Revista de Ciencias Sociales (Ve)
ISSN: 1315-9518
rcs_luz@yahoo.com
Universidad del Zulia
Venezuela

Cátedra universitaria: Opción para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en Granma-Cuba

Hernández-Romero, Gladys; Salazar- Heredia, Annia; Mollinedo-Muños, Paola Irais
Cátedra universitaria: Opción para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en Granma-Cuba
Revista de Ciencias Sociales (Ve), vol. 26, 2020
Universidad del Zulia, Venezuela
Disponible en: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28064146005

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 3.0 Internacional.

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Artículos

Cátedra universitaria: Opción para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en Granma-Cuba

University Chair: Option to improve the quality of life of the elderly in Granma-Cuba

Gladys Hernández-Romero
Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México
gladiolita6@hotmail.com

Annia Salazar- Heredia
Universidad de Granma, sede Blas Roca Calderío, Cuba
asalazarh@udg.co.cu

Paola Irais Mollinedo-Muños
Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México
pao_molli@hotmail.com

Redalyc: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28064146005

Recepción: 22 Marzo 2020
Aprobación: 09 Junio 2020

Resumen:

Envejecer con dignidad es una de las prioridades de los derechos humanos universales y un deseo de toda sociedad. En ese sentido, este artículo muestra las características del Programa Catedra Universitaria en apoyo del Adulto Mayor en la provincia de Granma Cuba y el éxito obtenido en su aplicación en la población adulta. Para ello se realizó un estudio descriptivo, utilizando entrevistas a profundidad a 192 personas pertenecientes a seis municipios, 12 profesores que hacen su labor de forma voluntaria y 180 ancianos, de los cuales 100 participan en este programa, por lo que pudo hacerse una comparación entre los participantes y los no integrantes. Se trata por tanto de un estudio mixto. Los resultados señalan que entre los no participantes, la depresión va en aumento, sintiéndose poco útiles en su familia, en tanto que los inscritos en el programa obtienen aprendizajes y disfrutan realizando actividades que aman y que por estar laborando no desarrollaban. Se concluye, que la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor contribuye en la educación continua y permanente de la sociedad longeva de Cuba, fomentando un sentido de pertenencia y estabilidad, que garantiza la convivencia agradable y mejoría de la calidad de vida en los participantes.

Palabras clave: Educación de adultos, centros educativos, clima familiar, envejecimiento, relaciones familiares.

Abstract:

Aging with dignity is one of the priorities of universal human rights and a desire of every society. In this sense, this article shows the characteristics of the University Chair Program in support of the Elderly in the province of Granma Cuba and the success obtained in its application in the adult population. For this, a descriptive study was carried out, using in-depth interviews with 192 people belonging to six municipalities, 12 teachers who do their work voluntarily and 180 elderly people, of which 100 participate in this program, so a comparison could be made between participants and non-members. It is therefore a mixed study. The results indicate that among non-participants, depression is on the increase, feeling little useful in their family, while those enrolled in the program obtain learning and enjoy doing activities that they love and that they did not develop because they were working. It is concluded that the University Chair for the Elderly contributes to the continuous and permanent education of Cuba's long-lived society, fostering a sense of belonging and stability, which guarantees a pleasant coexistence and improvement of the quality of life in the participants.

Keywords: Adult education, schools, family climate, aging, family relationships.

Introducción

La pandemia provocada por el virus SARS-COV2 que sacude hoy a la humanidad, ha puesto de manifiesto las debilidades que aquejan a la población de 60 años y más quedando evidenciada su vulnerabilidad. Según

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

datos publicados en el portal de la Organización de Naciones Unidas (ONU, 2019), la población mundial perteneciente a este sector, es de 1000 000 000 (mil millones) y no está siendo suficientemente atendida especialmente en los países económicamente menos desarrollados, y es que envejecer con dignidad es un deseo de toda la población; consiste en vivir más y en mejores condiciones físicas, sociales y mentales.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que en los países desarrollados, entre un 4% y un 6% de las personas mayores han sufrido alguna forma de maltrato en casa. En los centros asistenciales como los asilos, se cometen actos abusivos como maniatar a los pacientes, atentar contra su dignidad (por ejemplo, al no cambiarles la ropa sucia o asearlos) y negarles premeditadamente una buena asistencia (como permitir que se les formen úlceras por presión). El maltrato de los ancianos puede ocasionar daños físicos graves y consecuencias psíquicas de larga duración (OMS, 2000).

Al respecto, Peralta, et al. (2020) en su investigación "han identificado situaciones problemáticas para este grupo en el Perú, como: Falta de acceso a servicios de salud, educación y pensión; así como cifras preocupantes sobre violencia y discriminación por motivos de edad" (p.260). Por lo cual, el cuidado así como protección de los adultos mayores y las generaciones futuras representa un reto actual para todos los gobiernos, puesto que de esto depende el éxito de las naciones, logrando de esta manera sociedades homogéneas e igualitarias y estableciendo una relación simétrica entre los desarrollos humano y económico (Fuertes, Plou y Gómez, 2017).

En ese sentido, Cuba (país en el que se desarrolla este trabajo), tiene una población total de 11,338, 138 personas. Según datos publicados en el portal oficial de la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020), el 20% de ella tiene 60 años y más. Y para el 2025, uno de cada cuatro cumplirá con este requisito (Lig Long, 2009). Comparando esos datos y tomando como referencia la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENAID) 2018, realizada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2019), en México la cantidad de personas con 60 años y más es de 15.4 millones, equivalente al 12,3% de la población total (Martínez, 2019).

Así, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) señala que el envejecimiento, es el producto de la suma de daños moleculares y celulares que a la larga disminuyen las capacidades de la persona, cambiando de esta forma sus metas, intereses y en general su realidad. Este proceso es inevitable a menos que sobrevenga la muerte. Berciano (2012), considera que no existe un punto exacto a partir del que una persona pueda ser considerada anciana, puesto que el desempeño de cada individuo depende de la calidad de vida que ha tenido.

Peña, Macías y Morales (2011); Bodni (2018) y Oria, Espinosa y Elers (2019), apuntan que envejecer implica un conjunto de cambios que disminuyen la capacidad para sobrellevar acontecimientos que antes eran fáciles de enfrentar, siendo menester cambiar la dieta y actualizar el número de medicamentos. Estas personas que son consideradas vulnerables, deben ser apoyadas por políticas públicas que buscan dignificar la realidad que viven día a día (Salamanca y Egea, 2018) y de esta manera mantener una excelente condición de vida. Al respecto, Villasmil-Molero, et al. (2018) consideran que es el Estado quien debe apoyar a los ciudadanos para optimizar esta condición, dotándolos de un sistema público de salud que, amalgamado a una estructura de seguridad social, gestione su propio financiamiento.

Cuando se diserta sobre la calidad de vida en un adulto mayor, normalmente la atención se dirige a aspectos que atañen el modo de vida que éste lleva y que realmente no dejan de ser importantes, economía, relaciones interpersonales (familia y amigos), ocupación y en general bienestar, y se supone que garantizando esas condiciones, el adulto mayor lo tiene todo y no necesita más nada para estar satisfecho con la vida. La realidad dista mucho de ser así, también requiere satisfacción personal realizando labores que disfrute, pueda y prefiera desempeñar.

En este sentido, el presente estudio muestra los logros obtenidos en un programa cubano denominado Cátedra Universitaria del Adulto mayor, y su vínculo con la calidad de vida de quienes en él participan. Fundado en el año 2000, como una opción para mejorar la condición de vida de los individuos; el proyecto representa un pilar importante en la vida de quienes están implicados en él de forma voluntaria.

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

La investigación se realizó en las Instituciones sedes del Programa en Cuba, mediante un análisis descriptivo, empleando entrevistas a profundidad en una muestra intencional o de conveniencia de 192 personas pertenecientes a la Provincia de Granma (Granmenses), de las cuales 12 son profesores que brindan sus servicios de forma voluntaria, 100 participantes en la Cátedra y 80 no integrantes de la misma; con el objetivo de conocer los beneficios, que quienes acuden a ella, han obtenido en su paso por las aulas. Se trata por tanto de un enfoque mixto. Los resultados señalan que la mayor parte de los adultos mayores vive con tres o más familiares, que no se encuentran ocupados a no ser en las tareas de la casa y que el estar integrado es una opción para hacer cosas diferentes, estar ocupados, socializar con otros ancianos y sentirse útil. En la Tabla 1, se muestran los municipios y el género a los que pertenecen quienes participaron en este estudio.

TABLA 1
Municipios y género a los que pertenecen los implicados

				Género	
Municipios	Profesores	Participantes	No participantes	Femenino	Masculino
Jiguaní	1	27	15	20	22
Bayamo	3	11	11	14	11
Manzanillo	3	37	23	39	21
Media Luna	2	8	9	8	10
Bartolomé Mazó	1	11	13	13	9
Pilón	2	6	9	9	4

Elaboración propia, 2020.

Manzanillo y Jiguaní sobresalen por el número de participantes, sumando 64 en total. Quienes no participan (en ambos municipios) son 38. Del total de participantes y no participantes en esos municipios, 59 son mujeres y 43 hombres. Al respecto, Flo, Suárez y Reytor (2019), destacan que Granma representa el 7,4% de la población del país, con 836 366 personas que para el 2025, uno de cada cuatro de ellos será adulto mayor.

1. Fundamentación teórica

Cuando se habla de las personas de la tercera edad, es necesario conocerlos detalladamente para así poder entender y comprender la situación vulnerable en la que se encuentran; sin duda alguna en la vejez surgen algunos factores que inciden negativa o positivamente en su estado de salud y capacidad de rendimiento físico. Para Cobas (2019), la ancianidad representa una aventura no siempre feliz, si ésta es larga y solitaria; y más aún con el aumento de la esperanza de vida se acrecientan los problemas, no solo para el anciano sino también para el o la cuidadora que normalmente es un familiar, que con el tiempo, señalan Salazar-Barajas, et al. (2019) presentará problemas físicos (astenia, cefalea) o emocionales (depresión y ansiedad). Asimismo, Quintero y Trompiz (2013) apuntan:

> Los adultos mayores constituyen parte encantadora en la enseñanza a otras generaciones, junto a la imagen de la tradición y la metáfora de la vida, además de ser considerados el pilar de la estructura familiar, por ser la persona que ha vivido varias generaciones y por lo tanto ser portador de un cúmulo de experiencias e informaciones que representan un cúmulo de conocimientos y hábitos que la familia ha conservado de acuerdo al contexto socio-histórico. (p.41)

Para Turiño, Águila y Martínez (2016); y Berrios-Riquelme, et al. (2019), hablar de longevidad agradable y satisfacción con la vida es, además considerar la vejez como una condición de máxima expansión de la vida, con buenas condiciones de salud y bienestar, permitiendo al adulto mayor satisfacer sus perspectivas y lograr su plena adaptación al medio en que se encuentra, también, una medida indispensable para medir la calidad de la supervivencia. Y es que envejecer es el ideal de toda persona que ame la vida (Pérez, et al., 2017).

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Esta población vulnerable cargada de experiencias así como vivencias útiles y necesarias para el buen vivir de los que tienen menos años, con mucha frecuencia atraviesa problemas económicos, sociales o familiares, que le impiden disfrutar su jubilación, su pensión o un retiro digno, sus descendientes son quienes deben estar pendientes de ellos. Así, Guillard (2009) estima que la familia juega un rol importante en la vida del adulto mayor, puesto que es la que le brinda protección, apoyo y sentido de identidad y pertenencia. Es el refugio al que acudirá el adulto en todo momento. En Cuba, las personas de 60 y más años cuentan con una protección normativa, en la que se explica que el Estado las protegerá en tanto no cuenten con los recursos ni el amparo necesarios (Delgado y Pereira, 2019).

> En relación con las personas adultas mayores, es necesario considerar que, al igual que las demás personas, también necesitan gozar de independencia, autorrealización, participación, dignidad y cuidados; principios que se establecen para proteger a este segmento social, muy vulnerable en una sociedad caracterizada por el consumismo y materialismo, aspectos que no le permiten al adulto mayor alcanzar el respeto y las condiciones para una realización personal satisfactoria. (Rodríguez, 2008, p.30)

1.1. Tipos de envejecimiento

Es importante razonar que las personas envejecen y con el envejecimiento individual cambian las necesidades y resultan efectivos ciertos derechos derivados de la situación como personas Adultas Mayores (AAMM). Pero las sociedades también envejecen en la medida en que cambian su composición por edades y en este envejecimiento colectivo, se modifican los perfiles de las demandas sociales (Rodríguez, 2008). En ese sentido, señalan Olave-Sepúlveda y Ubilla-Bustamante (2011) que: "El envejecimiento es un proceso inevitable que en muchas ocasiones se ve acelerado por diversas causas relacionadas con el estilo de vida" (p.173).

En lo concerniente a la especie humana, existen varios tipos de envejecimiento, destacando el individual y demográfico o poblacional, que se detallan a continuación:

a.- Individual: Actualmente envejecer con dignidad requiere hacerlo de un modo saludable, esto depende de las características que presente cada persona (Partezani, 2019), puesto que las comorbilidades pueden alterar la calidad de este deterioro natural. De acuerdo con Alonso, et al. (2007), este tipo de envejecimiento se refiere al "proceso de evolución -hasta ahora irreversible- que experimenta cada persona en el transcurso de su vida" (p.2).

> El ancestral interés de los humanos por vivir el mayor número de años posible, unido al creciente desarrollo de la ciencia y la técnica, sustentan la tendencia actual que considera que si importante es vivir más años, es esencial que estos transcurran con la mejor calidad de vida posible. (Hechavarría, et al., 2019, p.1.177)

Al inicio del ciclo de vida del ser humano, el desarrollo de su organismo se mantiene en un orden ascendente, alcanzando su máxima expresión cuando comienza la adultez, y es a partir de ahí que se presenta el predominio del daño del organismo, ritmo determinado por el comportamiento humano (Senado, 2020).

b. Demográfico o poblacional: "Es el incremento del número de AAMM con respecto al conjunto de la población a que pertenecen" (Alonso, et al. 2007, p.2). De acuerdo con Sánchez, et al (2019):

> El incremento sostenido de la población de personas mayores de 60 años, en la actualidad constituye un reto para las diferentes sociedades. al obligar a los gobiernos a analizar su comportamiento, el impacto que genera en los sociológico, político, económico y hacia el interior de las familias, implicando a todos los sectores sociales en el cambio de mentalidad y en la formulación de políticas públicas que permitan un envejecimiento saludable y digno. (p.709)

Y es que uno de los logros obtenidos por los avances médicos, es haber conseguido incrementar la esperanza de vida humana, esto quiere decir el aumento de personas ancianas, convirtiéndose en un desafío para las políticas públicas mundiales (Creagh, García y Valdés, 2015), con lo que esto conlleva: Mayor gasto en seguridad social, pensiones y la garantía de un envejecimiento digno. Y en Cuba (país donde se realizó este estudio), el tema del envejecimiento poblacional es una prioridad, por las implicaciones teóricas y

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

las repercusiones prácticas, así como por su relación con la actividad científica de las ciencias sociales. La población de 60 años y más va creciendo y es necesario atender este sector.

2. Presentación del proyecto

Según Orosa, et al. (2016):

El acceso a la educación a lo largo de toda la vida y especialmente en la vejez, se convierte en una oportunidad para la continuación del desarrollo psicosocial, el protagonismo social, el intercambio intergeneracional, aumento de la calidad de vida y el empoderamiento en la sociedad de los adultos mayores. (p.6)

En este sentido, el Programa Cátedra Universitaria del Adulto Mayor nace como un tributo al envejecimiento activo así como saludable, y constituye la modalidad cubana de las llamadas Universidades de la tercera edad en el mundo. No es una carrera universitaria, sino un curso en calidad de actividad extensionista a la Universidad de la Habana, con duración de un año escolar. Son grupos multidisciplinarios con misiones de investigación y capacitación gerontológica. Este proyecto cuenta con 60 aulas en la Habana, Cuba, existiendo 562 grupos de mayores a lo largo y ancho de todo el país.

2.1. Objetivos

Entre los objetivos del proyecto, señalan Orosa (2006); Henriquez, Sánchez y Cruz (2015); Neyra-Corales, Nápoles-Neyra y Nápoles-Hechavarría (2017); y Henriquez y Sánchez (2020), está promover la superación científico-técnica de los adultos mayores y formarse como agentes para la mejora de la calidad de vida, favoreciendo la educación continua y permanente. También se persigue tener una vejez digna a fin de lograr una adecuada reinserción familiar y comunitaria, buscando que los participantes aprovechen este periodo para reencontrarse con actividades como la lectura, la pintura, la cerámica y los juegos de mesa, que por alguna razón abandonaron.

Además de actividades recreativas, como ejemplo de ello está el Evento Nacional Festival Caribeño del Adulto Mayor, que se realiza en el mes de septiembre de cada año en el municipio de Manzanillo y en el que participan alrededor de 2.000 ancianos de todo el país y en el cual pueden disfrutar de un variado programa, pensado y elaborado para los miembros de la tercera edad, con actividades deportivas, culturales, culinarias, diversas exposiciones, visitas a sitios históricos y la maratón de los abuelos, evento con el que inicia el reconocido festival. Al respecto, Lig Long (2009), anota que:

> Actualmente se cuenta con numerosas cátedras, filiales y aulas del adulto mayor tanto en zonas urbanas como rurales, en los municipios cabeceras, en la montaña, en la ciénaga, en los bateyes, en las comunidades agropecuarias, azucareras, en las zonas pesqueras e incluso en los cayos. Funcionan en universidades, escuelas, casas de cultura, fábricas, museos, centros de salud, entre otros. Ya existen cátedras en hogares para ancianos y hasta en algunos centros penitenciarios. (p.5)

2.2. Perfil de ingreso y diseño curricular

Para ingresar en él, se deben cumplir dos requisitos, ser mayor de 60 años y estar jubilado. El proyecto, curricularmente está formado por un curso básico (en la capital cuenta con 14.398 graduados y en todo el país la suma llega a 85.312) y uno postbásico con duración de un año y varios de continuidad.

Las temáticas que se revisan son entre otras, vida y obra de José Martí, sexualidad en el adulto mayor, desarrollo humano, prevención de enfermedades degenerativas e historia local. Es menester señalar, que a fin de garantizar el desarrollo de extensión del programa a otras provincias, una parte de los profesores son sus

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

propios egresados más calificados, quienes después de graduarse se capacitan y actualizan, a fin de convertirse en docentes de sus contemporáneos.

Como parte del proceso y a fin de mantener el interés por parte de quienes en ella están matriculados, en esta Cátedra se hacen constantes actualizaciones, tomando en cuenta la aparición de nuevos temas de interés así como de las necesidades de cada grupo y cada generación, como ejemplo, la formación de gestores en el tema del medio ambiente y la formación de promotores de la salud vinculados a los proyectos de VIH y de tuberculosis. Orosa, et al. (2016), acotan que el profesor no debe presentar un programa educativo previo a conocer al grupo, sino que debe dialogar con ellos con la finalidad que de ese diálogo se obtenga el plan de trabajo, puesto que el estudiante se encuentra relacionado a un entramado de realidades y con una historia personal inserta en un contexto socio histórico determinado, que tiene influencia sobre su forma de pensar.

En ésta como en toda empresa, independientemente si es pública o privada, la gestión juega un papel preponderante en el buen funcionamiento (Prieto, et al., 2018) debido a que se ha logrado que quienes en ella participen consigan mejorar su calidad de vida. Todo ello en apoyo a los adultos mayores que tienen la oportunidad, al estar en este proyecto, de disfrutar haciendo lo que siempre desearon o que dejaron de hacer, como pintar, leer o bailar, por atender sus obligaciones laborales, todo en beneficio de su persona y elevando de esta manera su autoestima. Esta última "es una parte esencial del ego del ser humano y postula que las personas tratan de mejorar de forma permanente su autoestima" (Jaramillo-Bernal, Robayo-Pinzón y Rojas-Berrio, 2018, p.53).

3. Metodología

En cuanto a la metodología, se realizó un estudio descriptivo con el objetivo de explicar la posible asociación o dependencia de la calidad de vida en personas de 60 años o más, enfatizando su vinculación a la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en Cuba, en cuestiones de funcionamiento. Este tipo de estudio para Hernández, Fernández y Baptista (2014), representa situaciones y eventos, es decir, menciona como se presenta determinada realidad especificando las propiedades importantes de la situación a estudiar, visualizando qué y sobre qué se analizará.

También se realizaron entrevistas a profundidad a 192 personas. Este tipo de entrevistas consiste en adentrarse en la vida del entrevistado construyendo paso a paso su experiencia (Robles, 2011). El criterio para determinar la muestra se basó en un muestreo intencional o de conveniencia de 192 personas, de las cuales 12 son profesores (voluntarios pertenecientes a la Asociación de Pedagogos de Cuba) que ofrecen sus conocimientos, 100 pertenecen a la Cátedra y 80 no están inscritos en ella, sin importar género, ocupación o edad. Lo que sí se tomó en cuenta es que pertenecieran a los municipios de Bayamo, Manzanillo, Mazo, Jiguaní, Media Luna y Pilón, cubanos pertenecientes a la provincia de Granma.

A la totalidad de los seleccionados se les explicó el objetivo e importancia social del estudio, para lograr su colaboración. A cada anciano relacionado en la muestra se le aplicó una entrevista estructurada, por lo cual, se trata de un enfoque mixto. Mediante la aplicación de este instrumento se les realizó una serie de preguntas para conocer datos y elementos sobre: Nivel de satisfacción de los adultos mayores que integran la cátedra; cambios percibidos desde su incorporación a las aulas, antes no visibles; nivel de aprendizaje y desarrollo de los adultos mayores afiliados respecto a los que no están vinculados; influencia de su participación en el mejoramiento físico y mental, teniendo en cuenta las actividades que en ella realizan.

Otras de las cuestiones de interés, son las temáticas preferidas por las personas de la tercera edad, para su tratamiento e inclusión como parte de los contenidos docentes una vez concluido el curso básico, etapa en la cual pasan a conformar el grupo de los continuantes.

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

4. Análisis de resultados y discusión

La generación de adultos mayores en Cuba debe convertirse en importante prioridad por los valores que enclaustra. Ellos constituyen memoria viva de una sociedad que trabaja por un mundo mejor, y que ha logrado un preciado valor: la dignidad humana. La atención educativa a través de las cátedras universitarias es una propuesta loable a este desempeño. (Flo, et al., p.4)

Y es que cada día la población envejece y se hace necesario fomentar en ella la participación en este tipo de actividades. En la Tabla 2, se presentan por municipio la edad de los adultos mayores participantes en este estudio y si viven solos o acompañados.

TABLA 2
Edad de los implicados y si viven solos o acompañados

Edad	Jiguaní	Bayamo	Manzanillo	Media Bartolomé Luna Mazo	Pilón
60-70	25	19	41	5 11	5
71-80	8	4	9	6 5	3
81-90	4	3	5	3 2	3
91-100 Vive Acompañado Vive solo	3 33 9	3 20 5	4 53 7	4 4 12 18 6 4	1 11 2

Elaboración propia, 2020.

Tomando en cuenta los resultados obtenidos se comprobó mediante la aplicación de los instrumentos, que el bienestar y la calidad de vida son mayores en las personas que pertenecen a la cátedra, pues consideran que las actividades que se realizan en ella los nutren y dignifican su existencia. Se entrevistó a una participante que se encuentra en el rango de 91 a 100 años, la cual comenta que el secreto para vivir más y mejor está en tener una buena alimentación, baja en grasas y sal, incluyendo pescados, vegetales, descanso prolongado y consumo de té; que su vida se ha visto modificada de forma positiva, y que asistir a la Cátedra le ha dado un giro positivo a su vida.

Como resultado de otra entrevista, realizada a una persona no participante del género masculino, en el rango de edad entre 81 a 90 años, se obtiene que (a decir de él) una vez que los más viejos de casa no perciben ingresos económicos y están imposibilitados o incapacitados para realizar ciertas labores, o no son capaces de retener informaciones, hacer bien algunas asignadas en el seno familiar, se les trata diferente, se les resta importancia y en muchas ocasiones se les prohíbe hacer más del 50% de las cosas en las que intentan ayudar e incluso son tratados con regaños e intolerancia. Su validez en el hogar disminuye. Calderón (2018), sostiene que la limitación en funciones de los ancianos está vinculada con depresión y sentimientos de inutilidad.

Los ancianos incorporados a la cátedra tienen un nivel de regocijo por la vida más elevado que los no afiliados a ella, pues se liberan de las actividades rutinarias a las que son relegados por sus seres queridos y familiares, centrándose en la satisfacción de sus necesidades según su grupo etario. Los docentes también son testigos de los cambios percibidos en los ancianos una vez incorporados a las aulas, puesto que muestran mejor estado de ánimo, desenvolviéndose fácilmente y su desarrollo emocional y mental aumenta. La relación interpersonal con otros miembros del grupo mejora, elevando de esta forma la participación en diferentes actividades. Llama la atención verlos disfrutar las recetas culinarias elaboradas por ellos mismos, alegrándose con los bailes o la interpretación de canciones de forma voluntaria o admirando los trabajos manuales elaborados con destreza por sus compañeros.

En otros casos se contentan con presenciar el equipamiento existente en centros de salud, que se usan para el tratamiento de las diferentes dolencias existentes y muchas de las cuales padece la población mayoritaria

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

en el país. También la práctica de deportes, favorece el bienestar de las personas que tanto han vivido y en difíciles condiciones y éste es uno de los momentos que pueden disfrutar en el tiempo que les quede. Al respecto, Echevarría (2020) estima que la vejez es estar preparados llenándose de energía para disfrutar una nueva etapa de la vida.

Conclusiones

La Cátedra Universitaria del Adulto Mayor ha contribuido por 20 años en la educación continua y permanente de la sociedad longeva de Cuba, a su vez que se cristalizan sus experiencias, anécdotas, memorias, tradiciones y costumbres de aquellos poco audaces pero más curtidos. Dentro de los grupos, se ha adquirido un sentido de pertenencia y estabilidad que garantiza la convivencia agradable en ellos.

Este Programa Cátedra del Adulto Mayor destinado a personas de la tercera edad, promueve el crecimiento personal mediante cursos variados, acorde a sus gustos y preferencias, que les permite una adecuada reinserción familiar y comunitaria así como que logren en ellos una vejez sana, digna, feliz y plena. La integración a la Cátedra les hace sentir diferentes así como ver la vida con luz propia y con el brillo acostumbrado, no siendo tomadas en cuenta las discapacidades o enfermedades que padecen y posibilitando su interrelación con otros individuos de edades similares, disminuyendo la tendencia a la soledad a la que son tan propensos.

Finalmente, este programa cuenta con un colectivo docente calificado para el desempeño de las actividades que se realizan, propiciando la atención y trato de manera general requeridas por los adultos mayores, garantizando su realización, espiritual y una elevada calidad de vida, beneficiándose con una mayor movilidad físico motora así como mayores deseos de vivir.

Referencias bibliográficas

Alonso, P., Sansó, F. J., Díaz-Canel, A. M., Carrasco, M., y Oliva, T. (2007). Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor. *Revista Cubana de Salud Pública, 33*(1), 1-17.

Berrios-Riquelme, J., Frías-Navarro, D., Pascual-Soler, M., y Muzatto-Negron, P. (2019). Escala de satisfacción con la vida: Propiedades psicométricas de inmigrantes en España. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXV*(1), 130-142.

Berciano, I. (2012). *Como envejecer con dignidad y aprovechamiento*. Editorial Serendipity.

Bodni, O. (2018). El envejecimiento. Una paradoja demográfica actual. Una paradoja del envejecimiento humano actual. *Revista Desvalimiento Psicosocial, 5*(1), 1-8. http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/bitstream/handle/123456789/4585/El%20envejecimiento_Bodni.pdf?sequence=1

Calderón, D. (2018). Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. *Revista Médica Herediana, 29***(3), 182-191. https://doi.org/10.20453/rmh.v29i3.3408**

Cobas, M. E. (2019). El derecho ante el envejecimiento. *Revista de .Empresa, Derecho y Sociedad (REDS),* (14), 19-26.

Creagh, M., García, D., y Valdés, R. (2015). Envejecimiento poblacional como reto de la ciencia, la técnica y la sociedad. *Revista Habanera de Ciencias Médicas, 14*(6), 884-892. http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/792

Delgado, T., y Pereira, J. (2019). Retos del derecho ante el envejecimiento poblacional en Cuba. *Anales de la Academia de Ciencias de Cuba, 9*(3), 182-184. http://www.revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/695

Echavarría, O. (2020). Gerontología educativa: una experiencia cubana desde la Cátedra del Adulto Mayor. *Mendive. Revista de Educación, 18*(2), 172-178. http://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1958/1434

Flo, L. N., Suárez, L. D. y Reytor, I. L. (2019). Atención educativa a las dimensiones humanas del Adulto Mayor en el Centro Universitario Municipal Jiguaní. *REDEL. Revista Granmense de Desarrollo Local, 3* (3), 1-14. https://revistas.udg.co.cu/index.php/redel/article/view/874/1625

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Fuertes, E., Plou, P., y Gómez, C. (2017). Desarrollo humano desde la perspectiva del crecimiento. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXIII*(4), 81-97.

Guillard, M. O. (2009). Factores que inciden en la calidad de vida del adulto mayor, en una muestra de la población del municipio Marianao. *BIOÉTICA, 9*(2), 18-22. http://www.cbioetica.org/revista/92/921822.pdf

Hechavarría, M. M., Ramírez, M., García, H., y García, A. (2019). El envejecimiento. Repercusión social e individual. *Revista de Información Científica, 97*(6), 1173-1188. http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/2154/3932

Henriquez, P. C., Sánchez, L., y Cruz, M. (2015). Una aproximación a la práctica educativa de la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en la Habana. *Revista Cubana de Educación Superior, 34*(3), 102-113. http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/89/124

Henriquez, P. C., y Sánchez, L. (2020). Impacto del programa educativo de la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en el empoderamiento comunitario. *Revista Cubana de Educación Superior, 39*(1), 1-22. http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/345/385

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación.* Mc Graw Hill.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía - INEGI (2019). *Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2018 (ENAID)*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enadid/2018/doc/enadid2018_manual.pdf

Jaramillo-Bernal, C., Robayo-Pinzón, O., y Rojas-Berrio, S. (2018). Asociación entre motivaciones extrínsecas e intrínsecas y decisión de compra en productos de lujo en Colombia. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXIV*(3), 50-61.

Lig Long, C. (2009). Una aproximación a las características del educador de la Cátedra del Adulto Mayor. *Palabras Mayores, 1*(2), 1-18. http://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/21372/liglongrangel.pdf?sequence=1&isAllowed

Martínez, L. (2019, 1 de octubre). Adultos mayores: 12% de la población en México. *Revista Lider Empresarial.* https://www.liderempresarial.com/adultos-mayores-12-de-la-poblacion-en-mexico/

Neyra-Corales, A., Nápoles-Neyra, N. y Nápoles-Hechavarría, P. I. (2017). Proyecto sociocultural "más vida": Alternativa para una vejez activa. *REDEL. Revista Granmense de Desarrollo Local, 1* (2), 37-51. https://revistas.udg.co.cu/index.php/redel/article/view/446

Olave-Sepúlveda, C., y Ubilla-Bustamante, P. (2011). Programa de activación psicomotriz en adultos mayores institucionalizados con deterioro cognitivo y depresión. *Psicogeriatría, 3*(4), 173-176.

Organización de Naciones Unidas - ONU (2019). *Día Internacional de las Personas de Edad, 1 de Octubre.* https://www.un.org/es/events/olderpersonsday/background.shtml

Organización Mundial de la Salud – OMS (2000). *Envejecimiento y ciclo de vida: Datos interesantes acerca del envejecimiento.* https://www.who.int/ageing/about/facts/es/

Organización Mundial de la Salud – OMS (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud.* Ediciones de la OMS. https://www.who.int/ageing/publications/world-report-2015/es/

Organización Panamericana de la Salud – OPS (2020). *Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en Cuba por el Desarrollo* Sostenible. https://www.paho.org/cub/index.php?option=com_content&view=article&id=837:catedra-universitaria-del-

Oria, M., Espinosa, A., y Elers, Y. (2019). El envejecimiento desde la perspectiva del modelo conductual de Dorothy E. Johnson. *Revista Cubana de Enfermería, 35*(1). http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/1923/425

Orosa, T. (2006). Cátedra universitaria del adulto mayor: La experiencia cubana. *Decisio,*(15), 24-28. https://www.crefal.org/decisio/images/pdf/decisio_15/decisio15_saber4.pdf

Orosa, T., Torrado, A. M., Cabrera, A. M., y Henríquez, P. C. (2016). Educación y vejez: Dieciséis años de labor de la cátedra universitaria del adulto mayor en Cuba. *Alternativas Cubanas en Psicología, 4*(12), 6-17.

Partezani, R. A. (2019). Envejecimiento saludable y el ejercicio de los derechos humanos. *Revista Latino-Americana de Enfermagen, 27*. **http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.0000.3097**

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Peña, J. A., Macías, N. I., y Morales, F. L. (2011). *Manual de práctica básica del adulto mayor.* Editorial El Manual Moderno.

Peralta, R., Rodríguez, I., Manrique, F. y Chanduvi, E. (2020). Autotrascendencia y enfermedades crónicas no transmisibles en adultos mayores cesantes de una universidad peruana. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXVI*(3), 259-271.

Pérez, V., Sánchez, M., Rojas, J. L., y Díaz, G. (2017). Programa de Intervención Comunitaria <Diversidad sexual> para ancianos de la Cátedra del Adulto Mayor. *Revista Sexología y Sociedad, 23*(1), 73-83. http://www.revsexologiaysociedad.sld.cu/index.php/sexologiaysociedad/article/viewFile/614/646

Prieto, R., Estrada, H., Palacios, A., y Paz, A. (2018). Factores del cambio organizacional. Claves de éxito en la gestión de empresas del sector petrolero. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXIV*(1), 85-100.

Quintero, S., y Trompiz, J. (2013). El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad. *Multiciencias, 13*(1), 39-45.

Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: Una técnica útil dentro del campo antropofísico. *Cuicuilco, 18*(52), 39-49.

Rodríguez, M. (2008). La percepción de la persona adulta mayor en la sociedad ramonense actual. *Revista Pensamiento Actual, 8*(10-11), 31-39. https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pensamiento-actual/article/view/4089

Salamanca, E. L., y Egea, C. (2018). Vulnerabilidad social de la población desterrada. Más allá del goce efectivo de derechos. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXIV*(4), 38-56.

Salazar-Barajas, M. E., Garza-Sarmiento, E. G., García-Rodríguez, S. N., Juárez-Vázquez, P. Y., Herrera-Herrera, J. L., y Durán-Badillo, T. (2019). Funcionamiento familiar, sobrecarga y calidad de vida del cuidador del adulto mayor con dependencia funcional. *Enfermería Universitaria, 16*(4), 362-373. http://dx.doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.4.615

Sánchez, O., Martínez, J., Florit, P. C., Gispert, E. D. L. A., y Vila, M. (2019). Envejecimiento poblacional: Algunas valoraciones desde la antropología. *Revista Médica Electrónica, 41*(3), 708-724. https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedele/me-2019/me193i.pdf

Senado, J. (2020). El riesgo de acelerar con la conducta individual, el envejecimiento, las enfermedades y la muerte. *Revista Habanera de Ciencias Médicas, 19*(2), 1-19. http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3230/2558

Turiño, T. I., Águila, E., y Martínez, O. (2016). Experiencias de la Cátedra del Adulto Mayor en el Centro Universitario Municipal de Trinidad. *Revista Electrónica Cooperación Universidad Sociedad, 1*(3), 14-22.

Villasmil-Molero, M., Alvarado-Peña, L. J., Socorro-González, C. C., y Gamboa-Caicedo, N. (2018). Contribuciones parafiscales: Factor determinante para la seguridad social. *Revista de Ciencias Sociales (Ve), XXIV*(3), 21-35.

PDF generado a partir de XML-JATS4R por Redalyc
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto