



## **Actividades extradocentes para favorecer la incorporación de los ancianos a la Cátedra del Adulto Mayor del municipio de Media Luna\***

**Mirta Viltres Pérez**

**Marta Rodríguez Rodríguez**

Especialidad: Estudios Socioculturales

Universidad de Granma (Cuba).

**Resumen:** El trabajo propone un sistema de actividades extradocentes que permitirá lograr mayor incorporación de los abuelos a la Cátedra del Adulto Mayor, a partir de sus gustos y preferencias y con la participación de todas las organizaciones políticas y de masas de la comunidad, con un enfoque sistémico.

**Palabras clave:** Adulto mayor; Cátedra del Adulto Mayor; envejecimiento.

---

\* Recibido: 25 septiembre 2015 / Aceptado: 16 febrero 2016.

## **Extracurricular activities to encourage the elderly to become members of the senior citizen association in the municipality of Media Luna**

**Abstract:** This work proposes a system of extracurricular activities applying a systemic approach in order to increase the membership of the elderly in the Senior Citizen Association based on their likes and preferences and with the participation of all the political and mass organizations of the community.

**Key words:** Elderly; Senior Citizens Association; aging

## Introducción

*"La palabra de los ancianos tiene  
peso y valor de semilla".*

*José Martí*

El envejecimiento es la pérdida de la reserva funcional, que condiciona una mayor susceptibilidad a la agresión externa al disminuir los mecanismos de respuesta y su eficacia para conservar el equilibrio del medio interno (Hayflick, 2000).

Cuba posee un acelerado envejecimiento poblacional, con una población de 60 o más años de edad por encima del 15 %. En este país toda persona que alcanza los 60 años de edad y los supera es considerada un adulto mayor (Oliva *et al.*, 2007).

La estructura porcentual de la población cubana se ha modificado sustancialmente en los últimos años y ha de acentuarse en el futuro cuando arriben a la ancianidad los que hoy viven la tercera y cuarta décadas de la vida y constituyen el porcentaje más alto de población (Figueroa *et al.*, 2005).

Es necesario en una sociedad que envejece lograr que los ancianos disfruten una vejez satisfactoria. Numerosos estudios abordan el tema de la vejez y la forma de fomentar hábitos saludables en los adultos mayores desde diversas perspectivas y en diversos escenarios cubanos.

Brito y Iraizoz (2012) analizaron la situación biopsicosocial del adulto mayor en una población cubana del municipio de Arroyo Naranjo concluyendo que los Círculos de Abuelos y la Casa de Abuelos ayudan al adulto mayor a mantenerse integrado a la sociedad.

Bujardón y Mayoral (2006) abordaron la educación en valores en el adulto mayor dentro de un grupo de trabajo comunitario en las Cátedras de la Universidad del Adulto Mayor concluyendo que el trabajo comunitario integrado contribuye a elevar la autoestima y la calidad de vida, además propicia que las personas de la tercera edad se sientan útiles al demostrarse a sí mismos que pueden y deben contribuir, a pesar de sus años, con el desarrollo espiritual de nuestra sociedad.

Una vía para influir positivamente en una ancianidad placentera y reconfortante es a través de la educación en la tercera edad, mediante la incorporación de los abuelos de la Universidad del Adulto Mayor.

Las Cátedras del Adulto Mayor surgen en Cuba como una iniciativa pedagógica sin precedentes, para atender a las personas de la tercera edad; en estas cátedras imparten los temas profesionales, vinculados al proceso docente de la universidad, pertenecientes a cada una de las facultades pero, además, apoyan compañeros de otras instituciones locales (Molina, 2014).

Esta novedosa forma de enseñanza constituye una de las vías para el mejoramiento de la calidad de vida de las personas de la tercera edad, dando respuesta así a una necesidad social (Jordán & Pachón, 2008).

Las cátedras del adulto mayor forman parte del Sistema Nacional de Educación Superior, como programa de extensión universitaria dirigida a la educación de las personas mayores. Se basan en una concepción de ampliar el horizonte de conocimientos necesarios para el mejoramiento de modos y estilos de vida en este grupo poblacional. Dada la importancia que se ha dado al mejoramiento de la calidad de vida de la tercera edad, las cátedras del adulto mayor han repercutido considerablemente por las condiciones de nuestra sociedad, debido al desarrollo económico y social alcanzado, aumentando la expectativa de vida (Ojalvo, 1999).

En este proceso educativo a esta edad se desarrolla no como un proceso de enseñanza-aprendizaje, sino de orientación-aprendizaje, donde su objetivo fundamental sea convertirse en un "otro" que potencie el desarrollo sin importar el nivel educacional que posee el adulto mayor (Jordán & Pachón, 2008).

La primera cátedra universitaria del adulto mayor se fundó en febrero del año 2000 en la Universidad de La Habana, teniendo como antecedente las llamadas universidades de la tercera edad que existían en el mundo y los proyectos universitarios para la tercera edad que se habían creado en algunas regiones del país con el coauspicio de la Central de Trabajadores de Cuba (CTC) y la Asociación de Pedagogos de Cuba (APC) (Jordán & Pachón, 2008).

Existen numerosas Cátedras, Filiales y Aulas del Adulto Mayor ya sean urbanas o rurales, en la montaña o en las comunidades. A su vez, se conformó el Grupo Nacional de Atención a las Cátedras y Filiales Universitarias del Adulto Mayor, presidido por el Ministerio de Educación Superior (MES) y auspiciado por la Central de Trabajadores de Cuba (CTC), la Asociación de Pedagogos de Cuba (APC), el Ministerio de Salud Pública (MINSAP), el Instituto de Deportes Educación Física y Recreación (INDER), el Ministerio de Cultura, el Ministerio de Ciencia Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), el Instituto de Seguridad Social (INASS), el Programa Nacional de Trabajadores Sociales, el Ministerio de Educación (MINED), el Ministerio de la Agricultura (MINAGRI), el Ministerio del Azúcar (MINAZ) y los respectivos sindicatos.

El objetivo de la investigación es elaborar un sistema de actividades extradocentes para favorecer la incorporación de los ancianos a la Cátedra del Adulto Mayor del municipio de Media Luna sustentado en el programa del Curso Básico Perfeccionado.

### **Métodos de la investigación científica empleados**

Del nivel teórico:

Histórico-lógico: para la determinación de los antecedentes históricos de la Cátedra del Adulto Mayor.

Análisis-síntesis: se utilizó durante toda la investigación para el estudio de la bibliografía, del objeto a través de sus partes, establecer sus relaciones esenciales y para arribar a conclusiones.

Métodos del nivel empírico:

La observación: para comprobar la cantidad de abuelos de los diferentes círculos que se incorporaron a la actividad desarrollada por el profesor.

Técnicas de investigación.

La entrevista: fue aplicada a los seis profesores que imparten los módulos, dirigentes de la CTC y profesores adjuntos, así como a estudiantes con el fin de conocer su criterio sobre la actividad desarrollada.

También se utilizó como técnica el análisis de documentos en la revisión de programas de estudios, documentos docentes metodológicos normativos, así como bibliografías especializadas que facilitó realizar una valoración acerca del tema y, de

esta forma, aplicar un sistema de actividades extradocentes para contribuir a resolver la problemática objeto de investigación.

Para la realización de esta investigación se tomó como población 60 ancianos matriculados en Círculos de Abuelos, 15 en el Hogar de Ancianos y 30 de la Casa de Abuelos, donde se escogió una muestra probabilística compuesta por 72 ancianos de los tres centros mencionados, que representan el 75,6 % de la población y brindan un carácter representativo de la misma.

### **Antecedentes históricos de las cátedras universitarias del adulto mayor**

Para darle cumplimiento a este pensamiento se crearon las Cátedras Universitarias del Adulto Mayor y los cursantes son adultos mayores, jubilados y pensionados en su mayoría y amas de casa de las comunidades, que deseen incorporarse al estudio. Pueden poseer cualquier nivel escolar pues los grupos de alumnos son heterogéneos. La matrícula se realiza a través de los sindicatos en la CTC municipal, además de incorporar a las otras personas de la comunidad por parte de la dirección de cada una de las filiales del territorio.

La Filial Universitaria del Adulto Mayor (FUAM) es un equipo de trabajo y grupo de cursantes mayores que se subordinan y asumen la dirección, orientación, chequeo y control de las CUAM pero que funcionan a nivel municipal.

Funciones de las CUAM:

1. Estudio de carácter multidisciplinario del proceso de envejecimiento poblacional y sus repercusiones.
2. Asesorar a los municipios, desde el punto de vista docente-metodológico y científico-investigativo.
3. Ofrecer capacitación en temas gerontológico y de educación de adultos mayores a los miembros de las CUAM, filiales, así como a otras instituciones que lo soliciten a nivel nacional e internacional.

El primero de octubre es el día internacional del adulto mayor, busca llamar la atención sobre cómo, lejos de adentrarse a una etapa de aislamiento o inutilidad, el adulto

mayor tiene la posibilidad de llevar vidas plenas y productivas con las cuales contribuir a sus familias y comunidades.

Pero para que tales empeños se tornen realidad resulta indispensable que se piense más en cómo viven, trabajan, disfrutan la jubilación o el tiempo libre esos hombres y mujeres que a nuestro alrededor lucen cabellos de plata.

Para 2020 Cuba contará con más ancianos que niños y se convertirá así en la nación más envejecida de Latinoamérica. En el presente, cerca del 18 % de los habitantes de la isla ya superó los 60 años; esto trae implicaciones económicas y sociales para el país y el panorama nacional exigirá esfuerzos cruciales, tanto para la economía como para el entorno familiar. Aspectos como quiénes velarán por los parientes ancianos en el hogar o cómo tales atenciones podrán afectar la vida laboral y, por consiguiente, el ingreso de los cuidadores, así como cuánto será el volumen de los recursos financieros destinados a la seguridad social, demandarán el reajuste de mecanismos hasta ahora establecidos.

En el municipio de Media Luna se ha venido trabajando hace algunos años con los adultos mayores procedentes de sindicatos, alfabetizadores, entre otras fuentes, pero se hacía de manera esporádica, era atendida por la Central de Trabajadores de Cuba, hasta que el Ministerio de Educación Superior, a través de la Sede Universitaria, comenzó a rectorar esta actividad y es así como se formalizó una matrícula de 25 estudiantes, que fue incrementándose pero con resultados muy discretos hasta el curso 2012-2013. Tuvo su mayor matrícula en el curso 2013-2014 con 81 estudiantes, aunque todavía baja.

El programa del curso básico perfeccionado está diseñado para impartir el contenido de los módulos a través de conferencias en los encuentros planificados, que aunque instruyen al estudiante, no se realizan actividades extradocentes que favorezcan su vinculación con sus experiencias, vivencias y su historia de vida en las diferentes etapas.

Un diagnóstico realizado en el curso 2013-2014 arrojó que en el municipio de Media Luna existen 5 184 ancianos comprendidos en edades de 65 a 85 años de edad; de ellos, 15 están incorporados al Hogar de Ancianos, 30 a la Casa de Abuelos y 90 a los

Círculos de Abuelos, sin embargo, en la Cátedra del Adulto Mayor solo existe una matrícula de 92 estudiantes incluidos en esas edades.

### **Fundamentos del sistema de actividades**

El sistema se enmarca dentro de una concepción dialéctico-materialista: porque se parte de la necesidad de superar la contradicción esencial que conduce al problema, cuya superación favorece la motivación de los ancianos y los impulsa a incorporarse a la Cátedra del Adulto Mayor; porque todas las actividades de la propuesta interactúan e influyen mutuamente.

En la teoría general de sistemas: es el conjunto de elementos organizados y ordenados entre sí que presupone el cumplimiento de determinadas funciones que garantizan la existencia del nivel estructural correspondiente y partiendo del hecho de que cada actividad del sistema propuesto es un eslabón de la cadena de este, por ello las mismas reúnen los criterios científicos, ideológicos y metodológicos necesarios, constituyendo así un todo armónico, desde el punto de vista de los objetivos, del contenido, de los métodos y de las medidas organizativas necesarias para el proceso de enseñanza aprendizaje.

El sistema propuesto es abierto porque opera e intercambia con el mundo circundante, considera las relaciones de intercambio del objeto con el medio o contexto a través de entrada y salida de influencias. Es eminentemente adaptativo porque puede reajustarse constantemente a las condiciones cambiantes del medio y está dirigido por las relaciones de coordinación existentes entre sus actividades.

### **Sistema de actividades aplicado en la investigación**

**Actividad 1:** "Todos somos abuelos"

**Objetivo:** intercambiar sobre el proceso de envejecimiento

**Forma de organización de la actividad:** extradocente

**Tiempo asignado:** 2 horas

**Responsable:** Coordinadora de la Cátedra del Adulto Mayor

**Ejecuta:** Profesor del módulo 2

**Participantes:** Profesor que imparte el módulo, coordinadora de la Cátedra, directores de la Casa de Abuelos y Hogar de Ancianos



**Lugar:** Casa de Abuelos y Hogar de Ancianos.

**Acciones del profesor:**

- Realizar la coordinación con las instituciones y su correspondiente convenio.
- Dar a conocer el objetivo de la actividad que consiste en intercambiar con abuelos miembros de la Casa de Abuelos, Hogar de Ancianos, miembros del equipo multidisciplinario de cada institución para precisar aspectos como:
  - Funcionamiento de cada institución
  - Actividades que se desarrollan
  - Atención que se les brinda
  - Motivaciones
  - Estados de ánimos
- Participa en el intercambio.
- Realiza las conclusiones de la actividad.

**Modo de evaluación de la actividad**

Se evaluará la actividad teniendo en cuenta el actuar de los estudiantes, con categorías de Muy Bien, Bien, Regular o Mal.

**Acciones del estudiante**

1. Autopreparación previa para la actividad.
2. Participar en la actividad.

**Descripción:**

Esta actividad se realiza con la participación de la profesora que imparte el segundo módulo de la Cátedra, quien se encarga de dirigir la actividad, en correspondencia con el contenido y el objetivo previstos para la conferencia. El equipo multidisciplinario de la Casa de Abuelos y el Hogar de Ancianos explica el funcionamiento de dichas instituciones y se realiza un intercambio entre estos con los miembros de la Cátedra del Adulto Mayor, culminando la misma con una actividad cultural.

**Actividad 2:** Taller: "Abuelos fuertes y saludables"

**Objetivo:** Fomentar un comportamiento higiénico referido a la salud de la familia, higiene del medio, estilos de vida sanos, ejercicios físicos, prevención y lucha contra las enfermedades, así como aumentar la capacidad del adulto mayor para

elevar la autorresponsabilidad en materia de salud y participar en las acciones sanitarias de su comunidad.

**Forma de organización de la actividad:** extradocente

**Tiempo asignado:** 2 horas.

**Responsable:** coordinadora de la Cátedra del Adulto Mayor.

**Ejecuta:** profesor del módulo 3.

**Participantes:** profesor que imparte el módulo, coordinadora de la Cátedra, coordinadora de Salud quien guiará el taller, profesores invitados del CUM, familiares y los abuelos.

**Lugar:** aula 1 del policlínico docente Raúl Podio Saborit

**Acciones del profesor:**

- Realizar la coordinación con el policlínico Raúl Podio y su correspondiente convenio.
- Dar a conocer el objetivo de la actividad que consiste en el intercambio con abuelos miembros de la Cátedra del Adulto Mayor, coordinadora de Salud encargada de la atención al adulto mayor, el profesor que impartió el módulo, profesores del CUM y familiares de los abuelos que los ayudarán en su autorresponsabilidad en materia de salud, en la ingestión de sus medicamentos, en propiciarles estilos de vida sanos, que practiquen ejercicios físicos, la prevención y lucha contra sus enfermedades.
- La doctora abordará las siguientes temáticas a través del intercambio.
  1. Cultura alimentaria
  2. Actividad física
  3. La salud mental y el estrés
  4. Sexualidad.

**Modo de evaluación de la actividad**

Se evaluará con categorías de Muy Bien, Bien, Regular o Mal, teniendo en cuenta las intervenciones de los abuelos y sus familiares.

**Acciones del estudiante**

1. Autopreparación previa a la actividad. El profesor que impartió el módulo les orientará las temáticas que profundizarán en el intercambio con la doctora especialista en la materia tales como:

¿Cómo es su alimentación?, ¿Qué enfermedades padecen?, ¿Qué medicamentos ingieren?, ¿Quiénes están integrados a los círculos de abuelos?, ¿Qué actividades realizan en sus hogares?, ¿Qué actividades de higienización realizan en sus comunidades?, entre otras.

2. Participar en la actividad.

**Descripción:**

Se realiza con la participación del profesor que imparte el tercer módulo de la Cátedra, quien se encarga de dar inicio a la actividad en correspondencia con el contenido y el objetivo previstos para el taller. La coordinadora de Salud encargada de la atención al adulto mayor y especialista en la materia interviene dando la bienvenida a todos los presentes y en especial a los abuelos a quienes está dirigida la actividad, anuncia las temáticas a abordar y a través de un cuestionario de preguntas comienza el desarrollo de la misma, en el debate intervienen los demás invitados para profundizar en el contenido. Al culminar visualizarán un video con el título: Alimentos sanos.

**Actividad 3:** "Para dar más vida a los años que se han agregado a la vida"

**Objetivo:** Garantizar a la tercera edad una vejez segura y feliz ejecutando acciones a través de los organismos e instituciones sociales.

**Forma de organización de la actividad:** extradocente

**Tiempo asignado:** 4 horas

**Responsable:** coordinadora de la Cátedra del Adulto Mayor

**Ejecuta:** profesor del módulo 4

**Participantes:** profesor que imparte el módulo y guiará a actividad, coordinadora de la Cátedra, coordinadora de Salud, familiares y abuelos.

**Lugar:** policlínico docente Raúl Podio Saborit.

**Acciones del profesor:**

-Ofrecerá tratamiento a través de su gestión a las problemáticas que se detectaron durante la clase, consistente en insatisfacciones con la situación constructiva de la vivienda, necesidad de tratamiento por especialistas en cardiología y asistencia social.

-Coordinar con sus colaboradores para agilizar la tramitación de las problemáticas anunciadas en correspondencia con los requisitos exigidos para cada caso.

-Ofrecer respuesta de su gestión a los abuelos involucrados en las problemáticas.

### **Modo de evaluación de la actividad**

Se evaluará con categorías de Muy Bien, Bien, Regular o Mal, de acuerdo con el resultado de su gestión.

### **Acciones del estudiante**

1. Presentar la documentación e informaciones necesarias para gestionar los trámites en correspondencia con su problemática.

### **Descripción:**

Esta actividad se realiza con la participación del profesor que imparte el cuarto módulo, la coordinadora de la Cátedra del Adulto Mayor y especialistas de la Salud invitados. Se realizaron valoraciones sobre los casos de Salud, de la Vivienda y Asistencia Social, obteniéndose como resultados el otorgamiento de la consulta de cardiología para los necesitados; se otorgó un subsidio para dar tratamiento a la situación crítica de la vivienda de un abuelo, no así el caso que solicitaba asistencia social por no cumplirse con los requisitos exigidos para este trámite.

### **Impactos de la investigación**

#### **Impacto metodológico**

Utilización de un sistema de actividades en función del desarrollo material y espiritual de los ancianos.

#### **Impacto social**

1. Satisfacción por los ancianos, al revivir motivaciones, alegrías, emociones, sentimientos, lo que condujo a elevar su autoestima y su seguridad al sentirse útiles a pesar de su avanzada edad, mejorando así su calidad de vida.
2. Dio lugar al proyecto sociocomunitario de la Cátedra del Adulto Mayor y discapacitado de la ANCI "Aire de luz con visión de Comunidad".
3. Solución de problemáticas de salud, vivienda a dos abuelos de la cátedra.
4. Se ofreció orientación especializada al abuelo que solicitaba el beneficio de la asistencia social.

## Conclusiones

Las actividades extradocentes propuestas donde intervienen los agentes socializadores de la comunidad permitirán lograr la incorporación de los abuelos a la Cátedra del Adulto Mayor.

El análisis de las tendencias actuales del adulto mayor y su incorporación a las cátedras del Adulto Mayor permite plantear que el Programa del Curso Básico, además de instruir, requiere de un perfeccionamiento para incorporar actividades extradocentes que consoliden los contenidos recibidos en la conferencia y estimulen al adulto mayor a mantener una vida activa.

## Referencias bibliográficas

BRITO, G. & IRAIZOZ, A. 2012: Valoración biopsicosocial del adulto mayor desde un enfoque bioético en una población cubana. *Revista Cubana de Medicina General Integral* 28(4): 630-648.

BUJARDÓN, A. & Mayoral, M. 2006: El Adulto Mayor y la Educación en valores en la actividad del Grupo de Trabajo Comunitario. *Humanidades Médicas* 6(3). Consulta: 10 nov 2015. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202006000300001](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202006000300001)

FIGUEROA, D.; ABREU, M.; VILLAFRANCA, M. & FIGUEROA, E. 2005: Panorámica del envejecimiento en Cuba. *Rev. Hosp. Psiquiátrico de La Habana* 2(3) [en línea]. Consulta: 10 nov 2015. Disponible en: <http://www.revistahph.sld.cu/hph0305/hph03905.htm>

HAYFLICK, L. 2000: The future of ageing. *Nature* 408(6 809): 267-269.

JORDÁN, M. & PACHÓN, L. 2008: La Universidad del Adulto Mayor y su contribución al logro de una vejez saludable. *Revista Médica Electrónica* 30(6): 800-805. Consulta: 10 nov 2012. Disponible en: <http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20médica/ano%202008/vol6%202008/tema15.htm>

MOLINA, M. 2014: La cátedra del adulto mayor: una iniciativa pedagógica en Cuba. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales* (2014\_05). Consulta: 10 nov 2015. Disponible en: [https://ideas.repec.org/a/erv/rccsrc/y2014i2014\\_0505.html](https://ideas.repec.org/a/erv/rccsrc/y2014i2014_0505.html)

OJALVO, V. 1999: *Comunicación Educativa Centros de Estudio para el perfeccionamiento de la Educación Superior*. CEPES, La Habana.

OLIVA, T.; CARRASCO, M., DÍAZ-CANEL, A.; SANSÓ; F. & ALONSO, P. 2007: Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor. *Revista Cubana de Salud Pública* 33(1).