

La calidad de vida del adulto mayor: una mirada desde el programa extensionista de las Cátedras Universitarias del Adulto Mayor en Mayabeque

1-Lisdey Bullaín Ceballos, 2-Reina Durad Duany, 3-Orquídea Hailyn Abreu González.

1-Lic. Profesora instructora, Centro de Estudios para la Gestión del Desarrollo, Universidad Agraria de La Habana. Email: lisdey17@unah.edu.cu

2-MSc. Profesora asistente, Centro Universitario Municipal de San José de las Lajas, Universidad Agraria de La Habana.

3-MsC. Profesora Asistente, Dirección de Extensión Universitaria, Universidad Agraria de La Habana. Email: orquidea@unah.edu.cu

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) toda persona mayor de 65 años es considerado/a adulto mayor. Esta etapa del desarrollo del ser humano se llama vejez; es aquí donde confluyen procesos de deterioro físico y psicológico del cuerpo, lo que no quiere decir que sea un periodo “negativo u oscuro”. “El envejecimiento es catalogado como un proceso universal, individual, irreversible, declinante y heterogéneo, que implica cambios a nivel celular, tisular, y orgánico; en tanto que la vejez, es una etapa del ser humano, es un concepto abstracto, que nadie como la propia persona puede precisarlo” (Fericgla, 1992). La vejez es la última etapa de la vida de los seres humanos. En ella se posee un mayor cúmulo de experiencias, sabiduría y es posible apreciar de manera más clara la dinámica social; al mismo tiempo, es una etapa igualmente llena de curiosidad y ansia de conocimientos. Ante el acelerado envejecimiento poblacional existente en Cuba, la

Educación Superior concibió un programa extensionista cuyo fin es elevar la calidad de vida en los adultos mayores. Este programa involucra a un considerable número de actores y se desarrolla desde los Centros Universitarios Municipales (CUM). Su nombre es Cátedra Universitaria del Adulto Mayor (CUAM).

El presente trabajo tiene como **objetivo**: Argumentar el papel de la CUAM en función de la transformación de la calidad de vida del adulto mayor a través de la extensión universitaria en la provincia de Mayabeque.

La creación de este espacio educativo-formativo-recreativo dentro del contexto universitario propicia el intercambio, la construcción colectiva del conocimiento, la recreación y la atención a los adultos mayores interesados en seguir acumulando conocimiento. La realidad mayabequense muestra la existencia de sedes en los once municipios de la provincia y aunque el proceso se proyecta y evalúa desde la sede central de la UNAH, no se ha conformado una filial de la CUAM en dicha institución aun cuando allí existe un gran potencial y talento humano que podría conformarla.

La CUAM como programa extensionista en función de la calidad de vida de los adultos mayores.

El ciclo de vida humano atraviesa por diferentes etapas: la niñez, la edad adulta y la vejez. En la niñez se descubre el mundo; en la adolescencia se asumen nuevas responsabilidades y retos. En la edad adulta se producen los eventos de vida más importantes: se definen los roles ocupacionales y de pareja. En la vejez se dispone de más tiempo para reflexionar, pero también se producen y enfrentan

algunas pérdidas como el estatus laboral y social, la muerte de personas queridas y existe mayor vulnerabilidad a la adquisición de enfermedades. (Amartya, 2000)

Tendencias actuales plantean la existencia de antecedentes genéticos los cuales, unidos a los estilos de vida y a las condiciones en las cuales se vive, determinan el patrón de envejecimiento de cada persona y el estado de salud al envejecer. En este proceso se deben considerar cambios biológicos, psicológicos y sociales; todos ellos deben ser considerados para lograr una adecuada calidad de vida en los adultos mayores.

La calidad de vida se refleja en la percepción que tiene cada individuo de su existencia, en el contexto, la cultura y el sistema de valores en los que vive. Esta percepción condiciona la relación de los adultos mayores con su medio social. Aquí comparten objetivos, sentimientos, expectativas, normas e inquietudes (Celiz-González, 2009). Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por condiciones físicas, psicológicas, y sociales.

La Universidad Cubana asume la responsabilidad de brindarle a los adultos mayores un espacio de conocimiento, intercambio y diálogo en armonía con su entorno sociocultural. Surgen así el 14 de febrero del 2000, por iniciativa de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, y bajo la resolución rectoral No. 73/2000, la primera Cátedra Honorífica del Adulto Mayor. Dicha cátedra se ha multiplicado en otras universidades del país; la mayoría han encontrado en los CUM su mayor aliado, tanto en las zonas más urbanizadas de las capitales provinciales como en contextos rurales (Castellanos, 2002).

Orientadas desde la Dirección de Extensión Universitaria del Ministerio de Educación Superior (MES), las CUAM deben ser apoyadas por organismos e instituciones de la República de Cuba, entre las que figuran la Central de Trabajadores, la Asociación Nacional de Pedagogos, los Ministerios de Salud Pública, de Educación, de Trabajo y Seguridad Social, de Cultura, de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente, así como el Instituto de Deporte y Recreación.

El proceso extensionista tiene como función rectora el vínculo entre la universidad y la sociedad, y funge como el elemento integrador y dinamizador que facilita el flujo cultural continuo, entre ambas y las enriquece mutuamente.” (González, G et al, 2006). Las CUAM constituyen un instrumento eficaz para la gestión del proceso extensionista en los CUM, así como para su interrelación con el entorno comunitario pues incorporan a la dinámica sociocultural a los adultos mayores, que, en muchas ocasiones, necesitan del estímulo social. Según Prado (2010) el adulto mayor pasa por una etapa de la vida que se considera como la última, en la que los proyectos de vida ya se han consumado, siendo posible poder disfrutar de lo que queda de vida con mayor tranquilidad. Algunas características de la calidad de vida en esta etapa del desarrollo humano son:

- Tener una buena salud y poder desarrollar actividades diarias.
- No tener ansiedad ni depresión, es decir, tener una buena salud mental.
- Tener buenas relaciones sociales con la familia y los amigos.
- Poder tener un tratamiento para las enfermedades crónicas que posean.

- Poder mantener la independencia en el hogar.

Las CUAM asocian la calidad de vida en el adulto mayor con tres dimensiones fundamentales: la salud, las condiciones socioeconómicas y a la satisfacción por la vida. Todas ellas influyen en la capacidad funcional del anciano para valerse por sí mismo y realizar sus actividades cotidianas; dándole satisfacción a sus necesidades materiales básicas y a sus necesidades espirituales propias de la edad. (RCMGI, 2014)

El adulto mayor en Cuba recibe atenciones para mejorar sus condiciones de vida y hacerlos más saludables. Múltiples programas se ejecutan en el país para los ancianos, esos que, a pesar de los años y achaques, no merecen ser relegados a un segundo plano. El programa de la CUAM tiene una estructura desde el nivel nacional hasta el local permitiendo avanzar y desarrollar la atención a este grupo etario con mayor participación popular e intersectorial.

Acercamiento al rol de las CUAM en la provincia Mayabeque en función de la calidad de vida de los adultos mayores.

En el contexto particular de la provincia Mayabeque, la CUAM tiene 15 años de fundada. Como ya ha sido dicho, su sede radica en la Universidad Agraria de La Habana (UNAH), pero cuenta con una sucursal en cada uno de los once municipios de la provincia. Dichas sedes desarrollan sus acciones tomando en consideración los tres procesos formativos de la Universidad: la docencia, la investigación y la extensión. La mayoría de los vinculados a estas aulas son abuelos y abuelas que participan activamente en cada actividad y clase realizada.

Al cierre del curso 2016-2017, las CUAM de Mayabeque contaban con una matrícula de 951 estudiantes, de ellos 598 son mujeres y 353 son hombres.

Entre los procesos más importantes que han desarrollado las CUAM de Mayabeque se pueden destacar:

- La docencia, tanto para los adultos mayores como para sus familiares y otros profesionales de las ciencias.
- La comunicación como herramienta para el intercambio y el diálogo desde la comprensión y el respeto.
- La creatividad como medio para desarrollar capacidades de creación culturales y artísticas.
- La práctica del deporte en coordinación con el Instituto Nacional de Deporte y Recreación (INDER).
- La reincorporación de los adultos mayores a centro laborales de su comunidad.
- La incursión de los adultos mayores en la investigación y presentación de sus trabajos en el evento anual "Gerontovida" y otros a nivel municipal y nacional.
- El trabajo mancomunado con diferentes instituciones socioculturales de la provincia como Casas de Cultura, Asociaciones Culturales, Centros Educativos, entre otros. Entre algunos de los resultados obtenidos por las CUAM durante sus 15 años de existencia son:

- Logro de mayor protagonismo y participación de los adultos mayores en las actividades que se desarrollan en el contexto al que pertenecen.
- Reconocimiento por parte de las instituciones y actores de la comunidad del valor social de los adultos mayores.
- Ofrecimiento de las herramientas necesarias para que el adulto mayor asuma la vejez desde un punto de vista positivo, con dignidad y responsabilidad.
- Incentivar en los profesionales que ejecutan el trabajo social en los territorios la necesidad de potenciar el trabajo con el adulto mayor como grupo etario que por sus características específicas requiere atención.

Teniendo en cuenta los resultados favorables de las CUAM en el territorio de Mayabeque se evidencia como necesidad la creación de una filial de dicha cátedra en la UNAH, que permita desplegar con mayor calidad este programa extensionista.

Propuesta de acciones para crear una filial de la CUAM en la sede central de la UNAH:

Acción	Objetivo	Responsables	Participantes	Lugar	Fecha
Sensibilización de la comunidad universitaria sobre	Fundar la CUAM en la sede central de la UNAH.	Departamento de Actividades Extracurriculares. MSc. Ana J. Font	Comunidad universitaria	UNAH (sede central)	Sep/18- nov/18.

temáticas gerontológicas.					
Identificación de los adultos mayores líderes dentro de la UNAH.	Captar a los posibles responsables de la cátedra.	Departamento de Actividades Extracurriculares. MSc. Delfina López Bodes	Docentes- adultos mayores	UNAH (sede central)	Sep/18- dic/18
Capacitación de los recursos humanos involucrados.	Desarrollar conocimientos sobre las temáticas gerontológicas.	Departamento de Actividades Extracurriculares. Asesores de los CUM.	Docentes- adultos mayores	CUM	Dic/18
Inauguración de la CUAM- UNAH	Fundar la cátedra honorífica del Adulto Mayor en la sede central UNAH.	Departamento de Actividades Extracurriculares. Asesores de los CUM.	Docentes- adultos mayores. Facultades.	UNAH (sede central)	Enero/19

El sistema socialista cubano estipula y legitima las condiciones y atenciones para favorecer el desarrollo social brindándoles gran importancia a los adultos mayores. Las CUAM en Mayabeque han logrado elevar la calidad de vida de todos los que a

sus aulas asisten si se tiene en cuenta que estos participan activamente en las dinámicas socioculturales de sus comunidades y municipios de residencia.

La creación de una filial de la CUAM en la UNAH permitirá aumentar el conocimiento sobre las temáticas gerontológicas entre docentes y estudiantes. Posibilitará, asimismo, intercambiar experiencias entre los adultos mayores de los CUM y los de la sede la UNAH.

Referencias bibliográficas

Albear, A. (2013). *La motricidad del Adulto Mayor*. Disponible en: <http://www.unah.edu.cu/es/content/la-motricidad-del-adulto-mayor>

Alonso, M. (2014). *La atención al adulto mayor. Una propuesta para proyecto institucional*. Matanzas, Editorial Monografía, Universidad de Matanzas "Camilo Cienfuegos".

Ander, E. (2003). *Historia del Trabajo Social*. La Habana: Editorial Félix Varela.

Anuario Demográfico del CITED 2007, 2008 & 2009. Recuperado el 26 de noviembre de 2011 de <http://www.one.cu>

[adulto+mayor](#)

Bazo, M.T (2006). *Envejecimiento y sociedad: una perspectiva internacional*. Recuperado el 11 de noviembre 2014 de http://www.librosaulamagna.com/libro*/1943/3657

Bohórquez, J. (2007). *Perfil de estrés en el adulto mayor*. Trabajo de Diploma, Facultad de Psicología. Universidad de la Habana. La Habana, Cuba.

Bonet, J. V. (1999) *Autoestima y Evangelio*. En Vida Nueva. N° 2. Recuperado el 7 de enero de 2007 de <http://www.ubiobio.cl/vitrina/AdultoMayor.doc>

Buendía, J. (Comp.). (1994). *Envejecimiento y Psicología de la Salud*, Facultad de Psicología, Editorial Siglo XXI: Universidad de Murcia.

Casanova, M. R. (2014) *Lograr una buena Longevidad*. La Habana: Editorial Científico Técnica.

Casal, A. y Fernández, R. (1990). *Los roles sociales de la tercera edad*. En Temas de psicología para Congreso de Gerontología y Geriatria. Pinar del Río, Cuba.

Castellanos, J. (2002). *Concepto de calidad de vida para el adulto mayor institucionalizado en el Hospital*. Colombia: Editor Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud Alianza de la Universidad de Manizales y el CINDE. Disponible en: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20130404070013/TJulialbaCastellanos.pdf>

Colominas, A. M. (2008) *Metodología para el Trabajo Social*. La Habana: Editorial Félix Varela.

Fong, J. A. (2006). *Consejos útiles para ancianos y sus familiares*. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.

García, S. (2013). *Estrategia para la atención gerontagógica de mayores con limitaciones que no asisten al escenario dela Universidad del Adulto Mayor en la*

circunscripción 74, en San José de las Lajas. Tesis para optar por el título académico de Máster en Educación Superior, UNAH, Mayabeque.

González, N. y Fernández, A. (2006) *Trabajo comunitario.* Selección de Lecturas. La Habana: Editorial Félix Varela.

García, Silvia M. et al. (2017). *Diseño de postgrado: Elementos gerontológicos y gerontagógicos para la promoción del envejecimiento activo y la participación ciudadana.* En Memorias del Taller Regional de Extensión Universitaria UNAH, Cuba.

Quintero, M. (Comp.) *La salud de los adultos mayores: una visión compartida.* Disponible en: <https://www.clasicostemasgerontologicos.com.cu>

Vera, M. (2007). *Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia.* Lima: Editora de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Disponible en: <https://www.google.com.cu/textos+sobre+la+catedra+del+>