabel. Aproximación al estudio de la vejez. Kinesis N°34. P-41.
- Peña Omar. LA Gerontología y su referente Epistemológico. Universidad de San Buenaventura. Bogotá D.C.
- Rancière, J. (2002). *La división de lo sensible. Estética y política*. Salamanca: Consorcio Salamanca.
- Ramírez, H. (2002) Acondicionamiento Físico y estilos de vida saludables. Colombia Médica, 1(33).
- Soares, C. (2007). A educação do corpo, as pedagogias e seus vestígios. En: *Políticas y estéticas del cuerpo en América Latina*. Bogotá. Uniandes-Ceso.
- Trebels, A. (2003). Uma concepção dialógica e uma teoria do movimento humano. En: Revista: Perspectiva. Florianópolis, V.21, No 01, pág. 249-267, jan./jun.2003.
- Vásquez, L (1998) Evaluación educativa. Bogotá: Indoamerican Press Service.
- Veeduría Distrital. Delegada de eficiencia, administrativa y presupuestal. Perspectivas y Recomendaciones. Bogotá D.C., Diciembre 2006.

ANEXOS

- Anexo 1. Diagnóstico**
- Anexo 2. Socialización Feria Empresarial**
- Anexo 3. Recomendaciones**
- Anexo 4. Registro Fotográfico**
- Anexo 5. Carta de Intención**

Anexo 1

Diagnóstico

DIAGNÓSTICO SOBRE LAS COMPETENCIAS LABORALES GENERALES Y ESPECÍFICAS DE LOS JÓVENES EN EL CONTEXTO ADULTO MAYOR

- I. Aspectos de contexto general
 1. Contextualización de la importancia de la educación para el trabajo, formar en y para las competencias laborales en atención al adulto mayor desde la lúdica y la recreación.

La Educación para el Trabajo generalmente está unida al desarrollo humano por lo cual su definición nos llevaría a la concepción de la preparación para el mundo del conocimiento y el trabajo desde el desarrollo de competencias laborales y académicas en un mismo espacio pedagógico. Laborales cuando a las competencias para llevar a cabo determinada actividad se refiere y académicas cuando se promueve un estudio juicioso de áreas del conocimiento como las lenguas, los deportes, la medicina, el arte, la tecnología, etc.

Los mercados exigen perfiles profesionales determinados que la educación está en obligación de formar.

La educación para el trabajo sitúa al estudiante en la reflexión por el aspecto productivo ingresar al mundo profesional y laboral desde el desarrollo de competencias y habilidades que le permitan responder a las necesidades del mercado y que se enmarquen en la realización exitosa de su proyecto de vida. El desarrollo de competencias laborales desde todos los estadios de la Academia es imprescindible en estos tiempos en donde la productividad determina el estilo de vida de los seres humanos. La formación para el trabajo entonces, abre posibilidades de ingreso a los jóvenes desde una preparación para la resolución de conflictos, el manejo de la información, el uso de la creatividad, el trabajo en equipo, las habilidades comunicativas, la inteligencia emocional, el manejo de las TICs y como lo expone Margarita Peña en un artículo sobre Educación y Trabajo intitulado *“El “Saber-Hacer” del mundo del Trabajo”*, la formación permanente de estas habilidades contribuye a la empleabilidad de los jóvenes y adultos.

El mundo laboral, si bien exige una serie de competencias generales y comunes a todos los campos, no se agota allí. Menesta de la especificidad de una disciplina por lo cual la Educación para el Trabajo debe formar competencias y habilidades específicas que respondan a determinada área de la productividad y la competitividad. Esto no sólo abriría un espectro más amplio y completo de posibilidades sino que permitiría que el mercado este renovándose desde las especialidades del sector productivo. Preparar a los

jóvenes para la actividad física, la recreación, el cuidado y la asistencia del Adulto Mayor abre espacios laborales y motiva la creación de empresa y con ella, la mejoría en la calidad de vida de quienes laborarían allí como de aquellos a quien se les ofrece el servicio.

2. El Adulto Mayor en Colombia

La configuración de las nociones de Adulto Mayor en Colombia arrojarían derroteros diversos y extensos que pretendemos abarcar de una manera general y breve. Lo clave pues, en la definición del Adulto Mayor colombiano es tener en cuenta algunas ideas de lo que ha sido su definición en la historia, enmarcado esto en los procesos sociales que ha atravesado el país. Para ello, tomamos las reflexiones de la doctora Marta Patricia Monsalve, que presenta al adulto mayor desde varias miradas: una definición comercial en donde Adulto Mayor es aquel que, dadas circunstancias biológicas, abandona formalmente el trabajo. Una definición legal, en donde se entiende al Adulto Mayor como aquella persona que tiene más de 60 años y una definición sociocultural en donde lo entendemos como quien tiene más de 40 años y laboralmente entra en competencia con los nuevos y jóvenes trabajadores. Una de las definiciones más dolorosas es la del Adulto Mayor como el enfermo, el discapacitado, el dependiente y el arrojado a la pasividad y al aislamiento.

Los imaginarios occidentales de la vejez, la ancianidad y el Adulto Mayor están incrustados en muchos ámbitos de la vida social en donde se relaciona el éxito y la participación con la competencia física, la agilidad, el dinamismo, y la juventud, características que por el paso de los años y las experiencias se reducen en la existencia del Adulto Mayor.

Una de las grandes conclusiones de la doctora Monsalve es que pocos miembros de la sociedad colombiana están preparados para el proceso de envejecimiento. Ni los mismos adultos mayores ni las instituciones estatales que deberían protegerlo y garantizarle una vida digna. Allí se encuentra conceptualmente de acuerdo con el profesor Francisco Suárez que en su texto *Perspectivas del adulto mayor. PERSPECTIVAS PARA EL ADULTO MAYOR EN UN PAIS EN VIAS DE DESARROLLO*, indica que el concepto de vejez como una etapa rica y valiosa no es entendido por la sociedad civil y por lo tanto no está integrado en los procesos políticos. Parece entonces que se olvidara la realidad de que esta población es una de las más vulnerables y crecientes en nuestra sociedad. Tomamos a continuación un dato numérico interesante sobre el aumento de la población de Tercera Edad en Colombia:

“El incremento anual de personas mayores de 60 años en Colombia es de 80.000. En el año 2025 el incremento anual será 4 veces mayor y en el 2050 sobrepasará a los menores de 15 años en cerca de un millón de personas. El porcentaje del adulto mayor en zona rural es del 33.7 % y el 61% del total vive en la indigencia.” (Monsalve, 2003).

Así, los conflictos internos y las transformaciones sociopolíticas y poblacionales están ocasionando que el envejecimiento se acelere de manera escandalosa. La disminución del empleo o bien, la imposibilidad de acceder a él después de determinada edad, el desplazamiento forzado, la desigualdad económica, la injusticia social, los problemas de vivienda, alimentación, educación o salud, la violencia intrafamiliar, los complejos regímenes de pensión y la pobreza, son algunos factores que caracterizan la realidad de esta población en Colombia.

Tras jubilarse, su estado activo en la sociedad se limita y hasta desaparece, por lo cual el adulto mayor es relegado, descuidado, olvidado y rechazado. Discursos mas mediáticos además presentan una difícil dicotomía: Vejez Vs. Juventud, y el mercado laboral hace lo propio deshaciéndose de aquello que caduca y se vence.

2.1.1 El adulto mayor dentro del contexto familiar:

En el ámbito sociofamiliar, las formas de convivencia del adulto mayor giran en torno a su familia y/o a su estado conyugal. Respecto a esto, el Diagnóstico Preliminar sobre Personas Mayores, Dependencia y Servicios Sociales en Colombia, realizado por el Ministerio de Protección Social afirma:

“El 39% de las personas mayores de 65 años está casada, el 31% son viudos y viudas, el 14,1% son solteros y el 7% están separados (as) o divorciados (as). Aunque la pérdida del cónyuge es más frecuente en las mujeres, es importante destacar la viudez como un factor de riesgo social para los hombres, debido a la dependencia vinculada a la condición masculina, generada por la necesidad de cuidado, especialmente en los aspectos domésticos; como también la obligación femenina de velar por los padres y madres ancianos aun en circunstancia de precariedad.”(MINPROTECCIÓN, 2005).

Es importante mencionar que el Adulto Mayor puede ser maltratado dentro de su círculo familiar o bien, internado en hogares geriátricos que prestan servicios incompletos. Física y simbólicamente se les imposibilita para acceder a las dinámicas sociales. Un estudio del DANE citado por el profesor Suárez arroja las siguientes estadísticas:

“el 88% de los casos de ancianos en hogares su familia no paga los servicios institucionales, medicamentos, ropa, regalos o dinero, el 53% nunca es visitado, el 30% recibe una visita semanal y el 83% nunca es llevado a su casa. Es por eso que en encuestas se encontró que la expectativa frente a la vida del 70% es morir, 3% seguir viviendo, 1% volver con su familia y el 26% restante espera "lo que Dios quiera" o "no espera nada" y se encuentran en las instituciones porque sus familiares declaran que no los pueden cuidar, porque no los quieren o porque se consideran un estorbo.

Más allá, se encontró que el 70% de los ancianos y el 50% de las ancianas se sienten irrespetados por su familia o por las demás generaciones porque no atienden sus consejos u órdenes, por que se les niega la posibilidad de trabajar, de aprender nuevos oficios, de ser empleados en cuestiones en las que se consideran expertos, no hay garantías económicas como créditos o préstamos, no se les permite participar en programas políticos, son discriminados por la publicidad que exalta lo moderno, ágil, novedoso, y la comunidad en general no los tiene en cuenta pues no hay facilidades de movilización o acceso.

También se encontró que las cinco principales quejas de los Adultos Mayores en Colombia son: abandono, desprotección estatal, desatención en salud, falta de centros de atención y maltrato familiar. Entre abandono y maltrato son la mitad de las denuncias a instituciones que velan por los derechos humanos en el país.” (Suárez, 2003).

2.1.2 El adulto mayor y la productividad:

La recesión y en general las dificultades económicas del país han obligado al Adulto Mayor que necesita acceder a un empleo para sobrevivir, a ingresar al mercado no formal o a recibir una remuneración injusta por oficios como la crianza o el servicio doméstico en el caso de las mujeres. Esto solo aumenta la dificultad para pertenecer a un organismo de salud y pensión.

Continuando entonces en la línea de las muestras estadísticas, un artículo del diario El Tiempo, publicado en Junio de 2007 muestra alarmantes cifras que son compartidas por el colectivo Discapacidad Colombia.com en su página Web y que describen un poco la realidad del adulto mayor colombiano:

En la ciudad viven unas 570.000 mil personas que superan los 60 años de edad, de las cuales más de la mitad depende completamente de sus familias, según un informe de la Veeduría Distrital.

Solo el 29 por ciento (165.300) cuenta con pensión o son rentistas, y otro 19 por ciento (108.300) aún está trabajando, a pesar de su edad.

Los principales problemas que afronta esta población están relacionados con la falta de vivienda, de alimentación y de servicios públicos.

En el 2005, el 5 por ciento de los adultos mayores (28.500) no consumió ninguna de las tres comidas básicas al menos en un día de la semana. Se calcula que hay al menos 600 los que están en situación de vulnerabilidad, pues viven en refugios o debajo de los puentes.

En lo que se refiere a servicios públicos, 4.700 personas de la tercera edad no disponen de servicio de agua; 7.100 carecen de alcantarillado y 2.500, de energía eléctrica.

En el 2005, cada día murieron, en promedio, 1,4 personas mayores de 60 años por causas accidentales. Y la principal causa de muerte violenta en esta franja de la población capitalina son los accidentes de tránsito. Por esta causa murieron 179 adultos mayores en el 2005 (34 por ciento de las muertes violentas) y 137 murieron asesinados. Otros 42 se suicidaron.”

Por ultimo, cabe anotar que el 52% de los adultos mayores no tienen ingresos por concepto de pensiones.

De las cerca de 570 mil personas mayores de 60 años que residen en Bogotá, según el censo de 2005, el 5 por ciento (alrededor de 28.500) no consumió ninguna de las tres comidas básicas al menos un día a la semana. 600 personas mayores de 60 años no tienen vivienda propia, e igual número vive en refugios, carpas naturales o puentes, lo que los ubica en altas condiciones de vulnerabilidad. Para el caso de los servicios públicos, 4.700 personas no disponen del servicio de acueducto, 7.100 de alcantarillado y 2.500 de energía, siendo Ciudad Bolívar, Suba y Kennedy las localidades más afectadas. En materia de salud, es importante que las secretarías de Integración Social y Salud continúen trabajando para frenar barreras de acceso como el cobro inadecuado de cuotas moderadoras y el suministro no oportuno de medicamentos. El estudio revela que en el 2005 se reportaron en Bogotá 528 defunciones de personas de 50 años y más, por causas violentas; el 34 por ciento se debió a accidentes de tránsito, el 26 por ciento fueron homicidios, el 8 por ciento suicidios y el 15 por ciento a otras muertes accidentales. Así mismo concluye que sólo el 29 por ciento de las personas mayores de 60 años estaban pensionadas, jubiladas o eran rentistas, lo que supone una limitación de edad para emplearse y cumplir los requisitos de pensión. Sobre este punto, Según el informe, en el 2005 se dictaminaron 41.330 casos de maltrato y violencia, de los cuales 1.163 (2.8%) se realizaron en contra de personas mayores de 60 años. De estos últimos, el 7.5% se debió a maltrato de parejas (11.8% en el caso de las mujeres y 5.2% en el caso de los hombres); el 22.3% del maltrato provino de otros familiares y el 70.2% de violencia interpersonal.

2.1.3 La preocupación del estado por dar salida a la situación de los adultos mayores:

El panorama aparece claro en toda su complejidad y frente a él es importante mencionar que recientemente, el Estado ha demostrado una primera preocupación por la situación del Adulto Mayor y se han realizado esfuerzos desde las alcaldías locales, las veedurías, los ministerios de Protección Social y Salud, las secretarías de integración y algunas ONGs para mejorar la calidad de vida de los mismos y en general para motivar a la población a llevar un estilo de vida saludable y digno. El ideal es que aquello a lo que insta el artículo 46 de la Constitución Política de 1991 sobre la protección y asistencia de la tercera edad, la integración a la vida comunitaria y la prestación de servicios de seguridad social, se ejecute desde la familia y el Estado, que se plantease y ejerciese una política pública de vejez, seria y comprometida con su población objetivo y que el capital social urbano se viese fortalecido.

A continuación se mencionan algunas instituciones, programas y planes que se han desarrollado en el país con repercusión tangible en la capital:

*A nivel constitucional se presenta un proyecto de ley de Protección al Adulto Mayor que, en palabras de Gina Parody, gestora del mismo, “tiene por objeto conceder a las personas mayores de 62 años beneficios para garantizar sus derechos a la educación, a la recreación, a la salud y propiciar un mejoramiento en sus condiciones generales de vida, igualmente brindar un reconocimiento social de justicia a estas personas que aportaron para el país y que en muchos casos no tienen ingresos permanentes y que la sociedad debe retribuirles de alguna forma lo que hicieron por nosotros.” (Parody, 2009). Lo que quiere decir, en una primera mirada que existen intenciones gubernamentales de abrir espacios de recreación, atención y esparcimiento para el Adulto Mayor en el país.

*El Plan Decenal de Educación piensa en prolongar las dinámicas educativas e intentará darle continuidad a los procesos de formación de los habitantes del país, lo que incluiría una continuación de la educación del Adulto Mayor.

*El Ministerio de Comunicación y la Sociedad Civil están trabajando para el desarrollo de lineamientos con los medios de comunicación para lograr cambios de actitud de la juventud hacia el adulto Mayor.

*En Bogotá y algunos municipios se están adelantando programas de actividad física y sociorecreativa orientadas a la población de nivel 1 y 2 del SISBEN.

*Red de Solidaridad Social (RSS) quien en conjunto con otras entidades, organizaciones e instituciones viene desarrollando proyectos y programas para el Adulto Mayor de escasos recursos.

*Medios comunitarios y organizaciones sociales trabajan con y para el adulto mayor.

*El Plan Nacional de Recreación, que surge como una propuesta de política social que busca motivar la redefinición de esa necesidad y derecho que es la Recreación enmarcada ahora en la RECREACIÓN, entendida como la recreación con un propósito de acción social. El documento de dicho plan presenta de manera clara y concreta la estructura del mismo y nos permite conocer que en su proceso de planeación y acción, “plantea unas estrategias, objetivos y programas a nivel general y por área de efectividad que es necesario considerar en el momento de pensar en una intervención con los adultos mayores”.

El Plan Nacional de Recreación tiene unos componentes esenciales que pretenden posicionar la recreación como un espacio social de integración, autonomía, participación comunitaria, independencia y comunicación y estos son la comprensión de la recreación como a) un proceso de acción participativa b) una forma de entender la vida y un potencial satisfactor y por último c) un medio para mejorar la calidad de vida del Adulto Mayor psicológico individual, social, familiar, político y educativo. Presentamos a continuación algunos esquemas tomados del Plan y que muestran un poco la estructura del mismo:

Cuadro 1: Beneficios que ofrece la recreación a los adultos mayores

<p>OBJETIVO DE DESARROLLO AREA: DINAMIZACION OCUPACIONAL</p> <p>Propiciar el desarrollo de habilidades como medio para la integración social, el desarrollo psicomotriz, y la integración y trabajo en equipo</p>
<ul style="list-style-type: none">▲ ☒ Potenciar la creatividad y la capacidad artística y estética▲ ☒ Favorecer la psicomotricidad y la coordinación mente-manos▲ ☒ Fomentar la interrelación humana y la integración social▲ ☒ Promover la integración intergeneracional▲ ☒ Sostener la capacidad productiva
<p>OBJETIVO DE DESARROLLO AREA: DESARROLLO FISICO Y MENTAL</p> <p>Propiciar el desarrollo y mantenimiento físico y psicológico, mediante la enseñanza de rutinas tanto psicológicas como físicas que fomenten el bienestar integral y el mantenimiento/fortalecimiento de estilos de vida saludables</p>
<ul style="list-style-type: none">▲ Hacer frente a las disminuciones y limitaciones físicas▲ Conseguir equilibrio, flexibilidad y expresividad corporal▲ Promover la conciencia de utilidad y autoestima▲ Lograr la distensión, la relajación y el escape de tensiones frente al estrés y el cansancio de la vida moderna▲ Recuperar saberes y tradiciones que potencien en el adulto mayor su percepción de autoestima.▲ Prevención de problemas físicos o neutralización de las consecuencias del envejecimiento.
<p>OBJETIVO DE DESARROLLO AREA: FORMATIVO-CULTURAL</p>

Contribuir a los procesos de democratización cultural de la localidad mediante la inserción de los ancianos a la producción local a través de la generación de productos culturales como medio para la integración social y desarrollo humano de las personas adultos mayores

- ☐ Fomentar la creatividad y el uso constructivo de tiempo libre a través de actividades intergeneracionales.
- ▲ Desarrollar la capacidad lúdica, la espontaneidad y la apertura hacia nuevas formas artísticas y artesanales.
- ▲ Transmitir sus saberes y experiencias, contribuyendo a su propia formación personal, estímulo de procesos psicológicos superiores y aporte a nuevas generaciones.

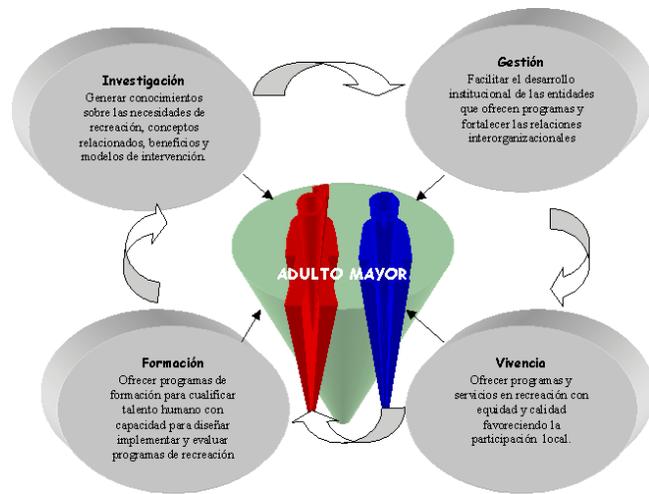
OBJETIVO DE DESARROLLO ÁREA: DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL

Contribuir a los procesos de fortalecimiento del tejido social rescatando el protagonismo de las personas adultos mayores y como un medio para la defensa y protección de sus derechos

- ▲ Fomentar la participación social y comunitaria mediante la enseñanza de los mecanismos de participación y características del tejido social local.
- ▲ Favorecer el bienestar y la satisfacción personal.
- ▲ Fomentar la comunicación, la amistad y las relaciones interpersonales.
- ▲ Empoderar a las personas de la tercera edad para defender sus derechos y aportar a la dinámica social local.

Figura 1:

Las áreas de efectividad del Plan Nacional de Recreación en relación con los adultos mayores



El Plan tiene estrategias divididas en Sectorización, Segmentación poblacional y Zonificación y comprenden aspectos como:

La Recreación Comunitaria: Participación comunitaria y pública

La Recreación Cultural y Artística: Artes plásticas y escénicas y actividades culturales

La Recreación Deportiva: Actividad física

La Recreación Laboral: Políticas de bienestar social de las empresas y preparación integral para la jubilación.

La Recreación Pedagógica: Procesos de enseñanza y aprendizaje

La Recreación Terapéutica: Proceso de rehabilitación – física, social y/o mental- y utilización de tiempo libre.

La Recreación Turística - ambiental: Desplazamiento largo o corto, en el tiempo libre y preservación del medioambiente.

Una serie de programas sectoriales proyectan unos beneficios categorizables en: Beneficios económicos, del ejercicio regular, ambientales, psicológicos, sociales y culturales (<http://www.redcreacion.org/articulos/terceraedad.html>).

*Programa Nacional de Alimentación para el adulto mayor “Juan Luis Londoño De la Cuesta”.

*Secretarías de Integración Social de las localidades de la Capital.

*Asociaciones gerontológicas y geriátricas, Asambleas de Beneficiarios, comités locales para la Atención Integral al Adulto Mayor

*Consejo Local del adulto mayor de Ciudad Bolívar

*El Sistema de Información Artística y cultural y sus programas

*Programas educativos formales, informales o de extensión que ofrecen carreras de pregrado, posgrado y especializaciones con respecto a la atención al adulto mayor, cursos de Terapia ocupacional, Adiestramiento en campañas con los jóvenes y en Gerontología y cursos para jóvenes bachilleres. Dado este panorama, desde diversos espacios sociales se ha afirmado la necesidad de priorizar las necesidades actuales, multiculturales y contextuales del Adulto Mayor, crear políticas integrales para todas las edades, aumentar los espacios de integración intergeneracional, sensibilizar con jornadas de información, formación y acción, favorecer la existencia de entornos ideales para la integración social, estimular procesos de dignificación del Adulto Mayor y su mejoría de vida, validar el conocimiento que como personas sabias y con experiencia pueden aportar a los espacios del conocimiento y la formación ciudadana, crear redes interactivas que permitan una conexión internacional e interdisciplinar, llevar al gobierno y entidades responsables, las

construcciones comunitarias que en mesas de participación y plataformas regionales se hayan hecho y finalmente crear un comité regulador, observador y evaluador de las gestiones públicas y privadas.

Lo realmente necesario es que estos esfuerzos educativos, culturales, recreativos, políticos en suma se efectúen en favor del Adulto Mayor y en procura de su participación en la construcción ciudadana y nacional. No solamente porque esta población necesita y merece ser centro de reflexión y acción sino porque todos los sujetos llegarán a la vejez ya que es un proceso vital natural que, sin duda, mediante la aceptación de estos desafíos sociales, educacionales y político, debe ser digno y valioso en el contexto de la ciudad.

Finalmente se observa que deben pensarse seriamente las mayores dificultades del Adulto Mayor: El acceso a servicios públicos como la salud, la vivienda, la alimentación y la recreación, la intervención permanente y responsable, la implantación de unas pedagogías del respeto y la dignificación de la vejez, la potenciación de las capacidades del adulto mayor, los esfuerzos para cambiar los indicadores mentales de la población, entre otras.

3. Contextualización de las instituciones

a. Ubicación espacial-Estratificación.

El proyecto se desarrollo en las localidades de ciudad Bolívar y la localidad de Tunjuelito , el primero con una población total de 718.548 habitantes y la segunda con una población de 204.367 habitantes. En ambas localidades existen estratos del 1 al 3 predominando el 2.

4. Diagnóstico y caracterización del grupo de estudiantes con el que se va a trabajar

a. Datos Generales

i. Edad

Como se observará en las respectivas tablas a continuación, los estudiantes del Rodrigo Lara Bonilla oscilan entre los 17 y los 44 años de edad mientras los estudiantes del Colegio Distrital Venecia oscilan únicamente entre los 14 y los 19 años.

ii. Sexo

Por parte de la IED Rodrigo Lara Bonilla, se inscribieron 41 mujeres y 7 hombres y por parte del Colegio Distrital Venecia, 28 mujeres y 19 hombres se inscribieron al programa.

IED RODRIGO LARA BONILLA		
GÉNERO	EDAD	FRECUENCIA
FEMENINO	17	7
	18	5
	19	6
	20	7
	38	2
	21	2
	22	2
	23	2
	24	2
	25	2
	30	1
	35	1
	44	2
	SUBTOTAL = 41	
MASCULINO	15	1
	17	1
	18	1
	19	1
	21	2
	22	1
SUBTOTAL = 7		
TOTAL = 48		

COLEGIO DISTRITAL VENECIA			
GÉNERO	EDAD	FRECUENCIA	
FEMENINO	14	1	
	15	8	
	16	9	
	17	4	
	18	5	
	19	1	
	SUBTOTAL = 28		
	MASCULINO	15	4
		16	7
		17	5
18		2	
19		1	
SUBTOTAL = 19			
TOTAL = 47			

iii. Composición Familiar

Los estudiantes del colegio Distrital Venecia en su gran mayoría (73,68%) conviven con sus padres y sus hermanos, el 21% vive con su mamá y hermanos, y el 5,32% vive solamente con su papá. La relación de nuestros jóvenes con el adulto mayor, el 31,57% no tenía ninguna relación, mientras que el 68,42% de alguna forma se relacionaba con ellos (escucha sus historias, mimarlos, cuidarlos, cocinar, caminar)

La institución educativa distrital Venecia no posee proyectos transversales relacionadas al desarrollo de competencias laborales

Los estudiantes del Rodrigo Lara Bonilla presentan diversas modalidades de constitución familiar. Algunos hacen parte de familias compuestas por papá, mamá y hermanos; otros han iniciado su vida en pareja o bien ya son padres de familia. En este último fenómeno observamos igualmente que hay gran cantidad de padres jóvenes y madres cabeza de familia que se encuentran apoyadas por sus padres o familiares y con ellos habitan.

iv. Actividad Laboral de los padres del colegio distrital Venecia y de ellos mismos (Ingresos, perfil profesional)

En cuanto a la vinculación laboral de los padres de los estudiantes, algunos son independientes (comerciantes, operarios de su microempresa, ventas, mecánicos), otros son pensionados de la policía, algunas madres son amas de casa, otras se dedican a oficios varios y algunos padres trabajan como soldadores, secretaria, carpintero, técnico en frenos, vendedor de chance, educadora de jardín infantil, técnico en relojería. El 78,94% de estos estudiantes no poseen vinculación laboral, mientras que el 21,05% trabaja (comerciante, salón de belleza, colabora mamá en joyería.

Ahora bien, los estudiantes del Rodrigo Lara Bonilla son representantes de las diferentes gamas de empleo, subempleo y desempleo de nuestro país. En términos de frecuencia de mayor a menor se

puede señalar: trabajadores ocasionales o temporales en la construcción, en el comercio, en oficios domésticos (en especial madres solteras), trabajadores formales con calidad de empleo, trabajadores informales e independientes, especialistas en “oficios varios”, contrastando este cuadro con un alto número de estudiantes desempleados, todos ellos en edad productiva.

v. Expectativas laborales

Las expectativas de los a estudiantes del Distrital Venecia se enfocan en estudiar enfermería, medicina, gastronomía, gerontología, publicidad, contaduría pública, derecho, psicología, administración de empresas, incorporarse a la policía y las fuerzas armadas. Estas últimas expectativas son compartidas por estudiantes del Rodrigo Lara Bonilla quienes piensan que las fuerzas militares les proveerían de un sustento fijo y les permitirían alcanzar sus metas laborales, igualmente están interesados en áreas del comercio, la salud (enfermería, medicina, terapia ocupacional), las ciencias exactas y tecnologías (administración de empresas, ingeniería de sistemas) y la educación (pedagogía infantil).

vi. Ocio/ Distribución del tiempo

Las actividades que los estudiantes del distrital Venecia realizan en sus tiempos libres son: escuchar música, bailar, hacer deporte (microfútbol, caminatas, futbol), leer, ver televisión, Internet y salir al parque. Los estudiantes del Rodrigo Lara Bonilla ocupan su tiempo de ocio con sus hijos, amigos y familiares. Algunas practican algún tipo de deporte o se vinculan con su comunidad de manera activa.

II. Plan de Formación.

Plan de Estudios

MÓDULO: EL SÍ MISMO

SESIÓN	FECHA	EJES TEMÁTICOS	INDICADORES DE LOGRO	ACTIVIDADES A DESARROLLAR POR SESIÓN	ACTIVIDADES DE TRABAJO AUTÓNOMO	MATERIAL
1	Sept. 1	1. ESQUEMA CORPORAL 1.1. SENSIBILIZACIÓN EN RELACIÓN AL ADULTO MAYOR. 1.2. CONCEPTUALIZACIÓN: CUERPO, LÚDICA, ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN.	*Comprender los conceptos básicos de la actividad física y la recreación. *Coadyuvar en el proceso de enseñanza-aprendizaje, atendiendo a las propuestas surgidas en clase.	*Sensibilización con los jóvenes en relación al adulto mayor, en consonancia con las temáticas del módulo. *Revisión de los conceptos y referencias que tienen sobre cuerpo físico y social; lúdica, actividad física y recreación referidos al adulto mayor.	*Relaciones familiares, de amigos, vecinos, respecto al adulto mayor. Narraciones escritas. *Contextualización teórica, acción y reflexión, de cuerpo, lúdica, actividad física y recreación en relación al adulto mayor.	*Video Beam *Grabadora con C.D. *Pelotas de espuma
2	Sept. 3	1.3. CONOCIMIENTO CORPORAL 1.3.1. Tensión y relajación global y segmentaria. 1.3.2. Equilibrio en las posiciones básicas. 1.3.3. Coordinación dinámica general Formas básicas de locomoción.	*Reconocer por medio de los diferentes juegos y ejercicios las habilidades y dificultades del propio cuerpo. *Reconocer los elementos que implican el conocimiento corporal. *Facilitar la	*Ejercicios de conciencia corporal desde ejercicios de tensión-relajación e identificación de los segmentos corporales y sus movimientos. *Por medio de juegos individuales y grupales el equilibrio en diferentes	*Actividades planteadas por grupos. (Creación y/o ambientación con juegos en relación al esquema corporal) *Propuesta de experimentación motriz, del propio cuerpo. *Contextualización teórica, acción y	*Colchonetas *Grabadora con C.D. *Pelotas medianas

			integración grupal orientada hacia el apoyo recíproco, con el fin de manejar de la mejor manera las dificultades en relación al adulto mayor. *Desarrollar habilidades para planear la sesión de práctica con el adulto mayor.	posiciones y movimientos. *Juegos de locomoción, desplazamientos en múltiples posibilidades.	reflexión, del conocimiento corporal.	
3	Sept. 8	1.3.4. Orientación espacial – Identificación de direcciones básicas. 1.3.5. Percepción temporal – Concepto de duración y orden.		*Ejercicios para identificar y manejar diferentes direcciones en el espacio y conceptos temporales- lateralidad, percepción rítmica.		*Grabadora con C.D. *Bastones de madera *Aros
4	Sept. 10	1.4. RESPIRACIÓN – RELAJACIÓN 1.5. MOVILIDAD ARTICULAR 1.6. ELASTICIDAD	*Manejar las cualidades de la respiración y la relajación. *Conocer los aspectos de la movilidad articular y de la elasticidad. *Reflexionar acerca de cómo poder fomentar en la comunidad la asistencia y cuidado	*Ejercicios específicos de respiración y relajación. *Ejercicios de posibilidades de trabajo articular, pie, rodilla, pelvis, cadera, columna vertebral, tórax, cintura escapular y hombro, codo y muñeca.	*Planeación por grupos, desde los referentes del esquema corporal hacia el adulto mayor.	*Grabadora con C.D. *Pelotas de tenis *Aros

			del adulto mayor por medio de actividad física.	*Ejercicios de posibilidad de trabajo para elongar grupos musculares: tren inferior, tren superior.		
5	Sept. 15	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores	*Sensibilizar al adulto mayor frente a la relación con el joven y su asistencia.	*Sensibilización con el Adulto Mayor en relación al Joven.	*Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
6	Sept. 17	1.7. ATENCIÓN – MEMORIA 1.8. ELEMENTOS DE LA RECREACIÓN 1.9. Juegos cognitivos: juegos de atención, concentración y asociación.	*Desarrollar herramientas para la atención y la memoria. *Reconocer los juegos cognitivos en la recreación. *Reconocer que las actividades propuestas, presentan una relación acorde con la edad.	*Ejercicios y juegos de atención y memoria visual: buscar en un dibujo, hacer parejas, preguntas sobre un dibujo, secuencias de figuras geométricas, secuencias de tiras cómicas.	*Propuesta de juegos de atención, concentración y asociación dirigidos al adulto mayor.	*Cartulina de colores *Aros
7	Sept. 22	Práctica en el hogar con los Adultos Mayores	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Actividades de asociación y relación.	*Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
MÓDULO: EL OTRO LO OTRO						
SESIÒN	FECHA	EJES TEMÀTICOS	INDICADORES DE LOGRO	ACTIVIDADES A DESARROLLAR POR	ACTIVIDADES DE TRABAJO	MATERIAL

				SESIÓN	AUTÓNOMO	
8	Sept. 24	<p>1. CONDUCTAS MOTRICES DE BASE Y CONDUCTAS PERCEPTIVO MOTORAS.</p> <p>1.2. CONDUCTAS SICOMOTRICES ELEMENTALES</p> <p>1.2.1. Lateralidad.</p> <p>1.2.2. Coordinación visomotriz.</p> <p>1.2.3. Ajuste postural - Control corporal – Equilibrio.</p> <p>1.2.4. Percepción rítmica básica.</p>	<p>*Reconocer por medio de los diferentes juegos y ejercicios las habilidades y dificultades del propio cuerpo y la del otro (compañero-adulto mayor)</p> <p>*Desarrollar por medio de juegos y ejercicios las conductas psicomotrices elementales.</p> <p>*Posibilitar la independencia funcional de los movimientos con y sin elementos.</p> <p>*Desarrollar habilidades para planear la sesión de práctica con el adulto mayor.</p>	<p>*Ejercicios de conducción y manejo de elementos con mano derecha e izquierda, con pie derecho e izquierda.</p> <p>*Lanzamientos de objetos con una mano y otra mano a un compañero, contra la pared, un aro, variando el tamaño y distancia.</p> <p>*Ejercicios de control postural por parejas.</p> <p>*Equilibrio por parejas e individual ampliando y reduciendo la base de sustentación.</p> <p>*Ejercicios con ritmos lentos, rápidos e intermedios, asociándolos con desplazamientos, ejercicios y frases.</p>	<p>*Relaciones familiares, de amigos, vecinos, respecto al adulto mayor. Árbol de relación gráfico, de estos referentes.</p> <p>*Contextualización teórica, acción y reflexión, de las conductas sicomotrices elementales en relación al adulto mayor.</p>	<p>*Colchonetas</p> <p>*Grabadora Con C.D.</p> <p>*Papel seda.</p> <p>*Pelotas medianas y pequeñas.</p> <p>*Pimpones</p> <p>*Aros</p>
9	Sept. 29	Práctica en el Hogar con los Adulto Mayores	<p>*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.</p>	<p>*Actividades y juegos de conductas sicomotrices elementales en relación al adulto</p>	<p>*Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.</p>	

				mayor.		
10	Oct. 1	<p>1.3. PROYECCION ESPACIAL</p> <p>1.3.1. Posibilidades de movimiento e independencia funcional de segmentos</p> <p>1.3.2. Coordinación, trayectoria y distancias. Altura y profundidad.</p> <p>1.3.3. Direcciones espaciales, direcciones temporales.</p>	*Incrementar las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales de manera asociada y en independencia.	<p>*Ejercicios para relacionar la independencia segmentaria con la simultaneidad y la alternancia: rotar, levantar, extender, driblar.</p> <p>*Ejercicios de conducción, lanzamientos y recepción de elementos, individual y en parejas. Desplazamientos en diferentes direcciones, formación de figuras (círculos, cuadrados, triángulos, etc.) utilizando su propio cuerpo y bastones.</p>	<p>*Actividades planteadas por grupos. (Creación y/o ambientación con juegos en relación a la proyección espacial)</p> <p>*Propuesta de experimentación motriz, del propio cuerpo.</p> <p>*Contextualización teórica, acción y reflexión, de la proyección espacial.</p>	<p>*Colchonetas</p> <p>*Grabadora con C.D.</p> <p>*Globos</p> <p>*Pelotas medianas y pequeñas</p> <p>*Bastones</p>
11	Oct. 6	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Actividades y juegos de proyección espacial en relación al adulto mayor.	*Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
12	Oct. 8	<p>1.4. RESISTENCIA</p> <p>1.5. FUERZA</p>	*Proporcionar los elementos teóricos y prácticos para retomar de forma lúdica las	<p>*Ejercicios para mantener el tono muscular.</p> <p>*Ejercicios de fortalecimiento</p>	*Planeación por grupos, desde los referentes de la resistencia y la fuerza hacia el	<p>*Colchonetas</p> <p>*Grabadora con CD.</p> <p>*Pelotas de espuma</p> <p>*Papel crepé</p>

			capacidades condicionales: resistencia, fuerza y velocidad de reacción.	muscular. *Ejercicios correctivos de las posturas cotidianas.	adulto mayor.	
13	Oct. 13	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Actividades y juegos de resistencia y fuerza en relación al adulto mayor.	*Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
14	Oct. 15	1.6. VELOCIDAD DE REACCIÓN 1.7. ATENCIÓN – MEMORIA	*Adquirir la habilidad para disfrutar de diversas formas de recreación saludable, con la finalidad de generar hábitos de cuidado y asistencia durante todo el proceso de desarrollo y evolución biológico. *Desarrollar habilidades para planear la sesión de práctica con el adulto mayor.	*Ejercicios de velocidad de reacción, estimulación auditiva, visual y con elementos. *Juegos de estimulación de la memoria con palabras, figuras geométricas y colores.	*Planeación por grupos, desde los referentes de la velocidad de reacción, la atención y la memoria hacia el adulto mayor.	*Vasos desechables *Grabadora con C.D. *Canicas
15	Oct. 20	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Actividades y juegos de velocidad de reacción, atención y memoria en relación al adulto mayor.	*Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	

16	Oct. 22	1.8. ELEMENTOS DE LA RECREACIÓN 1.8.1. Juegos motores: juegos cooperativos y tradicionales.	*Posibilitar experiencias comunitarias orientadas a la participación, por medio de los juegos tradicionales. *Coadyuvar por medio de la actividad física y la recreación en el adulto mayor, al mejoramiento y conservación de las funciones perceptivo motoras, habilidad del cuerpo, facultades superiores y capacidad vital dentro de las condiciones óptimas en función de la edad.	*Juegos cooperativos con elementos, transporte, combinación de movimientos y relaciones de apoyo y solidaridad. *Juegos tradicionales modificados, con elementos contruidos por el grupo.	*Propuesta de juegos cooperativos y tradicionales dirigidos al adulto mayor.	*Vasos desechables *Globos *Pelotas de tenis *Lana *Cartulina - Pimpones
17	Oct. 27	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Juegos cooperativos y tradicionales en relación al adulto mayor.	Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
MÓDULO: ROMPER EL SILENCIO						
SESIÒN	FECHA	EJES TEMÀTICOS	INDICADORES DE LOGRO	ACTIVIDADES A DESARROLLAR POR SESIÒN	ACTIVIDADES DE TRABAJO AUTÒNOMO	MATERIAL

18	Oct. 29	<p>1. EXPRESIÓN CORPORAL</p> <p>1.1. AJUSTE CON REPRESENTACIÓN MENTAL</p> <p>1.1.1. Postura corporal</p> <p>1.1.2. Percepción espacial</p> <p>1.2.3. Percepción temporal.</p> <p>1.2.4. Imitaciones.</p> <p>1.2.5. Manejo corporal – Sentido muscular.</p>	<p>*Reconocer por medio de los diferentes juegos y ejercicios las habilidades y dificultades de la interacción grupal.</p> <p>*Facilitar por medio de movimientos amplios y espontáneos la expresión corporal.</p> <p>*Reconocer por medio de la conciencia corporal, adecuaciones de la postura sus limitantes y posibilidades.</p> <p>*Explorar por medio de la percepción espacial y temporal, lo simbólico de las realidades del entorno.</p>	<p>*Ejercicios posturales y de correlación con el otro.</p> <p>*Ejecución de libre de movimientos de todas y cada una de las partes del cuerpo, incluyendo giros, desplazamientos laterales, adelante, a tras en forma individual y por parejas.</p> <p>*Ejercicios de creación de movimientos de acuerdo con un tema musical.</p> <p>Imitación.</p> <p>*Ejercicios de relación entre los segmentos que realizan los movimientos y aquellos que proporcionan la estabilidad.</p>	<p>*Relaciones familiares, de amigos, vecinos, respecto al adulto mayor. Actuaciones e imitaciones.</p> <p>Contextualización teórica, acción y reflexión, de la expresión corporal en relación al adulto mayor.</p>	<p>*Papel crepé</p> <p>*Grabadora con C.D.</p>
19	Nov. 3	<p>Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.</p>	<p>*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.</p>	<p>*Actividades y juegos desde la expresión corporal en relación al adulto mayor.</p>	<p>Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.</p>	

20	Nov. 5	1.2. COORDINACIÓN, EQUILIBRIO Y RITMO	*Reconocer por medio de la percepción y expresión rítmica, los comportamientos y movimientos en la cotidianidad.	*Ejercicios de coordinación con ritmos y cantos sencillos. *Vivenciar experiencias rítmicas variadas, con movimientos espontáneos. *Estimular mediante juegos rítmicos la creación de rondas. *Ejecución de movimientos de coordinación asimétrica y simétrica sobre desplazamientos, utilizando ritmos folclóricos.	*Planeación por grupos, desde los referentes de la coordinación, el equilibrio y el ritmo hacia el adulto mayor.	*Pelotas de tenis *Pelotas medianas
21	Nov. 10	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Actividades y juegos de coordinación, equilibrio y ritmo en relación al adulto mayor.	Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
	Nov. 12	1.3. COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL 1.4. ATENCIÓN – MEMORIA	*Reconocer las cualidades de la comunicación verbal y no verbal, las posibilidades de los procesos de socialización generados desde ésta y la asimilación	*Ejercicios de creación de movimientos a partir de historias y/o cuentos, por medio de la comunicación verbal y no verbal. *Ejercicios de	*Planeación por grupos, desde los referentes de la comunicación verbal y no verbal hacia el adulto mayor. *Propuesta de juegos de atención y memoria dirigidos al	*Grabadora con C.D. *Papel bond *Tempera *Tijeras

22			de la cultura y la transformación creativa de ella. *Posibilitar la expresión de sentidos y significados, a través de los movimientos articulados de la danza.	gestualidad, desde la parte gráfica y la expresión corporal. *Juegos de atención y memoria grupal, con cartas, fichas didácticas de oficios cotidianos y actividades rutinarias, movimientos y gestos habituales.	adulto mayor.	
23	Nov. 17	Práctica en el Hogar con los Adultos Mayores.	*Identificar y relacionar las particularidades en la intervención con el adulto mayor.	*Actividades de comunicación verbal y no verbal y juegos de atención y memoria, en relación al adulto mayor.	Narrar las experiencias de la práctica con el adulto mayor.	
24	Nov. 19	1.5. ELEMENTOS DE LA RECREACIÓN 1.5.1. Juegos motores: juegos de mímica, equilibrio y coordinación.	*Reconocer por medio de los juegos motores de mímica, equilibrio y coordinación, la integración intergeneracional. *Valorar las expresiones culturales, enunciadas en diferentes contextos.	*Juegos de mímica en relación a un tema musical, pantomima, imitación de oficios y actividades rutinarias. *Juegos de coordinación con palmas, cantos y coplas.	*Propuesta de juegos de mímica, equilibrio y coordinación dirigidos al adulto mayor.	*Lana *Canicas *Pelotas de tenis *Colchonetas
25	Nov.	Práctica en el Hogar con los Adultos	*Identificar y relacionar las particularidades en	*Actividades y juegos de mímica, equilibrio y	Narrar las experiencias de la	

	24	Mayores.	la intervención con el adulto mayor.	coordinación en relación al adulto mayor.	práctica con el adulto mayor.	
26	Nov. 26	2. MATCH O FESTIVAL RECREATIVO	*Reflexionar acerca de cómo poder fomentar en la comunidad la asistencia y cuidado del adulto mayor por medio de actividades lúdicas y recreativas. *Proponer de forma didáctica elementos de la recreación dirigidos al match recreativo.	*Actividades que desde la actividad física y la recreación se posibilitan en un match o festival recreativo. *Actividades propuestas para el match o festival recreativo: habilidad, movilidad, destreza, coordinación, atención, expresión y danza, orientadas al adulto mayor y la cooperación de los jóvenes.	*Propuesta para las actividades a realizar en el match o festival recreativo, desde los referentes establecidos a lo largo de los seminarios y talleres.	*Todos
27	Dic. 1	3. RELACIÓN TRIÁDICA: SÍ MISMO – EL OTRO – ROMPER EL SILENCIO	*Reconocer por medio de las actividades del match o festival recreativo, las cualidades de la integración, cooperación y asistencia del joven con el adulto mayor.	*MATCH O FESTIVAL RECREATIVO *Actividades sociomotrices que posibiliten la integración, de los jóvenes, los adultos mayores y docentes.		* Todos
28	Dic. 3	4. Evaluación de la jornada del match o festival recreativo.	Identificar las fortalezas, dificultades y oportunidades del	*Lluvia de ideas, a partir de las reflexiones generadas por las	*Narración escrita sobre la experiencia a lo largo del proceso de	*Papel bond.

			match recreativo. Reconocer las posibilidades de aprendizaje que se recogieron durante las actividades del match o festival recreativo.	actividades del match o festival recreativo. *Juegos propuestos por los jóvenes.	formación (estudiantes y docentes)	
29	Dic. 10	5. Aportes del proceso de formación de los jóvenes en actividad física, recreación, cuidado y asistencia del adulto mayor.	*Reconocer las posibilidades de aprendizaje, las reflexiones personales, propuestas e inquietudes que se presentaron a lo largo del proceso de formación.	*Sensibilización de cierre del proceso, imágenes y comentarios relevantes. *En mesa redonda compartir las experiencias y anécdotas surgidas durante el proceso.		*Video beam *Grabadora con C.D.

III. Competencias

2. Competencias lúdico-recreativas

Las competencias lúdico-recreativas, están enmarcadas inicialmente en una serie de supuestos entorno a los términos que las componen y que precisan de una aclaración en correlación con la propuesta que nos interesa. Las competencias tienen que ver con una serie de elementos tanto históricos, como contextuales en los cuales cada sujeto se enfrenta a diversas características socioculturales, políticas y económicas que emergen constantemente de las dinámicas entre los sujetos, sus relaciones con el trabajo y sus expectativas personales frente a la sociedad, competencias que implican la capacidad que tiene el sujeto para movilizar saberes, conocimientos, habilidades y actitudes para solucionar problemas y tomar decisiones apropiadas (Zabala, 1995). Así, las competencias lúdico-recreativas propenden por la integralidad, en la cual la formación necesita adquirir el carácter de organización en red, con abordaje pluralista, dinámica, diversificada, innovadora, flexible y procesual, siempre abierta a nuevas perspectivas,

valorizando el potencial cognitivo, cultural, social y afectivo de los sujetos. Con esto, las competencias profesionales involucran una otra dimensión, -más allá de los aspectos productivos de la sociedad capitalista- fruto de experiencias colectivas, pues representan una construcción influenciada por parámetros sociales, culturales, éticos, pedagógicos, políticos e históricos (Gómez, 2006).

Lo lúdico, aparece aquí como todo aquello que está adherido a todas las dimensiones del ser humano, a las formas como se asumen los diferentes estados, espacios y tiempos cotidianos y como estos se relacionan con la vida, con el disfrute y goce que emergen en cada uno de ellos, muchas veces imperceptibles en la exterioridad del otro, pero que pasan por la comprensión de sí mismos, de los procesos de interacción e interdependencia que se producen entre el placer y la libertad, al estado transitorio, de contemplación y de goce entre la realidad inmediata; así mismo, al acontecimiento, al pensamiento metafórico desprovisto de reglas y compromisos externos, que a su vez se conjugan con la curiosidad, el placer y la pasión, que se generan individual y colectivamente y que se acompañan de la distensión, de la casualidad, de la incertidumbre que posibilitan el acto creativo en el que conviven la complejidad y la simplicidad. Es decir, cada uno aporta su fluido lúdico, en el cual cada uno necesita del otro en un plano de repeticiones, de interacciones y de retroalimentaciones que permiten que la simplicidad y la complejidad se transformen constantemente (Jiménez, Dinello, Alvarado, 2004), transformación que ha de posibilitar el tiempo y el espacio para crear.

Al priorizar la articulación entre conocimientos, habilidades, procedimientos, valores y actitudes, el modelo de competencias demuestra una preocupación en superar acciones y comportamientos limitados a la estandarización y a la repetición que se agotan en sí mismas. Como alternativa a este problema, en vez de continuar a reproducir contenidos, el profesional pasará a ejercitar habilidades, y a través de ellas, podrá adquirir competencias importantes para su intervención en el ámbito de la recreación. Competencias que apuntan a reconocer los saberes, actividades y procesos libertarios que se posibilitan desde la recreación, en la que los sujetos implicados en dicha experiencia cultural se introducen en una zona lúdica, apta para fortalecer el desarrollo de la integralidad humana (Jiménez, Dinello, Alvarado, 2004).

2.1. Visión Antropológica

Desde el comienzo de los tiempos el hombre ha estado en constante relación con el trabajo, como posibilidad de sobrevivencia y bienestar; y el ocio, como característica de aquello que estaba enmarcado fuera de los tiempos de trabajo y que implicaban otra forma de goce y placer en las actividades cotidianas. Paulatinamente tanto el trabajo como el ocio, fueron adquiriendo diferentes connotaciones con el pasar del tiempo, y sus relaciones con la sociedad actual.

Para el hombre griego, el ocio no significaba estar ocioso en el sentido de no hacer nada, implicaba operaciones de naturaleza intelectual y espiritual que se traducían de la contemplación de la verdad, del bien, y de la belleza de forma no utilitaria. Mientras que para los griegos el ocio era considerado un estado del alma que consistía en que el individuo se sintiera libre de trabajo, que era relegado a los esclavos, en Roma predominaba el concepto de descanso y de diversión, necesarios para la preservación de las condiciones de poder trabajar. El trabajo era entendido como condición necesaria para el ocio. A partir de esto, podemos considerar que existe un punto común en los individuos del mundo clásico: valoraban el tiempo del no trabajo y atribuían una valorización psicosocial a las actividades ejercidas en este tiempo.

Atendiendo a los usos actuales que se atribuyen tanto al trabajo como al ocio, siguiendo a Dumazedier (1964), el ocio no se reduce al tiempo liberado por el progreso económico y por la reivindicación social “El es también creación histórica, oriundo de las mudanzas de los controles institucionales y de las exigencias individuales”, con esto el autor quiere enfatizar es que el ocio dio origen a un movimiento social que comienza a sacudir y modificar no solo las estructuras de la sociedad, y si de modo más radical, las orientaciones de la propia vida. Para esto es preciso considerar las relaciones entre tiempo libre y ocio elaboradas por Elias y Dunning (1986); en las cuales, el tiempo libre es todo el tiempo libre del trabajo ocupacional y en donde, solo parte de ese tiempo libre puede dedicarse al ocio en el sentido de ocupación libremente escogida y no pagada. Ahora bien, en relación a las actividades recreativas, consideran son actividades de tiempo libre con características de ocio, atravesadas por una alta dosis de placer, tiempo que eventualmente puede ser destinado a actividades recreativas, puesto que “el manto relativamente uniforme de restricciones, en sociedades como la nuestra, se extiende hasta cubrir gran parte del terreno propio de las actividades del tiempo libre” (Elias y Dunning, 1986, Pág. 91).

Con esto, como componente general de convergencia entre los diversos términos, e inclusive posturas, consideramos que la construcción de las actividades recreativas, aquellas que pertenecen al tiempo de ocio, a la ausencia de cualquier actividad concreta, es decir, una cierta libertad de no hacer ninguna cosa, también se estructuran aquellos elementos que en últimas se refieren a la búsqueda del placer. Surgen de forma inequívoca una tentativa de definición de un cierto tiempo (fuera de las ocupaciones diarias) en contrapunto con el otro tiempo (el de las ocupaciones diarias). Así, es el concepto Tiempo Libre aquel que mejor corresponde a la sentida necesidad de “nombrar” a la parte del día en que no estamos ocupados con actividades objetivamente definidas, el espacio libre del día que puede ser utilizado subjetivamente. Sutton(1996) en concordancia con el sociólogo francés Joffre Dumazedier, quien caracteriza a este tiempo como: “un conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo puede entregarse de libre voluntad, bien sea para descansar, para divertirse, recrearse y entretenerse o, aún, para desarrollar su información o formación desinteresada, su participación social voluntaria o su libre capacidad creadora, después de librarse o desembarazarse de las obligaciones profesionales, familiares y sociales” (Munné, 1980, pág. 122).

2.3. Visión Política

La actividad recreativa ha existido a través de toda la historia como un componente indispensable en la vida del hombre. En nuestro contexto la recreación como política es inherente al desarrollo social del hombre. Es importante entonces entender que tanto en nuestro tiempo como en años anteriores, ha sido imposible hablar de recreación sin referirse al tiempo y espacio en que esta se crea y se consolida (Murcia, 2001). De aquí, que sea preciso reconocer las intenciones que entorno a la recreación y al adulto mayor han viabilizado procesos y proyectos que de manera innovadora han incursionado paulatinamente en las políticas locales e intereses generales de la sociedad. En el Plan Nacional de Recreación , se plantean unas estrategias, objetivos y programas a nivel general y por área de efectividad que es necesario considerar en el momento de pensar en una intervención con los adultos mayores, teniendo siempre en mente evitar caer en el activismo que en la mayoría de los casos no garantiza una acción sostenible y un impacto real en términos de los beneficios individuales, sociales y económicos que la recreación, a través de sus programas y servicios, está en capacidad de ofrecer al sector social. Así, se asume que una política de la recreación ha de ser vista desde varios aspectos. En relación a la sectorización, que se refiere a que en sus diferentes manifestaciones la recreación tiene la posibilidad de estar presente en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana del ser humano. Vinculada al tiempo libre, la propuesta desde el Plan Nacional de Recreación apunta a que la dimensión lúdica del hombre esté presente en el tiempo como un continuo, en su tiempo libre y no libre,

en su periodo productivo y no productivo, como preparación para la vejez y durante ella, de ahí que se consideren todos los ciclos de la vida del ser humano. El Plan Nacional de Recreación, desarrolla diversos programas dirigidos al desarrollo y participación tanto personal como comunitaria, entre estos: recreación comunitaria, recreación cultural y artística, recreación deportiva, recreación laboral, recreación pedagógica, recreación terapéutica, recreación turística-ambiental; de alguna manera, son programas ambiciosos que implican unos retos que se tienen planeados dentro del Plan Nacional de Recreación.

2.2. Visión Ética

La vinculación de la recreación con el desarrollo, por si misma lleva a consideraciones de tipo ético. Cuál es el tipo de sociedad que se desea construir, desde que valores y con qué fines son preguntas que se hacen desde la recreación por su alto poder de transformación social e individual. Las actividades cotidianas, se dedican a la enseñanza de reglas de comportamiento, (más en la edad escolar, pero no únicamente) los hábitos, involucran el aprendizaje de actitudes y facilitan la adaptación al ambiente. A menudo se piensa que dado el carácter imprescindible de la recreación de favorecer el placer y la diversión en la vivencia, es contradictorio pretender abordar asuntos serios de la vida a partir de la misma. Sin embargo, una experiencia satisfactoria y alegre no excluye la posibilidad de conocimiento sobre sí mismo, de reflexión y reconocimiento realidades que pueden ser transformadas. Es justamente la posibilidad de potenciar la dimensión lúdica de los sujetos como transversal a sus experiencias de vida, es un desafío para la recreación.

Reconocer a la recreación como estrategia de desarrollo humano, es abordar una postura ética de la recreación, como un satisfactor sinérgico el ocio se vincula como satisfacción de una necesidad, con otras necesidades que se estimula en su satisfacción, tales como la necesidad de Protección al recuperar los territorios por parte de la comunidad, o la necesidad de Participación al vincular y motivar a la comunidad en un conjunto en actividades co-construidas, o la necesidad de Identidad al crear un espacio comunitario colectivo y posibilitar el regenerar las redes sociales fragmentadas y desintegradas. Así, otros satisfactores sinérgicos son los espacios de vida cultural, deportiva y social comunitarios, vinculados al uso del tiempo libre y a la recreación.

Desde este nuevo accionar ético y una nueva moral, el tiempo libre renace y se hace imprescindible para expresar todo eso que lo formal de la academia y del especialista o lo rígido del empleo, no permite expresar, ni comprender. Necesitamos de estos espacios

donde, aunque sea por un rato, el tiempo se detenga, para calmar la prisa y escuchar nuevamente todas las voces. Abordar una ética que aplica la ley moral al dominio social y al individuo en cuanto miembro de la sociedad, implica afrontar que las normas de allí surgen, de la esencia del hombre como ser social y constituyen el aspecto normativo de la filosofía de la sociedad. En el propio sujeto está la responsabilidad que implica el ocio, el efecto ético sirve de guía para la acción. Además, un juicio ético compromete a quien lo emite. El carácter ético del ocio implica, una libre elección de la actividad, sin condicionamientos ni presiones externas, una autonomía en el qué y en el cómo, que supone tanto la libertad para elegir la actividad, como la responsabilidad sobre el desarrollo de la actividad (Franco, 2006).

2.4. Visión psicológica

Diversas manifestaciones de la recreación están vinculadas con el juego, de manera directa o indirecta, aunque una no represente del todo a la otra, es decir, no todo lo recreativo es juego y el juego no siempre es recreativo. Así, el juego aparece como motivador, como elemento para la observación de los comportamientos tanto individuales como colectivos; las formas de juego más obvias en las culturas humanas son encontradas en festivales y muchedumbres (Sutton S., 1996). El origen del comportamiento, presente en las constantes revisiones desde la psicología, aborda al juego y las manifestaciones recreativas de los sujetos con un enfoque sobre los comportamientos de los grupos humanos adultos en los principales carnavales, festivales o eventos deportivos. Esto nos permite reconocer el poderoso rol de las fantasías colectivas en todas nuestras vidas, cada forma de recreación involucra una fantasía colectiva y persistente sobre el comportamiento, metas y valores. La recreación es colectiva, porque las personas la comparten y tienen creencias comunes, si a veces implícitas sobre cómo comportarse en tales lugares, en sucesos determinados y porque ellos están allí, tanto como jugadores o audiencia. De este modo, la construcción social de la realidad por nosotros o anteriores generaciones, están basadas en grandes partes en nuestras fantasías compartidas, así como en nuestras políticas, economías y vidas diarias.

El desarrollo de la personalidad como una función del ocio, según Sutton está dado por la posibilidad que el tiempo de ocio brinda al hombre de ser él mismo. El autor destaca la relación entre el tiempo de creación y el tiempo sociocultural e incluso el tiempo económico, debido a la doble dimensión personal y social de nuestra personalidad, la creación se lleva a cabo por el hombre a través

de dos vías: autocondicionando ya su pensamiento, ya su acción en los grupos, hacia la realización de determinados valores culturales o antropológicos. La vía del pensamiento constituye la contemplación creadora; la vía de la acción, la participación creadora.

Las teorías psicoanalíticas sobre el juego se basan, además de en Freud también de un modo implícito en Claparede, el cual había visto en el juego una catarsis liberadora de emociones reprimidas que deja al sujeto en libertad para poder desarrollarse. La escuela psicoanalítica interpreta la actividad lúdica como una proyección de impulsos sociales no aceptados (Munné, 1980). El juego en el adulto, según éste autor, es una evasión periódica de las formas de limitación que constituye su realidad. Uno y otro destacan el gran poder catártico del juego como factor equilibrador que nos libera de presiones descarga tensiones y compensa inadaptaciones.

2.5. Visión Sociológica

La conducta lúdica no es privativa del hombre, pues la etología ha demostrado que incluso llega a ser importante en algunas especies, pero únicamente el hombre se divierte. A partir de las posibilidades de exploración, creación y recreación que le ofrece el hombre a su entorno social, se empodera individualmente y con otros para tomar decisiones acerca de lo que hace en la cotidianidad, para mantener hábitos y comportamientos que surgen y se modifican en cada comunidad.

Las condiciones de la era postindustrial, apuntan a que cada vez vamos a tener menos trabajo; sin embargo, la escuela y la familia nos preparan para el trabajo; no nos preparan para el tiempo libre. Según este investigador, el hombre precisa aprender a disfrutar de su tiempo libre, pues la tendencia mundial es que las personas pasen a tener más horas disponibles y será necesario que ellas se adapten a esta tendencia que poco a poco se va ir saturando.

La recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre con tendencia a satisfacer motivaciones psicosociales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización. La persona que busca una estabilidad psíquica y emocional intenta unir a las satisfacciones diarias de su jornada laboral, las desarrolladas durante sus momentos de ocio y tiempo libre tanto a nivel individual como colectivo.

La sociedad actual se caracteriza por la búsqueda permanente de tiempo libre a través de la disminución de la jornada laboral, la jornada única educativa o la llegada de la jubilación. La cuestión fundamental que gira en torno a estos planteamientos es la de buscar un aprovechamiento óptimo del tiempo libre que permita al individuo seguir formándose como persona. Ahora bien, la carencia de vivencias recreacionales anteriores impiden a priori ocupar el tiempo libre de una forma adecuada; transformando las tendencias naturales del hombre de juego, exploración, movimiento y dinámica en hábitos sedentarios que si bien no ayudan a la persona a desarrollarse como tal, sí lo convierten en un cúmulo de enfermedades crónicas y degenerativas a través de la asunción de hábitos poco saludables y en la mayoría de los casos dañinos.

Entre tanto para Huizinga (1972), en su conocido libro *Homo Ludens* el juego es, creador de la cultura; en él manifiestan los pueblos su interpretación de la vida y del mundo. De alguna manera, esta interpretación tiene que ver con unos contextos y momentos específicos de la vida del hombre, puesto que el hombre que esta en la etapa de la adultez mayor, se representa en torno a las condiciones sociales que le rodean, a las posibilidades de interacción que culturalmente, aparece como un sustrato constante de la historia sobre el que se elevan el lenguaje y el saber.

2.6. Visión Física

No hay un único patrón de envejecimiento social- psicológico, ni un único patrón de envejecimiento exitoso. La idea tan extendida de que la persona que permanece activa y conserva el papel social de la edad mediana es la que consigue envejecer con éxito, fue denominada como la “teoría de la actividad” y la visión completamente diferente o antagónica que parte del principio del envejecimiento como un proceso inherente y universal de retirada tanto del individuo como de la sociedad, y que envejece con éxito aquella persona que ha desconectado de la vida social y envejece aislado en su contexto humano cotidiano. La vida orgánica es actividad, por lo que el juego responde a una necesidad natural de movimiento. La actividad lúdica responde (Munné, 1980) a un dinamismo biológico espontáneo que va de la tensión a la relajación. El juego es antiteleológico, afirma Munné: su elemento objetivo es lo imprevisible, al final como mera posibilidad; en cuanto a su elemento subjetivo reside en el placer. En un segundo momento, el movimiento se limita a un espacio –campo de juego- y se normaliza en unas reglas, operando ambos elementos como obstáculos al movimiento libre.

Las personas envejecen no solamente de formas diferentes, sino que la gama de las diferencias individuales se hace más amplia a medida que pasa el tiempo. Por tanto la edad se convierte en un mal factor predictivo de la competencia física o social del adulto, de las necesidades y capacidades de la persona. En este sentido, si hacemos una comparación con los periodos anteriores de la historia,

la edad ha perdido importancia a la hora de distinguir entre las personas de mediana edad y los ancianos. Los patrones de la vida adulta y el envejecimiento se ven afectados, aunque no determinados, por la experiencia anterior.

En esta etapa, el ocio se asocia con una dimensión espiritual (ocio = paz). A medida que los adultos envejecen, con frecuencia las actividades recreativas que eligen son determinadas, al menos en parte, por factores sobre los cuales tienen un control limitado, tales como su vigorosidad y el acceso físico a las oportunidades en la comunidad.

Así, el jugar resulta en esta etapa se convierte en una estrategia importante para ajustarse a los cambios biológicos y del entorno, y puede resultar la clave para que estas personas conserven algún sentido de control personal y permanezcan como miembros vitales y valiosos en la sociedad. Las actividades de ocio pueden así adquirir un valor realzado como actividades participativas, necesarias para un envejecimiento saludable. Los aspectos terapéuticos de las actividades se tornan de gran importancia para mantener las destrezas cognitivas y psicosociales, al igual que las habilidades motoras.

Durante la adultez mayor es probable que las personas pierdan progresivamente la capacidad de realizar ciertas tareas sin ayuda, requiriendo con frecuencia mayor ayuda que en años anteriores para participar en actividades de recreación.

4. Competencias del cuidador del adulto mayor

“El hombre no tiene naturaleza, tiene historia”

JOSÉ ORTEGA

La atención domiciliaria en relación a los cuidados de las personas mayores es hoy en día, una de las mejores opciones para promover una mejor calidad de Vida para esta población. Por ende, cuidar es “el sistema de las actividades emprendidas por cuidadores informales (familia, amigos, y/o vecinos) y/o profesionales (salud, social, y otros) para asegurar que una persona que no sea capaz de autocuidarse pueda mantener la calidad de vida lo más elevada posible.” **(OMS)**.

Los cuidadores familiares hacen referencia a las personas adultas, con vínculo de parentesco o cercanía, que asumen las responsabilidades del cuidado de un ser querido que vive en situación de enfermedad crónica y participa con él en la toma de decisiones. Los cuidadores realizan o supervisan las actividades de la vida diaria y buscan compensar las disfunciones que existen en el receptor del cuidado. **(Pinto N., 2002)**, y en relación a los cuidadores profesionales de personas mayores se definen como “aquéllas personas capacitadas a través de cursos teóricos-prácticos de formación dictados por equipos multi e interdisciplinarios de docencia para brindar atención preventiva asistencial y educativa al anciano y a su núcleo familiar. Su campo de acción cubre el hogar, hospital de día, clubes y centros de jubilados, residencias geriátricas y servicios sanatoriales. El cuidador apoya al personal de enfermería y a equipos gerontológicos de trabajo.” **(Hugo Valderrama. 2001)**.

De ahí, que el modelo tradicional de atención a las personas mayores se ha transfigurado en las últimas décadas, ya que el lento y sostenido aumento de la esperanza de vida conlleva a que crezca el número y la proporción de las personas mayores en nuestra sociedad, sumando a ello las transformaciones que ha sufrido el concepto y las formas de convivencia de la familia; y finalmente en especial la definitiva incorporación de la mujer al mundo laboral ha conllevado al cambio en muchos contextos sociales que afecta directamente en lo que al cuidado de las personas mayores se refiere. Es por ello, que el papel de las mujeres como cuidadoras de las personas mayores de la familia necesitan un profundo reconocimiento a la ardua labor que desempeñan al tomar el cargo de cuidadoras dentro de su núcleo familiar.

Según el IMSERSO en la actualidad el papel de cuidador a nivel de las familias es asumido por las hijas o esposas del núcleo, y una de las principales razones de que la mayoría de los cuidadores sean mujeres es que, a través de la educación recibida y los mensajes que transmite la sociedad, favorece la concepción de que la mujer está mejor preparada que el hombre para el cuidado, ya que tiene más capacidad de abnegación, de sufrimiento y es más voluntariosa. Pero, así mismo también hay que reconocer, que hoy se está haciendo común que este papel lo ejerza de la misma manera hijos en proceso de jubilación o nietos que se encargan del hogar, los hombres participan cada vez más en el cuidado de las personas mayores bien como cuidadores principales o como ayudantes de las cuidadoras principales, lo que significa un cambio progresivo de la situación. **(Rocío Fernández-Ballesteros)**.

De este modo, al abordar el tema de los cuidadores de personas mayores, surgen cuestionamientos, relacionados como quiénes son estas personas, cómo influye la situación de cuidar a una persona determinada en sus vidas, qué necesidades concretas tienen las personas que cuidan, cómo se le puede ayudar a satisfacerlas, etc.

Cuidar a una persona mayor es un rol de gran trascendencia, ya que en ocasiones no solo se trata de un periodo corto, sino en ocasiones de largos años, que pueden afectarla seriamente, no solo a la persona que cuida de la persona mayor dependiente, sino a su sistema familiar y a su entorno social. Por ello es necesario que la persona cuidadora cuente con el suficiente conocimiento principalmente de la persona que es cuidada en relación a sus costumbres, gustos, etc. Y así mismo debe tener el conocimiento de la enfermedad o motivo de la dependencia de la persona, ya que estos factores permiten que tenga las armas psicológicas y de los recursos sanitarios y sociales que estén a su alcance para que la labor de cuidar sea lo más satisfactoria posible tanto para la persona cuidadora como para la persona que es cuidada.

Los diferentes miembros de la familia, realizan el cuidado por algunas circunstancias propias de la persona, en algunas ocasiones se asocia por un deber moral que no puede ser eludido, ya que de por medio existe una responsabilidad social familiar y unas normas sociales. Entre ellas:

- ✓ Por motivación generosa, es decir, para mantener el bienestar de la persona cuidada, el cuidador se pone en los zapatos del otro y siente sus necesidades, intereses y emociones como si fuesen propias. Desde la perspectiva gerontológica es por el rapport y la empatía que se establece en la relación de cuidado.
- ✓ Por reciprocidad, gratitud y estima que quieren demostrarle al familiar que deben cuidar les muestra la persona cuidada.
- ✓ Por sentimientos de culpa del pasado, sienten que es la oportunidad perfecta para redimirse y poder superar sentimientos de culpa creados.
- ✓ Para obtener la aprobación social de la familia, amigos, conocidos y de la sociedad en general por prestar cuidados.

Estas son razones por las cuales los cuidadores realizan cuidados a un miembro de la familia, que por general hace parte de su sistema familiar actual.

Estas situaciones permiten evidenciar que el cuidado se realiza más por motivo de obligación moral y social, que por voluntad o deseo. Como ya se evidenció anteriormente, en cada familia suele haber un cuidador principal que responde a las circunstancias de cada familia, sin que se haya llegado a ello por un acuerdo explícito entre los miembros de la familia, ya que es común que en la sociedad el cuidado se realice por deber no por gusto, placer y/o satisfacción. Por ello, en algunas ocasiones los miembros de la familia optan por buscar un cuidador profesional ósea un cuidador ajeno a la familia, que cuente con los conocimientos y la idoneidad para cuidar a su ser querido.

4.1. Visión Física

“La salud casi nunca es consecuencia de quienes somos, sino de cómo vivimos. El cuerpo que tenemos a los veinte años depende de los genes, pero el que tenemos a los cuarenta, sesenta u ochenta es el que merecemos, el que refleja nuestra conducta”.

Dr. Harvey Simon

En relación a esta dimensión los cuidadores de la vejez deben tener claro, que quienes llevan un estilo de vida en mejores condiciones, tienen claro que su salud es tan importante como la de la persona a la que cuidan. Es importante tener en cuenta aspectos como:

La buena calidad del sueño. A veces es imposible conseguirlo porque se necesita atención nocturna.

En cualquier caso, intentar aprovechar las horas en las que la persona descansa para hacerlo.

Hacer ejercicio físico. Dentro de las posibilidades de cada cual, es importante mantener una actividad física que nos hará sentirnos mucho mejor.

Las personas que se encargan del cuidado de las personas mayores suelen tener problemas de salud física, además de tener mayor riesgo de sufrir problemas orgánicos y fisiológicos tales como trastornos y dolores osteo-musculares, patologías cardiovasculares, trastornos gastrointestinales, alteraciones del sistema inmunológico y problemas respiratorios. Debido a que el estrés que manejan conlleva a incrementar vulnerabilidad del sistema inmune. Sin embargo, los cuidados dentro de su rol, suele olvidar la importancia de su salud, y por ello no suelen acudir a consultas médicas, ni llevar a cabo hábitos saludables como dormir lo suficiente, alimentarse de forma adecuada, realizar ejercicio físico, controlar el tabaco o el alcohol, vacunarse y no automedicarse.

De la misma manera es necesario que las personas encargadas de cuidado de un persona mayor tenga el conocimiento de la necesidad de vigilar su propia salud, ya que limitarse al cuidado de otra persona implica cambios en la vida y el sedentarismo, la obesidad, son estilos de vida que afectan directamente la calidad de vida de la persona.

Por ello, formar personas desde etapas tempranas en relación a cómo cuidarse a sí mismo para poder cuidar a una persona mayor es una herramienta fundamental de formación y de una nueva visión integral de la gerontología, donde los adolescentes de hoy en día,

tengan claro la importancia de saber cuidarse, para que los cuidados que brindan sean a si mismo exitoso. No siempre se asocia problemas de salud por el cuidado, sino en ocasiones se da, por no saber manejar el tiempo.

Si bien, es cierto que los jóvenes son el futuro, nuestras personas mayores son la historia. Por ello saber cuidar es un rol de gran representación no solo para quien es cuidado sino para el cuidador.

4.2. Visión Psicológica

“Quien actúa en función del amor que siente, no se agota. Podrá cansarse físicamente, pero no emocionalmente”

SIEGEL

Ejercer el rol de cuidado propiamente dicho no provoca a todos problemas de salud mental, pero entre los más frecuentes de presentarse es la depresión, ni todos los cuidadores experimentarán los sentimientos negativos que se asocian con la depresión. De todos modos, al esforzarse por darle el mejor cuidado posible a un familiar o amigo, los cuidadores muchas veces sacrifican sus propias necesidades físicas y emocionales. Además, las vivencias emocionales y físicas del cuidado pueden llevar a una situación límite, incluso a las personas más capaces. Los sentimientos resultantes de ira, ansiedad, tristeza, aislamiento, agotamiento y también la sensación de culpa por albergar esos sentimientos pueden ser una carga muy pesada.

Todas las personas tienen en algún momento sentimientos negativos que surgen y desaparecen con el tiempo, pero cuando esos sentimientos cobran una mayor intensidad y hacen que los cuidadores se sientan cansados, que expresen emociones con frecuencia o que su estado de ánimo varíe sin estímulo aparente, estos cambios comporta mentales en los cuidadores son los que en ocasiones pueden ser una señal de advertencia de la depresión.

El tratamiento temprano de los síntomas de depresión mediante el ejercicio físico, una dieta saludable, el apoyo positivo de familiares y amistades, la consulta con un profesional médico o de la salud mental puede ayudar a impedir que con el tiempo se consolide un estado grave de depresión.

Así, mismo la depresión esta acompaña frecuentemente con el estrés diario que maneja el cuidador en relación a su rol. El estrés “es un conjunto de respuestas fisiológicas, psicológicas y conductuales del organismo, ante estímulos o situaciones que se perciben como una amenaza o peligro para la integridad física y psicológica. La reacción es individual, ya que una misma situación causa reacciones diferentes en cada persona.” PEYDI

El cuidado a una persona mayor puede ser una actividad difícil, física y emocionalmente extenuante, que conlleva a una serie de vivencias y sentimientos contradictorios, muchas veces asociados al hecho de dar sin recibir. El estrés que esto genera puede ser perjudicial, tanto para el cuidador como para el cuidado.

El bienestar emocional del cuidador requiere alivio, consuelo, comprensión y orientación. Suavizar el malestar de un enfermo supone altas dosis de renuncia, energía y paciencia, por lo cual es necesario cuidarse a sí mismo, dosificar la energía, reafirmar la autoestima y elaborar las culpas.

Dentro de las grandes representaciones psicológicas que se pueden ver afectadas por el cuidado, se presenta el síndrome de Burnout o desgaste personal. Este es un trastorno que surge como consecuencia de un desajuste entre las demandas laborales y los recursos de afrontamiento con los que el individuo cuenta.

Se caracteriza por la sensación de no poder dar más de sí y de sentirse cansado. Otras señales de este síndrome son el alejamiento de los compañeros, sentimientos de culpa, de su trabajo no vale y no sirve para nada, la sensación de que las demandas exceden sus capacidades. Una persona activa y propositiva pasa a ser pasiva, se aísla con actitud de resentimiento, desencanto y poca concentración.

Que conlleva directamente a afectar la situación de cuidado, ya que al presentar este tipo de consecuencias psicológicas, sin buscarle salida o afrontamiento, escucha, pueden ocasionar problemáticas en relación a que la calidad del cuidado va a ser deficiente y va a conllevar a verse afectada la calidad de vida percibida por el individuo tanto subjetiva con objetivamente.

Así, finalmente para trabajar con las personas mayores se requiere características especiales como la paciencia, sabes escuchar, capacidad para brindar manifestaciones de afecto y sentir gusto por esta labor. Por ello los formadores y formados en el cuidado de las personas mayores deben tener conciencia de la importancia que tiene el conocimiento personal desde el autoconocimiento hasta

una autovaloración de ello depende en gran medida las competencias del cuidador, puesto que expresar y buscar el contexto, la persona para ser escuchada permite que su rol como cuidador lo ejerza con gran destreza, disponibilidad y sensación de satisfacción.

4.3. Visión Política

En relación a la ley que establece la importancia de cuidador como el asistente geriátrico señala que bajo el número la ley 122/ de 1975, se define al asistente geriátrico como: “Es el trabajador que se desempeña en los establecimientos geriátricos o en las secciones destinadas exclusivamente al alojamiento permanente de ancianos, de cualquier establecimiento asistencial y que efectúa la limpieza e higiene de las habitaciones, muebles y demás dependencias, sirve y suministra alimentos, ropa limpia, y está destinado al cuidado de las personas mayores, viste e higieniza a los mismos, suministra medicamentos y efectúa curaciones. A cada asistente geriátrico se le podrán asignar veinticuatro camas en horario diurno y treinta y cinco en horario nocturno”.

Por otra parte, se especifica que el cuidador de las personas mayores no puede ser asimilado al asistente geriátrico, teniendo en cuenta que:

- Los cuidadores de las personas mayores obtienen esa condición luego de la aprobación de un curso de formación con real preparación gerontológica en equipos interdisciplinarios de docencia.
- El cuidador de las personas mayores no se limita a tareas en hogares o residencias, muy por el contrario, su accionar si bien no descarta esa posibilidad, responde más a la atención personalizada dentro del núcleo familiar. A partir del conocimiento adquirido en los cursos, se encuentra capacitado para ejercer su oficio en forma autónoma.
- Si bien el efectuar limpieza de una habitación o tendido de camas, etc., no es prohibitivo para un cuidador, el eje de su tarea es preventivo asistencial hacia el anciano.
- En el caso de que el cuidador desempeñe sus tareas en centros asistenciales, la normal y adecuada asistencia al anciano no depende de cifras rígidas como un número de camas, sino de las capacidades o discapacidades de las personas que las ocupan.

- El cuidador, no debe efectuar curaciones y solamente administra medicación oral, de absorción dérmica o eventualmente a través de nebulizaciones. Cuando la definición de asistente geriátrico plantea la posibilidad de que este recurso efectúe curaciones y administre medicación, sin aclarar a que tipos de curaciones se refiere o a que tipo de vías de administración de fármacos hace mención, es evidente que conceptualmente existe un error.

Es importante de la misma manera destacar desde el ámbito internacional, que el estudio de la problemática que enfrentan los adultos mayores y han adquirido compromisos para brindar una protección especial a este grupo poblacional y garantizar la defensa de sus derechos.

Es así como el Protocolo Adicional de la Convención Interamericana de Derechos Humanos en materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, "Protocolo de San Salvador", (1988), fue ratificado por Colombia mediante la ley 319 de 1996, la cual establece en relación a la necesidad de cuidados para las personas mayores que:

Cuidados

"Las personas de edad deberán poder disfrutar de los cuidados y la protección de la familia y la comunidad de conformidad con el sistema de valores culturales de cada sociedad.

Las personas de edad deberán tener acceso a servicios de atención de salud que les ayuden a mantener o recuperar un nivel óptimo de bienestar físico, mental y emocional, así como a prevenir o retrasar la aparición de enfermedades.

Las personas de edad deberán tener acceso a servicios sociales y jurídicos que les aseguren mayores niveles de autonomía, protección y cuidado".

Esto permite evidenciar que desde la perspectiva legal los cuidados es un elemento fundamental, por ello el cuidador debe tener dentro de sus competencias de ejercicio de rol la capacidad suficiente y el conocimiento científico en relación a servicio que están ofreciendo.

4.4. Visión Social

Las demandas del cuidado, es un nuevo rol que se desempeña en la sociedad actualmente, por ello, desde la visión social se dice que pueden hacer que los cuidadores vean reducido considerablemente su tiempo de ocio. Como consecuencia, es posible que las relaciones significativas con familiares y amigos disminuyan tanto en cantidad como en calidad, y que la persona vaya aislándose progresivamente.

Es importante recordar que no todas las relaciones sociales que pueden tener las personas son igualmente significativas e importantes.

Las relaciones sociales que pueden ayudar a los cuidadores son aquellas que les aportan experiencias positivas de algún tipo y contribuyen a su bienestar emocional. Éste es el tipo de relaciones que los cuidadores deben esforzarse por mantener a lo largo del período que se prolongue el cuidado, dándoles prioridad respecto a otros contactos sociales menos provechosos o significativos.

Las relaciones sociales significativas son aquellas que

Proporcionan a la persona experiencias positivas tales como:

- Diversión y entretenimiento
- Intimidad, empatía y comprensión
- Apoyo emocional y desahogo de tensiones.
- Ayudan a aliviar "la carga" de los cuidadores y potencian sus fuerzas y energías para continuar con el cuidado del familiar mayor.
- Favorecen el bienestar emocional y aumentan la autoestima de la persona.

En el caso de que ya se haya producido la pérdida de los contactos sociales como consecuencia de las demandas de la situación de cuidado, sería recomendable que la persona que cuida buscase crear nuevos vínculos, nuevas relaciones positivas o amistades con las que poder compartir experiencias positivas que potencien su bienestar y aligeren su carga.

Así, mismo, es necesario tener en cuenta las necesidades personales entre ellas, la mas importante es "la pérdida de sí mismo"; es frecuente que los cuidadores, si no ponen los medios necesarios para impedirlo, "se olviden de sí mismos". El estar centrados durante un largo tiempo en las necesidades de la persona a la que cuidan puede hacer que se olviden de sus propios intereses y necesidades.

Dentro de las competencias que debe tener en cuenta el cuidador para atenderse a sí mismo están: Mantener una lista de metas o acciones que les gustaría realizar en caso de tener algún tiempo libre. Así, cuando ese tiempo libre se dé, la persona que cuida tendrá objetivos y actividades que ocupen el tiempo libre en actividades que proporcionan satisfacción y sentido de productividad.

Por ello, continuar realizando actividades de formación, deportivas, de ocio, etc. que contribuyan a satisfacer sus necesidades y les hagan sentirse bien.

- Comprometerse a dedicar un tiempo al día, a la semana y al mes a hacer esas actividades.
- La sección está dedicada a la explicación de pautas de acción que pueden adoptar los cuidadores para atender mejor sus necesidades personales y mejorar el cuidado de sí mismos.
- En la sección se ofrecen algunas pautas para la reflexión que pueden ayudar a los cuidadores a darse cuenta de la necesidad de cuidarse también así mismos.

De la misma manera es importante que el cuidador como fuente de bienestar sea necesario que la relación con los profesionales de la salud (médicos, enfermeras) y de los servicios sociales ya que pueden resolver las dudas y cuestiones relacionadas con el cuidado. Los profesionales de la salud deben ofrecer información de calidad acerca de las características de los problemas de salud que padecen las personas mayores dependientes, así como de los cuidados que precisa y la mejor forma de proporcionárselos.

4.5. Visión Antropológica

“Saber envejecer es una obra maestra de sabiduría y una de las partes más difíciles del gran arte de vivir”

Henri Frederic Amiel

Los cuidadores de las personas mayores, personas especialista de la salud iniciaron su sendero histórico desde el momento en que los beneficios comunitarios sobrepasaron los intereses personales. El hombre mediante la observación y la imitación de los animales, comenzó toda una revolución en la atención al enfermo y al desvalido. Por ello los cuidados desde los antepasados iniciaron y estaban dirigidos a las personas que sus condiciones de salud eran de dependencia y vulnerabilidad. Las civilizaciones antiguas desde sus diferentes perspectivas religiosas y filosóficas propendieron por el cuidado de las personas enfermas y de las sanas en condición de abandono, que frecuentemente es relacionado con las personas mayores y con los niños. El cuidado a través de los periodos

históricos ha sido constante en el mantenimiento de la salud y en la prevención de la enfermedad, cuando está, es presente se busca brindar mediante un estilo y proceso de cuidados que estén dirigidos a mejorar las condiciones de salud para potencializar la percepción de calidad de vida subjetiva y objetiva.

Las antiguas civilizaciones continuaron con el conocimiento empírico del cuidado, dándose la división entre el cuidar y el curar. El curar que progresó entre los médicos y la medicina, permitió aportes significativos en el diagnóstico, la clasificación de las enfermedades, el desarrollo de las ciencias biológicas, y científica. El cuidado mientras tanto, permaneció relegado a la mujer, considerada de inferior condición social que el hombre, debido a que aquél, se prestaba en el hogar, o en comunidades muy restringidas.

El cuidado de la salud y la atención se vio afectada por la dicotomía entre la iglesia católica. Debido a que la reforma no tuvo un efecto directo en los países católicos la atención no se vio afectada, pero no ocurrió lo mismo en los países de predominio protestante, donde fueron abolidas las comunidades religiosas; los hospitales y los monasterios fueron cerrados y pasaron a manos de laicos, con los que se produjo un gran déficit de personal que realizara las actividades del cuidado, con deterioro y decadencia resultantes.

La prestación de los servicios de salud cambió hasta finales del siglo XVII, cuando los dirigentes empezaron a darse cuenta que una población sana beneficiaba a los intereses del Estado. Por ello actualmente el feminismo y la industrialización permitieron que las mujeres salieran de sus hogares y adquirieran cierto grado de independencia; se les facilitó el acceso a la educación, con un impacto positivo en la prestación de servicios de salud; lo que contribuyó a la profesionalización de la enfermería. En Inglaterra del siglo XIX con Florence Nightingale, basada en el empirismo, propuso un modelo teórico que ponderaba sobre la responsabilidad de cuidar la salud de las personas y ponerlas en la mejor forma posible para que la naturaleza pudiera actuar sobre ellas. Este concepto favoreció la prevención de la enfermedad y le dio soporte científico al cuidado.

De ahí, que el cuidado en la sociedad contemporánea, se ha transformado, puesto que es evidente que la concepción de la calidad de vida, como un componente integral de las condiciones de vida, modos de vida, estilos de vida, han conllevado que actualmente la longevidad, requiera y demande de mayores cuidados que permitan desde la integralidad brindar servicios que potencializan constantemente las habilidades y debilidades del ser humano.

4.6. Visión Ética

“De la rapidez para actuar, puede depender la vida de la persona”

Cuidador

Las situaciones que se presentan en el cuidado de la salud de las personas mayores, exigen desvelar aspectos de la intimidad personal, que en la vida corriente quedarían reservados a relaciones de familiaridad. La interacción que se establece entre el cuidador y la persona cuidada es una relación excepcional de proximidad. Los profesionales de la salud, los gestores, los informáticos y los administrativos, obtienen datos provenientes de la historia clínica, datos que se encuentran especialmente protegidos por la Ley Orgánica de Protección de Datos. La discreción se ha considerado desde siempre una cualidad esencial de los profesionales sanitarios y así se ha recogido en los diferentes códigos deontológicos que regulan el ejercicio del rol.

Hay diversas definiciones de Bioética, según lo que plantea Van Rensselaer Potter, es la disciplina en que el saber científico y el filosófico confluyen a fin de darle concreción a esta cultura de la supervivencia. Es decir, la dignidad humana se basa en el hecho que la persona trasciende a la propia naturaleza. De cualquier modo referirse a esta disciplina implica moverse en campos tales como las ciencias de la vida en general, las disciplinas filosóficas, la transdisciplinariedad, las virtudes, los valores y principios morales, la atención a la salud, el equilibrio hombre medio ambiente; en fin, una visión holística e integral de la naturaleza y de la sociedad. Desarrollar una cultura Bioética, poner en práctica sus principios, permite amar la vida en sentido general y, en particular, aprender a mejorar nuestra condición humana, saber combinar la humildad con la responsabilidad y la competencia. En el caso de los cuidadores de las personas mayores que sufre de algún trastorno, es fundamental para que estos cuidadores ejerzan su labor con destreza debe considerarse como una tarea ecuanimidad y dulzura suficientes para no caer en los brazos de la desesperación, situación que conlleva al maltrato del ser atendido. Cuando esta capacidad está disminuida le provoca una mayor sobrecarga, que puede convertirle en un rol con desempeño de satisfacción.

Anexo 2

Socialización

Feria

PROGRAMACIÓN DE LA I FERIA EMPRESARIAL PARA LA FORMACIÓN DE JÓVENES EN ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN, CUIDADO Y ASISTENCIA DEL ADULTO MAYOR

Viernes 27 de Noviembre de 2009

Lanzamiento de la feria. 8.00am-9.20am

- Palabras del Asesor del Instituto para la investigación educativa y desarrollo Pedagógico IDEP para el programa Joven -adulto Mayor. Dr. Raúl Galvis.
 - Palabras del Rector de la Fundación de Educación. Superior Nueva América.
 - Palabras del Señor Rector Colegio Distrital Venecia. José Ignacio Peña.
 - Palabras del Señor Rector Colegio Rodrigo Lara Bonilla. Jorge Benedicto Lagos Cárdenas.

Foro sobre el desarrollo en actividad física, recreación, cuidado y asistencia del adulto mayor.

Conferencias sobre:

Pensamiento complejo y ecología humana: elementos fundamentales para la comprensión del adulto mayor. Dr. Luis Ernesto Vásquez. Director del programa Joven - Adulto Mayor. 9.20am-9.40am

Panel Padres de Familia, Estudiantes y Docentes Equipo de Apoyo. 9.45am-10.2505am

Refrigerio. 10.30am-11.10am

Paradigmas del cuerpo en el contexto del adulto mayor: Luz Mireya Sarmiento Licenciada en Educación Física Magíster en Educación Corporal. Proyecto de Innovación Joven -Adulto mayor. 11.15am-11.35am

Enfoque epistemológico y metodológico para la re-educación en los actuales contextos del adulto mayor:

-Proyecto GERONTO CLUB Dr. Francisco Javier Restrepo

-Proyecto educativo intergeneracional: Primer bachillerato en Gerontología del país. Colegio de la Santísima Trinidad De Cali 11.40am-12.05m.

Ronda de Preguntas 12.10m-12.30m

Almuerzo y Muestra musical 12.35m-1.35pm

Experiencia del Parque Biosaludable. Dr. Carlos Buitrago. 1.40pm-2.00pm

Panel: Encuentros para romper el Silencio. 2.05pm-3.05pm

Ronda de Preguntas 3.10pm-3.25pm

Visita a los Stands 3.30pm-4.00pm

Cierre: Copa de Vino y presentación artística Adulto Mayor. 4.00pm-4.40pm

NOVIEMBRE 27 DE 2009

**I FERIA EMPRESARIAL PARA LA FORMACIÓN DE JÓVENES EN ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN, CUIDADO Y ASISTENCIA DEL
ADULTO MAYOR**

IDEP/FESNA

1. Saludo Inicial
2. Himnos
3. Lanzamiento
 - 3.1. Palabras del Asesor del Instituto para la investigación educativa y desarrollo Pedagógico IDEP para el programa Joven –adulto Mayor. Dr. Raúl Galvis.
 - 3.2. Palabras del Rector de la Fundación de Educación. Superior Nueva América.
 - 3.3. Palabras del Señor Rector Colegio Distrital Venecia. José Ignacio Peña.
 - 3.4. Palabras del Señor Rector Colegio Rodrigo Lara Bonilla. Jorge Benedicto Lagos Cárdenas. **9.20am**
4. Foro sobre el desarrollo en actividad física, recreación, cuidado y asistencia del adulto mayor.
 - 4.1. Pensamiento complejo y ecología humana: elementos fundamentales para la comprensión del adulto mayor. Dr. Luis Ernesto Vásquez. Director del programa Joven –Adulto Mayor. **9.20am-9.40am**
 - 4.2. Panel Padres de Familia, Docentes Equipo de Apoyo y Estudiantes. **9.45am-10.05am**
 - 4.3. Refrigerio **10.10am-10.25am**
 - 4.4. El compromiso del joven con el adulto mayor **10.30am-11.10am**
 - 4.5. Paradigmas del cuerpo en el contexto del adulto mayor: Luz Mireya Sarmiento Licenciada en Educación Física Magíster en Educación Corporal. Proyecto de Innovación Joven –Adulto mayor. **11.15am-11.35am**
 - 4.6. Enfoque epistemológico y metodológico para la re-educación en los actuales contextos del adulto mayor: -Proyecto GERONTO CLUB Dr. Francisco Javier Restrepo- -Proyecto educativo intergeneracional: Primer bachillerato en Gerontología del país. Colegio de la Santísima Trinidad De Cali **11.40am-12.05m.**
 - 4.7. **Ronda de Preguntas 12.10m-12.30m**
5. Almuerzo y Muestra musical **12.35m-1.35pm.**
6. Experiencia del Parque Biosaludable. Dr. Carlos Buitrago. **1.40pm-2.00pm**
7. **Panel: Encuentros para romper el Silencio. 2.05pm-3.05pm**
8. Ronda de Preguntas **3.10pm-3.25pm**
9. Visita a los Stands **3.30pm-4.00pm**
10. Cierre: Copa de Vino y presentación artística. **4.00pm-4.40pm**

Desarrollo

1. El saludo inicial estuvo a cargo del coordinador del proyecto quien agradeció a los presentes su asistencia y dio la bienvenida a los directivos del programa, ponentes, invitados especiales al panel y participantes de la muestra empresarial.
2. De acuerdo con el protocolo establecido, se continuó con la agenda dando lugar a los himnos de Colombia y de Bogotá.
3. El lanzamiento se hizo con las palabras del Dr. Raúl Galvis asesor del IDEP quien contextualizó el origen de la propuesta, las expectativas del IDEP y manifestó entre otros aspectos, el siguiente: “El presente trabajo considera que una innovación educativa es aquella experiencia pedagógica que busca la creación y puesta en marcha de metodologías y conceptos que inciden, a través de sus alcances y resultados, en la generación de rupturas y transformaciones pedagógicas y que trazan una nueva ruta en la práctica educativa.”
4. Acto seguido, se hizo la lectura de las palabras del señor rector de la FESNA y se concluyó con la intervención del señor rector del colegio distrital Venecia José Ignacio Peña quien resaltó la importancia de la participación de su institución en el proyecto y remarcó de igual modo, la labor de los equipos de apoyo y de innovación y la seriedad y responsabilidad asumida desde un comienzo por los estudiantes de dicha institución.

4.1 En el Foro sobre el desarrollo en actividad física, recreación, cuidado y asistencia del adulto mayor tuvo su intervención el coordinador del proyecto, Luis Ernesto Vásquez, quien mencionó algunas ideas tales como:

“Las preguntas fundamentales que nosotros nos hacemos al escuchar estos títulos son ¿Por qué la designación de los mismos? Cuando nosotros hablamos, en el primer módulo, y hablamos de El Sí Mismo, nosotros quisimos con esta designación, mostrar que el proceso educativo y formativo que se iba a desarrollar tiene que ver primero que todo con una toma de conciencia y una toma de conciencia sobre nosotros mismos como personas, como seres humanos. La pregunta inicial para nosotros es ¿Cómo vamos a poder comprender al adulto mayor si no nos comprendemos a nosotros mismos? Lo primero que nosotros tenemos que efectuar es una reflexión en torno a el poder descubrir o redescubrir, reconocer que el adulto mayor, no por ser adulto mayor deja de ser persona, deja de ser Ser Humano. Pero la pregunta para nosotros era ¿Y cómo lograr que los estudiantes que ingresan a este programa, logren comprender que el problema no es adquirir unas herramientas netamente instrumentales y técnicas para atender al adulto mayor de manera mecánica, sino cómo para atender al Adulto Mayor, lo primero que tenemos que entender es que vamos a tener un encuentro con otra persona? Y con una persona que tiene una historia, una persona que le ha aportado a la sociedad, que le ha aportado a la cultura; un adulto mayor al que nosotros le debemos nuestra existencia.

Las dimensiones humanas nos permiten proyectar y así mismo el adulto mayor mantiene esas dimensiones de manera intacta y una dimensión importante que se había olvidado mencionar y que es una dimensión que la que ha profundizado de manera constante, Luz Mireya es la dimensión Físico-Corporal, por supuesto. Pero así como nosotros tenemos esa multidimensionalidad, así mismo el adulto mayor la mantiene. Nos interesaba entonces desde este primer módulo que hubiera una reflexión en donde a partir de una reflexión sobre nuestra propia historia de vida, reflexionáramos sobre la historia de vida de ese adulto mayor para poder entrar en diálogo con él y entrar en dialogo en igualdad de circunstancias.

Es necesario tomar conciencia *con* ellos y mirar cómo nos encontramos de manera más profunda, escuchando al adulto mayor es decir no creyendo que nosotros cuando llegamos donde está el adulto mayor vamos a llegar a hablar y a hablar y llegar a decirle cosas sin dejar que él se escuche y nos deje escucharlo.

El templo. Cuando estamos diciendo, en El Otro Lo Otro, que debemos aprender a contemplar a ese otro que es el adulto mayor, lo que estamos diciendo es que tenemos que aprender a acompañar a ese adulto mayor como quien acompaña un lugar sagrado: templo, *templare*. Y ese lugar sagrado ¿quién es? El lugar sagrado es el cuerpo del adulto mayor. El cuerpo es un espacio y un tiempo histórico, lleno de experiencias, lleno de vivencias, es un lugar y un espacio sagrado porque es un lugar que se ha construido con base en muchos esfuerzos.

Aprender a escuchar, aprender a contemplar ¿para qué? Para poder comprender. Yo no comprendo la realidad de alguien si yo no la he contemplado. No puedo comprender la realidad de un niño, de un bebé si yo no lo contemplo; yo no comprendo la realidad de un compañero, de un amigo si yo no soy capaz de contemplarlo; yo no soy capaz de comprender la realidad del país si no la contemplo. Y por supuesto, no puedo comprender la realidad del adulto mayor si yo no lo contemplo.

La mejor medicina es sentirse reconocido. En medio de una sociedad que no reconoce a nadie como persona, lo más importante es reconocer a ese otro ¿Para qué? Para que rompa el silencio. Reconocerlo desde el escucharlo, desde el reconocer su historia y romper el silencio también en un segundo sentido. En un sentido en donde ustedes son los que pueden hablar del adulto mayor y de su realidad, rompiendo el silencio en relación con lo que ellos viven, con su propia historia. Esa ha sido la intencionalidad de la propuesta. Recordemos el horizonte de sentido, el marco humanístico desde donde nosotros hemos querido trabajar ha sido el marco humanístico del Pensamiento Complejo y hablamos de complejidad porque se debe tener en cuenta la multidimensionalidad del ser humano. Una multidimensionalidad que está compuesta por emociones y afectos, por racionalidades y cognición, por espiritualidad trascendentalidad y por supuesto por la parte físico-corporal del ser humano”.

4.2. Luego dimos paso al primer panel del día a cargo de los profesores, padres de familia y estudiantes representantes de los dos colegios. En este espacio se presenció el siguiente diálogo:

“Héctor: Esto lo hace ser a uno más rico como persona, lo hace a uno sentirse que cada uno de nosotros tiene muchos valores y lo hace sentir a uno mucho más profesional, no en el sentido de los títulos sino como persona. Y seguramente tengo que aprender mucho más y yo les agradezco a todos, a ustedes mis compañeros, a Silvia, a Jhonny y que lentamente uno se va dando cuenta que hay cosas de la vida que son importantes y que tenemos que valorarlas.

Jhonny: En otro ámbito, es gratificante y sobre todo, empezar a descubrir esa parte humana, esa parte que de pronto en el salón de clase nos encasillamos únicamente en la asignatura, a la didáctica y dejamos de lado cosas importantes en ellos. Descubrí esas cualidades, esa capacidad, esa entrega frente al cuidado del adulto mayor. En lo personal me llenó y me sigue llenando y me sigo invitando a que es un trabajo, un proyecto gratificante, dignificante porque estamos conscientes que en este momento al adulto mayor la sociedad lo ha relegado a un segundo plano, ya terminó su vida útil ya no es útil laboralmente, ya económicamente no aporta sino que se convierte en una carga entonces los proyectos se dedican única y exclusivamente a otras poblaciones.

Gloria Peña: Lo que más me ha tocado según lo que he tratado con el adulto, mayor, en la experiencia que he tenido con ellos es darse cuenta de que no solamente la sociedad es la que va relegando a un lado a nuestros adultos mayores sino que inicia desde la familia. Es doloroso ver cómo ellos lo ven a uno, y uno no poderse acercar a preguntarles por la familia porque uno sabe que la familia es lo que más lo ha lastimado. Entonces, uno no pensaría tampoco que jóvenes estuvieran interesados en este proyecto y para mí es muy gratificante, es muy gratificante ver a mis compañeros con esa entrega que lo hacen. Personalmente, José Luís, mi compañero, para la atención del adulto mayor es un muchacho que da todo, que entrega todo, él se ha dado a la mejor manera al adulto mayor, se ha tomado las cosas con seriedad, mucha seriedad y al verlos, no pensé que fuera así. Y me han enseñado mucho, el adulto mayor, mis compañeros, las profesoras, la guía que nos han dado ha sido muy importante y esto nos hace ver que lo que se está haciendo es algo muy grande que a futuro va a ayudar a muchas personas, incluyéndonos, para tener una vejez mucho más digna y nos hace crecer como personas cada día, nos hace mejorar digamos la forma en que estamos criando nuestros hijos también. A mí como madre de familia me ha servido mucho para concientizar a mis hijos, para hacerles ver la importancia de preocuparnos como el adulto mayor, de verlos como humanos, como personas que nos necesitan, nos aportan y nos siguen aportando a pesar de sus años, a pesar de cualquier problema que a ellos se les presente siempre hay un espacio que nos enseña y eso para mí ha sido muy gratificante.

Mónica: Para mí lo más importante es haber cambiado el concepto del adulto mayor donde lo vemos como un objeto, como algo apartada. Es haber cambiado ese concepto y concientizarse uno y saber que también es un humano, que también siente y que podemos aprender mucho de él.

Geena: Bueno, pues la experiencia que tuve al llegar a las capacitaciones fue una gran experiencia por haber asumido el papel como de estar pendiente del adulto mayor sabiendo que cada persona tiene como un pensamiento diferente hacia el adulto mayor; que piensa que son inservibles, que pueda que cuando no son funcionales no pueden ayudar para nada pero son, para mí, como otro niño más: Una persona que llena mucho el corazón de uno, que la cuidarlos uno se encariña mucho con esa persona y saber que ellos lo cuidaron a uno y que nosotros vamos a hacer el papel que ellos hicieron. Cuando nosotros éramos más pequeños, ellos cambiaron de ser un adulto a ser un niño.

José Luis: El adulto mayor me ha hecho tomar conciencia de que no estén en cuenta actualmente en la sociedad. Muchas veces en la familia, el abuelo es encerrado en el rincón de la casa, porque es la persona que nos orienta y nosotros los jóvenes, no entendemos eso. Por ejemplo cuando la muchacha está con el muchacho está en la sala y el abuelo le dice: “Usted mijita qué está haciendo con el muchacho en la sala”, ahí es cuando el muchacho le dice al abuelo. “Abuelo, no sea metido que es mi vida privada, no se meta conmigo”. Eso el abuelo no lo hace para molestar a las personas sino que lo hace para que uno se pregunte por su propia vida. Esto me ha servido para que el adulto mayor sea mirado en todas partes, en la calle, en el parque. Nosotros los jóvenes vemos un abuelo corriendo y decimos: “Pero ese señor, a esa edad qué tiene que estar corriendo cuando debería estar en la casa durmiendo, no aquí interrumpiendo a los jóvenes en nuestro espacio deportivo.”. Eso es lo que prácticamente decimos los jóvenes de los adultos mayores, es lo que me he dado cuenta yo como persona: Que el abuelo es olvidado de la sociedad.

Mamá de Mónica: Vemos cómo nuestros jóvenes les ha tocado su parte sensible. Y nada que decir, son los jóvenes pioneros, se les está formando como personas muy capacitadas y más capaces.

Fernando: Bueno pues en las prácticas hemos aprendido que el adulto mayor está siendo parte de nuestra vida y que es como una estructura hacia nosotros, es la formación que ha sido de nosotros. Por sus experiencias, la mayoría de ellos son rechazados, y pues no debería ser así. Son bastantes importantes y bastantes útiles y no como dicen muchos, que no son útiles para la sociedad.

Mamá de Geena: Personalmente yo no le había apostado a mi hija. Yo dije: “Mi hija no puede porque es un tema bastante delicado”, personalmente no lo haría porque no me siento en esa capacidad. Yo, realmente, hoy felicito a mi hija porque lo ha hecho muy bien, le tocó una parte sensible que todo el mundo tenemos pero que no la sabemos, pero que realmente no la reconocemos. Pienso que cuando a mi hija le tocó se dio cuenta que ella podía. Realmente esa experiencia es genial, de nuevo les digo, muchísimas gracias por la oportunidad. Todos, todos, aprendimos de este proyecto porque nos damos cuenta que somos humanos que ese adulto mayor que vamos a llegar a ser tenemos que apoyarlo y tenemos que no dejarlo sola.

-¿Creen ustedes que se logró el objetivo?

Mamá de Geena: Creo que sí se logró la parte principal que era la de sensibilizarnos. El hecho de un proyecto nos incite a hacer las cosas. Sí es lo más importante.

Fernando: Pues yo pienso lo mismo y más a nosotros como estudiantes agradecerle el apoyo de Luz Mireya y Julieth y de las demás personas que estaban en el proceso acompañándonos a nosotros para hacernos grandes empresarios humanos o grandes estudiantes y saber lo que hacemos y especialmente en ese trabajo que es con el adulto mayor.

Mamá: Pues como este es un proceso pues justamente se están formando, con calma todo puede seguir muy bien.

José Luis: A mí y a los compañeros del proyecto nos ha dado la oportunidad de darnos las herramientas para darnos cuenta que el adulto mayor nosotros tenemos que comprenderle y agradecerle por todo lo que nos han dado. Nos ayuda a ser las personas que hoy somos pues ellos han aportado en nuestras vidas, a la sociedad expresando sus experiencias, sus carencias afectivos hacia su familia y todos los amores que nos han tenido.”

4.3. Posteriormente tuvimos la intervención que validaría el marco teórico, por parte de la profesora Luz Mireya Sarmiento quien hizo una profunda reflexión sobre el cuerpo y sus paradigmas en la historia y su repercusión en la posmodernidad. Este texto se encuentra incluido en el producto Marco Teórico.

4.4. Acto seguido dimos la palabra al Dr. Francisco Javier Restrepo del Geronto Club quién hizo alusión en la importancia que tiene dentro de los procesos pedagógicos y metodológicos, la dimensión del joven y el adulto mayor.

“Agradecerles por la invitación. Para mí como educador que soy es muy grato estar en una institución educativa. Alguna vez cuando renuncié como rector y como secretario académico de alguna universidad en Cali dije: “No quiero ser profesor nunca más. Quiero dedicarme a lo que realmente me gusta”. Y hoy en día soy profesor de adultos mayores. Es decir se cambió el elemento vital de la educación.

La experiencia es muy sencilla, es el colegio de la santísima Trinidad de Cali, el cual funda mi padre hace 41 años y hace 20 años empezó a generar un programa que, nos sentimos muy orgullosos, fue el primer bachillerato en Gerontologías en Colombia. Si hoy para algunos padres de familia, algunos

miembros de la sociedad, del Estado, es extraño que su hijo o su hija estudia algo afín a los viejos, imagínense qué se pensó hace 20 años. Los padres del colegio en Cali hicieron manifestación: Cómo es que este señor tan sinvergüenza va a poner a nuestras hijas a cuidar viejitos. Y ese era y ese es ahora aún el contexto respecto al adulto mayor porque desafortunadamente lo digo, hemos luchado mucho, y hablo de todo el que trabaja con adulto mayor, pero Colombia desafortunadamente sigue siendo un país gerontofóbico. Todo lo que huele a viejo, es de dudosa procedencia. Llevamos rato con mi señora generando proyectos y los primeros que rechazan los proyectos de viejo, son los medios de comunicación. ¿Qué espacio encontramos en los medios de comunicación para los viejos? Ninguno. Entonces ha sido una labor dura y ustedes siguen en esa labor. Hoy día, ese bachillerato que fundó mi padre, que lo trabajamos juntos, tiene una gran cantidad de estudiantes graduadas y ninguna está cuidando viejitos de la manera peyorativa como se veía. En Cali, lo compartía ahora con una funcionaria del Ministerio de Proyección Social, que hoy nos acompaña, Cali ha sido pionero en el tema educativo de adulto Mayor, Cali tuvo el primer bachillerato, que es el nuestro, luego tuvo la universidad obrera de Alfonso López, del doctor Gerardo Mondragón, gerontólogos los tres hermanos.

El tema de Gerontología Social. Cali empezó a mover mucho pero fíjense que lo que le dio fuerza fueron los jóvenes. Miren lo chistoso o curioso, quien movió la dinámica del envejecimiento el Cali fue la gente joven y eso mismo está pasando acá en este momento con ustedes que se están formando en este espacio.

Y en esa bella lectura que acabó de hacer la profe dice: Es que a veces a los seres humanos nos da miedo la edad. Yo les voy a hacer una confesión: la mejor etapa de mi vida la estoy viviendo a mis 43 años, es la mejor etapa ¿por qué?, porque estoy haciendo lo que realmente quiero, porque estoy hablando como realmente quiero hablar, porque cada que me levanto es pensando en cómo hago lo que yo quiero hacer.

Vea, el país está lleno de bachilleratos comerciales, industriales, agrícolas, pero hacia la parte humanística, muy poco. Entonces la experiencia del colegio en Cali ha sido una experiencia de formar una comunidad joven que ha sido modelo a nivel Latinoamérica. El año pasado, El colegio y especialmente el proyecto como tal obtuvo el premio Iberoamericano a la Educación, como el primer proyecto de innovación educativa hacia la parte del desarrollo social, nos lo dieron en Guayaquil, Ecuador. Y así sucesivamente se ha ido progresando. Hablar de premios es muy bonito pero lo importante no es el premio sino todo lo que se hace para llegar a ese premio; y ¿saben de quién es ese premio? De las estudiantes, de esas niñas como muchos jóvenes de aquí, de 14, 15, 16, 17 años que tuvieron la capacidad de decidir algo diferente a lo común. Alguna vez me decían: “Oiga, Francisco, usted ¿qué quiere que sea su hijo?” Yo quiero que no le de vergüenza envejecer, que envejezca con dignidad, que se goce la vejez y se forme en lo que le guste y si es con adulto mayor, si es con procesos de envejecimiento, ética, amor, entrega y respeto y para que todo funcione, las cuatro frases de mi padre que son: Ambicionar, perseverar, actuar y hacer. Eso es básicamente eso, contar que la parte educativa para el joven respecto al adulto mayor, no es nueva y que ustedes están haciendo lo que les gusta, es muy grato para nosotros que trabajamos con adulto mayor, saber que hay gente joven y familias apoyando este evento.”

4.5. Se abrió una ronda de preguntas en las que intervinieron los estudiantes y particulares interesados en las conferencias anteriores.

4.6. La última conferencia estuvo a cargo del Dr. Carlos Buitrago del programa de parques Biosaludables quién mostró un panorama global de estos parques pensados específicamente para el adulto mayor.

5. Y nuestro Panel, Romper el Silencio, fue para este proyecto de suma importancia pues en él los adultos mayores se tomaron la palabra:

A continuación presentamos los panelistas:

GUILLERMO FRANCO HERNANDEZ. 71 Años. Es casado y vive aun con la esposa, en la ciudad de Bogotá de esa relación nacieron dos hijos uno que falleció hace poco y la menor de 40 años con quien tiene magnificas relaciones, actualmente tiene 6 nietos. Es pensionado de APOSTAL, empresa de donde se retiro siendo muy JOVEN. Es Católico y hace parte de la junta directiva de los pensionados de APOSTAL. Actualmente tiene una relación muy estrecha con los adultos mayores, dado que su esposa que es una mujer de 76 años y quien padece ALZHAIMER y su señora madre quien a actualmente tiene 100 años cumplidos. Hace de cuidador de su esposa y en lo que respecta a su señora madre a asiste y la acompaña permanentemente aun cuando ella no vive en estos momentos con ella. Ella vive en un hogar geriátrico.

ANA VIRGINIA CARRILLO Y PROSPERO BAUTISTA. 68 y 70 Años respectivamente. Llevan 11 años juntos. La señora Ana Virginia tiene 2 hijos 5 nietos. El señor Prospero Bautista de su primer matrimonio no tuvo hijos y 10 hermanos. Ambos son por tradición de familias campesinos, ellos fueron trabajadores del campo y luego llegaron a Bogotá buscando un futuro mejor. La señora VIRGINIA viajó a Estados Unidos y aún sigue con vínculos laborales allá desde hace 40 años, viaja aún cada 6 meses pues no quiere perder la visa. El señor Próspero es pensionado de Papas Margarita. Ambos trabajan con la pastoral social y ayudan a personas de bajos recursos económicos y adultos mayores.

HELEONORA PEREZ DE PINEDA. 85 años, casada con el señor José María Pineda quien acaba de fallecer. Ella es de Sogamoso. Es católica. Es una mujer autosuficiente cocina, lava su ropa, ella tiene una cuidadora que la asiste la 24 horas (vive con ella) quien inicialmente no quería aceptar. Tienen 13 hijos todos vivos. Quienes se han responsabilizado económicamente de ella aunque ella vive en su casa e independiente. Tiene problemas de diabetes que le fue detectados hace poco y esta muy agradecida de su EPS.

OSCAR ALARCÓN. Es un adulto mayor parte del hogar de prácticas Mi Segundo Hogar.

Quienes de forma muy dinámica y espontánea mantuvieron la siguiente conversación:

“Sr. Óscar: Buenas tardes, mi nombre es Oscar Alarcón. Vine a Bogotá y aquí estoy en una casa Mi Segundo Hogar, me siento bien atendido, saludo a mis compañeros.

Sr. Guillermo: Muy buenas tardes a todos ustedes, soy un joven adulto mayor y estoy aquí por invitación de Julieth, mi madre está en la casa hogar de ellos. Vine por esa invitación y muy contento, porque yo asistí a un congreso de Compensar hace unos años de adulto mayor, me gustó al temo, no porque yo me incluya en él sino porque realmente es muy interesante. Primero permítanme saludarlos, felicitarlos, a ustedes los jóvenes porque se están involucrando en algo que es apenas humano y en parte divino. Es decir que ustedes siguen el ejemplo, prácticamente, de los apóstoles. Servir al anciano, servir al débil es una función que requiere vocación, no sólo porque me toca. Mi nombre es Guillermo Franco, tengo todos los años y estoy pensionado de la administración Adpostal.

Rocío: Don Próspero es un hombre muy respetuoso y Doña Virginia han construido una vida en pareja y llegan a la ciudad y encuentran otra dinámica de vida, otro tipo de cultura que es bueno empezar a entender porque o es lo mismo tener una historia de vida en el campo y empezar a tejerla en la ciudad. Uno realmente empieza, en ellos, a mirar cómo se construye como pareja toda su adultez y su vida mayor y como ellos no se consideran que estén en una etapa de adulto mayor. Ustedes escuchaban a Don Próspero cuando dice: “Yo soy inmensamente feliz”. Doña Virginia tiene dos hijos, Don Próspero no

tiene hijos pero su apoyo es Doña Virginia entonces yo pienso que estamos hablando ahí de una pareja que decide juntarse y tomar una decisión como adultos mayores.

Patricia Ramírez: ¿Qué es lo más importante que tiene que tener un sitio donde de pronto tengan que ir a vivir?

Guillermo: La experiencia que tengo de mi madre es que el encontrar, entre comillas, una familia que reemplace no literalmente, sino que le dé ese amor y ese afecto que necesita una persona fuera de los cuidados normales. Yo creo que el respeto y el calor humano que deben compartir las personas, como los que se están aquí preparando para el futuro, deben darles a esas personas. El adulto mayor hoy en día está apenas comenzando a renacer en Colombia con algunos programas como lo vimos inicialmente.

Virginia: Esta es la mejor etapa de mi vida.

Próspero: Para esta etapa quiero que el adulto sea apoyado en cualquier circunstancia.

Guillermo: Tengo 71 años. Yo siempre arranco así y después me los voy quitando dependiendo con quien esté. Pero acepto invitaciones. Quiero contarles que la etapa que ustedes están viviendo aquí, es a envejecer prácticamente desde el momento en que el bebé está en el vientre. Desde que se gesta hasta que Dios se lo lleva. Algunas de las juventudes de ahora, entre ellas las de mi familia, de pronto dicen El adulto mayor allá lejitos, dejémoslo que duerma, qué seba, qué lata, qué hartera, tener que cargarlo y llevarlo.

Oscar: Yo vivo agradecidísimo. Todos los días, me parece que recién entré al hogar.

Yaneth: Bueno, cuando uno comienza a estudiar enfermería, uno debe primero que todo tener una vocación para eso. Uno debe tener mucha paciencia, tolerancia y saber entender al paciente, a la persona que esté tratando. Trabajar con el adulto mayor es muy bueno porque ellos tienen mucha experiencia, uno pone conocimientos en práctica y ellos le enseñan y aportan más cosas. Igual, uno siempre que esté trabajando con un adulto mayor, hay que ver la comodidad que él y en el buen trato de uno del deba dar. No porque es adulto mayor uno lo debe tratar diferente, no, porque ellos igual que todo mundo merece respeto y si uno estudió esto, escogió esta profesión, es para hacerla bien.

Heledora: Una persona como ella que lo acompaña a uno, que le da la droga a su tiempo, que está ahí y mi edad es 83 años, por ese motivo la contrataron a ella para que cuidara de mí.

Rocío: Las personas que están en este proceso como cuidadores del adulto mayor una de las cosas que tiene que tener en cuenta es el respeto, la posibilidad de seguir investigando. O sea que ustedes van a una casa de un adulto mayor, lo primero que tienen que saber es quién es el adulto mayor, qué es lo que realmente necesita y después de ahí si ustedes tiene la posibilidad y las condiciones humanas de ofrecer ese servicio. Un cuidador de adulto mayor es una persona que tiene que hacer las cosas muy bien hechas. Ahora, eso, en cualquier profesión que asumamos en la vida. Les damos las gracias por todos ustedes por dejarnos entrar en sus hogares.”

RESEÑA FERIA

A este proceso de socialización asistieron 81 invitados entre los que se encuentran representantes de instituciones privadas y públicas, funcionarios de la FESNA, docentes del equipo de apoyo, docentes del equipo de innovación, el Dr. Julio César Cubillos como representante de la Alcaldía Mayor de Bogotá, en su cargo de funcionario de la Secretaría de Desarrollo Económico; Patricia Ramirez, delegada del Ministerio de Protección Social, programa de políticas públicas. Por parte de las secretarías de integración de Tunjuelito y Ciudad Bolívar, los invitados panelistas, expositores de la feria empresarial, conferencistas, sus acompañantes, los adultos mayores del hogar de prácticas Mi Segundo Hogar, y por supuesto, los estudiantes del diplomado.

EL PROYECTO DE INNOVACIÓN
"Jóvenes - Adulto Mayor"
IMPULSADO POR EL
INSTITUTO PARA LA INVESTIGACIÓN EDUCATIVA Y DESARROLLO PEDAGÓGICO
Y LA FUNDACIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR NUEVA AMÉRICA IDEP - FESNA
INVITA CORDIALMENTE A
A
I FERIA EMPRESARIAL PARA LA FORMACIÓN DE JÓVENES EN ACTIVIDAD FÍSICA,
RECREACIÓN, CUIDADO Y ASISTENCIA DEL ADULTO MAYOR

  LUGAR: DIAGONAL 47A SUR # 51 - 44 U. AGUSTINIANA
FECHA: NOVIEMBRE 27 DE 2009
HORA: INICIO 8 AM. CIERRE 4 PM. COPA DE VINO


ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
IDEP

***I Feria Empresarial para la
Formación de Jóvenes en
Actividad Física, Recreación,
Cuidado y Asistencia del
Adulto Mayor***



Nov. 27/2009

Anexo 3

Recomendaciones

Bogotá

16 de diciembre del 2004

señores

Gabriel Rodríguez Rector Festiva

Raúl Galvín Asesor del IDEP

Luis Ernesto Vasquez coordinador Programa adulto mayor

Estimados señores en representación de mis
compañeros que cursamos el proyecto de innovación
"Jóvenes-Adulto Mayor" en el cual aprendimos muchas
cosas que fueron importantes y fundamentales para
nosotros quedamos muy interesados en el programa
y nos gustaría seguir con un tecnólogo en Gerontología
para seguir en el camino del adulto mayor los cuales
hay que integrarlos nuevamente a la vida social.

Muchas gracias por el curso que nos dieron y esperamos
una pronta respuesta del tecnólogo en Gerontología.

cordialmente

Jose Luis Valencia
estudiante del Proyecto

Bogotá D.C

Gabriel Rodrigo Rector Fesna

Rodrigo Galuz Asesor Idep

Luz Ernesto Vasquez Coordinador A.T. Programa Joven A.T.

Bogotá D.C

16 de Diciembre del 2009

Señores:

Gabriel Rodriguez - Rector Fesna

R. Galuz = Asesor Idep

Luz Ernesto Vasquez = Coordinador Programa Joven A.T.

Hiciban un cordial Saludo por medio de la presente les pido el favor de Colaborarnos a todos nuestros Compañeros con un nuevo programa de educación tecnologico de Gerentologia para por medio de ello tengamos una mayor capacitacion hacia el A.T. debido a que muchos de mis Compañeros estan interesados en este nuevo proyecto ~~muchas gracias~~ por su tiempo esperamos tener una respuesta, Gr. Gracias por su tiempo.

Coordialmente. John Fredy

Bogotá DC
16 de Diciembre del 2009

Señores =

△ Gabriel Rodríguez - Rector Festra.

△ R. Galviz - Asesor IDEB.

△ Luis Ernesto Vasquez = Coordinador Programa Joven A.M.

Queridos señores reciban un cordial saludo y lo presente es para pedirles el favor de ayudarnos con un programa de Gerontología para quedar mejor capacitados, la mayoría de nosotros hemos quedado con mucho interés en aprender un poco más sobre todo lo relacionado con el Adulto Mayor.

Muchas gracias...

Cordialmente:

Mirjady Carabali
99021902718



Anexo 4

Registro Fotográfico

FORMACIÓN

1. PROGRAMA



2. PLAN DE ESTUDIO



4. COMITÉS



3. SEMINARIOS-TALLER



5. GRADUACIONES



GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN

1. PROMOCIÓN DEL PROYECTO

2. CONTRATOS Y CONVENIOS

3. COMPRAS

4. ARCHIVO Y SUMINISTROS

6. CAJA MENOR

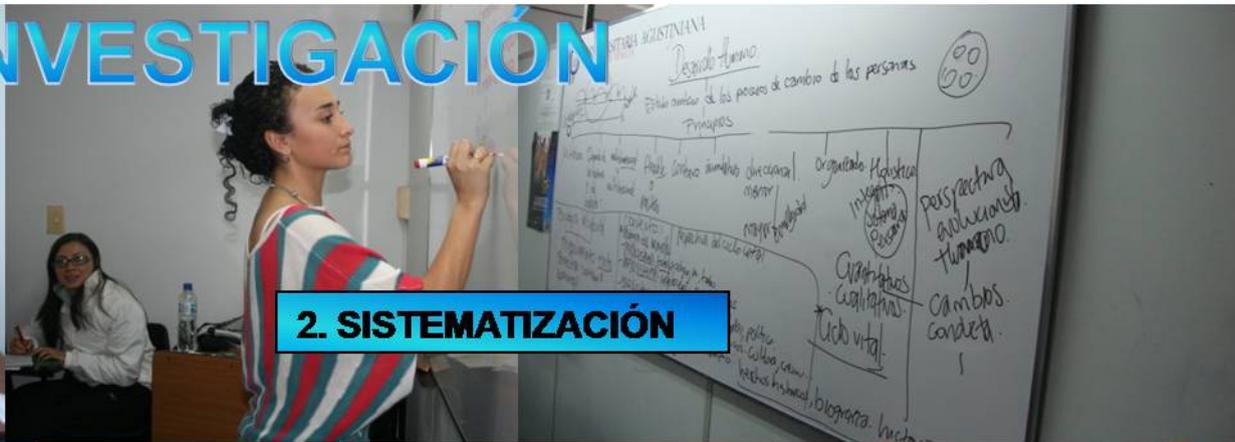
7. INFORMES TÉCNICOS Y FINANCIERO

5. PROTOCOLO Y LOGÍSTICA

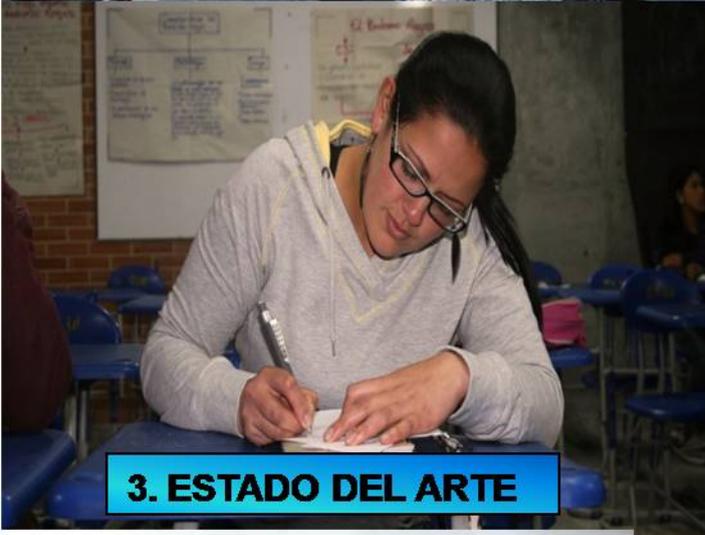
INVESTIGACIÓN



1. AUTOFORMACIÓN



2. SISTEMATIZACIÓN



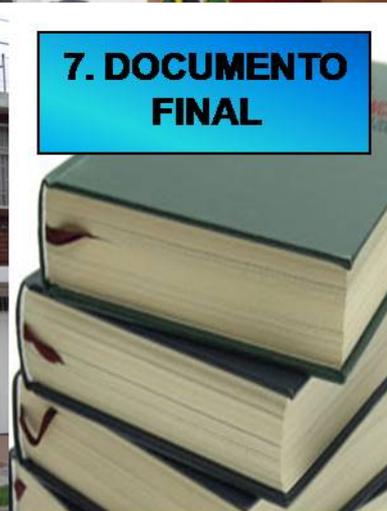
3. ESTADO DEL ARTE



6. VIDEO



5. DIAGNÓSTICO



7. DOCUMENTO FINAL



4. REGISTRO FOTOGRÁFICO

1. RUTA DE PROCESO



PLANEACIÓN



Eje Transversal: Ecología Humana

4. MISIÓN



6. POLÍTICAS DE CALIDAD



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
IDEP

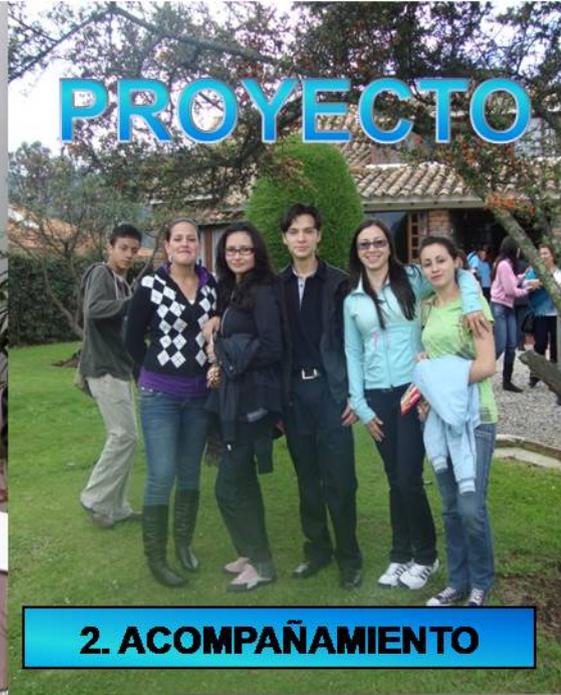
PROYECTO DE INNOVACIÓN JÓVENES – ADULTOS MAYORES
FORMACIÓN DE JÓVENES EN ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN, CUIDADO Y ASISTENCIA DEL ADULTO MAYOR

5. VISIÓN





1. DISEÑO DE LA PROPUESTA



2. ACOMPAÑAMIENTO



3. ASESORÍA



4. SOCIALIZACIÓN FERIA



CEASIN
CENTRO DE ASISTENCIA INTEGRAL AL ADULTO MAYOR

EDAD - VIDA - CULTURA

VISION

Los jóvenes poseen más
humanismo y dignificación en el
cambio, asistencia y atención
de la vida cotidiana del adulto
mayor.

Se jóvenes poseen formados
humanística e integralmente para
garantizar el cuidado, asistencia y
atención al adulto mayor.

*La vida no se mide en el tiempo sino en
los lazos que tejemos con el mundo*

Oficina: Diagonal 51 B No. 57-24 Sur - Teléfono: 270 2562
Cebu: 313 757 8797 - 312 331 4021
Correo - Facebook: ceasin@hotmail.com

Anexo 5

Carta de Intención

Bogotá, Diciembre de 2009

Señor

Asesor IDEP

Raúl Galvis

Atención

Luis Ernesto Vásquez Alape

Coordinador Proyecto Jóvenes-Adulto Mayor

Cordial saludo,

Dado el diagnóstico y el estado del arte que se elaboró como producto del proyecto de Innovación Jóvenes-Adulto Mayor, se manifiesta la petición efectuada tanto por estudiantes, padres de familia, directivas del Colegio y Fundación de Educación Superior Nueva América. En ella se explicita la intención de proponer un programa tecnológico en Gerontología para responder a las necesidades e intereses de la población de los sectores que cobijó el proyecto así como también para responder a las demandas de carácter social y a las intencionalidades tanto del IDEP como de la Secretaría de Educación y el Ministerio de Educación Nacional, para favorecer ambientes pedagógicos y programas que permitan generar y consolidar competencias laborales en los jóvenes como alternativa para dar salida a la problemática que se presenta en las localidades y en general, en sus contextos de desempleo, subempleo y falta de oportunidades.

La presente se firma como una carta de intención en donde el coordinador del proyecto Jóvenes-Adulto Mayor, se hace responsable de dar cumplimiento a los parámetros exigidos por el MEN para el montaje de un programa tecnológico.

Cordialmente,

Rector Fundación de Educación Superior Nueva América
Gabriel Alberto Rodríguez