

ORIENTACIONES EDUCATIVAS AL ADULTO MAYOR. EXPERIENCIAS PARA LA ESTIMULACIÓN DE UNA VEJEZ ACTIVA.

Educational guidelines for the elderly. Experiences for the stimulation of an active old age.

Geisel Castillo Perozo, MSc Universidad de Oriente, Cuba
<https://orcid.org/0000-0003-0937-1235>
geiselcp@uo.edu.cu

María Santiesteban Labañino, Dr. C. Universidad de Oriente
<https://orcid.org/0000-0003-1930-7726>
margarita@uo.edu.cu

Maribel Asín Cala, Dr. C. Universidad de Oriente
<https://orcid.org/0000-0001-5541-1235>
maribela@uo.edu.cu

Palabras claves: Adulto mayor, envejecimiento activo, orientación educativa.

Recibido: 03 de enero de 2024

Keywords: Older adult, active aging, educational guidance.

Aceptado: 13 de mayo de 2024

RESUMEN

El envejecimiento poblacional constituye una tendencia demográfica, asociada al incremento de la esperanza de vida, estimada en más de 70 años. Implica la necesidad de reconocer a la tercera edad como un motor impulsor del desarrollo social, económico y tecnológico, en una sociedad más inclusiva que propicie mejor su atención y el aprovechamiento de sus experiencias en función del desarrollo social y personal. Es *objetivo* de este trabajo plantear una propuesta de orientación educativa dirigida a adultos mayores, pretendiendo incorporarles a sus modos de vida nuevas maneras de hacer que favorezcan su proceso de envejecimiento activo. Se aplicaron métodos de carácter teórico y empírico como análisis - síntesis, la sistematización, la triangulación metodológica y estudio de historias de vida.

ABSTRACT

Population ageing is a demographic trend, associated with an increase in life expectancy, estimated at more than 70 years. It implies the need to recognize the elderly as a driving force for social, economic and technological development, in a more inclusive society that better promotes their care and the use of their experiences in terms of social and personal development. The objective of this work is to propose a proposal for educational guidance aimed at older adults, aiming to incorporate new ways of doing things that favor their active aging process into their ways of life. Theoretical and empirical methods were applied, such as analysis-synthesis, systematization, methodological triangulation and study of life histories.



INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población constituye en la actualidad una de las tendencias más notables del presente siglo XXI, asociado en gran medida al desarrollo socioeconómico y las políticas sociales, aspecto que a su vez genera nuevas soluciones en las diferentes esferas sociales, políticas y económicas para la sociedad en general, la familia en particular y los adultos mayores en particular, en aras de lograr mayor calidad de vida y de participación social.

En un análisis publicado por el Ministerio de Salud de Cuba (MINSAP) acerca de Los indicadores demográficos de Cuba y sus territorios, año 2022, de acuerdo con el Ministerio de Salud Pública. Cuba (2023), la Oficina Nacional de Estadística e Información (ONEI) se expresa "El proceso de envejecimiento demográfico acelerado y presente en todos los sectores de la sociedad, el decrecimiento de la población en edad laboral y del total de mujeres en edad reproductiva son elementos clave que caracterizan la situación demográfica en Cuba en el año 2022 Ministerio de Salud Pública (MINSAP, 2023).

Más adelante precisan que según el balance anual del año 2022 la esperanza de vida en Cuba se ubica alrededor de los 77 años, y el grado de envejecimiento es del 22,3 % del total de la población. Se observa un decrecimiento de la población, debido fundamentalmente a la baja fecundidad, balance negativo entre las tasas de natalidad y mortalidad y el saldo migratorio externo. Otro elemento distintivo es que las mujeres tienen una mayor esperanza de vida por tanto la población adulta femenina supera a la masculina (MINSAP, 2023).

Este creciente envejecimiento poblacional constituye uno de los retos de la sociedad en la actualidad; por ello, son numerosas las acciones que se desarrollan para cubrir las necesidades de esta población cada vez mayor (Gávilan,2020).

"Todos nosotros —Estados, empresas, organizaciones internacionales, sociedades, comunidades, amigos y familias— hemos de intensificar nuestros esfuerzos para apoyar a las personas de edad. Debemos hacer todo lo posible para preservar sus derechos y su dignidad en todo momento." (ONU, 2020; Paspuel, 2023).

Sin embargo, la educación no es ajena a este fenómeno y, por esta razón, el sistema educativo enfrenta importantes desafíos para dar respuestas oportunas y pertinentes a las nuevas necesidades de este grupo poblacional. "...la universidad contemporánea ha de promover sistemáticamente la formación de profesionales capaces de adaptarse a nuevos procesos, adelantos científicos y tecnologías de avanzada que puedan motivarlos hacia su propia educación y auto preparación a lo largo de la vida. Ante estas demandas la función orientadora es cada vez más esencial en la labor del docente, quien desde la instrucción debe desarrollar su función orientadora y educativa." (Cubela, 2021).

En correspondencia, es objetivo de este trabajo plantear una propuesta de orientación educativa dirigida a adultos mayores pretendiendo incorporarles a sus modos de vida nuevas maneras de hacer que mejoren su bienestar y favorezcan su proceso de envejecimiento activo.

DESARROLLO

Materiales y métodos

La pesquisa realizada se sustentó en la investigación acción con un enfoque analítico, descriptivo y dialéctico, donde primó la explicación cualitativa de los datos obtenidos de la aplicación de métodos como: la sistematización, el análisis - síntesis, el estudio documental, de informes estadísticos poblacionales e historias de vida de adultos mayores de la tercera edad (Edad de Oro). Lo que permitió fundamentar las características y el porqué del creciente número de personas de este grupo poblacional, sus demandas y la necesidad de intervenciones educativas oportunas, desde la función orientadora del profesional de la educación (Zúñiga, 2023). Se requiere, por tanto, dar relevancia a la intervención orientadora en todas las etapas de la vida, incluida la vejez, precisando los retos y la propuesta de soluciones apoyados en la orientación educativa.

Fundamentación y resultados

La realidad de las sociedades del siglo XXI, caracterizadas por el desarrollo de la tecnología y el conocimiento, el surgimiento de nuevas profesiones, las variaciones y crisis en el empleo, reclaman una formación continua, es decir, un aprendizaje y orientación a lo largo de toda la vida. Cada vez más, la intervención orientadora evoluciona para atender a estas nuevas realidades, "...replantear y revisar las

perspectivas que disponemos y encontrar nuevas respuestas a los retos con los que las personas, las organizaciones y la sociedad se enfrentan" (Enriques, 2007, citado Morales, 2014) con el fin de que la orientación siga impactando en la vida de los individuos. "Orientar a lo largo de toda la vida implica tener en cuenta los múltiples contextos en los que se mueve y a los que pertenece la persona: el trabajo, la familia, el ocio, las relaciones sociales, las amistades; así como los complejos procesos que se dan en ellos: cognitivos, afectivos, comportamentales y espirituales" (Donoso y Sánchez, 2013, citado por Morales, 2014).

Por tanto, el ámbito de la orientación de adultos debe replantearse y extender sus fronteras para atender la amplitud y diversidad que abarca. La intervención orientadora con este grupo etario requiere partir y prestar especial atención a los cambios y transiciones que se producen en esta fase del ciclo vital; elemento que realza la necesidad de que aquellos profesionales con función orientadora deban incluir en su formación herramientas específicas de carácter gerontológico, desde un punto de vista integral y multidisciplinario.

Al ser la vejez una construcción social e individual ha de impulsar el desarrollo a escala humana, lo que significa dar lugar al ejercicio activo de los principios de "independencia, participación, cuidado, realización personal y dignidad" (Grajales, 2011).

En nuestra sociedad el adulto mayor, a pesar de todos los logros del Estado cubano en cuanto a su atención integral, se enfrentan a una serie de necesidades; muchas de las cuales, a criterio de gerontólogos, constituyen procesos que normalmente están asociados al envejecimiento, entre ellas la falta de adaptabilidad a situaciones nuevas en un mundo rápidamente cambiante, la incompreensión en el entorno familiar en el que como resultado del descenso de la mortalidad en la actualidad es común que se resida con uno o ambos padres ancianos a lo que se suma que el descenso de la fecundidad provoca que los hijos al casarse continúen residiendo en el hogar materno.

Prácticamente en cada hogar cubano existe un adulto mayor, que por su alto nivel de vulnerabilidad se queda en casa solo, al cuidado de los niños o bajo la supervisión de algún joven cuando quienes asumen el rol de líderes de la familia salen de casa. A este contexto intrafamiliar se une la avalancha de situaciones socio - económicas, cuestión que puede ocasionar dificultades para tomar decisiones, deficiencias para el manejo de conflictos, así como para encauzar los recursos personales a fin de alcanzar sus objetivos.

Se asume de la investigadora Cubela (2021) que en el proceso de orientación educativa se promueve el autorreflexión, autovaloración, autodeterminación, los valores, el autodesarrollo y la autodirección, como formaciones psicológicas que le permiten al sujeto alcanzar niveles cualitativamente superiores en la expresión de su subjetividad, así como la búsqueda de posibles alternativas de respuestas a las contradicciones y conflictos que enfrentan.

Las ayudas que se propicien desde este proceso orientador ha de implicar al sujeto en su propio hacer cotidiano participando de forma activa en el aprendizaje, de manera tal que se represente la realidad de forma personalizada, en un proceso reflexivo que le permita enfrentar los conflictos y tomar decisiones que contribuyan a su crecimiento personal, a criterio de la autora (Cubela, 2021).

Por tanto, entre los requerimientos o condiciones necesarias para realizar la labor de orientación educativa se significan: establecer una comunicación desarrolladora; propiciar la reflexión y la autorreflexión; estimular la responsabilidad por su aprendizaje y actuación; potenciar recursos personales y grupales para su crecimiento, destacando sus potencialidades y posibilidades; promover un aprendizaje desarrollador, mediante la construcción del conocimiento, el trabajo conjunto y el diálogo, el aprendizaje independiente, reflexivo y creativo, así como propiciar las alternativas de solución de problemas y conflictos. Consideraciones abordadas (Paz, 2011; Cubela, 2021).

Los procesos educativos con personas mayores en la actualidad adquieren importancia debido a la necesidad de lograr un envejecimiento activo y saludable. Los aportes realizados por ONU (2002) Grajales (2011), Árraga y Sánchez (2006), Ciano (2018), Morales (2014), demuestran que en este accionar educativo, la orientación como disciplina juega un papel esencial y se convierte en una estrategia para la promoción del autocuidado y el bienestar.

Orientar implica siempre la necesidad de una ayuda para que el sujeto pueda encontrar soluciones a sus problemas. Constituye un proceso potenciador de aprendizajes básicos y crecimiento personal que permite al adulto mayor intervenir como ente activo en el cuidado de su salud y alcanzar una mejor calidad de vida.

Las orientaciones educativas dirigidas al adulto mayor que favorezcan su envejecimiento activo debe primeramente estar contextualizadas, a partir de tener en cuenta las características del contexto social, económico, cultural en el que se desarrolla el adulto mayor.

Se comparte el criterio que la intervención orientadora contribuye a “detectar obstáculos en el desarrollo del adulto-mayor, permitiendo actuar preventivamente; identificar recursos y habilidades personales para fortalecer la autoestima; incluir los campos de la salud, educación, laboral-económico y político social que ofrecen nuevas oportunidades de bienestar y desarrollo personal; revitalizar y otorgar de significatividad a las experiencias vividas; promover una reflexión constructiva sobre la vida; facilitar los procesos de cambio y transición, acompañando a los sujetos en la reorganización de su identidad; promover la elaboración de proyectos educativos, laborales, personales y sociales” (Ciano, 2018).

Desde el Centro Universitario de Songo La Maya se han diseñado orientaciones educativas dirigidas al adulto mayor en pos de favorecer el envejecimiento activo. En su concepción se consideran postulados de (Árraga y Sánchez, 2006), la propuesta de Ciano (2018) y el modelo de envejecimiento activo (Organización Mundial de la Salud, 2002). En el primer caso se resaltan los principios que sustentan la orientación gerontológica, en el segundo el carácter amplio de la orientación que permite atender a diferentes destinatarios y por tanto las posibilidades de intervención educativa se pueden desarrollar en las diferentes etapas de vida. En el caso de la Organización Mundial de la Salud se asume la nueva perspectiva de la vejez y del envejecimiento activo viendo al adulto mayor desde el punto de vista de la salud, la participación social y la realización personal.

La propuesta se sustenta también en el Enfoque gerontológico que aborda el estudio de la vejez desde un enfoque interdisciplinario siendo su propósito conocer el proceso de envejecimiento y la práctica profesional que permita mejorar la calidad de vida del adulto mayor, concibiendo a misma como un proceso que se desarrolla a lo largo de la vida.

Las orientaciones educativas diseñadas tienen como objetivo fundamental promover un envejecimiento activo y saludable que favorezca la resignificación social del adulto mayor. Las cuatro dimensiones abordadas son:

- Salud y ajuste físico
- Compensación de las funciones cognitivas
- Desarrollo afectivo
- Implicación social

RESULTADOS

La orientación educativa tuvo como núcleo y escenario fundamental el proceso de extensión universitaria, con la realización de talleres informativos, orientadores y vivenciales, la realización de programas radiales; particularmente, útil fue la coordinación realizada con la emisora radial Sonido SM del municipio Songo La Maya. Se utilizó como espacio radial el programa “La voz del maestro” que se transmite con una frecuencia semanal y una duración de 30 minutos. Este espacio está dedicado a la orientación educativa desde los principales procesos y sustentos de la educación superior en el territorio. Con una frecuencia mensual se dedican 15 minutos de este programa a la orientación educativa del adulto mayor y sus familiares.

En la instrumentación de las acciones de orientación educativa dirigidas al adulto mayor intervino un equipo multidisciplinario integrado por un gerontólogo, un psicólogo, un profesor universitario que dirige la Cátedra del Adulto Mayor y un profesional de la Cultura Física y el Deporte. Este equipo fue el encargado de orientar a través de los talleres y los radios escuchas e intercambiar con ellos a partir de las líneas telefónicas. Cada uno de los programas transmitidos abordaron las dimensiones declaradas y se dieron respuestas a las dudas e interrogantes planteadas por los adultos mayores del programa anterior (a través de la vía telefónica y el correo electrónico de la Emisora Sonido SM), contribuyendo a sistematizar los contenidos abordados.

Se reforzó el alcance de los programas transmitidos y teniendo en cuenta las características del municipio se diseñaron folletos educativos.

Los folletos educativos, también utilizados en la realización de 10 talleres informativos - orientadores - vivenciales fueron distribuidos y utilizados con mensajes orientadores por los estudiantes universitarios que apoyan las tareas de impacto a favor del desarrollo local en los distintos consejos populares del territorio.

Esta acción permitió, fundamentalmente, llegar a familias vulnerables, con adultos mayores, que residen en zonas de silencio en las que no es posible acceder a la radio.

Como resultado de la investigación realizada se pudo comprobar la pertinencia de las acciones de orientación educativas desarrolladas y el alto nivel de aceptación de los programas transmitidos con este

fin. Además de la satisfacción con la propuesta de acciones a emprender junto a la familia para enfrentar los desafíos de la pandemia.

Entre los principales logros se constataron:

- Motivación de los adultos mayores por las actividades y acciones orientadoras desarrolladas.
- Mayor ocupación por las mejoras de su salud y ajuste físico.
- Activación de sus funciones cognitivas en la solución de problemas personales y de la cotidianidad.
- Evidencias de estados afectivos favorables en su decir y hacer habitual.
- Mayor implicación social en la realización de tareas ocupacionales y socialmente productivas.

CONCLUSIONES

Se precisa trabajar por fortalecer la orientación educativa a los adultos mayores en función de mejorar su calidad de vida, como un proceso de aprendizaje que posibilite organizar o reestructurar los proyectos de vida, los objetivos, las aspiraciones y establecer las estrategias para alcanzarlos.

La propuesta de orientaciones educativas es una alternativa viable y pertinente para dar respuesta a las necesidades de los adultos mayores respecto a la salud y ajuste físico, a la compensación de las funciones cognitivas, al desarrollo afectivo y a la implicación social, todo lo cual quedó evidenciado en el nivel de aceptación manifestado.

REFERENCIAS

1. Árraga, M., y Sánchez, M. (2006). *Orientación gerontológica desarrollo humano y calidad de vida en la vejez*. Universidad de Zulia. Retrieved 2024, from <https://www.researchgate.net/publication/254862287>
2. Ciano, N. (2018). Proceso específico de orientación para adultos mayores. *Tesis doctoral*. La plata, Argentina.
3. Cubela G, J. (2021). Orientaciones educativas para promover el crecimiento personal en los jóvenes. Una propuesta para educadores. *Revista de Investigación, Formación y Desarrollo: Generando Productividad Institucional*, 9(1), s.n. Retrieved 2024, from <http://ojs.formacion.edu.ec/index.php/rif/article/view/263>, Ecuador
4. Grajales, A. (2011). Orientación grupal para el bienestar del adulto mayor. *Tesis de Posgrado*. Mérida, México. Retrieved 2024, from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4780996>
5. MINSAP, M. d. (2023). *Los indicadores demográficos de Cuba y sus territorios*. La Habana, Cuba: MINSAP. Retrieved 2024, from <https://especialidades.sld.cu>
6. Morales Muñoz, E. (2014). La orientación en los programas universitarios para mayores. Evaluación de la función del profesorado. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 25(1), 25-43. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338232571003>
7. Paspuel T., K. (2023). Calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad La Libertad y los efectos ocasionados por la pandemia Covid-19 2021. *Tesis de posgrado*. Quito, Ecuador: Universidad Técnica del Norte. Retrieved 2024.
8. Paz D., I. (2011). Formando al educador del siglo XXI. Reflexiones, experiencias y propuestas pedagógicas. *Congreso Internacional Pedagogía 2011*. La Habana: Educación Cubana. Retrieved 2024.
9. Zúñiga, P. I. V., Cedeño, R. J. C., & Palacios, I. A. M. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina*, 7(4), 9723-9762. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658
10. Gavilán, M. (2020). LA ORIENTACIÓN ENTRE LA PANDEMIA Y EL FUTURO. *Orientación Y Sociedad*, 20(1), e018. Recuperado a partir de <https://revistas.unlp.edu.ar/OrientacionYSociedad/article/view/10238>