

**MOTIVACIONES E INTERESES DE LOS PERSONAS QUE ASISTEN
A LAS ACTIVIDADES DE LA CÁTEDRA DEL ADULTO MAYOR EN
EL CONSEJO POPULAR PEDRO BETANCOURT.**

**Lic. Carmen Teresa Estévez Herrera¹, Lic. Rafael Lázaro
Garzó Rueda², Lic. Ana Caridad Guirola Alfonso.³**

*1. FUM “Jesús M. Herrera Rodríguez”, calle29 #1808, Pedro Betancourt,
Matanzas, Cuba.*

*2. FUM “Jesús M. Herrera Rodríguez”, calle29 #1808, Pedro Betancourt,
Matanzas, Cuba.*

*3. FUM “Jesús M. Herrera Rodríguez”, calle29 #1808, Pedro Betancourt,
Matanzas, Cuba.*

Resumen

El presente trabajo tiene como principal objetivo poner en práctica un programa de actividades dentro de la Cátedra del Adulto Mayor en el Consejo Popular Pedro Betancourt encaminado a estimular y propiciar una mayor motivación y participación activa de las personas de la tercera edad que asisten a dichas actividades. Para la realización del mismo se realiza un diagnóstico basado fundamentalmente en los intereses, motivaciones, aspiraciones y necesidades de los cursantes, para que los temas a abordar sean de su total interés propiciando así el debate predominando el papel protagónico de los cursantes garantizando la permanencia de los mismos durante todo el curso y que existan nuevos ingresos a nuestras aulas atraídos por la necesidad de interactuar con sus coetáneos.

Palabras claves: motivaciones; intereses; personas de la tercera edad.

Es el ser humano la más preciosa riqueza con que cuenta una nación, por lo que para cualquier sociedad es una obligación garantizar las condiciones que permitan el desarrollo de todo su potencial y lograr una vida sana orientada al bienestar físico, mental, social, espiritual y cultural, pero la vida no puede ser legislada esta depende de cada decisión que tome el individuo en el curso de su diario vivir, de la salud, del cuidado y apoyo mutuo que se comparten en el seno de la familia y la comunidad.

El pasado siglo se caracterizó por un acelerado crecimiento de la población mundial y por el inicio de su envejecimiento. Cuba no muestra una situación muy diferente al resto de los países, más de un 1 400000 personas superan los 60 años de edad representando el 16% de nuestros habitantes.

En consonancia con este fenómeno el Estado cubano ha estado desarrollando una política social de atención a este importante sector de la población, que por demás llega a la llamada tercera edad con características distintas a las de antaño: más sanos, fuertes y vitales, y con motivaciones para el futuro. Las Casas de abuelos, los comedores comunitarios, los Círculos para la realización de ejercicios físicos y otros.

El mundo actual experimenta grandes cambios que conllevan al desarrollo y avance en la ciencia y la técnica, la medicina, la industria y otras ramas lo cual constituye un reto para las personas que aspiran a vivir más e intensamente, el aumento de la esperanza de vida al nacer es un hecho y por consiguiente cada día aumenta el envejecimiento poblacional.

El fenómeno de la ancianidad ha cobrado gran auge como una epidemia moderna pues el anciano está cada día más lejos de ser pasivo o constituir un estorbo por sus marcadas limitaciones en algunos casos.

La población cubana va camino del envejecimiento. Los programas de salud, educación, asistencia social y otros a partir de 1959 han determinado un mejor nivel de vida en la población que aunque creció en los primeros años ahora tiende a tener parámetros similares a los de los países desarrollados, por ejemplo la esperanza de vida al nacer se sitúa en los 75 años aproximadamente

El anciano se ha convertido en una parte importante de la sociedad, por lo que el envejecimiento es hoy un campo muy fructífero para la investigación, saber que sienten o experimentan las personas en dicha etapa de la vida, cómo ayudarlos para que vean el envejecimiento como un proceso inherente al hombre o una etapa más de la vida, cómo motivarlos, estimularlos, determinar cuáles son sus principales intereses y sobre todo permitirles interiorizar los cambios que ocurren en esta etapa y como vivir con ellos con naturalidad y optimismo.

La edad cronológica tradicionalmente ha constituido el parámetro que determina el inicio de la vejez sin embargo el mismo no constituye el mejor parámetro para determinar cuán activo y capaz puede ser un sujeto tanto para sí mismo, en su familia y la sociedad potencial que debe aprovecharse para evitar que ellos sientan miedo a lo desconocido por las ascendientes e inevitables pérdidas físicas e intelectuales, la desventaja ante los jóvenes que es más proactivo esto a su vez puede provocar en el anciano angustia, frustración, depresión conduciendo en ocasiones al aislamiento, el no se debe necesariamente a que el anciano viva solo, sino a que se le dificulta entablar nuevas relaciones significativas y algunas veces se presenta una rigurosa resistencia a abordar nuevas amistades.

Según el último Censo de Población y Vivienda realizado en septiembre del 2012 y comprende la etapa del 2002 al 2012, la población cubana en la actualidad tiene una gran tendencia al envejecimiento, un gran porcentaje de la misma pertenece a la tercera edad es por eso que se hace necesario incrementar las condiciones y la calidad de vida de estas personas que hemos caracterizado de forma general anteriormente.

Los expertos recomiendan que los abuelos aprovechen este período de sus vidas para reencontrarse con actividades y hobbies abandonados, como la lectura, la pintura, la cerámica y los juegos de mesa. Cada adulto mayor guarda una lección de vida que los jóvenes pueden tomar en cuenta, sobre todo aquellos con una larga experiencia en diversos oficios y artes. Cuba perfecciona las medidas de inclusión social que se aplican con las personas de la tercera edad y el respeto a sus derechos.

La educación en la tercera edad debe partir de que sea ofrecida a los ancianos para conservar su autosuficiencia, la adaptación social, forma de mantener el vínculo con el desarrollo social actual. Debe sentirse informado, como un hombre de su tiempo sobre la evolución del mundo actual. Se debe tener en cuenta la profundización en la búsqueda de métodos idóneos para transmitir mensajes que enseñen y eduquen, ajustados a la vejez. Además de esto debe demostrarse que la posibilidad de aprender en el hombre existe a lo largo de la vida, en mayor o menor grado.

Mediante la educación en la tercera edad puede lograrse que el anciano se encuentre interesado en el futuro, que se sienta parte de la sociedad, con funciones y roles sociales. Los centros de salud, centros educativos, familias, comunidades son agentes importantes que en su interacción con el anciano pueden trabajar en su estimulación y preparación en esta etapa

Las universidades del adulto mayor tienen un papel fundamental en el proceso de educación del adulto mayor y en la actitud de este hacia la vejez. Buscan crear una cultura

del envejecimiento a partir de oportunidades educativas y de autodesarrollo para la tercera edad y mediante este proceso de educación la concientización en el ámbito social del valor de esta etapa.

Las Cátedras del Adulto Mayor le brindan un espacio a los ancianos para mejorar sus vidas, les permite una digna vejez, adecuada reinserción familiar y comunitaria, además un mayor crecimiento como seres humanos y la realización de sus proyectos de vida.

En el municipio Pedro Betancourt se lleva a cabo una intensa y ardua labor con las Cátedras del Adulto Mayor, las mismas en los diferentes Consejos Populares del municipio agrupan a diferentes personas desde 60 años en adelante, algunos rebasan ya los 85. En dichas Cátedras se trabaja en base a las aspiraciones, motivaciones e intereses de los cursantes, de igual forma se trabaja para convertirlos en promotores de salud, educación, cultura, lectura y otras áreas. Este trabajo ha tenido continuidad desde hace varios cursos y la estrategia a seguir está basada en las aspiraciones, motivaciones e intereses de los cursistas atendiendo a la característica fundamental que prima en esta etapa que es la necesidad de trascender en el tiempo.

Por estas razones antes expuestas al comenzar cada curso se realiza un diagnóstico el cual nos permite constatar el nivel cultural, los gustos o preferencias, la información que poseen de determinados temas y algunos otros elementos necesarios. Este diagnóstico se repite cada curso pues se incorporan a nuestras aulas nuevos estudiantes de la tercera edad que después de tener una vida laboral activa, están disfrutando o experimentando la jubilación por lo que necesitan estar a tono con el desarrollo y realidad actual de nuestro país y del mundo.

Entre los temas que más se difunden en estos encuentros se encuentran los relacionados con la rama de la salud y son los que cuentan con una mayor aceptación: geriatría, degeneración orgánica, nutrición, infecciones de transmisión sexual, terapia floral, psicología del adulto mayor, enfermedades mas frecuentes en el adulto mayor etc.

En otras esferas como la cultura se destaca temas de teatro, artesanía, arquitectura y urbanismo, historia local que tan importante y preciada es para conocer nuestro acervo histórico y cultural, debates sobre programas de la radio y la televisión cubanas también temas sociales para de alguna forma responder al llamado de Raúl Castro Ruz nuestro líder para erradicar las indisciplinas sociales, en los mismos se destaca: la atención al cliente, la familia y su papel, la marginalidad las relaciones públicas, opiniones del pueblo y otros de gran utilidad.

Los hechos vitales que afectan la autovaloración de la persona producen emociones negativas muy fuertes que se equiparan y sobrepasan en ocasiones a las vivencias negativas de carácter físico.

El anciano debe valorarse como un individuo que posee un cúmulopreciado de experiencia que puede trasmitir a los jóvenes en el interactuar diario. Debe dársele la oportunidad de seguir siendo parte del sistema productivo en actividades que le permitan sentirse útil.

Que el adulto mayor se incline a descansar, la inactividad, la soledad, la espera pasiva del final no son sino otras ideas erróneas, ya que decir actividad no significa siempre ni trabajo remunerado, también significa distintas acciones, tareas, intercambios de experiencias con coetáneos o con personas de otras edades, aprendizaje, de recreación, de enseñanza, de uso del tiempo libre en favor de si mismo y de todos los que nos rodean.

Insistimos que esta actividad tiene como meta una búsqueda de satisfacciones y de una mejor calidad de vida y que la calidad de vida esta asociada a nuestras posibilidades reales de existencia no a las que queramos implementar tratando de adoptar posturas que no son realmente posibles a nuestra edad y no estén basadas en nuestros intereses reales.

Es necesario destacar como en estos años y motivados por el interés de aprender y de estar actualizados, nuevos cursantes han incrementado nuestros grupos, todos ellos en su mayoría alentados por la familia para que tengan un espacio donde puedan realizarse.

La familia como red social primaria es esencial en cualquier etapa de la vida, es el primer recurso y el último refugio. La familia como grupo de intermediación entre el individuo y la sociedad, constituye un determinante importante para el presente análisis de la Tercera Edad.

Todos los proyectos en ejecución con la tercera edad, con sus excelentes resultados son el punto de partida para continuar, estimulan la recreación y actividad psíquico motora, favorecen la integración social para compensar las inevitables pérdidas familiares o sociales y además desarrollan potencialidades acordes a sus gustos y preferencias. Todos se encaminan a lograr vida con calidad. Compartir con un grupo de la tercera edad en una Cátedra del Adulto Mayor es valorar en toda su magnitud una obra que permite comprobar que el envejecimiento no es una enfermedad, sino una nueva etapa del calendario cuando se enseña a transitar por ella. Es aprovechar la experiencia de los menos audaces, pero más curtidos. Es demostrar que los años no tienen que llevarse con dolor, sino con la enseñanza de conocerlos para convertirlos en un tiempo útil y feliz. Es cultivar respeto, admirar voluntad, y mostrar la vigencia de la frase del ilustre músico cubano cuando afirmó que Joven ha de ser quien lo quiera ser.

Es frecuente atribuirles a los mayores que siempre estén contando cosas del pasado.

Es cierto que el presente bombardea a los adultos mayores con sus vertiginosos cambios en lo tecnológico, en las costumbres, en la vida en general.

Retrocediendo igualmente en el pasado, nuestros mayores nacieron cuando cobraba auge la radio posteriormente la televisión, video, la computadora, las dos guerras mundiales y otros sucesos de la época a los cuales podemos sumarles en la actualidad los cambios en las costumbres, el destape sexual ,auges de epidemias como el VIH- SIDA, las mayores libertades individuales del ser humano en la sociedad siempre que se rijan por las leyes de nuestro estado socialista.

El ritmo es por momentos vertiginoso y es al empezar el envejecimiento, cuando el Adulto Mayor se encuentra consigo mismo y con su tiempo libre que nunca aprendió a usar, cuando necesita recordar, reconstruir su propia historia para integrarla a este presente.

Conclusiones

Este proyecto ha experimentado grandes cambios y se han implementado nuevas variantes al mismo desde sus inicios hace tres años atrás a la actualidad, las actividades que se vienen desarrollando están en correspondencia con las necesidades e intereses de las personas de este grupo etáreo. Los mismos han encontrado en la Cátedra un espacio que cada vez se hace mayor para conversar de sus problemas, inquietudes, saciar sus curiosidades, en fin intercambiar con sus coetáneos, trascender en el tiempo que es tan necesario y vital para ellos con personas jóvenes, contar sus vivencias, narrar anécdotas para transmitir sus experiencias, pero a la vez se están dotando del conocimiento actual del desarrollo de la humanidad, los avances de la tecnología y la informática cuando han puesto sus manos algo torpes ya sobre un teclado y un *mouse* de un ordenador para aprender como manejarlo o cuando reciben un conversatorio sobre la moringa y la explicación va sustentada por un *Power Point* con imágenes sobre esta planta.

Bibliografía:

ALFONSO, J.: *Demografía del envejecimiento*, Centro de Estudios de la Población y Desarrollo, Conferencia CITED, La Habana, 1996.

Documentos que han regido el funcionamiento de la CUAM desde su fundación a la actualidad.

GARCÍA, C. A. (2005) *Cátedras Universitarias del Adulto Mayor* [Consulta 14 Noviembre 2013] Disponible en www.ecured.cu

OROSA, F. T: *La tercera edad y la familia*. Edición Félix Varela, La Habana, 2003.

VEGA, J. L. *Psicología Evolutiva. Edad Adulta y Tercera Edad*. Tomo III. Cuarta Edición, Mayo 1987.