



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO**

**FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
COLEGIO DE PEDAGOGÍA**

**EDUCACIÓN PARA TODA LA VIDA:
LA TERCER EDAD NO ES LA VENCIDA**

T E S I N A

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

PRESENTA

ANGÉLICA CRUZ VILLANUEVA

**ASESORA: MTRA. ALEJANDRA ESMERALDA
LÓPEZ QUINTERO**

FEBRERO 2012





Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

*En 1er lugar a Dios
que me permite
disfrutar de este
momento dándome
las fuerzas para
seguir adelante y no
claudicar ante la
adversidad.*

*A mi mamá quién me
inspiro a realizar este
trabajo, a su gran
apoyo, dedicación y
lucha constante.
Siempre a mi lado,
guiando mis pasos por el
buen camino.*

*A todas las personas
que apoyaron en la
elaboración de este
trabajo, amigos,
compañeros y
maestros en especial a
M.C.D.G. y
M.E.D.R.D.*

*A mi hermana por ser mi mayor motivo para seguir
estudiando y superándome como persona, por su
apoyo económico y emocional. Es a ti a quien debo el
haber llegado a este lugar y por quien seguiré
luchando para que te sientas orgullosa de mí y valga
la pena todo el esfuerzo y confianza que me has
brindado.*

*Por el tiempo dedicado al
trabajo sin importar las
circunstancias en las que se
haya encontrado, por el
apoyo emocional y
académico.*

Gracias

*Maestra Alejandra E. López
Quintero*

*A mis sinodales por sus
aportaciones y críticas
constructivas para el
enriquecimiento de este trabajo.*

Gracias

*Mtra. Ma. De la Cruz Lourdes
Samaniego Araujo*

Dra. Sara Gaspar Hernández

Suplentes

Lic. Susana Fernández Salazar

Mtra. Vilma Ramírez Bellorín

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
1.- POLÍTICAS EDUCATIVAS SOBRE EDUCACIÓN DE ADULTOS MAYORES	3
1.1.- Políticas educativas en el contexto mundial sobre educación de adultos mayores.....	5
1.1.1.- Primera Asamblea Mundial del Envejecimiento.....	5
1.1.2.- Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento.....	6
1.1.3.- Quinta Conferencia Internacional de Educación de las Personas Adultas.....	7
1.1.4.- Sexta Conferencia Internacional de Educación de las Personas Adultas.....	8
1.2.- Políticas nacionales de educación de adultos mayores.....	13
1.2.1.- Ley Nacional de Educación para Adultos.....	13
1.2.2.- Ley de los derechos de las Personas Adultas Mayores.....	18
2.- OFERTAS DE EDUCACIÓN PARA LA TERCERA EDAD DE CARÁCTER NACIONAL E INTERNACIONAL	21
2.1.- INEA.....	21
2.1.1.- Objetivo general del INEA.....	22
2.1.2.- Lineamientos Generales.....	22
2.1.3.- Estructura del INEA.....	23
2.1.4.- Programas y servicios.....	25
2.2.- Universidad de la Tercera Edad.....	27
2.3.- CREFAL.....	35
3.- APRENDIZAJE Y ENVEJECIMIENTO	37
3.1.- ¿Cómo aprenden los Adultos Mayores?.....	38
3.1.1.- Aprendizaje de los adultos mayores Adultos.....	40
3.1.2.- La Metodología para el Aprendizaje de Adultos Mayores.....	42

3.2.- Envejecimiento.....	44
3.3.- Relación entre Aprendizaje y Envejecimiento.....	47
3.4.- La Memoria.....	48
3.5.- Declinar Cognitivo.....	53
4.- EL ADULTO MAYOR Y LA FAMILIA.....	57
4.1.- La Familia y su Relación con el Adulto Mayor.....	57
4.2.- Pareja y Sexualidad.....	62
4.2.1.- Soledad y Vejez.....	65
4.3.- Jubilación.....	67
4.3.1.- La Jubilación y sus consecuencias.....	69
5.- EDUCACIÓN PARA TODA LA VIDA.....	73
5.1.- ISSSTE.....	75
5.2.- IMSS.....	77
5.3.- DIF.....	79
5.4.- Deportivos.....	81
5.5.- Instituciones privadas.....	82
5.5.4.- INAPAM.....	86
6.- Conclusiones.....	88
7.- Bibliografía.....	94
8.-Mesografía.....	98
9.- Anexos.....	99

Introducción

El trabajo en modalidad de tesina que presento antecedido de una ardua investigación es con el fin de mostrar un panorama general de lo que existe en la actualidad en cuanto a educación para los adultos mayores, así como las posibilidades de los mismos en lo que respecta al aprendizaje. El interés por realizar esta investigación fue generado por la falta de conocimiento acerca de las alternativas existentes que puedan dar respuesta a las necesidades económicas, sociales y educativas que ha traído consigo el crecimiento demográfico acelerado de la población de adultos mayores.

El primer capítulo brinda un panorama general de lo que existe sobre políticas educativas y mejora de la calidad de vida de adultos mayores tanto en el contexto internacional como nacional; el capítulo II expone las opciones educativas actuales de carácter nacional e internacional para las personas adultas y de la tercera edad; el capítulo III explica brevemente la relación entre el aprendizaje y el envejecimiento, es decir, si es posible que un adulto mayor siga aprendiendo a lo largo de su vida y si existe un declinar cognitivo a través de los años; respecto al capítulo IV se muestra la importancia de la familia, de qué manera es el impacto de ésta respecto a la calidad de vida del adulto mayor; en cuanto al capítulo V se habla de la importancia de una educación para toda la vida específicamente la educación no formal, las instituciones que se encargan de ésta y los beneficios que puede aportar al desarrollo y adaptación para mantener activo, creativo y productivo al adulto mayor, para que disfrute al máximo los últimos días de su vida con dignidad.

Sabiendo que la población de la tercera edad va aumentar en cantidad y en tiempo de vida, considero que es indispensable buscar alternativas para que vivan los últimos años de vida de acuerdo con las resoluciones de las Naciones Unidas y la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores; independientes, saludables, productivos, activos, creativos, atendidos, participativos, autorrealizados y con dignidad.

Este trabajo está enfocado a apostarle a la educación para toda la vida “educación no formal” como medio u opción de adaptación, desarrollo y reintegración de los adultos mayores a la familia, sociedad y contexto en general lo cual, les brinde una mejor calidad de vida.

Es claro que día a día crece la necesidad de conocer, desarrollar o modificar una política educativa específicamente para la vejez, que invite a esta población y a la

sociedad a reflexionar sobre el envejecimiento, actuar educativamente, con los adultos en los centros cívicos, sociales o laborales, etc.; con objeto de dotar al conjunto de la población de un profundo y adecuado conocimiento sobre la vejez y los procesos de envejecimiento.

Por lo anterior, es necesario conocer y analizar las políticas educativas existentes teniendo en cuenta que la posibilidad de aprender en el ser humano existe a lo largo de la vida, en mayor o menor grado, por ello, la Ley General de Educación, en su artículo II, establece que “la educación es un proceso permanente que contribuye al desarrollo del individuo y a la transformación de la sociedad, y es factor determinante en la adquisición de conocimientos para formar al hombre de manera que tenga sentido de solidaridad social”.¹

La educación no debe ser sometida a ningún límite de edad mucho menos para los viejos porque esta tiene un significado especial, ya que representa una oportunidad de actualización, participación social y reafirmación de sus potencialidades. Para las personas que transitan por esta etapa de la vida, la educación puede contribuir al desarrollo de una cultura del envejecimiento y elevación de autoestima, calidad de vida expresada en bienestar y felicidad. Como lo señala John Dewey “la educación es una necesidad de la vida, un proceso vital para una sociedad democrática en tanto y en cuanto cada individuo se realiza a sí mismo como persona y, a la vez ella se beneficia de sus originales aportaciones”.²

Por tanto, el presente trabajo está dirigido a adultos mayores, familiares, pedagogos, maestros y a la población en general, con el fin de ampliar su panorama sobre las políticas educativas que existen para los adultos mayores, y la importancia de estas en el desarrollo de una vida de calidad para las personas que al cumplir 60 años consideren que su vida ha terminado.

Mediante una adecuada educación (educación no formal) el adulto mayor podrá seguir estando activo, creativo y productivo, lo cual a su vez le brinda la oportunidad de realizar actividades que tal vez antes no pudo realizar, actividades que le permitan sentirse útil, encontrarle sentido y gusto a esta etapa de su vida.

¹ Centro de Estudios Sociales y de Opinión Pública, "Definición", en *Educación* [Actualización: 05 de octubre de 2009], en www.diputados.gob.mx/cesop/

² Dewey, John. La educación como necesidad de la vida, en *Democracia y Educación*, Editorial Losada, Buenos Aires, 1971, pp.382.

CAPÍTULO I

POLÍTICAS EDUCATIVAS SOBRE EDUCACIÓN DE ADULTOS MAYORES

En este capítulo definiremos el concepto de adulto mayor y se mencionarán los avances que ha presentado la educación para este sector de la población no solo en el ámbito nacional, sino también en el internacional; con ello podremos darnos cuenta que organizaciones e instituciones se han interesado por mejorar la calidad de vida de estas personas poniendo gran énfasis en la educación y no solo en términos de salud.

Concepto de adulto mayor

La Organización Mundial de la Salud determina que las personas de 60 a 74 años son consideradas de edad avanzada; de 75 a 90 viejas o ancianas, y las que sobrepasan los 90 se les denomina grandes viejos o grandes longevos. A todo individuo mayor de 60 años se le llamará de forma indistinta persona adulta mayor. Las Naciones Unidas considera anciano o adulto mayor a toda persona mayor de 65 años para los países desarrollados y de 60 para los países en desarrollo, es decir, en México es considerada una persona adulta mayor a partir de los 60 años.

La educación en adultos mayores

Acorde con la UNESCO se define la educación de adultos como: “una actividad que designa la totalidad de los procesos organizados de educación, sea cual sea el contenido, el nivel o el método; sean formales o no formales, ya sea que prolonguen o reemplacen la educación inicial en las escuelas y universidades y en forma de aprendizaje profesional”³, gracias a la cual las personas consideradas como adultos por la sociedad a la que pertenecen desarrollan sus aptitudes, enriquecen sus conocimientos, mejoran sus competencias técnicas o profesionales o les dan una nueva orientación, y hacen evolucionar sus actitudes y su comportamiento en la doble perspectiva de un enriquecimiento integral del hombre en una participación en el desarrollo socioeconómico y cultural equilibrado e independiente.

Juan Amos Comenio, pedagogo humanista que alrededor de los años 1650-1670 marcó en la Pansophia y la Didáctica Magna una pedagogía distinta a la clásica: su finalidad era convertir al maestro en servidor de la naturaleza. Dirigió su política educativa a todas las etapas de la vida, trató de mejorar las condiciones vitales a

³ Delors, Jacques, et al. “La educación o una utopía necesaria” en La educación encierra un tesoro, México, ediciones UNESCO, 1997, P3.

través de una educación ininterrumpida. Fue considerado el primer defensor de la educación “sin límites de edad”.

Fue hasta el año de 1792 cuando Condorcet retomó las iniciativas de Comenio e insistió ante la Asamblea Nacional de la universalidad de la instrucción. “Creía necesario extender la educación a todos los ciudadanos y en todas las edades. Reivindica el aprendizaje a cualquier edad, con un doble objetivo: conservar los conocimientos de la escuela y adquirir otros nuevos. Su pensamiento aventajó en dos siglos a la pedagogía de adultos”.⁴

El primero de los educadores prácticos en la formación para las personas maduras fue Nicolai Frederik Severin Grundtvig, escritor y pastor danés quien era inconformista y reformador. Fundador en 1844 de la “Alta Escuela Popular” que fue la primera de una cadena de centros cuyo objetivo era formar políticamente a la gente del campo⁵. Reconcilia el sentido universal de la educación con la práctica y llega hasta las capas sociales adultas más carentes de formación. En veinte años se fundaron sesenta “Altas Escuelas” por todo el país danés, además de que el éxito se extendió por toda la zona nórdica de Europa, como Noruega, Suecia y Finlandia.

Lo que se buscaba en un principio como educación para adultos era el lograr alfabetizar a todos los sectores de la población sin importar la edad que los interesados tuviesen y que por cuestiones de reglamento no pudieran ingresar a las escuelas estandarizadas del gobierno o particulares por lo que Nicolai Frederik Sverin Grundtvig fundó la alta escuela popular cuyo objetivo era formar a la gente de campo cuya idea se extendió por toda Europa.

Con lo anterior surgió el interés de intervenir en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores, creando programas especiales para ellos y ubicando a la educación en el contexto social, promoviendo una educación permanente no solo como la alfabetización sino como un factor capaz de adaptar a los individuos a las nuevas necesidades y oportunidades que el contexto demanda.

La idea que se presenta en esta tesina no se limita a la educación solo como alfabetización de adultos mayores sino a la adquisición de conocimientos de forma institucionalizada o no institucionalizada que les permita mantenerse en los

⁴ García Mínguez, Jesús. “La educación en personas mayores. Ensayo de nuevos caminos”. España, Narcea, 2004.

⁵ García Areitio, L. “La educación a distancia de personas adultas” en Zanz Fernández F (dir). La formación en educación de personas adultas. Madrid.1994.

estándares de actividades que acostumbraban realizar antes de pertenecer al sector de adultos mayores de la población creando en ellos un autoestima elevado mejorando la calidad de vida.

Para algunas personas de la 3ª edad la educación se considera como una posibilidad para mantenerse socialmente activo, capaz de ofrecerle autonomía y que sirve de enriquecimiento para la vida. La educación hace posible el enfrentamiento a lo desconocido, el disfrutar las ciencias, las letras, el gozar ejercitaciones motoras, en suma, gozar y sentir placer por la propia vida, sentirse útil dentro de la sociedad. Además es importante el deseo expresado por este tipo de alumnado por el aprender.

1.1.-POLÍTICAS EDUCATIVAS EN EL CONTEXTO MUNDIAL SOBRE EDUCACIÓN DE ADULTOS MAYORES

La política de educación de adultos se constituyó para proporcionar servicios de alfabetización, asesoría y consulta en educación básica, así como para acreditar y certificar dichos conocimientos para personas mayores de 15 años que no pudieron incorporarse o desertaron del Sistema Educativo Nacional sin haber concluido la educación básica.

Los elementos más importantes que marcan la pauta en el contexto mundial sobre educación para adultos mayores, son las asambleas mundiales sobre envejecimiento, por ello es importante mencionarlas.

1.1.1Primera Asamblea Mundial del Envejecimiento

Se llevó a cabo en Viena en 1982, fue convocada por la Asamblea General de las Naciones Unidas y recogió diversas demandas de carácter económico, político, social, sanitario y cultural. En esta Asamblea participaron 124 Estados y diversas Organizaciones gubernamentales y no gubernamentales.⁶ La Asamblea propuso a los países participantes un Plan de Acción Internacional para satisfacer las carencias y limitaciones, las expectativas y deseos, de los adultos mayores. El plan de acción formuló 62 recomendaciones vinculadas con las distintas áreas de preocupación de los mayores, de las cuales 18 eran recomendaciones calculando los beneficios que podrían obtener los mayores si se incorporaban al mundo educativo. Aún no se veían claros los resultados, sin embargo, lo que se valoró en términos globales era el hecho de que se constatará y se legitimara, desde

⁶ Sàez Carreras, Juan. La educación de las personas mayores o el combate por establecer el pacto intergeneracional. En: Núñez, Violeta. (Coordinadora) La educación en tiempos de incertidumbre: las apuestas de la pedagogía social. Capítulo IV. Barcelona, Gedisa, 2002. Pp.162-165.

entonces, la importancia de la educación como una necesidad indispensable de atención a los mayores al pensar en el bienestar personal y social al que tienen derecho.

De las 18 recomendaciones que se dedicaron a la educación de los mayores nos enfocaremos en tres modalidades de acción educativa puesto que marcan 3 aspectos básicos del ser humano para seguir adelante:

- Educación que prepara para la jubilación: La jubilación no constituye un rito de separación con una posterior obligación de integrarse en un nuevo estado social, sino que literalmente es una desvinculación, socialmente obligada, a partir de la cual cada uno puede hacer lo que quiera, y dado que mayoritariamente los individuos actuales jubilados no han sido socializados para disponer de todo el tiempo libre de obligaciones y para dedicarlo a lo que uno quiera, la situación inicial es de profunda desorientación individual y, con frecuencia, también familiar. Por ello la necesidad de una educación con un enfoque preventivo que te prepare para la jubilación.
- Mejora de la calidad de vida de las personas ya jubiladas: Las mejoras educativas fomentan la participación de los mayores en actividades creativas, ocupacionales y promocionales. Se lucha contra la desvinculación y a favor de un envejecimiento que implique crecimiento y gozo. La meta educativa más importante es que los mayores piensen la vida no como lo que les sucedió en el pasado, sino como lo que les queda por vivir, que estén abiertos a nuevas propuestas para que se adapten.
- Vida social de la persona jubilada: Esta formación debe propiciar actitudes positivas con respecto a las personas mayores, que les permita incorporarse a los entornos culturales de su tiempo. Ya que la jubilación les obliga a perder una importante parte de su identidad social. Con la jubilación no es el trabajo en sentido estricto lo que echan de menos sino el ritmo, estilo de vida y relaciones sociales que rodeaban y derivaban de la colocación laboral.

1.1.2 Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento

Se celebró en Madrid del 8 al 12 de abril del 2002, la asamblea se dio por terminada con más de 60 países de todo el mundo que adquirieron el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento 2002 y la Declaración Política. Ambos elementos portan el compromiso de los gobiernos de tomar iniciativas en tres direcciones prioritariamente:

- Personas mayores y desarrollo.
- Mejoras en la salud y el bienestar de la población mayor.
- Creación de un entorno favorable al desarrollo de una sociedad para todas las edades.

Uno de los puntos de mayor relevancia en esta Asamblea es lo que resaltó el Secretario General de las Naciones Unidas, Kofi Annan, “El envejecimiento ya no es sólo un problema del primer mundo”. El Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento 2002, fue el documento a negociar durante la Asamblea, el cual propone una serie de objetivos, entre los que sobresalen: que las personas mayores puedan disfrutar plenamente de sus derechos humanos, envejezcan de forma segura y fuera del alcance de la pobreza, participen plenamente en la vida económica, política y social, y tengan la posibilidad de realizarse en su edad más avanzada. El documento también menciona la eliminación de la violencia y la discriminación de las personas mayores, la igualdad de género, la importancia vital de la familia, la asistencia sanitaria y la protección social de las personas mayores.

La Declaración Política sostiene que como complemento a los esfuerzos nacionales para llevar a cabo en su totalidad el Plan de Acción Internacional es esencial una cooperación reforzada. La Declaración anima a la comunidad internacional a llevar más allá la cooperación de los actores implicados. Reconoce que el mundo está experimentando una transformación demográfica sin precedentes, que desafía a todas las sociedades a proporcionar más oportunidades a las personas mayores. Los gobiernos mencionaron su determinación a realzar el reconocimiento de la dignidad de las personas mayores y a eliminar todas las formas de negligencia, abuso y violencia.

El mayor aporte de la Segunda Asamblea Mundial ha sido colocar el fenómeno del envejecimiento en el centro del debate mundial incorporando el factor longevidad a todas las políticas de desarrollo social y económico, así como también la 5ª y 6ª conferencias mundiales que describiré a continuación.

1.1.3 La Quinta Conferencia Internacional de Educación de las Personas Adultas

La Quinta Conferencia Internacional de Educación de las Personas Adultas se realizó en Hamburgo en julio de 1997, fue organizada por la UNESCO, en específico por el Instituto de la UNESCO para la Educación, puesto que es el centro especializado de política e investigación sobre el aprendizaje de personas adultas. Uno de los temas a tratar dentro de la conferencia fue la modificación de la

estructura de la población a nivel mundial, tanto en los países desarrollados como en los que están en vías de desarrollo. Hoy en día una persona de 40 años que anteriormente era vista como anciana, con los avances de la tecnología y la ciencia se encuentra en plenitud, se vive mucho más que hace 50 años y como resultado hay una demanda de educación de personas adultas que va en aumento, así como de otros servicios sociales.

Es por ello que se ha reconocido el papel decisivo que puede tener la educación al permitir que las personas de edad puedan seguir siendo independientes, y se mantengan al día respecto a las transformaciones sociales para vivir una vida más plena. El compromiso de otorgar atención a las personas de edad empieza a adquirir fuerza, resta mucho trabajo por hacer para poder brindar a los mayores la atención que merecen.

Durante el transcurso de la Quinta Conferencia Internacional de Educación de las Personas Adultas (CONFINTEA V), el grupo de trabajo “La educación de adultos y las personas de edad” reconoció que la educación puede jugar un papel vital al permitirle a las personas de edad seguir siendo independientes, mantenerse al tanto de las transformaciones de la sociedad y vivir una vida más plena.⁷

1.1.4 Sexta Conferencia Internacional de Educación de las Personas Adultas

En el marco de la VI Conferencia que se llevó a cabo en mayo del 2009 en Brasil, se definieron cuatro ejes de trabajo concretos para cada una de las regiones, con la intención de centrar los temas en los que se tratará de ejercer influencia, que son: educación a lo largo de la vida y migraciones, pobreza y educación, alfabetización, políticas y financiamiento de la educación.

La UNESCO es una de las redes globales que se ocupan de la educación de las personas adultas y de influenciar a los gobiernos para asegurar que se respete este derecho, no sólo a nivel de alfabetización sino a nivel no formal, como la música, el teatro o lo que la persona desee a lo largo de su vida.

El año Internacional de las personas de edad proclamado por las Naciones Unidas en 1999 tuvo como subtítulo “Rumbo a una Sociedad de todas las Edades” en el cual los temas a destacar fueron:

- El derecho a la educación es un derecho humano para todos.

⁷ Instituto de la Unesco para la Educación. Quinta Conferencia Internacional de Educación de la Personas Adultas. Hamburgo, 1997. <http://www.unesco.org/education7uie>

- La educación para los adultos mayores tiene que convertirse en un compromiso del Estado y de toda Institución.
- El Estado tiene la responsabilidad de proporcionar educación a los ciudadanos, esta labor debe convertirse en una prioridad de los gobiernos, además los recursos de alfabetización subvencionados por el Estado deben incluir a los mayores.
- Tampoco debe negarse a los trabajadores próximos a jubilarse el acceso a los programas de capacitación profesional. Tenemos que estar conscientes de la eterna tendencia de excluir a las personas de edad de las oportunidades educativas.

Así mismo existen diversos países con Organizaciones que apoyan a las personas mayores como la llamada "Age Concern" en el Reino Unido la cual da a conocer de manera amplia las necesidades y contribuciones de la gente mayor a la sociedad, de igual forma cubre la necesidad de educación y capacitación y ejerce presión para lograr el apoyo del público en general.

Se habla de la revolución de los viejos en Europa y en América. Los Grey panthers (panteras grises) agrupan a miles de ellos quienes prefieren crear sus propios partidos políticos, ya que opinan que los actualmente existentes no ofrecen medios suficientes, ni condiciones dignas. El lema de su propuesta dice "hoy yo mañana tu".

La Asociación Australiana de Educación de Adultos y de la Comunidad, gracias a una subvención otorgada por el gobierno de 1995, realizó minuciosas investigaciones sobre políticas de aprendizaje en los adultos mayores en ese país. Hubo un gran interés del Ministerio de Educación respecto a cómo contribuye la educación en las personas mayores a un envejecimiento próspero.

Como resultado de tales investigaciones se encontró que existen muchos indicadores de que hay una relación entre la investigación cognoscitiva y la actividad intelectual sostenible, por un lado, y un mayor grado de autoestima e independencia, por el otro.

La Asociación creó en 1997 sus propios programas de enseñanza para adultos mayores, en donde el control de los programas es asumido por ellos mismos. La gerente ejecutiva de la asociación es una persona mayor, la cual, se encarga de los mencionados programas. Las personas mayores son protagonistas y desempeñan un papel muy importante en la elaboración de los programas de enseñanza.

Australia es uno de los pocos países que cuenta con una ley que protege a las personas mayores de la discriminación.

Otro ejemplo es el proyecto de Alfabetización de personas de edad en Durban Sudáfrica, organizado en 1997 por la Sociedad Muthanda para la Gente de Edad (MUSA), que trabaja para la gente mayor sin recursos. Su objetivo es contribuir a que las personas mayores continúen siendo independientes.

Gracias a las demandas expresadas por la gente mayor se creó un programa de alfabetización en Kwazulu, su lengua materna, y el inglés. Al ser considerada la alfabetización como una ayuda para realizar actividades cotidianas por ejemplo, pagos de cuentas, utilizar el transporte público etc. Para las personas de edad la alfabetización les ayuda a ser independientes.

Los educadores son personas de edad de la misma comunidad, capacitadas para enseñar a los demás. Este proyecto recibe apoyo de “Help Age International” y del Departamento de Desarrollo Internacional en el Reino Unido.

En Israel existe un Programa de Enseñanza para los Adultos Mayores en la Universidad de Bilan en la que más de 3000 ciudadanos jubilados ya aprendieron a trabajar con computadoras. Es importante que las personas mayores estén actualizadas en cuanto a tecnología y otros avances que le sirvan como herramienta de socialización y desarrollo.

A pesar de que tanto en el plano nacional como internacional se ha evolucionado en cuanto a la educación para adultos no ha sido suficiente, en los últimos 25 años se han logrado reformas significativas en las legislaciones de los países en materia de derechos humanos, la Declaración Universal de Derechos Humanos, adoptada en 1948, no muestra mucha preocupación a la discriminación por motivos de edad ya que no hace referencia explícita a este tipo de exclusión. En el artículo II de ésta se menciona que toda persona tiene los derechos y libertades proclamados sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica o cualquier otra condición y aunque podemos considerar la edad en la frase “cualquier otra condición” no existe referencia específica y esto sucede en todos los instrumentos que emanan de La Declaración de Derechos Humanos.

Dicho lo anterior, existen organismos de las Naciones Unidas encargados de la atención a las políticas públicas internacionales respecto de las personas de la tercera edad como son: División de Naciones Unidas para la Política Social y el

Desarrollo, La Organización Panamericana de la Salud (OPS) la cual a través de su programa “Salud y Envejecimiento” y con base en el plan de Acción sobre el Envejecimiento y los Principios de las Naciones Unidas para las Personas de edad, ha propuesto los siguientes objetivos:

- Promover los derechos humanos de las personas mayores.
- Promover el diálogo multigeneracional a través de una política educativa adecuada.
- Educar al público en general para el momento en que lleguen a una etapa posterior de la vida.
- Asistir a las familias para que cuiden a sus miembros de edad avanzada.
- Buscar satisfacer las necesidades básicas de las personas mayores y reducir la pobreza en este sector de la población.
- Enfocarse a la situación de las mujeres mayores⁸.

Así mismo, existen 18 principios englobados en cinco grandes rubros que surgen de la Asamblea General de las Naciones Unidas de 1948.

El principio de independencia: reconoce el derecho de las personas de edad de mantener su autonomía y asegura su acceso a satisfacer sus necesidades básicas.

El principio de atención: reafirma el derecho de las personas mayores a ser apoyadas y atendidas, que intervengan y opinen en el tipo de atención que requieren.

El principio de autorrealización: reconoce el derecho de las personas mayores a la educación, capacitación, oportunidades de empleo y a participar en los asuntos de la comunidad.

El principio de dignidad: reafirma que las condiciones de vida difíciles y la falta de acceso a los recursos materiales y sociales constituyen una afrenta contra la dignidad de las personas mayores al igual que su exclusión por edad, vulnerabilidad y discapacidad.

El principio de participación: es la base de la realización de todos sus otros derechos.

⁸ Declaración Universal de derechos Humanos. México. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. 2003.

Cabe señalar que estos derechos se consiguieron en algunos de los países más desarrollados y aunque económicamente las personas de edad puedan vivir en mejores condiciones que las de países en vías de desarrollo la calidad de vida de esta población ya es un problema mundial.

Por ello los derechos de las personas de la tercera edad se han discutido, regulado y promovido en las principales Cumbres Mundiales de los Derechos Humanos tales como:

Conferencia Mundial de Derechos Humanos en Viena, Austria, del 14 al 25 de junio de 1993, en ella se mencionó la importancia de la promoción y protección de los derechos humanos de las personas pertenecientes a grupos que han pasado a ser vulnerables, entre los que, por supuesto, se encuentra la población de adultos mayores. Se evaluó el progreso de estos derechos en todo el mundo e identificó los obstáculos que se presentaron y propuso formas de superarlos.

La Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (CIPD), Organizada por la División de Población del Departamento de Políticas e Información Económica y Social y el Fondo de Población de las Naciones Unidas que se realizó en el Cairo, Egipto en 1994 del 5 al 13 de septiembre conto con 180 Estados que elaboraron el Programa de Acción en el área de población y desarrollo para los siguientes 20 años.

Este programa hace énfasis en el avance de la equidad de género, la eliminación de la violencia contra las mujeres y el derecho de éstas de controlar su propia fertilidad, así mismo contempla objetivos como elevar la esperanza de vida a 75 años antes del 2015.

Con lo mencionado anteriormente podemos decir que la educación para adultos mayores ha sido tomada en cuenta desde 1950 con las ideas iniciales de Comenio quién después tuvo sus sucesores, personas interesadas en el bienestar y progreso de estos sectores de la población, así mismo como organizaciones, e instituciones que promovieron las asambleas mundiales sobre el envejecimiento, conferencias internacionales, en las que se pretendía que los países desarrollados y en vías de desarrollo dieran la importancia a todas aquellas personas de 60 años o más preparándolos no solo a ellos sino a la sociedad en general pues en un futuro serán los predominantes en la población.

De estas asambleas, conferencias, organizaciones e instituciones podemos rescatar lo siguiente: en la primera conferencia se formularon como objetivos de la

educación de adultos: “proporcionar a los individuos los conocimientos indispensables para el desempeño de sus funciones económicas, sociales y políticas, y por sobre todo, permitirles participar armoniosamente en la vida de su comunidad”⁹; preparándolos para las etapas futuras y al cambio de ritmo de vida al que se enfrentarán; la segunda conferencia “pone énfasis en lo social, la acción cultural y una educación de adultos para fomentar la paz y la comprensión en el mundo, creando junto con la sociedad, un entorno favorable para que puedan desenvolverse y tengan la posibilidad de realizarse en su edad más avanzada”¹⁰ Se presta además mayor atención a los problemas de los países en desarrollo; se concibe la educación permanente, y la UNESCO lanza el programa experimental mundial en materia de alfabetización funcional. En términos generales, en esa época la educación de adultos se encamina hacia la institucionalización, a través de la creación de centros educativos con un enfoque técnico que demandan metodologías apropiadas para el adulto, curricula especial y la formación de docentes capaces de impartir este nuevo tipo de educación.

1.2.-POLÍTICAS NACIONALES DE EDUCACIÓN DE ADULTOS MAYORES

Las bases de la reforma educativa fueron regidas por la Ley Federal de Educación que entró en vigor el 14 de diciembre de 1973, la cual fue abrogada por la Ley General de Educación de 1975 que entró en vigor el 31 de Diciembre, ambas leyes son consideradas un antecedente y aunque conservan la estructura del sistema educativo escolarizado, facilitan la posibilidad de acreditar niveles educativos a través de la modalidad extraescolar. Esta última fue abrogada por la Ley General de Educación promulgada el 12 de Julio de 1993. El motivo de dicha acción se debió a que esta nueva Ley establece que la Educación de los Adultos es prioridad del país.

1.2.1 Ley Nacional de Educación para Adultos

La educación para adultos había cobrado tanta importancia y con el fin de regularla, para 1975 se expidió la Ley Nacional de Educación para Adultos. Tenía como beneficiarios a los mayores de 15 años que no hubieran cursado o concluido estudios de primaria o secundaria. En la mencionada Ley se establece que la educación de adultos forma parte del Sistema Educativo Nacional y es una forma

⁹ <http://tariacuri.crefal.edu.mx/crefal/crefal2011/>consultado el 18 de noviembre del 2011

¹⁰ *Ibíd*em

de educación extraescolar basada en el autodidactismo como método de aprendizaje y en la solidaridad social como medio de apoyo.¹¹

La ley de 1975 sentó las bases de lo que sería la educación de adultos, en el sentido de promover el desarrollo integral del hombre y de la sociedad. Definió a la educación como el medio adecuado para la adquisición de conocimientos prácticos y valores, para promover el desarrollo con justicia e integrar a los sectores que constituyen la sociedad moderna.¹²

La respuesta a la dinámica de desarrollo económico y a la creciente demanda generada por la expansión demográfica, se encuentra en el proyecto de educación de adultos, el cual se basa en el supuesto de que los incentivos sociales y económicos son suficientes para que el adulto se sienta impulsado a continuar con su educación.

En su artículo IV, proclama que uno de sus objetivos es dar las bases para que toda persona pueda alcanzar como mínimo el nivel de conocimientos y habilidades equivalentes a la educación general básica, favoreciendo la educación continua mediante la realización de estudios de todo tipo y especialidades, actividades de actualización, capacitación en y para el trabajo y formación profesional permanente.

Por otra parte en el artículo XII, en cuanto aprendizaje y acreditación se establece que el educando una vez registrado, es responsable de organizar su aprendizaje en forma individual o en círculos de estudio y avanzar según su capacidad y posibilidad de tiempo.

Del artículo 21 al 25 se establecen las bases para que las dependencias gubernamentales, instituciones educativas y en particular las de educación superior, organicen servicios de educación de adultos y acrediten a los estudiantes como servicio social su participación en estas tareas.

De esta forma la educación de adultos brindaba las mismas oportunidades de acceso a todos los habitantes del país, haciendo posible que el adulto pueda alcanzar los conocimientos mínimos básicos. La flexibilidad en planes y programas permite el paso de una modalidad a otra, es decir, los adultos pueden adquirir los conocimientos y habilidades de la escuela básica por sí mismos o con el apoyo del personal y planteles educativos.

¹¹ Instituto Nacional para la Educación de Adultos. Historia de la alfabetización y de la educación de adultos, México. México/ El colegio de México. s/a.

¹² *Ibídem*

La ley favoreció la flexibilidad de horarios para que el adulto estuviera en horas que no interfirieran con su trabajo y dio también la posibilidad de seguir el ritmo que más le conviniera. Puso a su disposición la posibilidad de integrarse a círculos de estudio y contar con asesorías cuando lo considerara necesario. Otras acciones realizadas fueron la creación del Consejo Nacional de Educación a Grupos Marginados y el Consejo Coordinador de Sistemas Abiertos y la implantación del Programa Nacional de Educación a Grupos Marginados.

Para 1971 funcionaban los centros de Educación Básica para Adultos (CEBA), que sustituyeron a los Centros de Educación para Adultos, a fin de que no sólo alfabetizaran sino que también dieran acceso a los estudiantes que querían estudiar la primaria. Estos centros eliminaron los grados escolares, para introducir el aprendizaje por áreas de estudio, mediante la enseñanza individualizada y las técnicas de conducción de grupos y para propiciar que los alumnos participaran en el proceso de su propia educación.

El presidente López Portillo (1976-1982) con su gobierno buscaba ampliar la educación de adultos con campañas de alfabetización pero con el fin de que las personas que aprendieran a leer y escribir cubrieran sus estudios complementarios y quedaran integrados a actividades culturales o de capacitación, todo esto bajo el lema de "Educación para Todos".

En 1980 se inició el Programa Nacional de Alfabetización (PRONALF) ya que la alfabetización era el problema más apremiante en estos días, por ello el objetivo de este programa era que todos los mexicanos leyeran, escribieran y efectuaran operaciones básicas y más adelante se incorporaran a la primaria de adultos, secundaria o preparatoria abierta y de ser posible a una carrera técnica.

Durante el sexenio del Presidente Carlos Salinas de Gortari se aprobó el Programa Nacional para la Modernización Educativa (PNME) y se firmó el Acuerdo Nacional para la Modernización Básica (ANMEB).

Se da la reasignación de funciones en los tres niveles de gobierno federal-estatal y municipal con tendencia a descentralizar la administración y operación del sistema educativo y fortalecer a los gobiernos estatales. Es así como se inicia la federalización de la educación con la finalidad de elevar su eficiencia, mejorar su organización, reducir sus desigualdades y estimular su calidad.

El Programa para la Modernización Educativa presentado por el Presidente de la República Carlos Salinas de Gortari planteó los siguientes retos:¹³

- La descentralización de la educación.
- El rezago educativo.
- La vinculación de los ámbitos escolar y productivo.
- La inversión educativa.

El reto del rezago era de primordial importancia ya que se necesitaba concentrar esfuerzos en las zonas urbano marginadas, en la población rural y en la indígena, con el fin de asegurar la cobertura universal de la primaria y la permanencia de los niños hasta su conclusión.

Otro de los grandes retos se orientaba a vincular los ámbitos escolar y productivo, para lo cual se requería establecer nuevos modelos de comportamiento en la relación entre trabajo, producción y distribución de bienes con procesos educativos flexibles y específicos.

El avance científico y tecnológico exigía la formación de mexicanos que aprovecharan dichos avances e integrarlos en su cultura, se requería que la formación especializada generara una actitud crítica, innovadora y adaptable, capaz de traducirse en una adecuada aplicación.

La modernización implicó revisar y racionalizar sistemáticamente los costos, ordenar y simplificar los mecanismos para su manejo y administración, innovar los procedimientos, imaginar nuevas alternativas, actuar con decisión política, solidaridad y consenso para servir al interés general.

A partir de la federalización educativa, el modelo organizacional de la Secretaría de Educación Pública se caracterizó por consolidar en una sola unidad de mando la normatividad educativa, a través de la Subsecretaría de Educación Básica, correspondiendo la operación de los servicios educativos a los gobiernos estatales. De aquí que el Gobierno Federal fuera el responsable directo de realizar este proceso, a través de la formulación de normas pedagógicas, planes y programas de estudio, material didáctico, la actualización y elaboración de libros de texto gratuitos, el establecimiento de procedimientos de evaluación, la formación y el constante perfeccionamiento de los educadores. Las actividades del INEA se modificaron también como producto de la Reforma Educativa emprendida. Se incorporó el nuevo modelo pedagógico Primaria para jóvenes 10-14 (NEEBA 10-

¹³ Programa Nacional para la Modernización Educativa (PNME)

14) para la población de 10 a 14 que por diversas causas no se había incorporado al sistema escolarizado o había desertado de él.

Con el gobierno del Presidente Ernesto Zedillo, el Programa de Desarrollo Educativo tuvo como propósito central la capacitación de los adultos en y para el trabajo, dejando un poco de lado la idea de concluir primaria y secundaria, esto responde a los cambios económicos internacionales asociados a la globalización y el surgimiento de regiones económicas como el TLC (Tratado de Libre Comercio).

El Programa de Desarrollo Educativo (PDE) 1995-2000 estaba conformado por cuatro grandes apartados: educación básica, educación para adultos, educación media superior y superior, y criterios para el financiamiento. En cada uno de ellos se consignan elementos de diagnóstico y retos, mismos que sustentaron la formulación de objetivos y metas.

Los desafíos fundamentales que se pretendían enfrentar a través de lineamientos que se encontraban en el Programa Nacional de Educación, fueron impulsar el desarrollo económico del país y lograr una mejor inserción de la economía en el plano mundial, así como profundizar la vida democrática y fomentar el bien social de los mexicanos.

Con el propósito que el gobierno del Presidente Zedillo tenía para los adultos, el INEA modificó sus lineamientos para proporcionar a jóvenes y adultos los servicios educativos que desarrollarían habilidades, valores y conocimientos de utilidad práctica para la vida.

Y durante el gobierno del Lic. Vicente Fox Quezada se buscó multiplicar las oportunidades que ofrecían los sistemas formal e informal de la enseñanza, considerando la pluralidad cultural, étnica y lingüística existente en el país, enfatizando a los grupos que presentaba mayor rezago educativo.

Se amplió la enseñanza obligatoria de nueve a once grados, incluyendo dos años de preescolar, seis de primaria y tres de secundaria. Se estableció la educación obligatoria para niños de cuatro y cinco años y para los de tres años, lo sería para el ciclo escolar 2008-2009.¹⁴

La educación Nacional presentaba tres retos fundamentales:

- Educación para todos.
- Educación de calidad.

¹⁴ Presidencia de la República 5º Informe de Gobierno del Lic. Vicente Fox Quezada. México, 2005.

- Educación de vanguardia.

En educación para adultos y con el fin de atender el rezago educativo de jóvenes y adultos que no iniciaron o concluyeron su educación básica, actualmente operan programas que comprenden los servicios de Educación Básica: Modelo de Educación para la vida y el trabajo (MEVyT) y Plazas comunitarias. En diciembre del 2004 se concluyó su implantación y a partir de ese año ya estuvo al alcance de todos los mexicanos.

Al igual que en el sistema internacional, lo que busca esta ley es brindar la oportunidad a todas aquellas personas consideradas adultas a concluir sus estudios ya sean básicos o de un nivel medio superior o superior con flexibilidad de horarios, programas y planes que se adapten a las posibilidades de cada persona con el fin de eliminar la analfabetización del país. En los contextos rurales se busca el resguardo de comunidades indígenas por lo que para ellos es indispensable un programa bilingüe que se adapte a sus necesidades dando la oportunidad de desenvolverse en su lengua materna y en Castellano que es el idioma que hablamos los mexicanos.

Sexenio con sexenio ha ido mejorando esta ley creando e innovando programas que brinden una educación para todos, que sea de calidad y vanguardista apoyando el conocimiento y dominio de las nuevas tecnologías y apoyando a comunidades indígenas para evitar su extinción respetando su lengua y al mismo tiempo integrándolos a las nuevas necesidades de la sociedad y cabe mencionar que todavía hay mucho por realizar.

1.2.2 Ley de los Derechos de las Personas Adultas mayores

El Lic. Vicente Fox Quezada expidió en junio del 2002 la Ley de los Derechos de las Personas Adultas. Esta Ley en el capítulo III. De los Programas y las Obligaciones de las Instituciones Públicas, en su artículo 17 dice: “Corresponde a la Secretaria de Educación Pública, garantizar a las personas Adultas Mayores:

(Párrafo reformado DOF 26-01-2005)

- I. El acceso a la educación pública en todos sus niveles y modalidades y a cualquier otra actividad que contribuya a su desarrollo intelectual y que le permita conservar una actitud de aprendizaje constante y aprovechar toda oportunidad de educación y capacitación que tienda a su realización personal, facilitando los trámites administrativos y difundiendo la oferta general educativa;

- II. La formulación de programas educativos de licenciatura y de posgrado en geriatría y gerontología, en todos los niveles de atención en salud, así como de atención integral a las personas adultas mayores dirigidos a personal técnico profesional. También velará porque las instituciones de educación superior e investigación científica incluyan la geriatría en su currícula de medicina, y la gerontología en las demás carreras pertenecientes a las áreas de salud y ciencias sociales;
- III. En los planes y programas de estudio de todos los niveles educativos, la incorporación de contenidos sobre el proceso de envejecimiento;
- IV. Facilitar el acceso a la cultura promoviendo su expresión a través de talleres, exposiciones y eventos comunitarios, nacionales e internacionales;
- V. El acceso gratuito o con descuentos especiales a eventos culturales que promuevan las instituciones públicas y privadas, previa acreditación de edad, a través de una identificación personal;
- VI. Programas culturales y concursos en los que participen exclusivamente personas adultas mayores, otorgando a los ganadores los premios y reconocimientos correspondientes;
- VII. El derecho de hacer uso de las bibliotecas públicas que facilitarán el préstamo a domicilio del material de las mismas, con la presentación de su identificación personal, credencial de jubilado o pensionado y/o credencial de persona adulta mayor;
- VIII. Fomentar entre toda la población una cultura de la vejez, de respeto, aprecio y reconocimiento a la capacidad de aportación de las personas adultas mayores”¹⁵.

Todo lo anterior permite que se reflexione sobre la importancia que se le viene dando al adulto mayor de manera progresiva y constante, mediante el marco histórico de las políticas educativas descritas. Se resalta el papel de la educación como una herramienta que tiene como principal función el que los mayores puedan ser autónomos.

Con lo mencionado en este capítulo nos damos cuenta que no solo instituciones u organizaciones internacionales buscan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores promoviendo la educación como medio para lograr que esto suceda, sino que en el marco nacional también se propone a la educación para mejorar la calidad de vida.

¹⁵ Ley de los derechos de las personas adultas mayores. Secretaria de Desarrollo Social. México.2002.

En México se han creado leyes que protegen a los adultos mayores integrándolos a la sociedad actual y promoviendo el conocimiento de las tecnologías modernas que pudieran beneficiar la calidad de vida de estas personas.

Sexenio a Sexenio los funcionarios se han preocupado por mejorar la educación de los adultos y aunque año con año existen progresos que brindan facilidades a las personas para que adquieran una educación continua que no se limite a la educación básica o a una licenciatura sino que se dé a lo largo de la vida no ha sido suficiente para lograr poner en primer término la educación de los adultos mayores además hacen falta programas de difusión, pláticas, cursos o alguna promoción que motive a los adultos mayores; por ello, el trabajo de nuestros funcionarios así como el de la sociedad en general será darle un lugar prioritario a las personas de la 3ª edad mejorando así la calidad de vida de las mismas ya que en algún momento estaremos en su lugar por lo que puedo decir “hoy por ellos, mañana por nosotros”.

CAPÍTULO II

OFERTAS DE EDUCACIÓN PARA LA TERCERA EDAD DE CARÁCTER NACIONAL E INTERNACIONAL

Con el paso del tiempo se hizo necesario adecuar la educación de adultos a las necesidades de estos y a las que el mundo estaba requiriendo. Desde entonces, la educación de adultos se concibió como el desarrollo continuo del ser, tomando en cuenta las experiencias de su vida como parte esencial de su aprendizaje.

Con la promulgación de la Ley General de Educación para Adultos en 1975 y creándose en 1976 la Comisión Coordinadora del Sistema Nacional Educativo para Adultos (SNEA) que es el antecedente del que actualmente es el Instituto Nacional de Educación para Adultos (INEA), se expide en este mismo año un acuerdo de servicio social de alumnos de educación media superior y superior participando como asesores de adultos en alguno de los programas del INEA.

De carácter internacional podemos encontrar organizaciones como el (Centro de Cooperación Regional para la Educación de los Adultos (CREFAL) que es el encargado de brindar educación para adultos en América Latina.

2.1.- INEA

La creación del INEA en 1981, representó un avance en la unificación y profesionalización de las múltiples acciones que se desarrollaban en el país en el terreno de la educación de adultos.

A partir de la creación del INEA la atención a los adultos quedó organizada en tres modalidades: escolarizada, semiescolarizada y abierta. A la modalidad escolarizada correspondían las escuelas primarias y secundarias nocturnas dependientes de la Dirección General de Educación Primaria y Secundaria (SEP); en la modalidad semiescolarizada quedaron los Centros de Educación Básica para Adultos (CEBA) a cargo de la Unidad de Educación para Adultos (antes DGEA) y en la modalidad abierta se insertó el resto de instituciones y agrupaciones coordinadas por el INEA.

La institución coordinadora de la educación de adultos, en México, recibió el nombre de Instituto Nacional para la Educación de Adultos (INEA). Fue fundado por decreto de C. Presidente José López Portillo y publicado en el Diario Oficial de la Federación el 3 de agosto de 1981 como organismo descentralizado de la administración pública, con personalidad jurídica y patrimonio propio.

El INEA tiene el propósito de preservar la unidad educativa nacional para que la educación básica de las personas jóvenes y adultas se acredite y certifique con validez en toda la República¹⁶.

Se asume como un organismo técnico, normativo y rector de la educación para adultos que acredita la educación básica proporcionada por los Institutos Estatales de Educación para Adultos (IEEA) y es promotor de este beneficio entre los diferentes sectores sociales.

El INEA proporciona los servicios de educación básica: alfabetización, primaria, secundaria y educación para la vida y el trabajo. Los estados están facultados para planear, organizar, dirigir, operar y controlar los servicios de elaborar e incluir contenidos regionales en los programas educativos: los gobiernos federal, estatal y municipal son corresponsables de la educación para adultos, es decir suman esfuerzos, junto con la sociedad civil en general.

2.1.1 Objetivo General del INEA

El objetivo general del INEA es definir, normar y desarrollar los modelos pedagógicos, materiales y contenidos, la inscripción, acreditación y certificación de la educación básica para adultos y dar cabal cumplimiento a las políticas nacionales en la materia; así como supervisar y evaluar la operación de los servicios de educación para adultos impartidos por las delegaciones e instituciones estatales.

2.1.2 Lineamientos generales

Los servicios que ofrece el INEA, responden a lo que el Artículo Tercero Constitucional tipifica:

- Educación laica y gratuita, aunque la obligatoriedad aún no queda clara, ya que el rezago educativo en población adulta todavía es presente.
- La obligatoriedad de la educación secundaria, que en 1993 se promulga, es parte de las lagunas del sistema educativo nacional que no ha podido compensar, esto quiere decir, que la persona de 15 años o más tiene la decisión de cursar o no la educación básica.
- Los servicios que brinda son gratuitos y en ellos participan gobiernos, federal, estatales, municipales y la sociedad en general. Los servicios que ofrecen pertenecen al sistema de educación abierta, ya que son las

¹⁶ Instituto Nacional de Educación para Adultos. <http://www.inea.gob.mx>(julio 2006)

personas las que determinan su ritmo de aprendizaje, dependiendo la interacción de factores de índole personal. Entendiendo el aprendizaje del adulto con base en las características y necesidades (personales o sociales) del mismo, y éstas a su vez, se deben satisfacer para así motivar la continuidad del proceso de aprendizaje.

Para satisfacer dichas necesidades el INEA ofrece a la población atención:

Grupal: son círculos de estudio con horarios en común, atendidos por un asesor.

Individual: el estudiante estudia por su cuenta y posteriormente consulta a su asesor para dar cuenta de que esta listo para presentar examen de acreditación de conocimientos.

Estudiante libre: cuando el estudiante únicamente utiliza los servicios que brinda el INEA o el IEEA para presentar sus exámenes.

Plazas Comunitarias Institucionales: son las que se equipan con la colaboración del INEA.

Plazas Comunitarias en Colaboración: aquellas en las que las diferentes organizaciones o instituciones cuentan con equipo de cómputo y audiovisual y proporcionan servicios de educación básica a la población joven y adulta.

Es de rescatarse que el INEA brinda alternativas para que los adultos (15 años en adelante) puedan obtener de forma satisfactoria los grados académicos básicos, es decir, primaria y secundaria. La idea es que puedan incorporarse al mundo laboral con el menor número posible de trabas e inconvenientes. Para ello, el INEA en el 2006 en sus reglas de Operación e Indicadores de Evaluación y de Gestión de Atención a la Demanda de Educación de Adultos, decide integrar sus dos modelos vigentes en uno mismo: El Modelo de Educación para la Vida y el Trabajo (MEVyT); es por este modelo que el INEA pretende ofrecer mayores posibilidades de desarrollo personal y social mediante la intensificación de acciones educativas flexibles.

2.1.3 Estructura del INEA

El sistema de educación para adultos no cuenta con infraestructura física propia para la atención de los adultos, se ubica en instalaciones de diversas instancias públicas privadas y sociales. Su estructura es la siguiente:

INEA Central: conformada por la Dirección General y las direcciones de área, ubicadas en la Ciudad de México, encargadas de normar a nivel nacional los modelos, contenidos y políticas educativas, inscripción, evaluación del aprendizaje, acreditación y certificación de estudios; red de telecomunicaciones, Sistema Automatizado de Seguimiento y Acreditación (SASA), planeación, programación y presupuesto; control estadístico, seguimiento y evaluación de los servicios y estrategias operativas y, asimismo, planifica el desarrollo innovador del sistema.

Ámbito estatal: conformado por las acciones de las delegaciones y de los Institutos Estatales, encargados de organizar, operar, asesorar, coordinar y controlar la operación de los servicios educativos y de acreditación en las entidades federativas.

Ámbito regional o zonal: está integrado por coordinaciones de zona, municipales y/o regionales instaladas en los principales municipios, ciudades, localidades o colonias del país encargadas de coordinar y operar los servicios educativos, asesorar y capacitar al personal en regiones delimitadas de acuerdo con las necesidades de atención. Actualmente el INEA y los Institutos Estatales logran la cobertura nacional a través de 419 coordinaciones de zona, ubicadas a lo largo del país.

Ámbito microregional: se trata de la división geográfica de las coordinaciones de zona o municipales. Este ámbito se encuentra a cargo de una figura institucional denominada Técnico Docente, que en el caso de zonas indígenas con lenguas autóctonas debe ser bilingüe y se encarga de la incorporación de asesores voluntarios y adultos, de la promoción y participación a los diversos sectores de la sociedad en la educación de personas jóvenes y adultas y de la coordinación de la operación.

Red solidaria: está integrada por organizaciones y agentes de la sociedad que actúan como promotores y asesores que promueven los servicios, incorporan jóvenes y adultos, y atienden directa y solidariamente el proceso educativo de las personas en comunidades, empresas, instituciones públicas, privadas y sociales, así como en hogares, a través de la atención individualizada o en círculos de estudio.

2.1.4 Programas y servicios

Los modelos del INEA para la educación básica de las personas jóvenes y adultas se basan en esquemas abiertos y flexibles para adecuarse a las características de tiempo y forma de la población a la que van dirigidos.

El INEA promueve la atención para la educación de los jóvenes y adultos mediante los siguientes programas educativos.

Alfabetización en español: la alfabetización para personas jóvenes y adultas forma parte de la primaria y se le llama nivel inicial. Es en este programa donde las personas adultas aprenden a leer, escribir y realizar operaciones básicas tales como la suma y la resta, habilidades que le permitirán mejorar su vida cotidiana. Para concluir este nivel, el adulto deberá acreditar los tres módulos básicos: Matemáticas para empezar, La palabra y Para empezar.

Alfabetización a grupos indígenas: las dos rutas del MEVyT indígena bilingüe son: el MEVyT indígena bilingüe integrado (MIBI) y el MEVyT indígena bilingüe con español como segunda lengua (MIBES), cuyas diferencias básicas se presentan en la fase inicial de la primaria.

El MEVyT Indígena Bilingüe Integrado (MIBI) se aplica cuando las personas presentan un grado de bilingüismo medio o eficiente (coordinado), de acuerdo con los instrumentos de detección que el propio INEA desarrolla. En el MIBI el proceso de la fase inicial considera el trabajo simultáneo bilingüe en lengua indígena materna y español como iguales, desde el momento de la alfabetización, lo cual es más complejo que el proceso de aprendizaje dirigido a los hispanohablantes, pero más adecuado para lograr la eficacia del proceso educativo.

El MEVyT Indígena Bilingüe con español como segunda lengua (MIBES), considera en su fase inicial el trabajo simultáneo de la alfabetización en lengua indígena materna y el español como segunda lengua, sólo en forma oral. Se aplica en caso de que el grado de conocimiento del español sea nulo (monolingüismo), o sólo receptivo o incipiente, de acuerdo con los instrumentos de detección que el propio INEA desarrolla. El español en forma escrita se aborda con posterioridad a lo oral.

El Modelo de Educación para la Vida y el Trabajo se integra por tres niveles:

- Inicial: corresponde a la alfabetización. El tiempo está determinado por la duración de cada módulo que las personas jóvenes o adultas seleccionan; en promedio se habla de 7 a 10 meses.
- El nivel inicial con el intermedio equivale a la primaria.
- El nivel avanzado corresponde a la secundaria.

La duración de la primaria y la secundaria dependerá del ritmo de aprendizaje de las personas jóvenes y adultas.

La propuesta educativa se organiza en módulos. A su vez, estos se estructuran en ejes definidos por: sectores prioritarios de la población, temas de interés y áreas de conocimiento. Actualmente son 42 módulos los que integran este modelo. Puede incrementarse conforme se avance en la detección e investigación de necesidades y temas emergentes. Todos atienden a las necesidades humanas básicas desde una perspectiva de bienestar.

Por la estructura flexible del MEVyT, los jóvenes y adultos tienen la posibilidad de organizar su propia ruta de aprendizaje o estudio, de acuerdo con sus necesidades e intereses. Por esa misma razón, el modelo permite la incorporación a su estructura curricular de módulos regionales y de módulos sobre temas emergentes de importancia nacional.

En general el modelo de Educación para la Vida y el Trabajo (MEVyT) es una propuesta educativa que tiene como propósito fundamental ofrecer a las personas jóvenes y adultas la educación básica vinculada con temas y opciones de aprendizaje basados en sus necesidades e intereses.

Este programa pretende que las personas reconozcan, integren y apliquen en su vida las experiencias y conocimientos que ya tienen; enriquezcan sus conocimientos con nuevos elementos que les sean útiles y significativos; fortalezcan las habilidades básicas de lectura, escritura, cálculo, expresión oral y comprensión del entorno natural y social; refuercen las capacidades, actitudes y valores que les permitan mejorar su entorno; solucionen problemas en los distintos lugares en que se desenvuelven a partir de la creatividad, estudio y la aplicación de métodos y procedimientos de razonamiento lógico y científico; construyan explicaciones fundamentales sobre fenómenos sociales y naturales; busquen y manejen información para seguir aprendiendo y tomen decisiones de manera responsable.

2.2.- UNIVERSIDAD DE LA TERCERA EDAD

Ante la evidencia de la necesidad de realizar acciones para atender a la creciente población de la tercera edad y como resultado de los congresos y conferencias en todo el mundo, se han creado varios tipos de iniciativas de educación para adultos: privadas, públicas o mixtas; formales o informales, adscritas a universidades regulares, a organizaciones y asociaciones establecidas de manera independiente y autónoma: la gama es muy extensa y va desde:

- La integración de los adultos mayores a las universidades y aulas donde estudian alumnos jóvenes, para cursar las mismas asignaturas, presentar exámenes y recibir los certificados y títulos correspondientes. Estos programas universitarios invitan a reflexionar en un doble sentido: en tanto espacios institucionales que efectivamente interpelan al adulto mayor como un sujeto de derecho, activo y participativo, y también como ámbitos en donde se pone a prueba la verdadera amplitud del sentido de la universidad, en tanto institución social cuya voluntad política es la de distribuir y democratizar el conocimiento.
- Integración de los adultos mayores a las universidades y aulas regulares pero en calidad de oyentes; no tienen que acreditar ni tampoco reciben certificados ni títulos.
- Aulas de la tercera edad integradas a las universidades regulares, donde los adultos mayores toman clases con los catedráticos asignados. Generalmente no se les exige que acrediten conocimientos pero tampoco reciben título.
- Universidades específicamente para adultos mayores donde hay desde licenciaturas supervisadas por otras instituciones que otorgan acreditaciones legales hasta el aprendizaje de artes, manualidades y entretenimientos. Cada institución se rige por sus propias reglas y generalmente también ofrecen estudios dirigidos a todas las edades como gerontología médica y social para aumentar el número de profesionales dedicados a la atención de la tercera edad y a la investigación. En el esquema “aprender por placer” del Reino Unido, se reúnen los grupos que tienen un mismo interés, se organizan y buscan maestros o se enseñan unos a otros y los temas están basados totalmente en la demanda de los participantes.

Ahora es necesario mostrar ejemplos de universidades de la tercera edad y conocer la gran demanda que existe:

En cuanto a México, el segundo conteo que realizó el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI,) en 2009, revela que “de los 355 mil habitantes de la demarcación, 53 mil 959 tienen una edad mayor a los 60 años. El delegado Germán de la Garza explicó que la demarcación registra el mayor porcentaje de adultos mayores a escala nacional, pues este sector de población representa 15.2 por ciento de los habitantes de la jurisdicción, mientras que a nivel nacional los mayores de 60 años representan alrededor de 8.4 por ciento del total de los habitantes”¹⁷. Datos del Consejo Nacional de Población (CONAPO) revelan que para 2020 uno de cada diez mexicanos será mayor de 60 años, mientras que para 2050 será uno de cada tres.

“Somos la jurisdicción con mayor porcentaje de adultos mayores de toda la República, por eso estamos siendo novedosos e innovadores”, de la Garza destacó que debido a la cantidad de personas de la tercera edad, su administración ha impulsado diversas políticas públicas para ese sector.

Como modelo piloto, la demarcación puso en marcha, en enero del año pasado, el Centro de Educación Continua para Adultos Mayores, donde se imparten diversos cursos a 266 ancianos.

La Inauguración de la Universidad de la Tercera Edad en esta ciudad, ubicado el inmueble en eje central Lázaro Cárdenas Col. Niños Héroes en la Delegación Benito Juárez, la cual está diseñada con mobiliario adecuado para adultos mayores. La presidenta del Consejo Ciudadano Consultivo del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), Margarita Zavala, llamó a apostar al talento y a la experiencia de las personas mayores de 60 años en el país.

En dicho Centro de Educación Continua para ese sector de la población, la esposa del presidente Felipe Calderón destacó que “una sociedad que no cuida a sus padres y a sus abuelos es una sociedad que no tiene respeto por sí misma”.

Así mismo subrayó la importancia de generar una cultura de respeto hacia los adultos mayores que para 2050 representarán más de 28 por ciento de la población nacional. Para ese entonces, dijo, ese porcentaje de la población tendrá en promedio 75 años de edad y una expectativa de vida cercana a 80 años, lo que representa un desafío para las familias, las instituciones y las organizaciones sociales.

17

<http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/contenidos/estadisticas/2010/edad10.asp?s=inegi&c=2769&ep=43>

La presidenta del Consejo Ciudadano Consultivo del SNDIF expuso que por ello la Universidad de la Tercera Edad constituye un avance para generar una cultura a favor de los adultos mayores. “Apostar precisamente por el talento, brindar nuevos conocimientos para que sigan contribuyendo al desarrollo de México y al desarrollo de cada una de sus familias”¹⁸.

Zavala comentó que ese tipo de centros educativos no son para que esa parte de la población vaya a pasar el tiempo, sino para construir juntos a México, porque ellos tienen una gran parte de la historia y de la cultura del país. Subrayó, “No queremos decir que sea un país que esté envejeciendo en edad, sino que nuestra preocupación debe ser que se logre contar con una población adulta mayor activa, y participativa”.

Así mismo, exhortó a las personas de la tercera edad a que también ellos aprovechen esa universidad en la que podrán recibir clases de historia, desarrollo humano, economía y administración, educación física, nutrición, danza e idiomas. Ya que en este nuevo modelo de enseñanza, los adultos de la tercera edad serán los que decidirán “qué es lo que quieren aprender”, pues no se trata de un “sistema escolarizado forzoso y tradicional, aprenderán lo que quieran aprender”. Y aunque son 90% mujeres quienes se han acercado a ese centro educativo hay que hacer una acción afirmativa de los hombres mayores de 60 años para que también tomen clases.

Por otra parte hizo énfasis en la importancia de tomar la tecnología como herramienta para lograr una mejor comunicación entre generaciones ya que, eso hace mucha falta en la sociedad de México.

Zavala señala el gran ejemplo que se está demostrando a los niños, sus familias. Y a su país, el cual es “que vale la pena vivir y aprender más de la vida”.

Cabe resaltar otro de los beneficios que brinda esta universidad como parte de los programas se aplicará el proyecto escuela para hijos. “Nadie nos enseña cómo ser hijos o nietos de personas de la tercera edad, se generan patologías familiares muy difíciles y nos enganchamos con eso; creamos una serie de problemas porque no los conocemos”. El objetivo principal de la universidad es que los adultos mayores tengan un espacio adecuado y dignificarlos. Afirmó el funcionario, Felipe

18

[http://www.delegacionbenitojuarez.gob.mx/content/2/module/news/op/displaystory/story_id/3080/fo
rmat/html/](http://www.delegacionbenitojuarez.gob.mx/content/2/module/news/op/displaystory/story_id/3080/fo
rmat/html/) (27 de marzo 2009)

Calderón que es momento de retribuirles lo que han hecho por las nuevas generaciones¹⁹.

En el plano mundial existe una Asociación Internacional de Universidades de la Tercera Edad, (AIUTA por sus siglas en inglés) y Estudios Internacionales para el Aprendizaje de la Tercera Edad. (TALIS por sus siglas en inglés), que registran 25,000 universidades de la tercera edad en el mundo.

Francia es pionera en la atención educativa a adultos mayores, entre otras cosas, propuso el nombre de tercera edad a manera de evitar discriminaciones, además, el profesor Pierre Vellas, de la universidad de Toulouse (Francia), fundó una universidad de la tercera edad, basada en un programa universitario para adultos mayores con una propuesta novedosa que se fundamenta en una nueva lectura del proceso de envejecimiento, el cual deja de ser considerado como un deterioro psicofísico y por lo de retiro social para ser pensado como una etapa rica en posibilidades, de una gran extensión temporal que sin embargo, carece de propuestas significativas para su desarrollo. Las U3A's en Francia son generalmente subvencionadas por el Ministerio de Educación, por entidades diversas y en menor cuantía por el importe de las matriculas de los alumnos.

Posteriormente, el Prof. Vellas, inició la AIUTA para promover los intercambios de experiencias entre alumnos de las universidades de la tercera edad, especialmente en los congresos científicos de carácter internacional que se celebraban cada dos años²⁰ y para impulsar la creación de nuevas universidades de tercera edad en los cinco continentes, y así dar a conocer los objetivos y la filosofía de las universidades, participar en los grandes debates sobre la problemática del envejecimiento y en investigaciones en el tema. La adhesión de la AIUTA se hace por petición escrita acompañada por un informe que será examinado por una comisión.

Las universidades de la tercera edad (U3A) de Gran Bretaña cuenta con 700 universidades en todo el Reino Unido, que atienden a 207,014 alumnos y que están concebidas como una organización de auto ayuda para personas que ya no tienen empleos de tiempo completo. Les proveen de oportunidades educativas, creativas y recreativas en un ambiente amigable.

¹⁹ ibídem

²⁰ <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-279-1-la-educacion-de-adulto-mayor-antecedentes-y-perspectivas.html>

Se han constituido como organizaciones de ayuda privada y están manejadas por voluntarios y apoyadas por el Fideicomiso de la Tercera Edad, que es el cuerpo que representa a las U3A's en el Reino Unido y que tiene la particularidad de ser a la vez una institución de asistencia y una compañía que les da apoyo educativo y administrativo a los comités directivos y promueve la creación de U3A's en todo el Reino. El mencionado fideicomiso se financia principalmente con suscripciones anuales pagadas por los miembros.

Las U3A's locales son cooperativas de aprendizaje que se apoyan en los conocimientos, experiencias y habilidades de sus propios miembros para organizar y ofrecer cursos de interés, de acuerdo con los deseos de sus participantes. Los maestros aprenden y los aprendices enseñan. En las U3A's se puede estudiar más de 300 materias en los campos de las artes, idiomas, música, historia, ciencias de la vida, filosofía, computación, manualidades, fotografía, etc. Una U3A típica tiene un promedio de 250 miembros, pero pueden ir de los 12 a los 2,000 participantes. El enfoque de aprendizaje de la U3A's es: "Aprender por placer". No hay acreditación, ni validación ni créditos o calificaciones a obtener.

En España, los programas universitarios para la tercera edad, son actividades educativas para personas mayores normalmente de más de 50 años que cuentan con el apoyo directo o indirecto y con la supervisión de las universidades. Hoy en día se puede distinguir entre tres tipos de programas que no consideran la educación previa recibida²¹.

- Programas integrados: las universidades abren sus clases a las personas mayores y los aceptan en los cursos para jóvenes estudiantes, sin requerimientos previos, pruebas de acceso ni convalidación de un título final. Personas de la tercera edad han entrado a formar parte de la universidad como estudiantes con pleno derecho, pero sin la posibilidad de conseguir un título académico.
- Programas específicos que aceptan exclusivamente personas de la tercera edad: sólo en algunos casos estos programas consisten en una educación formal regulada, y a través de cursos distribuida en una o varias ramas de estudio. Por el momento, cada universidad ha ajustado sus actividades educativas en función de la demanda local. En general, las universidades han puesto parte de sus propios recursos al servicio de estudiantes de la tercera edad.

²¹ Programas Universitarios para la tercera edad. (en línea) disponible en: www.uni-ulm.de/LiL/spanisch.

- Ampliación de servicios de la universidad: Este tercer programa se organiza por medio de la colaboración entre la universidad y organizaciones educativas, que han ofrecido desde principio de los setenta un amplio abanico de actividades para personas mayores a nivel cultural, de salud y de ocio; algunos de ellos se han dirigido a las universidades en busca de apoyo en la supervisión, programación y evaluación de actividades así como en el asesoramiento de la calidad de sus cursos, seminarios y acontecimientos culturales. En este caso, son las organizaciones que promueven las actividades y no las universidades las que se encargan de hacer propuestas y de decidir que eventos han de ser programados.

Actualmente 34 universidades españolas incluyen programas para la tercera edad, tanto integradas como en aulas para mayores y acuden a ellas 60,000 personas de los más de 3 millones de españoles adultos mayores.

La universidad de la tercera edad en Ginebra, Suiza, cuenta con 2, 360 miembros, entre ellos más de 120 voluntarios y sus metas son: Renovar y aumentar el conocimiento y las áreas de interés de sus miembros, cultivar el contacto social además de definir y reforzar los derechos y obligaciones de los adultos mayores.

En América del Sur, La Universidad de la Tercera Edad (UPTE), imparte, desde 2001, un Programa de Educación en Gerontología Social para Adultos Mayores, el que se desarrolla en las dependencias de la facultad de Medicina de la Universidad de Chile y está asociada a la AUITA²². Es un curso de dos años de duración, para conseguir el Diploma de Gerontología Social y está dirigido a personas mayores de 50 años que cuenten con enseñanza media o equivalente. Ha sido diseñado por docentes de la Facultad de Medicina de Chile. La información no especifica como se financia.

El centro de Estudios Universitarios para la tercera edad, también en Chile, es una iniciativa que nació en el seno de la Universidad Mayor, como una instancia corporativa comprometida con la excelencia académica en la continuación de estudios superiores y en la formación permanente de los adultos mayores, en la especialización de profesionales que atiendan las demandas de la creciente población de personas mayores, así como también en el fomento de la investigación científica y tecnológica basada en la problemática de la tercera edad como eje central, siempre con el firme propósito de contribuir permanentemente a mejorar la calidad de vida de la sociedad y al desarrollo de la nación.

²² Facultad de Medicina de la universidad de Chile (en línea) disponible en: www.med.uchile.cl

Sus objetivos son los siguientes:

- Ofrecer diversos programas de estudios universitarios con la finalidad de satisfacer las necesidades e inquietudes de la población que hoy enfrenta un sostenido y vertiginoso proceso de envejecimiento.
- Crear y ofrecer programas académicos dirigidos a los adultos mayores, conducentes a una certificación y a contribuir a mantener social, física e intelectualmente activos a quienes se inscriban en los programas educativos.
- Especializar a profesionales capaces de atender las demandas de los adultos mayores teniendo en cuenta que hoy es una de la áreas de mayor proyección empresarial e institucional.
- Apoyar e impulsar la investigación aplicada que emerja del estudio relacionado con las problemáticas y los desafíos que supone el vertiginoso envejecimiento de la población.

En Argentina, los programas para la tercera edad tienden a un estudio diversificado y continuo a través de asignaturas diversas que responden a la modalidad de educación no formal, abierta, participativa y sistemática que no responden al modelo tradicional universitario, pues no exigen como requisitos estudios previos y proponen un régimen de promoción abierto, de circulación libre por todas las actividades que cada programación ofrece. Actualmente, a más de 23 años de haber sido creados, asisten a estos programas aproximadamente veinte mil adultos mayores en todo el país.

En Cuba, las cátedras Universitarias del Adulto Mayor comenzaron hace seis años con las nuevas posibilidades de continuar y concluir estudios, oportunidad que han aprovechado no pocos abuelos, lo que en Cuba se ha entendido como un nuevo avance cultural.

Es importante destacar las alternativas que existen en cuanto a educación para los adultos mayores, tanto en el área formal como no formal, así mismo, dar a conocer los programas y servicios que cada institución brinda. Es por ello que se hace mención del panorama nacional y mundial en materia de educación enfocada a las personas de la tercera edad, prevaleciendo la preocupación de algunas instituciones u organizaciones por el aumento de la población de adultos mayores y las pocas instancias que existen para el apoyo de los mismos pues en los próximos años serán aún insuficientes.

Después de la recopilación de información sobre las instituciones encargadas de proporcionar educación para los adultos puedo decir que: aunque el INEA no se especializa en educación de adultos mayores, no cuenta con un límite de edad para brindar sus cursos y talleres. Considero que las personas de la tercera edad deben ser motivadas a terminar los estudios de educación básica si aún no los han culminado para poder de esta forma alentarlos a seguir estudiando. La sociedad en general debe ayudar a entender a nuestros mayores que nunca es tarde para aprender y no se debe limitar el aprendizaje.

Si bien en su edad joven no pudieron culminar sus estudios por alguna razón o principalmente por falta de tiempo, en la tercera edad es el mejor momento para hacerlo puesto que en algunos casos los hijos ya crecieron, se pueden cuidar solos, cuentan con más tiempo y el trabajo ha terminado para los que son jubilados o pensionados.

Contando con la educación básica que brinda el INEA las posibilidades de continuar estudiando son ilimitadas. Es muy cierto que en algunos casos los adultos mayores no quieren saber de sistemas estandarizados es por ello que se buscan programas que se adecuen a sus necesidades y posibilidades además que pueden aplicar el ser autodidactas por medio de la lectura, es decir cada quién elige que tanto quiere seguir aprendiendo.

El CREFAL que es una organización que también se enfoca en educación para adultos puede ser vista como la continuidad del INEA brindando a los adultos y a personas de la tercera edad la oportunidad de la multiculturalidad al compartir programas de aprendizaje con países de América Latina siendo una ventaja el no tener que aprender el idioma inglés.

Es cierto que en instituciones como la UNAM a nivel universitario no tienen un límite de edad como requisito para el proceso de admisión, pero en algunos casos, son los adultos mayores quienes se sentirían incómodos al trabajar con jóvenes y clases enfocadas a estos pues hay que tomar en cuenta que los procesos de aprendizaje de las personas adultas mayores son diferentes a las de los jóvenes.

Respecto a la Universidad de la Tercera Edad, no debiera llamarse así, pues no cumple con los requisitos para ser una universidad ya que no cuenta con planes y programas bien establecidos y la mayoría de los cursos que imparten son de tipo no formal, los estudiantes de esta institución en algunos casos no cuentan con secundaria ni preparatoria terminada y al culminar dichos cursos no reciben un certificado o reconocimiento que lo compruebe.

El objetivo más importante que deberían tener estas instituciones es el de motivar a los adultos a seguir estudiando, a no quedarse estancados en lo mucho o poco que estas les puedan ofrecer, hacer entender a las personas que siempre hay que ir en busca de más. Pudiera ser que para los de la tercera edad no vean relevante la educación pues se harán la pregunta ¿ya para qué? Y la respuesta siempre será para ser mejor, para aprender a cuidarme y a cuidar a los demás, para tener calidad de vida, manteniendo cuerpo, mente y espíritu activos y en un nivel que nos ayude al retraso de los problemas de salud que con la edad se van incrementando.

No solo es necesario seguir educándonos en lo cognitivo, sino en lo motriz y lo espiritual también, si bien se dice cuerpo sano y mente sana para tener calma y saber aprovechar al máximo el resto de nuestros días.

Algunas de las instituciones mencionadas en este capítulo no se especializan en los adultos mayores, sin embargo cuentan con sistemas que favorecen el aprendizaje de este tipo de personas. Son planes y programas diferentes al de instituciones como UNAM e IPN pues dentro de sus programas se toma en cuenta la falta de tiempo o los diferentes tiempos en que las personas adultas aprendan tratando de crear problemáticas reales que favorezcan un aprendizaje significativo a pesar de la edad.

2.3 CREFAL

El Centro de Cooperación Regional para la Educación de los Adultos en América Latina y el Caribe es un organismo internacional de cooperación en materia educativa cuya existencia se remonta al año de 1950, cuando fue creado por iniciativa de la UNESCO y el Gobierno de México, con la participación de la Organización de Estados Americanos (OEA).

Fungía en ese año como director general de la UNESCO el mexicano Jaime Torres Bodet, quien impulsó la creación del CREFAL con el propósito de crear centros del mismo tipo en otros países del mundo en desarrollo, para apoyar la tarea educativa en los ámbitos sociales más rezagados de esos países, particularmente el ámbito rural. Su nombre original, del que derivan las siglas que aún conserva, fue el de Centro Regional de Educación Fundamental para América Latina.

Los países miembros de este centro de cooperación son: República de Argentina, República de Cuba, República de el Salvador, República de Honduras, República de Nicaragua, República Oriental de Uruguay, República Federativa del Brasil,

República del Ecuador, República de Guatemala, Estados Unidos Mexicanos, República de Paraguay, República Bolivariana de Venezuela.

A lo largo de sus 60 años de existencia, el CREFAL “ha formado alrededor de 26,000 personas entre formadores, docentes, investigadores, y autoridades educativas, principalmente en México, aunque también de otras naciones latinoamericanas tales como Brasil, Argentina, Chile, Uruguay, Paraguay, Colombia, Perú, Bolivia, entre otras. Tan sólo entre 2000 y 2010, el CREFAL formó a alrededor de 12,500 personas, mediante 350 acciones de formación, entre cursos, talleres, seminarios, diplomados y especialidades”²³.

Las principales acciones de formación son: Especialidad en formación de formadores, Especialidad en pedagogía para la Educación de Personas Jóvenes y Adultas, Diplomado en Educación a Distancia, Diplomado de Radio con Fines Educativos, Diplomado en Diseño de Materiales Educativos, y curso en Formación de Tutores, entre muchas otras acciones orientadas a apoyar en cuestiones técnicas específicas las necesidades de las comunidades vulnerables.

Durante su historia el CREFAL ha impulsado la investigación y la sistematización de experiencias con la intención de aportar conocimiento relevante en la conformación de propuestas educativas y para la formación de educadores en la región latinoamericana, así como para el desarrollo comunitario. Entre sus aportes más significativos se encuentran la metodología de la investigación acción y de la sistematización de experiencias, formando a cientos de investigadores del continente. En los últimos años destacan la investigación sobre el estado de la educación de personas jóvenes y adultas.

²³ <http://tariacuri.crefal.edu.mx/crefal/crefal2011/>consultado el 18 de noviembre del 2011

CAPÍTULO III

APRENDIZAJE Y ENVEJECIMIENTO

El presente capítulo pretende plasmar la idea de que el aprendizaje no tiene límite de edad; es muy cierto que no es el mismo proceso cognitivo el de un niño que el de un adulto y mucho menos que el de un adulto mayor, sin embargo el aprendizaje nunca deja de existir en nuestras vidas.

Debido a ese cambio en el proceso cognitivo que se va dando a través de los años, es imprescindible buscar programas y planes que se adapten a las necesidades e intereses de los adultos mayores en general. Para motivarlos, es necesario demostrarles que son capaces de adquirir y aplicar nuevos conocimientos para mejorar su vida.

Para poder entender mejor el aprendizaje en la vejez, es necesario definir aprendizaje, que de acuerdo con Reig “es el proceso que permite, a través del desarrollo personal, obtener la información y los conocimientos que se necesitan para la vida y para llevar a cabo las tareas de ésta y poder adaptarnos eficazmente a nuestro medio”²⁴. Es necesario aprender prácticamente casi todo, por lo que el aprendizaje es uno de los principales medios de la adaptación del comportamiento y un potente impulso del progreso social y cultural. El aprendizaje nos convierte en únicos y flexibles.

De lo anterior podemos reflexionar sobre un cambio de comportamiento al interactuar con el medio que nos rodea y condiciona conductas futuras. De este significado se puede inferir que la experiencia de aprender implica un proceso constante, que tiene lugar en todas las etapas de la vida. Así podemos hablar de la “educación permanente”, la cual comprende al fenómeno educativo total e integral que le permite al ser humano desarrollarse en cualquiera de sus etapas.

Reig afirma que: “el comportamiento aprendido y por aprender pasa a ser la cuestión central, tanto para un envejecimiento y desarrollo personal saludables y satisfactorios, como para una vida de calidad. Considera que el comportamiento de la persona mayor en general es funcional e instrumentalmente tan competente, como en otras edades adultas, para afrontar problemas de salud, situaciones que

²⁴ ²⁴ Reig Ferre, Abilio. Psicología de la vejez. Comportamiento y adaptación. En: Fernández-Ballesteros, Rocío. (Directora). Gerontología social. Capítulo Vi. Madrid, Grupo Anaya, psicología-pirámide, 2000.pp.169 y 170.

afecten a su calidad de vida, o para reconducir nuevos programas personales significativos en la vida”²⁵.

Para un aprendizaje efectivo en la vejez algunos de los integrantes principales podrían ser: tiempo, interés, práctica y pasión; desde el adquirir y mantener comportamientos sencillos hasta la tarea de aprendizaje complejo propia de la vejez, que consiste en hallar un sentido a la vida como totalidad, en aprender a comprender. Las personas realizan con más frecuencia lo que se espera de ellas, son muy importantes nuestras expectativas respecto al grado de actividad y competencia del adulto mayor; si esperamos competencia y aprendizaje probablemente aparecerán.

La alta motivación juega un papel esencial en la educación de adultos y el aprecio por este tipo de educación suele estar ligado al convencimiento de que el aprendizaje que se efectúa es útil para mejorar su vida y la de los suyos. La educación siempre implica el compromiso activo de quien se educa. Los adultos ya no poseen la capacidad de memorización de los niños, no cuentan con una familia que los manda a la escuela, ni se someten como ellos a la autoridad del educador.

Y aunque existe una actitud social negativa respecto al aprendizaje en la vejez, diferentes estudios confirman que el adquirir y asimilar nuevos comportamientos, conocimientos, aptitudes, actitudes o hábitos puede darse sin importar la edad, es posible un cambio en la velocidad o tiempo de asimilación, o en el aprendizaje asociado a rendimiento y productividad, pero no impide que el adulto mayor aprenda.

3.1.- ¿CÓMO APRENDEN LOS ADULTOS MAYORES?

En la educación de adultos el aprendizaje se configura como un saber para la vida desde la experiencia personal y comunitaria, en una perspectiva de creciente calidad, socialización, de autogestión participativa, de cambio de actitudes y aptitudes.

Así como el niño aprende a partir de la experiencia, mediante un proceso de adquisición, acumulación, descubrimiento e integración de conocimientos, destrezas, estrategias y valores, el adulto lo hace a través de la experiencia gracias a un proceso de transformación, modificación, reaprendizaje y sustitución de esos mismos términos. El aprendizaje del adulto surge como necesidad de

²⁵ Reig Ferre, Abilio. Op.cit.

establecer una adecuada relación con el medio y está condicionado por los conocimientos previos del sujeto que le sirven de base a partir de los cuales progresa.

La experiencia del adulto mayor comprende también las características específicas de su comportamiento, como son los problemas en el ámbito de la comunicación, problemas laborales, situaciones familiares conflictivas y los problemas de la vida comunitaria. Es importante lograr que los conocimientos adquiridos se integren correctamente en el tejido de actitudes, valores y aspiraciones que configuran la vida adulta.

El campo de la motivación tiene asimismo una significación relevante: en el caso del aprendizaje, la motivación está basada principalmente en las necesidades humanas de competencia, autodeterminación e incremento de la cultura. El desarrollo curricular da lugar también a que los adultos conozcan los resultados de su aprendizaje, haciéndoles participar en su propia evaluación. Todo ello conduce a una estima positiva, logrando la identificación y valoración de sus características personales por parte del propio sujeto.

Aprender es un término que se asocia normalmente con educación, con la escuela es decir, con la educación formal. Aprender se asocia con conocimientos e información. Pero se "aprende" no sólo conocimientos, sino también actitudes y conductas o sea formas de actuar frente a las distintas situaciones sociales y personales. Tampoco se aprende sólo en un espacio formal, como lo es la escuela o un curso determinado con un profesor al frente, sino también en la sociedad, en las múltiples situaciones que se nos presentan en la vida.

En la actualidad se ha escuchado mucho el término "educación permanente" y se piensa que eso significa volver a la educación formal, pero ello es verdad sólo en parte. Lo que es verdaderamente permanente es el aprendizaje, lo cual puede ocurrir en un ambiente formal o informal.

Seguramente han escuchado decir a algunos niños que, en la escuela les insisten en que ahora hay que "aprender a aprender", no recitar los conocimientos de memoria. ¿Qué significa el "aprender a aprender"? Significa que al aprender una materia determinada, más que la materia misma están aprendiendo un método para lograr un conocimiento. El método es repetible. Ese es el verdadero significado de "aprender a aprender"

Pero, ¿Qué es aprendizaje? Al enfrentar una situación nueva sentimos inseguridad y a veces angustia hasta que la dominamos o resolvemos. La primera vez que enfrentamos el usar una computadora, a pesar de las explicaciones previas que nos hayan dado, la manejamos con temor y lentamente, porque estamos experimentando el proceso de aprender, pero cuando lo dominamos y se ha producido el aprendizaje a través de la experiencia, esa angustia desaparece.

Ese proceso de aprendizaje se realiza en las más variadas situaciones de la vida y el Adulto Mayor se verá obligado a "aprender a aprender"

Muchos Adultos Mayores siguen cursos sobre distintos temas para adquirir nuevos conocimientos y técnicas manuales o artísticas. Se puede decir que esos aprendizajes son intencionales ya que estas personas se los han propuesto. Así como también hay aprendizajes casuales que se realizan en instancias informales. Por ejemplo, una lectura, una noticia, una conversación, una conferencia, la observación de una situación, son algunas de esas instancias que desencadenan una inquietud y luego una nueva comprensión, lo que constituye un aprendizaje.

En suma, los adultos mayores así como el ser humano en cualquier etapa de la vida aprende lenguaje, información, conocimientos, actitudes, conductas y formas de actuar en distintas situaciones que la vida le va presentando y se aprende también gracias a la acción de algunos agentes sociales como son: el grupo familiar, el grupo de los iguales, los medios de comunicación y en general en la interacción con otros. De este modo se aprende, en un espacio formal y en el informal.

3.1.1.-APRENDIZAJE DE LOS ADULTOS MAYORES

El aprendizaje de los adultos requiere de un esfuerzo sistemático pues en términos generales se trata de una persona marcada por inseguridades para enfrentar situaciones de aprendizaje, debido a que su desventaja y el desprecio social del que es objeto, le crean un sentido fuerte de inferioridad.

La naturaleza del aprendizaje y la forma en que éste tiene lugar, es uno de los tópicos de mayor controversia. Se ha escrito mucho sobre el tema, por ejemplo la UNESCO en 1996 dio a conocer un nuevo informe en el cual tomo como base el documento de 1972 que hacía mención de los tres pilares orientadores de la educación.

Este nuevo texto fue realizado por una comisión presidida por Jacques Delors y lleva el nombre de "La Educación encierra un Tesoro", El documento recrea y

actualiza las ideas del Informe Faure, pensando en el siglo XXI y define más claramente los "aprendizajes". Plantea cuatro pilares orientadores de la educación: Aprender a Conocer, Aprender a Hacer y Aprender a Ser, los cuales estaban implícitos en el Informe de 1972, pero agrega uno que se refiere a la convivencia armónica entre los seres humanos, Aprender a Vivir Juntos o Aprender a Vivir con los demás. Si bien es cierto este último objetivo ha estado implícitamente incluido en las corrientes de pensamiento pedagógico con anterioridad, en este documento se lo destaca y conceptualiza, teniendo en cuenta un objetivo mayor, la educación para la paz.

Ampliando un poco más el significado de los cuatro pilares en la educación del adulto mayor:

Aprender a conocer, es decir, adquirir los conocimientos para comprender el mundo que lo rodea, lo cual significa para el Adulto Mayor conocer las características del envejecimiento, las naturales limitaciones que se presentan y las formas de superarlas, si ello es posible, y de lo contrario, asumirlas.

Aprender a hacer incluye el aplicar los conocimientos para influir en el propio entorno adquiriendo competencias nuevas. En el caso del Adulto Mayor significa realizar algunas actividades en forma diferente a la acostumbrada para compensar las limitaciones físicas, ya sea usando elementos de ayuda, como los lentes u otros; reconociendo nuevas necesidades que requieren, por ejemplo, el desplazamiento más lento y cuidadoso en la marcha, o la adquisición de otras competencias para compensar los deterioros biológicos y así conservar el mayor tiempo posible la auto valencia.

Aprender a vivir juntos o aprender a vivir con los demás. En este sentido, el Informe Delors anota dos orientaciones complementarias: "el descubrimiento gradual del otro, de lo que siente y piensa; y la capacidad de trabajar juntos, superando obstáculos de interacción interna de un grupo para trabajar en proyectos comunes"²⁶. Para el Adulto Mayor significa analizar y proyectar su experiencia para lograr una comprensión más amplia de los otros, ya que deberá, seguramente, adaptarse a una nueva composición de los grupos habituales, como la familia por ejemplo, y reconocer los cambios de roles que asumen sus integrantes. Por otra parte, los Adultos Mayores al ampliar sus experiencias de aprendizaje participando en las actividades planificadas para ellos, seguramente harán nuevas amistades e integrarán nuevos grupos que compensarán, en parte,

²⁶ Delors, Jaques, op.cit.

las pérdidas personales, el aislamiento y la soledad, proporcionándoles renovadas perspectivas de vida.

Aprender a ser, deriva del concepto de que la educación debe contribuir al desarrollo global de cada persona para que florezca su propia personalidad y esté en condiciones de desempeñarse con creciente autonomía de juicio y de responsabilidad personal. Para el Adulto Mayor, significa descubrir y desarrollar intereses y habilidades dormidas, ampliar su mundo a través de nuevos conocimientos lo que le permitirá reinterpretar su experiencia de vida y proyectarla en roles significativos para esa etapa de su vida y en un proyecto personalmente satisfactorio que le permita autonomía.

En cada uno de estos pilares de la educación está presente el Aprender a aprender, porque está también presente la influencia del cambio, aún en esta etapa de la vida.

Es así como, el Adulto Mayor hoy debe tomar conciencia de que vivimos en una sociedad de transición con respecto a la imagen cultural del Anciano y en ese sentido, ellos tienen un papel en el cambio de la imagen social tradicional, es decir, con su ejemplo, pueden ser agentes de cambio cultural y social.

3.1.2.- LA METODOLOGÍA PARA EL APRENDIZAJE DE ADULTOS MAYORES

La metodología que se prefiere utilizar en la educación de adultos es la del aprendizaje en grupo y puede dividirse en dos categorías: semiactivo y activo.

Con respecto al aprendizaje semiactivo, las técnicas que se emplean son aquellas en las que la participación activa del alumno es limitada o indirecta. El educador presenta al educando lo que es la nueva información, el tema o el problema en particular.

El aprendizaje activo incluye técnicas mediante las cuales el educador y el educando hacen contribuciones simultáneas y directas a la sesión de aprendizaje. Este tipo de aprendizaje es apropiado en los casos en que el educando ha adquirido conocimientos y experiencias considerables en la materia o tópico en cuestión, donde él intercambia opiniones con los otros miembros del grupo. El objetivo es proporcionar al educando la oportunidad de probar sus ideas, de evaluar y asimilar la de los demás para así, enriquecer sus propios conocimientos y experiencias.

La metodología corresponde, o debe corresponder, a sus finalidades teóricas y prácticas. Es por eso que la metodología en educación para niños y adultos debe ser diferente puesto que el primero de ellos se halla en proceso de madurez mientras que el segundo es ya un ser maduro.

El éxito de todo programa de educación de adultos depende primordialmente de los métodos y las técnicas que se emplean.

Un método, es un enfoque conceptual de carácter general, que se adopta respecto a la manera en que un conjunto de metas y objetivos deben ser alcanzados. Las técnicas, por su parte, se tratan de estrategias operativas que se incorporan al método. Estos dos elementos deben cumplir con el logro del aprendizaje integral.

Si bien generalmente se considera al aprendizaje en grupo como el método más conveniente en lo que respecta a la educación de adultos, no siempre es tan fácil ponerlo en práctica. El aprendizaje en grupo es una actividad compleja se trata de una actividad social emparejada con una actividad didáctica en las que pueden intervenir toda una serie de patrones de comunicación. Dada esta complejidad las aptitudes del líder del grupo son mucho mayores que en el de la enseñanza tradicional.

Muchos de los rasgos de esta experiencia como la función y las responsabilidades de los miembros, así como su interacción y lo que consideran importante para su aprendizaje, puede provocar altos niveles de inseguridad, desconfianza y aprensión. En las primeras sesiones los educandos pueden negarse a cooperar inclusive volverse hostiles. Dar seguridad a un grupo es tarea que exige conscientemente las características del grupo y de los individuos, algunas de las cuales pueden actuar como obstáculos al buen funcionamiento del grupo.

En este tipo de aprendizaje el educador no es una autoridad, simplemente juega un papel de guía frente a los educandos y los hace responsables de su aprendizaje, lo que no implica que abandone su función y condición de maestro sino que permite que los educandos formen parte activa de su proceso de aprendizaje.

El aprendizaje en grupo es un método y, por lo tanto, no es autosuficiente, requiere de la aplicación de toda una serie de técnicas y materiales didácticos adecuados para lograr el objetivo principal: dar valor e importancia a las opiniones del educando y lo que realmente le interesa saber.

Resulta obvia la necesidad de elaborar y aplicar métodos didácticos que tengan como punto de arranque y como orientación rigurosa el hecho de la participación. Una metodología que indica la constante actividad creativa del individuo y del grupo es imprescindible, constituye un núcleo sustancial de la educación de adultos. La urgencia de una educación de adultos permanente y no básicamente compensatoria, el poseer centros propios en mayor número y calidad, disponer de un personal docente especializado, el permitir la convalidación, apoyar la coordinación entre las distintas administraciones, la mayor implicación de las instituciones, etc.

De acuerdo con todo lo mencionado anteriormente, para el Adulto Mayor es muy importante el aprendizaje de actitudes o formas de comportamiento renovadas, y esos aprendizajes son frecuentemente incidentales, porque parten de la observación de situaciones o modelos que se imitan en el día a día del adulto mayor.

3.2.-ENVEJECIMIENTO

El proceso de envejecimiento es un fenómeno complejo que involucra muchos factores y precisamente por complejo es que su etiología ha suscitado un gran número de estudios y teorías. “El envejecimiento total del sistema orgánico es el resultado de los envejecimientos parciales de sus células y más aun de sus moléculas”²⁷

Algunos científicos aseguran que el envejecimiento es un mecanismo instalado en el cuerpo humano para asegurar la supervivencia de la especie. Desde el punto de vista de la evolución de la especie, la parte más importante de nuestras vidas es nuestro periodo de fertilidad, los años en los que podemos crear vida. Para la naturaleza no somos muy útiles después de los 40, cuando se supone que nuestras habilidades reproductivas ya se terminaron. Como resultado, muchas de las funciones corporales empiezan a declinar rápidamente²⁸.

Una pregunta que en la actualidad ha tomado demasiada importancia es ¿por qué envejecemos? Las teorías actuales de envejecimiento a nivel celular y molecular giran alrededor de dos teorías: una que asegura que el envejecimiento está programado en nuestras células y otra propone el envejecimiento como accidental.

²⁷ Buompadre. Ana María. Psicoterapia en ancianos. México Universidad Iberoamericana, 1978, pàg.30.

²⁸ Klatz Ronald Dr. Y Dr. Robert Goldman. The New Anti-Aging Revolution, (3ª ed.), North Bergen. NJ, Basic Heath Publications, 2003. Pàg 19.

Las teorías de envejecimiento programado se basan en la idea que el desarrollo humano está gobernado por un reloj biológico que marca el tiempo adecuado en que cada uno de los cambios debe suceder, desde la concepción hasta la muerte.

El proceso de envejecimiento no es el mismo en todas las personas, pero generalmente las funciones que empiezan a declinar son las que se basan en capacidades físicas o fisiológicas tales como:

Resequedad de los tejidos, se retarda la división celular y la cicatrización de los tejidos. También gradualmente disminuye la capacidad de producir anticuerpos inmunizantes en los casos de infección decrece la velocidad de oxigenación de los tejidos, disminuye la elasticidad de los mismos y hay cambios degenerativos en el tejido conjuntivo del ojo. Por eso, prácticamente de la noche a la mañana, un día amanece uno y se da cuenta de que ya no puede leer a menos de que estire el brazo para alejar el objeto. Se perdió la elasticidad de los tejidos y el ojo ya no enfoca por sí mismo los objetos cercanos.

El esqueleto tiende a perder masa ósea y los huesos se vuelven porosos y frágiles de lo que puede derivar que la persona pierda estatura y sea proclive a todo tipo de fracturas y dolores. Disminuye la velocidad locomotriz, la fuerza y la resistencia; se degenera y atrofia el sistema nervioso y además de que el cabello se vuelve blanco, perdemos capacidad visual, auditiva, de atención y por supuesto, de memoria.

Todo este deterioro físico se hace muy evidente; el cuerpo tiende a engordar o a volverse extremadamente delgado, la grasa sea mucha o poca, se acumula en lugares indebidos, la piel se arruga y se vuelve flácida. El organismo sufre un proceso parecido al de la adolescencia pero a la inversa: se encoge, se deforma, se arruga y todo tiende a caerse, menos las encías que se retraen.

El envejecimiento accidental propone que los seres vivos envejecen por lesiones que acumulan en su organismo debido a las radiaciones, los cambios externos de temperatura, los traumas mecánicos y químicos, los cambios de presión, los cambios biológicos, los sistemas de vida, las presiones sociales, la calidad de los alimentos. Un ejemplo es el daño del ADN debido a los radicales libres o solamente por el desgaste de la vida diaria²⁹.

²⁹ *Envejecimiento activo, mejor vida en la tercera edad*. Entrevista con el doctor Víctor Manuel Mendoza Núñez, jefe de la Unidad de Investigación en Gerontología de la Facultad de Estudios Superiores (FES)

La gerontología teórica asume que:

El envejecimiento depende de cierto tipo de desarrollo, conforme cumplimos años nos convertimos en adultos maduros, el envejecimiento no es cronológico. Una persona de 60 años puede tener la edad fisiológica de 45 años, mientras una persona de 50 años puede tener las enfermedades, mala salud y declive fisiológico comparable a alguien de 80 años.

Existen diferencias entre el envejecimiento normal y el patológico, el envejecimiento patológico, que se causa por enfermedades tales como: diabetes, artritis, osteoporosis, etc., no se considera normal. Estas condiciones se deben a la herencia o al tipo de vida. Sin embargo, desarrollar cataratas se considera normal porque si se vive lo suficiente, lo más probable es que se desarrollen.

Las expectativas de vida más largas se deben a la ciencia y a la tecnología modernas. Los descubrimientos de las vacunas, la insulina, los antibióticos, las nuevas técnicas quirúrgicas, las terapias de remplazo hormonal y los tratamientos nuevos así como el desarrollo de la medicina preventiva, han contribuido a que se pueda prolongar la vida con mejor calidad.

Seguramente el efecto más temido con relación al envejecimiento es el que tiene que ver con el deterioro del cerebro. A menudo oímos hablar del flagelo de la demencia y de la enfermedad del Alzheimer, y sobre los síntomas de la neuroerosión que es cuando se desgasta la memoria y la fatiga mental aumenta. Algunos estudios realizados desde 1947 han apoyado la idea de que el coeficiente intelectual de los sujetos disminuye con la edad, mientras otros aseguran que los resultados obtenidos se deben más a la propensión a la fatiga que a la disminución de capacidad intelectual ¿Puede haber calidad de vida cuando existe el temor de la pérdida de memoria y de capacidad intelectual con los años?

Al analizar información del estudio longitudinal Italiano sobre el envejecimiento en 2000, el Dr. Di Carlo y sus colaboradores encontraron “que la capacidad cognitiva disminuye con los años y es más recurrente en las mujeres, además de que propician un leve deterioro en la memoria, en las funciones ejecutivas y en la velocidad del proceso cognitivo. Este desgaste se puede prevenir con alimentación

adecuada, antioxidantes, estrógenos y antiinflamatorios, ejercicio físico y mental, un mayor nivel de educación y la conservación de la audición y la vista”³⁰.

El Dr. Elkhonon Goldberg, neuropsicólogo nacido en Letonia, discípulo de Aleksander R. Luria, da cuenta de los estudios que ha realizado en la Universidad de Nueva York, donde han descubierto la neuroplasticidad del cerebro, que es la capacidad que tiene este de regenerarse, de moldearse a través del tipo de actividad que desarrolle, en lo que ha dado por llamarse ejercicio cognitivo. Según las investigaciones de Goldberg, “a lo largo de toda la vida creamos neuronas que van a pasar a la zona del cerebro que más usamos; la tasa de aparición de nuevas neuronas en los hipocampos puede ser influida por actividades cognitivas y por la ejercitación del cerebro, por lo que una vida mental intensa desempeña un papel esencial en el bienestar cognitivo en las etapas avanzadas de la vida”³¹.

En general, el proceso de envejecimiento es muy duro y difícil, se genera mucho miedo y angustia, tristeza y soledad. Sabemos con toda certeza, que no vamos a salir ilesos de él y se necesitan muchas agallas, capacidad, voluntad y toneladas de sentido del humor para lograr reírse de las tragedias y vivir esta etapa dignamente.

3.3.-RELACIÓN ENTRE APRENDIZAJE Y ENVEJECIMIENTO

Aunque con la edad disminuya la capacidad de memoria y aprendizaje, estos efectos se pueden retardar con una vida sana física y mental. Con condiciones favorables, el adulto mayor puede estar activo y productivo mental, física y económicamente mucho más tiempo del que ahora se considera. Y esto responde a la pregunta de si pueden seguir aprendiendo. Por supuesto que si pueden, sobre todo si se enfocan en actividades que no se apoyen en la resistencia física ni en la memoria, además, esta productividad les va a permitir tener una mejor calidad de vida. Lo único que hace falta es que ellos desechen sus creencias limitantes y asuman sus posibilidades. Goldberg asegura que: “no sólo es posible mantener una vida mental vigorosa durante toda la vida, sino que en algunas personas esta alcanza su punto álgido a una edad bastante avanzada”³².

³⁰ *Envejecimiento activo, mejor vida en la tercera edad*. Entrevista con el doctor VíctorManuel Mendoza Núñez, jefe de la Unidad de Investigación en Gerontología de la Facultad de Estudios Superiores (FES) Zaragoza de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Publicada por [saludymedicinas.com.mx](http://www.saludymedicinas.com.mx). <http://www.saludymedicinas.com.mx/nota.asp?id=2580>

³¹ Klatz Ronald Dr. Y Dr Robert Goldman. Op. cit.

³² Klatz Ronald Dr. Y Dr. Robert Goldman. Op.cit.

Pero aunque la ciencia y la tecnología nos hayan regalado 30 años más de expectativa de vida y de posibilidades productivas, la sociedad ha sido más lenta para asimilar estos cambios. Los adultos mayores, en cuanto dejan de trabajar y/o pierden su capacidad reproductiva, generalmente se empiezan a sentir estorbos. Muchas veces este sentimiento los lleva a tratar de ser útiles, de dar consejos, de participar más activamente con la familia y desgraciadamente consiguen el efecto contrario.

La vejez es un cúmulo de pérdidas de toda índole, y es por eso que se necesita apoyar a los viejos, porque además, es una etapa en la que se enfrentan con muchas crisis sobre el sentido de su vida y generalmente tienen que confrontar a la soledad. Lo que debería ser una cosecha, se convierte en la angustia de ver sus capacidades disminuidas y, aunque poco se menciona, la cada vez más cercana posibilidad de muerte. Y en su parte contraria se pretende que las personas de tercera edad puedan maravillarse de los efectos que esta etapa posee, el cambio de roles, el dejar a un lado las preocupaciones y dedicarse simplemente a vivir, a cumplir sueños dejando claro que “la vida no es una calle de un solo sentido hacia la decadencia; hay corrientes y contracorrientes que hay que vivir, examinar comprender y gozar”³³.

3.4.-LA MEMORIA

Aunque la memoria es la función más estudiada en el terreno del envejecimiento normal los mayores se quejan con frecuencia de su memoria pero solo algunos aspectos de la memoria se deterioran al pasar los años y no en todos los adultos mayores en general.

La memoria es una de las principales funciones del cerebro y su objetivo es recoger y guardar la información proveniente del mundo externo, para evocarla cuando sea necesario. El sustrato de la memoria es un sistema funcional, en el cual participan diversas áreas cerebrales, cada una de las cuales hace una contribución relativamente específica a la función normal. A modo de ejemplo se puede decir que el hipocampo (en la cara interna de los lóbulos temporales) es fundamental para conservar la información de lo que sucede en ese momento; que el lóbulo temporal izquierdo es importante para la memoria verbal y el derecho para la memoria visoespacial; que las áreas prefrontales son importantes para establecer estrategias de memorización o de evocación; que en el lóbulo parietal izquierdo se almacenan habilidades motoras adquiridas.

³³ ibidem

Al decir que las áreas prefrontales son importantes para establecer las estrategias de memorización se refiere a que la memoria no es un registro pasivo de lo que sucede a nuestro alrededor sino que es un proceso activo, en el cual la persona decide qué desea recordar y a qué dirigir su atención para conservarlo. Algo similar sucede al evocar, uno se acuerda mejor de lo que le interesa, y la organización de los recuerdos depende de los propósitos del momento.

Al hablar de memoria es preciso definir:

1.- Memoria sensorial.

2.- Memoria de corto plazo.

3.- Memoria de largo plazo.

1.- Memoria sensorial: es un almacén específico que conserva por poco tiempo los estímulos que llegan a nuestros sentidos. De acuerdo con Archi “en la memoria sensorial, la cual percibe la información, existe la memoria ecolca (proveniente de los órganos auditivos) y la memoria icónica (que se origina en los órganos visuales) en cuanto a la memoria sensorial visual existen estudios que indican que el aumento de la edad produce un aumento en el tiempo necesario para identificar un estímulo visual lo cual se relaciona con procesos atencionales y perceptivos y no con déficit de memoria. Está íntimamente ligada con las funciones preceptuales (visual, olfatoria, del gusto, cinestesia y táctil)”³⁴.

2.- Memoria de corto plazo: (primaria o de trabajo) Acrich afirma que Fernández Ballesteros la considera como “un almacén transitorio, de capacidad limitada, en el que la información está retenida por un breve lapso de tiempo y es centro de la atención consciente. Es muy sensible al efecto de la interferencia, pues cuando la interferencia aparece inmediatamente después de la información, hace que se pierda ésta, y sirve de base para diferenciarla de la memoria de largo plazo”³⁵. No se ve afectada por el transcurso de los años, sobre todo cuando los materiales son completamente percibidos y no se necesita organizarlos. No obstante, sostiene que existen dificultades ligadas a la edad en el aspecto de la rapidez. Engloba el análisis de la información sensorial y su reproducción inmediata durante un tiempo de permanecía breve.

³⁴ Acrich, Luisa. Posibilidades de intervención frente a los trastornos de memoria asociados a la edad. E: Salvarezza, Leopoldo (compilador). La vejez. Capítulo II, Ediciones Argentina, Paidós, 1998. P.283.

³⁵ Fernández-Ballesteros, S. y miembros de la UNAM. Aprendizaje y Memoria en la vejez. Cap.1, 3, 4, 6, 7, 8. Aula Abierta. 2002.

3.- Memoria de largo plazo: (secundaria o de evocación) Es un almacén de capacidad ilimitada y permanente. De acuerdo con lo expresado por Fernández-Ballesteros la investigación sobre memoria indica que “la mayoría de las diferencias causadas por la edad se han atribuido a la memoria secundaria. Hay diferencias importantes que se adjudican a la edad en la prueba de recuerdo libre, y estas diferencias son menores en tareas de reconocimiento y recuerdo empleando claves. Los procesos de adquisición de la información asociados a la codificación son menos efectivos. Las operaciones de codificación del material sí se ven afectadas”³⁶. Fernández explica que entre menos soporte ambiental exista, mayor es la declinación asociada a la edad. Lo que más disminuye con la edad es lo que depende de la iniciativa propia.

La memoria a corto plazo o de trabajo se relaciona con la capacidad para efectuar bien determinadas tareas que requieren ir reteniendo información al tiempo que efectuamos otra tarea de procesamiento. Es un sistema de capacidad limitada, pero, fundamental, debido a la cantidad de tareas en las que interviene, lo que implica por un lado el almacenamiento temporal de cierta información y por otro lado la capacidad de ejecución de una tarea de procesamiento (que requiere, a su vez, atención, selección y manipulación de determinado estímulo)³⁷.

Por otra parte Fernández-Ballesteros afirma que ésta sí se ve afectada por la edad, las personas de la tercer edad tienen mayores dificultades en el procesamiento de la memoria de trabajo que en los almacenes de memoria. Acrich corroboró que con “el envejecimiento se deteriora la memoria de trabajo, la cual se forma por una amplia gama de sistemas temporarios de almacenamiento que interactúan entre sí, y que están coordinados por un componente atencional que se llama ejecutivo central. Las fallas en el ejecutivo central son las que producen limitaciones en la capacidad de procesar información y en el afrontar exitosamente la vida diaria”.³⁸

De acuerdo con Fernández-Ballesteros los principales problemas de los mayores ocurren en procesos en que está involucrada la memoria secundaria. Las personas mayores fracasan más frecuentemente cuando lo que deben recordar está fuera de sus rutinas diarias, o cuando se necesita información no utilizada hace poco tiempo.

³⁶ *Ibíd*em

³⁷ http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252004000500012&script=sci_arttext&tlng=pt#cargo.

Consultado el 17 de noviembre del 2010

³⁸ Acrich, Luisa. Op.cit.

En cuanto a la memoria a largo plazo la cual se divide en: Episódica; almacén de hechos concretos, recuerdos que son parte de nuestra experiencia personal y que se recuperan activamente utilizando información contextual sobre cuándo y cómo ocurrieron. Memoria semántica; referente al conocimiento sobre el mundo, organizado y acumulado conceptualmente y, por lo tanto, muy relacionado con el lenguaje (inteligencia cristalizada) y memoria procedimental: que es la función de memoria relacionada con destrezas y habilidades que una vez aprendidas no requieren esfuerzo consciente para ser recuperadas.

No existen grandes déficit asociados a la edad en memoria a largo plazo, pero, cuando la complejidad de la tarea aumenta, el recuerdo también se va deteriorando, los problemas parecen estar más relacionados con la recuperación que con el reconocimiento. Los aspectos de la memoria a largo plazo más afectados durante el envejecimiento son los episódicos (información ligada al contexto) y los procedimentales (información sobre destrezas). La memoria semántica (independiente del contexto) no se pierde.

Otra clasificación de la memoria a largo plazo: memoria implícita y explícita esta clasificación se vincula principalmente con la intencionalidad del sujeto relacionada con el recuerdo y su recuperación. La memoria explícita requiere intención para recordar, por lo que existe la toma de conciencia de lo que se ha hecho y del recuerdo que se produjo, mientras que la memoria implícita no implica recuerdo consciente.

Existen escasas evidencias de declive en las tareas de memoria implícita, pero si hay evidencias de declive en las tareas de memoria explícita, lo que significa que los ancianos tienen mayores problemas cuando se les exige un esfuerzo intencional y voluntario para recordar³⁹.

Se observa que en general los problemas de memoria ocurren en las situaciones en las que interviene la percepción y atención (memoria ligada al contexto); implica un procesamiento más complejo o requiere nuevos aprendizajes. De acuerdo con Craik los adultos mayores no recuerdan en su totalidad las cosas pues poseen estrategias de aprendizaje menos eficientes, o las utilizan de un modo poco apropiado, dando como resultado mayores dificultades en la organización y utilización del material⁴⁰.

³⁹ Fernández-Ballesteros, op.cit.

⁴⁰ Ibídem

En los ancianos son más las quejas sobre su memoria que los problemas reales de memoria, y en dichos problemas tiene que ver mucho la atención la velocidad y las estrategias de procesamiento. De los estudios revisados se puede decir que el grado de deterioro registrado se relaciona con el tipo de material empleado en su evaluación, lo novedoso que sea y la metodología que exige para ser recordado, por lo que parece que tal deterioro se debe más a problemas de atención y de aprendizaje que a alteraciones específicas. Pareciera que a los mayores les importara menos su rendimiento y se esforzaran menos en retener, e incluso a veces parece que se les olvidó como retener, pero cuando el material les parece interesante, significativo y se les dan pistas, vuelven a mostrar una memoria similar a la que tenían anteriormente.

Por ello, es importante mantener una forma de educación permanente que haga posible luchar contra la pérdida de la autonomía, ya que al perder la memoria, el adulto mayor pierde todo el conjunto de referencias, sin las cuales él ya no se puede orientar en la vida, gobernarse solo, se vuelve dependiente de un tercero. Acrich afirma “que cuando la persona continúa inserta en su medio profesional y social, su memoria sigue ejercitándose. Pero cuando surge la jubilación, la viudez o el casamiento o independencia de los hijos, la persona es privada de su status y es colocada en otro en el cual no existen desafíos significativos que lo motiven a aprender, a desarrollarse, a desempeñarse intelectualmente”.⁴¹

Siguiendo un concepto tradicional de la tercera edad, se puede decir que en ella se dan pérdidas o disminuciones físicas, fisiológicas y cognitivas que obstaculizan (o anulan) la capacidad de aprendizaje. No puede negarse que hay ciertos potenciales que disminuyen su rendimiento, pero debe recalcarse que existen otros potenciales que los compensan. Por esto, parece más adecuado hablar de un cambio en el perfil intelectual, el cual de ninguna manera significa pérdida.

Numerosos estudios han demostrado que lo que más afecta la capacidad de aprendizaje, no son tanto los cambios físicos y mentales, sino el miedo a fallar y el temor al ridículo. Es decir que, desde el rol psicopedagógico, estos últimos aspectos deberán ser tomados muy en cuenta, además de proporcionar al anciano estrategias adecuadas de procesamiento y evocación de la información.

De todo lo expuesto anteriormente podemos inferir que en términos generales la inteligencia no declina automáticamente con la edad. Las reacciones son menos

⁴¹ Ibídem

rápidas, la aptitud para solucionar problemas decae progresivamente y las aptitudes motrices disminuyen, pero la fluidez verbal y la facultad de comprensión pueden aumentar. En conclusión el aprendizaje y el envejecimiento deben ir de la mano en esta última etapa de la vida para mantener un sujeto activo, creativo, productivo y feliz.

3.5.-DECLINAR COGNITIVO

Uno de los temas más importantes en la actual Psicología del Envejecimiento, o Psicogerontología, es el tema del declinar cognitivo o del envejecimiento cognitivo. Ambos conceptos son complementarios, aunque no idénticos al de deterioro cognitivo, pues si bien en todas las personas se da un declinar o envejecimiento cognitivo, como se da otra serie de funciones y en diferentes aspectos de la salud, no en todas las personas se da un deterioro cognitivo a medida que envejecen. Es un campo donde las diferencias individuales son enormes, hasta tal punto que se puede uno encontrar con personas de muy avanzada edad en las que no parece existir declive alguno de sus funciones cognitivas, mientras que en otras, apenas sobrepasada la década de los 60, empieza a manifestarse una pérdida de funciones cognitivas específicas de mayor o menor intensidad.

No sólo hay diferencias interindividuales grandes en el declinar cognitivo en función de variables genéticas, de variables de salud y de actividad física y mental a lo largo de la vida, de la historia personal de cada uno, de la reserva cognitiva, etc. sino que las diferentes funciones cognitivas van declinando también con diferentes ritmos e intensidades. La actividad física y mental desarrollada durante el envejecimiento, también es decisiva en lo que a declinar cognitivo se refiere, debido entre otras cosas, a la plasticidad o neuroplasticidad cognitiva, es decir a la posibilidad de establecimiento de nuevas conexiones nerviosas en función de nuevos aprendizajes.

El cuadro es complejo, por ser los mismos conceptos implicados: por una parte el envejecimiento, proceso del que aún no hay una definición única, sino que existe una serie muy amplia de modelos explicativos (unos de tipo más biologicistas, otros más socio-culturales), y, por otra parte, las funciones o procesos cognitivos, el núcleo central de la actividad mental. Todo ello ligado a la complejidad del cerebro y de su actividad, del que aún no se conoce en términos generales más que un 5%.

De acuerdo con Fernández Lópiz “existe una creencia respecto al deterioro cognitivo de las personas mayores, propagada por un grupo de la

psicogerontología más tradicional y continúa siendo defendida por muchos educadores de mayores, con lo que dan lugar a una visión poco optimista sobre los recursos intelectuales de sus alumnos. Este grupo considera a la ancianidad como edad de deterioro⁴². El modelo deficitario respecto a los aspectos cognitivos del anciano surgió en los primeros estudios efectuados con la prueba Wechsler, no obstante esta hipótesis ha sido refutada por varios estudios psicogerontológicos llevados a cabo principalmente en los Estados Unidos y en Alemania.

La actual psicología evolutiva afirma, que el desarrollo de cualquier tipo de conducta o aspecto psíquico implica una gran complejidad: sigue múltiples sentidos y ocurren ganancias (crecimiento) y pérdidas (declive), por lo tanto no se puede sostener sin más la idea de mera pérdida en la vejez.

El DC (declive cognitivo) “es un síndrome de comienzo gradual y progresivo de al menos seis meses de pérdida de memoria con afectación de otras capacidades cognitivas incluyendo orientación, juicio y resolución de problemas, y que afecta a las actividades de la vida diaria del paciente (social, hobbies, cuidado personal)”⁴³.

El DCL (declive cognitivo leve) es un síndrome muy heterogéneo lo cual quiere decir, por ejemplo, que algunas de las personas que lo padecen se convierten en enfermos de Alzheimer con el tiempo, pero otras no, y, por tanto, las clasificaciones que se hacen a partir del mismo son también muy heterogéneas, y se abordan de diferentes maneras desde el punto de vista metodológico: o bien de manera descriptiva, o bien cuantificada y a veces también de forma conductual.

Algunos acercamientos o enfoques teóricos exigen que haya un punto o momento determinado en el tiempo en el que se percibe el declive del sujeto en alguna función cognitiva, y por tanto un punto de corte o umbral específico en uno o más tests, para poder afirmar que una persona presenta un DCL, mientras que otros acercamientos insisten más en el lento declinar de la función cognitiva en general y en la pérdida de funcionalidad en la vida diaria.

Por ello debemos delimitar qué es el envejecimiento normal, como paso previo para diferenciarlo de lo que es el deterioro cognitivo leve, la demencia tipo Alzheimer o cualquier otra alteración patológica cognoscitiva.

⁴² Fernández Lópiz, E. (1999): "Sexualidad y vejez". *Propuestas: Revista de la Universidad Nacional de la Matanza*: Año V, Nº 8, pp. 5-29. Buenos Aires (Rep. Argentina).

⁴³ Andrés, Haydee, (1993), "Psiquiatría, deterioro, depresión y demencia" Bs.As., Rev. De Geriatria Práctica.

No obstante, esta tarea es compleja. Existe una relación entre el funcionamiento cognitivo normal y el deterioro cognitivo patológico. No es fácil deslindar si la disminución del rendimiento cognitivo en un individuo dado podría atribuirse a la edad o es en realidad la antesala de una demencia.

La sociedad actual empieza a preocuparse no sólo por llegar a alcanzar una edad anciana sino también por conservar su vitalidad cognitiva. Tener una mente clara y activa toma una significación mayor dado que nos va a permitir seguir funcionando en las actividades sociales y personales. Las investigaciones y terapias actuales van encaminadas a ayudar a mantener un buen funcionamiento mental y prevenir o posponer el declinar cognitivo.

Existen razones para creer que el declinar en las funciones cognitivas viene dado en gran parte por una falta de uso o estimulación externa. Los estudios en animales han demostrado que la estimulación intelectual desarrolla el crecimiento del cerebro. Estudios en personas han demostrado que un bajo nivel educativo y desarrollo pobre del lenguaje en la vejez está asociada con un déficit cognitivo y una demencia años más tarde.

Por todo lo anterior la educación está considerada como una protectora contra el declinar cognitivo incluso en personas mayores de 65 años. El mantenimiento del contacto social y del soporte emocional juega también un papel importante en la protección contra el declinar cognitivo en los mayores. Así pues, la educación, socialización y estimulación cognitiva e intelectual del adulto podrían ayudar a mantener una salud cognitiva adecuada en la vejez. Todo ello buscando mejorar su calidad de vida y seguir siendo parte activa de la sociedad.

Después de reflexionar todo lo mencionado en este capítulo, puedo concluir que las personas de la tercera edad mantienen la posibilidad de adquirir conocimientos y actitudes, además de hábitos que favorezcan y permitan una mejora en la calidad de vida al paso de los años.

Esto puede ser posible si la educación se va dando a lo largo de la vida, es decir, que una licenciatura no se considere el final del proceso educativo, pues para algunas personas es lo mínimo para poder conseguir un empleo "bien remunerado". El objetivo es seguir aprendiendo promoviendo una educación continua que no sea sistematizada y por el contrario, que sea flexible para motivar a las personas a seguir estudiando y evitando la deserción. Así al adulto mayor no le caerá de peso un nuevo curso, actividad o taller, y para ello se deben buscar temas de interés para cada etapa de la vida así como sistemas y programas que

se adecúen a las necesidades e intereses de la población a quienes sea dirigida esa educación.

Es notorio que en nuestro país, cierta parte de la población no está familiarizada con el estudio después de culminar una licenciatura, en algunos casos no se creen capaces y hasta lo pueden llegar a considerar una pérdida de tiempo, prefiriendo el descanso o el ocio pero: ¿Realmente las personas adultas y en especial las personas adultas mayores en general, son capaces de aprender? Biológicamente sí, pues las neuronas que son las encargadas de transmitir información y posibilitar el aprendizaje nunca dejan de regenerarse permitiendo la actividad cerebral..

Es muy cierto que en cuanto más años tenemos, nuestros procesos se vuelven más lentos; la memoria falla, la vista no es la misma y motrizmente se va en retroceso, sin embargo el cerebro aún permite que nuevos conocimientos se almacenen promoviendo un cambio de actitud hacia la última etapa de la vida; es decir, no hay nada que impida que los viejos sigan aprendiendo a excepción de las enfermedades, miedos y/o malos hábitos que puedan tener.

En cuestión de aprendizaje no importa la edad, sino el deterioro o enfermedades que vamos teniendo a través de los años por ejemplo, una persona de 65 años con Alzheimer no tendrá las mismas oportunidades que una de 75 sin la enfermedad; aunque es más joven la de 65, la de 75 tendrá mayores posibilidades de aprendizaje. Por otra parte es importante tomar en cuenta las experiencias que se han tenido a lo largo de la vida, si son positivas respecto al aprendizaje, la persona se sentirá motivada a continuar aprendiendo, si por el contrario son negativas o nulas, habrá que trabajar más con esa persona para lograr un gusto e interés por el aprendizaje mismo.

Lo que se pretende lograr en los viejos, si no es una mejora en las capacidades; por lo menos si un mantenimiento de las mismas retrasando los procesos de envejecimiento y brindando una mejor calidad de vida.

Cabe resaltar que como los adultos mayores son más lentos para procesar información, se requiere de personal capacitado y de métodos, técnicas y estrategias adecuadas para transmitir el tipo de educación que dé respuesta a las necesidades que demanda este sector de la población. Promoviendo el desarrollo de los cuatro pilares de la educación del adulto mayor para una vida digna.

CAPITULO IV

EL ADULTO MAYOR Y LA FAMILIA

El siguiente capítulo abarca la importancia de la familia en la calidad de vida de los adultos mayores, del cómo afecta positiva o negativamente su vida, así como los problemas que generalmente se enfrentan en esta etapa como la soledad, baja autoestima, el sentirse inútiles ante una sociedad entre otras cosas. Este capítulo pretende además de informar, hacer que los lectores de este trabajo, tomen conciencia de lo que pueden llegar a sufrir las personas al pasar a esta etapa de la vida, a saber comprender y apoyar a nuestros adultos mayores, a motivarlos y a hacerles entender que aunque sea la última etapa de la vida pueden disfrutarla y sacarle el mayor provecho.

4.1.- LA FAMILIA Y SU RELACION CON EL ADULTO MAYOR

La familia es la más antigua de las instituciones sociales humanas. Ésta no se reduce a la suma de interacciones entre padres e hijos y las relaciones entre hermanos, sino que es una totalidad que siempre está en movimiento. Considerada como un sistema y no como la sumatoria de personas que la componen, es un sistema abierto que tiene múltiples intercambios con otros sistemas y con el contexto amplio en que se inserta; es decir, que recibe impactos sociales, políticos, económicos, culturales y religiosos. Allí, dentro de la familia, se tejen los lazos afectivos y los modos de expresar el afecto.

El concepto de familia no es un concepto igual para una época o cultura, ya que se pueden apreciar diferencias sustanciales entre una y otra cultura, aún en el mismo tiempo, así como los roles y funciones de cada miembro de la familia en general.

Para Gimeno “la diversidad de modelos familiares hace difícil llegar a consensuar una definición única de la familia, aun cuando se tiene en mente una concepción y hasta una actitud básica respecto a ella”⁴⁴.

Fromm destaca que “la institución familiar es todavía un complejo vivo existente y fundamental. No obstante, los cambios, las transformaciones, los sistemas políticos, el avance e influencia de los medios masivos de comunicación, el desarrollo de la escuela, los estímulos del medio social, la familia como institución

⁴⁴ Gimeno. Adelina. La familia: el desafío de la diversidad. Barcelona: Ariel. 1999.p. 34

continúan ejerciendo sus antiguas funciones, es tan multifacética como el Estado moderno”⁴⁵.

La familia es en esencia un sistema vivo de tipo abierto tal como lo describió Bertalanffy en 1968. Al conceptualarlo así, veremos que dicho sistema se encuentra ligado e intercomunicado con otros sistemas como el biológico, el psicológico, el social y el ecológico. Además, la familia pasa por un ciclo donde despliega sus funciones: nacer, crecer, reproducirse y morir, las cuales pueden encontrarse dentro de un marco de salud y normalidad o bien adquirir ciertas características de enfermedad o patología”⁴⁶.

La familia crece y desarrolla a través del tiempo una historia familiar. Ocurre que la familia no es una estructura homogénea, con un comportamiento estable, sino que por el contrario se trata de una organización relacional muy compleja por lo que hoy en día, tres, cuatro o más generaciones se tienen que adaptar simultáneamente a diferentes cambios en el ciclo de vida familiar.

La familia es el grupo humano que se mantiene por la cohesión y la exclusividad de la pertenencia. Constituye el núcleo de la organización social básica. A la vez que regula la actividad sexual, ofrece un adecuado contexto para criar y educar a los hijos, así como también ofrece a las personas mayores seguridad pertinencia y un valor ante la sociedad.

La continuidad de la familia queda asegurada por el hecho de ser un sistema multigeneracional, pero los distintos niveles de demanda y realización de sus miembros complican la convivencia. En las familias multigeneracionales es posible que las diferentes necesidades e intereses experimentados por las diversas generaciones se contrapongan en determinados momentos y circunstancias provocando tensiones dentro del seno familiar que afecten el bienestar emocional y los niveles de satisfacción de los adultos de más de 60 años.

Uno de los aspectos más importantes que provocan la complejidad de las relaciones en la familia multigeneracional es el modo en que los diferentes miembros asumen los roles que le son asignados. Los padres tienen expectativas de ser retribuidos con afecto, apoyo moral y ayuda financiera o en especie en el caso de los jubilados, atención a los más viejos en casos de enfermedad. ⁴⁷

⁴⁵ Fromm, E. “La familia”. Barcelona, editorial, Península, 1978.

⁴⁶ Estrada, Lauro. “El ciclo vital de la familia”. México, edit., Debolsillo, 1997.

⁴⁷ Cornachione Larrinaga, María. Psicología del desarrollo: vejez. Córdoba. 2006.

Es en el juego de estas expectativas mutuas en el que operan los nuevos conflictos intergeneracionales entre hijos adultos y padres viejos.

Con todo esto podemos entender a la familia como un grupo de personas que dan origen y guía al ser humano en desarrollo, el cual crece al amparo y protección del grupo, brindándole una serie de experiencias a lo largo de su desarrollo físico, social y emocional. Es el grupo primario de socialización, es el canal mediante el cual, se da una adaptación a la vida social, asumiendo pautas básicas de comportamiento social y de equilibrio emocional, lo cual es de suma importancia ante el cambio de valores tradicionales a modernos que demanda la sociedad contemporánea.

Aunque, en la actualidad pueda ser que la familia se limite a asumir la función de intermediario entre el anciano y el sistema burocrático imperante en nuestra sociedad de consumo, en la que se le intenta incluir a los eventos y obligaciones que componen los modelos conductuales habituales para que puedan seguir viviendo solos o con el cónyuge. El papel que juega la familia como intermediario entre el adulto mayor y la sociedad puede ejecutarse con mayor o menor esmero y cariño, dependiendo estrictamente de la carga afectiva existente en las relaciones personales entre sus miembros.

La actitud de la familia hacia el anciano puede estar condicionada por el potencial económico del individuo; si el anciano tiene una capacidad económica elevada, mantendrá su propio territorio doméstico, en el que va a convivir con hijos u otros parientes, aunque se le tenga marginado, o con una persona contratada que le asista. En caso de no disponer de poder económico, se acostumbra en algunas ocasiones mantener al anciano distanciado de la familia, incluso los hijos pueden entregarle dinero para su subsistencia independiente⁴⁸.

No se puede dejar de lado la presión ejercida por la familia para que su aparición ante las amistades sea mínima, entre otras razones porque los individuos ancianos suelen centrar la atención y modifican con su sola presencia la atmósfera de la reunión, un individuo cuya imagen es necesario respetar por su pertenencia a un grupo de edad distinto y mayor.

Con frecuencia son los mismos ancianos los que se retiran porque no desean conversar con nadie; principalmente los individuos seniles, cuya capacidad exploratoria es reducida y a los que en algunos casos molesta tener que conocer a

⁴⁸ http://www.educared.cl/images/ficheros/articulos/10855/libroriscl_amayor.pdf

otras personas; además, muchas veces les resulta difícil aceptar el deterioro propio de la senectud, y esto les produce un estado de angustia y de frustración que hace aún más incómoda la relación con personas desconocidas, sobre todo si pertenecen a otros grupos de edad de los que les separa una gran distancia.

La permanencia del anciano en su marco de vida es un factor benéfico para él mismo por contribuir a conservar sus capacidades tanto físicas como psíquicas. El aumento de la expectativa de vida tiene sus repercusiones en la vida familiar y una de ellas es la coexistencia de varias generaciones, hecho que se presenta cada vez con mayor frecuencia y por mayor cantidad de años, ya que al alargarse la vida también se alargan los años de relación.

Todo aquello que afecta a la persona vieja, también afecta a su familia, pero de acuerdo a la historia familiar, a la personalidad y al tipo de suceso. Cada familia tiene características y funcionamientos que le son propios y ello permite abordar las reacciones que surgen ante los distintos sucesos que se plantean en el envejecimiento.

Por tanto una familia funcional será aquella en la que los ciclos de transformación y estabilidad se alteran respondiendo a las necesidades de esta en cuanto a unidad, como a las de los miembros familiares individuales. La familia multigeneracional requiere además, reconocer y aceptar las diferencias generacionales.

La función que el sistema familia debe cumplir para ser efectivo, será el ser capaz de dar cabida a todos los impulsos de sus integrantes y permitir la expresión y satisfacción de todas sus necesidades. Además la capacidad de una familia para permitir a sus miembros el desarrollo y expresión del amplio espectro de las emociones humanas es lo que, en última instancia podemos utilizar como medida más o menos confiable acerca del éxito o fracaso del sistema familiar.

La principal relación emocional que establece el ser humano y la primera que descubre al nacer es la familia. Sin esta la sociedad no estaría fundada sobre una base esencial y su composición sufriría serios trastornos.

En relación con el adulto mayor, la familia será de gran importancia para ofrecerles a éstos una mejor calidad de vida aún en sus últimos días, haciéndolos parte activa del ciclo familiar, comprendiendo el proceso de envejecimiento al igual que ellos comprendan como mencionamos con anterioridad, los cambios generacionales y actitudinales pues cabe mencionar que no son solo los cambios en la tecnología a lo más fuerte que se enfrentan sino al cambio de su propia familia y a la sociedad

en general pues los adultos mayores dejaron de verse como un ejemplo a seguir y se convirtieron en lo que queda de la historia de la familia haciéndolos a un lado y en algunos casos discriminándolos haciéndoles creer que ya son inútiles en el mundo y más aún en casa y no solo eso sino se les maltrata, se les ignora cuando son ellos quienes nos brindaron la posibilidad de vivir al ser nuestros padres o los padres de nuestros padres. Esto no debería ser así sin importar como haya sido la relación que hayamos tenido de jóvenes con nuestros padres les debemos simplemente eso, el hecho de vivir y de permitirnos conocer este mundo del que si queremos podemos sacarle el mayor provecho.

El anciano se convierte en un niño solo que con mayor razonamiento y entendimiento, por ello, se deben encontrar otras formas de motivarlos a hacer algo, es decir, un adulto mayor ya no creerá que si no se duerme pronto el coco se lo comerá, pero podemos encontrar formas más razonables de hacerlo entender que el descanso, el ejercicio, la higiene son una parte fundamental para el ciclo de la vida, para que día a día pueda tener las energías necesarias para realizar alguna actividad y así como este ejemplo se pueden mencionar muchos de la función tan importante de la familia en cuanto a la toma de decisiones del adulto mayor para realizar tal o cual actividad y seguir adelante.

La familia es considerada como el mayor motivador de las personas y específicamente de los adultos mayores es por ello que puedo decir que la familia ayudará dentro de sus posibilidades al adulto mayor a ocupar el resto de sus días en algo, en hacerlos partícipes de la familia y más aún de la sociedad promoviendo en ellos un interés por seguir aprendiendo y seguir cuidándose, es en este punto donde en algunos casos de la familia depende el éxito o fracaso de centros que brinden una educación no formal a los adultos mayores pues si la familia se hace partícipe para el adulto mayor ya no se convertirá en un ¿y ya para qué?.

Cabe mencionar que la parte emocional juega un papel de suma importancia en la relación familia-adulto mayor ya que en algunos casos al llegar la jubilación o tiempo después de esta el adulto mayor se vuelve dependiente de los miembros de la familia, ya sea para asistir algún lugar o adaptarse a los horarios de los miembros de la casa en cosas básicas como la hora de comer es decir todo ese tiempo libre y sin actividades propias por realizar generan que el adulto mayor demande atención que la mayoría de las veces no es satisfecha y la parte emocional se ve severamente afectada y genera la falta de interés por la vida.

4.2.-PAREJA Y SEXUALIDAD

Entre los aspectos positivos del matrimonio se pueden destacar los siguientes: el diálogo, cooperación, compañía, la alegría compartida, la risa. Estos aspectos resultan muy importantes en los matrimonios que inician juntos el proceso de envejecimiento, ya que la satisfacción matrimonial puede ser muy positiva en esta etapa.

Así mismo, Cornachione señala que, “en general, las personas ancianas casadas al ser comparadas con personas no casadas manifiestan más satisfacción vital, más optimismo, mejor salud psicofísica, más recursos económicos, mejor integración, mayor apoyo social e índices bajos de internación en servicios residenciales”⁴⁹.

La tolerancia entre los integrantes de la pareja es de fundamental importancia para afrontar los altibajos que la vejez provoca en el matrimonio. A esto se agrega el papel que le corresponde al conocimiento de la personalidad del otro y al disfrutar de su compañía. La edad avanzada y los problemas de salud pueden producir y/o agravar las tensiones en el matrimonio. Es posible que en algunos casos sean las mujeres las que esperan más del matrimonio, que demandan más intimidad y más pasión.

Por todo lo anterior, es importante el mantenimiento del amor, la compañía, la oportunidad para expresar los sentimientos, el respeto y los intereses comunes a lo largo de todo el proceso de envejecimiento. Ya sea con una pareja o una amistad.

Con relación a la sexualidad de las personas viejas, ocupan un lugar lamentable, el estereotipo indica que las personas ancianas no tienen vida sexual ni deben tenerla. Frente a esto es importante señalar que el ser humano es un ser sexuado desde su nacimiento hasta su muerte, y que además del contacto genital la sexualidad se expresa en múltiples formas, a saber: por el afecto, por las caricias, por la ternura, intimidad, por la compañía.

Cornachione señala que “la sexualidad además de las funciones físicas o fisiológicas, contribuye en forma directa en la identidad, en la intimidad y en el garantizar la vitalidad de quienes participan de ella. En la actualidad, todos los investigadores reconocen lo saludable que resulta la sexualidad en la vida de las personas ancianas”⁵⁰.

⁴⁹ Cornachione Larrinaga, op.cit.

⁵⁰ Cornachione Larrinaga, op.cit.

La actividad sexual se puede mantener indefinidamente y suele guardar relación con los niveles mantenidos en la juventud. Desde la perspectiva fisiológica, las mujeres son capaces de actividad sexual mientras viven, el problema puede plantearse por la falta de disponibilidad de compañeros.

En la vejez, en términos generales, se presentan las siguientes situaciones respecto a la sexualidad:

- En los hombres ancianos: disminuye la tensión sexual, las relaciones son menos frecuentes y disminuye la intensidad de la relación. Necesitan más tiempo para alcanzar la erección y eyacular. El flujo sexual y la tensión muscular son menores. Disminuyen los niveles de testosterona.
- En las mujeres ancianas: disminuye la respuesta. Es menos intenso el endurecimiento de los senos, la erección de los pezones, la tensión muscular del clítoris y los labios genitales. Las mujeres alcanzan el orgasmo, pero especialmente si han sido sexualmente activas a lo largo de la vida.

Por tanto, durante el proceso de envejecimiento las personas viejas pueden disfrutar de la sexualidad si reconocen sus características y si las consideran normales y saludables. Para ello es necesario que acepten su propia sexualidad y cuenten con un entorno íntimo y protegido para desarrollarla. A esto se agrega la necesidad de que los familiares y el resto de las personas reconozcan las características y los beneficios de la sexualidad en la vejez.

Y aunque el ser humano durante su vida vive un gran ciclo en el que nace y depende totalmente de sus padres, va creciendo y paulatinamente va siendo más independiente de ellos, hasta llegar al momento en que se desprende para formar una nueva familia con una pareja, vivirá buenos y malos momentos y después de un tiempo decidirán tener hijos que al principio dependerán totalmente de ellos y en el momento adecuado también se desprenderán para formar su propia familia; es entonces cuando tu pareja y tú se encontrarán solos de nuevo rindiéndose ante lo que les queda de vida o apoyándose para disfrutar hasta el último momento de sus vidas.

Es aquí donde toca retomar todo lo que se dejó atrás con el nacimiento y crianza de los hijos es decir, cuando todo su tiempo era para ellos dos ahora tiempo después llegada la vejez vuelven a ser solo ellos dos y es un proceso difícil adaptarse a la pareja compartiendo tiempo, actividades, gustos, pasatiempos todo

con el fin de pasar los últimos años disfrutando con la persona de la cual te enamoraste un día y se convirtió en la madre o padre de tus hijos, ya que aunque suene cruel los hijos han formado su propia familia y no siempre tienen tiempo para sus padres es por ello que la pareja es una parte fundamental en la motivación del otro.

Esto en cuanto a una relación sentimental, pero existe una fuente no menos importante para motivar a los adultos mayores y hacerles ver que la vida es hermosa en cualquier etapa y ésta es la amistad; cultivar una amistad a lo largo de la vida o propiciar una nueva en la vejez, es algo muy positivo ya que les pueden ayudar a desahogarse al contarles como es el trato de su familia hacia ellos, sus preocupaciones, temores y deseos; es el momento de realizar las cosas que por cuidar a los hijos se pospusieron. Es el momento en que deben apoyarse unos a otros para no caer en depresión por sentirse inútiles ante la vida sin tener a un hijo que cuidar o controlar y sin tener que trabajar. Es todo ese tiempo libre el que tiende a asustarnos pues estamos acostumbrados a cierto ritmo de vida que de pronto cambia radicalmente.

Es por ello que se busca que las personas se mantengan siempre activas, fijándose objetivos no solo a corto plazo sino también a largo plazo creando una lucha constante por alcanzar los objetivos propuestos, claro dentro de las posibilidades ya sea con la familia, pareja o amigos ya que afortunada o desafortunadamente vivimos en una sociedad en la que no se nos enseña a estar solos sino todo lo contrario a necesitar de otros y ser necesitado por otros para poder subsistir, es por eso la importancia de personas que nos impulsen a seguir luchado, a seguir aprendiendo ya sean esposas, hijos, amigos, conocidos o desconocidos, no importa quienes sean, lo que importa es sentirse partícipe de algo.

Los que aún tienen la fortuna de seguir en pareja es el momento de conciliar, de perdonar todos aquellos errores que pudieron tener en tiempos pasados y es el momento de reconquistar a la pareja, de darle un nuevo aire a la vida de pareja, de salir de la monotonía y experimentar cosas o realizar sueños o fantasías que en algún momento no pudieron cumplir. La tercera edad es esa oportunidad que la vida nos da para la búsqueda y realización de sueños.

4.2.1.- SOLEDAD Y VEJEZ

La soledad suele aparecer como una compañía directa de la vejez, quizá por la cantidad de personas viejas que viven solas y las que se ven obligadas a ingresar a centros residenciales por carecer de apoyo social. La soledad es una experiencia subjetiva, que se percibe como negativa y por lo general va acompañada de tristeza, de malhumor o de ansiedad. La soledad no es percibida por la reducción de la cantidad de contactos sociales, sino por la percepción de deficiencias en la red de relaciones sociales.

Las actividades sociales que se realizan fuera de la familia y de la pareja también inciden en la vida de las personas ancianas ya que facilitan su socialización.

Se puede considerar que en el envejecimiento no solo son importantes los cambios biológicos o psicológicos, sino que deben atenderse a los que resultan socialmente definidos, ya que la vejez “es la representación de uno de los muchos aspectos de la realidad que también se definen desde la perspectiva social. La vejez es una categoría social con problemas y características que se construyen a partir de expectativas que son compartidas entre grupos sociales bien definidos”⁵¹.

Desde la perspectiva social para definir el envejecimiento es necesario tener en cuenta la generación y el momento histórico en que viven las personas. Los aspectos relacionados con la socialización de las personas viejas presentan significativos procesos de cambio tanto en la faz laboral, familiar, comunitaria, recreativa, de interacción y participación social.

La historia muestra que “en la antigüedad, la edad proporcionaba status, a la vez que cuantificaba y modificaba ese status, ya sea porque había menos personas viejas o porque se escuchaba y se les valoraba a partir de la experiencia”⁵². Hoy, en cambio, la edad por sí misma no confiere status, a raíz del aumento extraordinario de la población de viejos por una parte y la pérdida del perfil social de este grupo por otra. Hoy se valora lo joven y todos los aspectos que se le asocian.

En épocas pasadas la edad, el sexo y la clase social conformaban en gran parte el status de las personas, en cambio, en la actualidad, el status es la resultante de múltiples factores que se adquieren por esfuerzo personal.

⁵¹ Cerejido, M. et al. El envejecimiento: sus desafíos y esperanzas. Siglo XXI editores. Madrid. 1999.

⁵² Cornachione Larrinaga, op.cit.

En algunos casos los adultos mayores se convierten en personas ermitañas que no son capaces de salir de sus casas por si solos, además no cuentan con el apoyo de sus familiares para poder mantener una vida social activa, algunos adultos mayores además de sufrir la serie de cambios que la etapa conlleva, la tienen que superar solos sin el apoyo y/o entendimiento de familiares y amigos; es ésta una de las razones más importantes por la que generalmente nos da miedo llegar a esta etapa, es decir, por miedo a la soledad.

Pero: ¿En realidad es tan malo vivir solo? Pienso que depende de la perspectiva de donde se mire pues el ser humano siempre está en busca de la libertad, de la independencia, de los intereses personales, pues es en esta etapa donde podemos hacer lo que queramos, somos libres de realizar lo que siempre quisimos, entonces: ¿por qué nos da tanto miedo estar solos? Porque desafortunadamente no nos preparan para este momento, en la sociedad en la que se vive, te enseñan que lo que hagas tiene que ser aceptado y acreditado por alguien, siempre debe haber una razón para realizar algo y nos dicen que la satisfacción personal vendrá después; después ¿cuándo? Y la respuesta debería ser a partir de cuando no tengas un empleo que te obligue a hacer lo que tus jefes dicen, cuando tus hijos hayan crecido y sean autosuficientes, ese es el momento para hacer lo que siempre quisiste hacer, es decir, es la época de cosechar todo lo sembrado

Considero que la soledad tiene dos perspectivas una positiva y otra negativa por lo cual se debe enseñar y demostrarle al adulto mayor que no está solo, que la soledad es una calle de dos sentidos en la cual siempre debemos caminar por el lado positivo el que te genere placer, gusto y satisfacción, el que te indique que aún hay cosas por qué vivir, que existen centros e instituciones que se preocupan por ellos y donde podrán encontrar grandes amigos que juntos lograrán darle un sentido más amplio a la vida que les queda por vivir.

Cabe resaltar que aunque se esperara que la familia sea el principal soporte, muchas veces no es así, sin embargo siempre se encontrará a alguien que se preocupe por el bienestar de las personas de tercera edad ya sean amigos o desconocidos que les ayuden a darle un sentido a la vida que los ayuden a no sentirse solos y a superarse.

4.3.- JUBILACIÓN

El mundo de hoy se desarrolla vertiginosamente, se presentan avances en la ciencia, tecnología, medicina, la industria y esto es un aliciente para aquellos que desean vivir más, de hecho la esperanza de vida al nacer ha aumentado y por consiguiente cada día aumenta el envejecimiento poblacional.

La tercera edad trae consigo una serie de cambios determinados por factores fisiológicos, anatómicos, psicológicos y sociales. Así como reacciones negativas que puede sufrir el anciano ante la angustia y frustración provocadas por las pérdidas que son: la depresión y regresión. La depresión no es necesariamente un síntoma de envejecimiento pero se relaciona con el ámbito social estrecho en que vive el anciano, el cual lo conduce al aislamiento. Esto no se debe necesariamente a que el anciano viva solo, sino a que se le dificulta entablar nuevas relaciones significativas y algunas veces se presenta una rigurosa resistencia a abordar nuevas amistades.

Si bien es cierto que todas las edades son portadoras de opiniones sociales, sin duda la tercera edad “constituye una etapa de la vida muy influenciada, más bien determinada por la opinión social, por la cultura donde se desenvuelve el anciano. Hasta hoy la cultura, de una forma u otra, tiende mayoritariamente a estimular para la vejez el sentimiento de soledad, la segregación, limitaciones para la vida sexual y de pareja, y de la propia funcionalidad e integración social del anciano”⁵³.

La vejez es una etapa de la vida que marca al ser humano de manera integral, como ya se menciono anteriormente, con la tercera edad llegan varios cambios en todos los ámbitos, un elemento de suma trascendencia en la vida del adulto mayor es la jubilación, la cual exige un cambio radical y necesario en sus actividades diarias.

Se entiende por jubilación el hecho de que, al alcanzar los 60 años, con algunas variantes según el trabajo realizado, las personas, por legislación, son arbitrariamente apartadas de su colocación laboral. “La jubilación no constituye un rito de separación con una posterior obligación de integrarse en un nuevo estado social, sino que literalmente es una desvinculación, socialmente obligada, a partir de la cual cada uno puede hacer lo que quiera”⁵⁴. Y dado que mayoritariamente los individuos actuales jubilados no han sido socializados para disponer de todo el tiempo libre de obligaciones y para dedicarlo a lo que ellos quieran, en algunos

⁵³(<http://www.monografias.com/trabajos23/tercera-edad-educación/tercera-edad-educación.shtml>)

⁵⁴ Josep Maria Fericgla. Envejecer una antropología de la ancianidad. Barcelona. 2002.

casos la situación inicial es de profunda desorientación individual y, con frecuencia, también familiar.

Es un hecho ampliamente verificado que “la cultura designa la edad social de cada individuo y los papeles que puede, pretende, o debería realizar obligatoriamente, y el sistema cultural lo indica o lo enseña a través de los ritos y del proceso de socialización que inicia al nacer y se prolonga hasta la muerte”⁵⁵.

La mayoría de los jubilados están en desacuerdo con la edad que marca la ley para la jubilación, ya que se sienten con completa capacidad laboral y con una experiencia acumulada útil para ser aplicada; la jubilación les obliga a perder una muy importante parte de su identidad social, cuando en realidad no es algo necesario, y no les reporta ningún tipo de beneficio⁵⁶.

El trabajo es algo más que una forma de ganarse la vida, es la parte más importante de la trama de la vida, ya que impone un orden individual y unos patrones de conducta, una hora para levantarse, una determinada indumentaria diferenciadora, unas relaciones de forma y fondo prefijados culturalmente y en relación directa con la colocación laboral, y otros aspectos relacionados con la vida social y con buena parte de la individual.

Por ello uno de los problemas que enfrentan los adultos mayores es, qué hacer con su tiempo libre luego de jubilarse. Hace 25 años, cuando la esperanza de vida no superaba los 68 años, la jubilación no significaba un gran cambio para las personas. Al jubilado no le quedaban más de tres o cuatro años de vida y, en ese lapso, probablemente sufriría alguna enfermedad que lo limitaría. Hoy, en cambio, tiene un horizonte de 10 ó 15 años más de vida post jubilación.

El proceso de adaptación a la jubilación, puede ser difícil y marcado con todo lo que esto comporta en cuanto a tiempo desocupado, dependiendo de la situación y características de cada persona, ausencia de relaciones a las que estaba habituado, en algunos casos los jubilados en los primeros meses, no quieren salir de su casa en horas de trabajo para no romper los patrones, horarios de los individuos laboralmente activos, para que no les vean los vecinos y para que las personas del entorno más inmediato no se percaten de su irreversible estado social. Permanecen horas encerrados en casa y salen solamente el fin de semana, a partir del viernes por la tarde o del sábado por la mañana, siguiendo el mismo ritmo de descanso que el trabajo imponía. Al llegar a la jubilación la vida del

⁵⁵ (http://www.educared.ci/images/ficheros/articulos/10855/libroriscl_amayor.pdf)

⁵⁶ Freicgla, J Envejecer. Una antropología de la ancianidad, edit. Barcelona. 2001

individuo se convierte literalmente en un largo domingo en el que el tiempo puede ser visto muchas veces por el sujeto de forma apática y angustiada.

Con la jubilación del marido cambian todas las relaciones familiares de forma sustancial, principalmente en el mundo urbano. El hombre jubilado pasa de una relación socialmente abierta en un ámbito laboral que le proporciona referentes de identidad, prestigio, amistades a un estado que le exige ajustarse a unas nuevas relaciones encerradas en el mundo matrimonial y familiar. Este será el grupo social del que ahora va a depender principalmente, y que, la esposa o pareja por su parte, deberá también ajustarse a la constante presencia del hombre, realizando las necesarias modificaciones tanto en la distribución del espacio doméstico como en el equilibrio de la dinámica grupal. "Su identidad queda diluida ante la identidad de la mujer de ser el señor López pasa a ser el marido de la señora Carmen".⁵⁷

No es el trabajo en sentido estricto lo que echan de menos los jubilados, sino el ritmo, estilo de vida y relaciones sociales que rodeaban y derivaban de la colocación laboral; ritmo y estilo de los que también se han visto apartados. En algunos casos los jubilados manifiestan explícitamente sentirse invadidos por la pena, el aburrimiento, la melancolía, incluso la envidia, hacia aquellos que todavía no están jubilados, algunos desean realmente la jubilación por tener problemas de salud, pero si estuvieran bien no la hubieran deseado. Para quien ha trabajado toda su vida, el hecho de jubilarse, más que un alivio, puede significar una condena a estar ocioso, a sentirse inútil y a estar más solo.

4.3.1.- JUBILACIÓN Y SUS CONSECUENCIAS

Existen distintos postulados teóricos que se refieren a la valoración de las consecuencias que la jubilación provoca en la satisfacción de vida de las personas jubiladas. Entre los más representativos están la teoría de la desvinculación, la teoría de la actividad, la teoría de la continuidad y la teoría de la consecuencia. A continuación se marcan los postulados básicos de cada una de ellas:

Teoría de la desvinculación: Sostiene que la jubilación resulta acompañada de un progresivo alejamiento de las personas de sus roles sociales a la vez que el alejamiento de la sociedad con respecto a la persona jubilada.

Teoría de la actividad: Sostiene la necesidad de mantener adecuados niveles de actividad que reemplacen y compensen la pérdida del trabajo.

⁵⁷ Josep María Fericgla. Op.cit.

Teoría de la continuidad: Sostiene que las actitudes y actividades cambian muy poco con la jubilación.

Teoría de la consistencia: Sostiene que la relación entre jubilación y satisfacción de vida se apoya en el nivel de expectativas que la persona tiene para con su propio estado de persona jubilada.⁵⁸

Estas teorías tienen una aplicabilidad mayor o menor según la fase de jubilación en que se encuentren las personas. La heterogeneidad de las personas viejas, las interacciones específicas entre las personas y el contexto facilitan la aplicación de diferentes teorías.

Por otra parte, la mujer jubilada, en términos generales, no se presenta como un rol sin rol, sino con muchos roles de importancia que continúan a pesar de la jubilación. La mujer suele jubilarse antes que el hombre, pese a que su esperanza de vida es mayor, pero estos años adicionales no siempre resultan plenamente disfrutables, ya que pueden estar acompañados de limitaciones físicas, psíquicas, sociales y económicas, hecho que afecta y compromete la calidad de vida.

Los efectos de jubilación en la mujer no en todos los casos resultan significativos, ya que la mayoría de las mujeres cambian las tareas del trabajo fuera de la casa por más actividades del hogar. En la actualidad, es aún elevado el porcentaje de mujeres que viven los efectos de la jubilación a través de sus maridos jubilados, ya que ellas por si mismas no han podido alcanzar este estado.

Antes se definía la vida social por medio de etapas en torno al trabajo, “la primera era la preparación para el trabajo o la educación, la segunda era la del trabajo o rendimiento de la educación y a través de ella el individuo derivaba la parte más importante de su status económico y social. La tercera etapa era la del cese en el trabajo o jubilación y en ella el ex trabajador esperaba el fin de su vida, disfrutando del merecido descanso”.⁵⁹

En la actualidad estas tres etapas no tienen una definición tan clara y el status social derivado de las mismas no se evidencia como en el pasado. Hoy la educación es más prolongada y por ende se produce un retraso en el ingreso al trabajo alterando las fuentes tradicionales del status social. La vejez normal del pasado cada vez es más anormal en el presente, en sus hábitos, ocupaciones y

⁵⁸ Cornachione Larrinaga, María psicología del desarrollo: vejez aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Córdoba. 2006.

⁵⁹ Ibídem

estilos de vida pues los viejos son cada vez más heterogéneos, por lo que el rol futuro del anciano será más dinámico.

La pérdida de roles, la falta de lugar, tienen una connotación importante en la vida del adulto mayor, porque se relaciona con la sensación de ya no servir más. Dentro de una cultura económica, esa marginación se extiende a todas las manifestaciones sociales y se encuentra una ideología social que en vez de integrar al sector productivo y ayudarlo a resolver sus conflictos, se los crea y se los estimula. Será cierto que esto genera que el viejo pierda su identidad, su libertad y disminuya su nivel de autoestima a raíz de dejar de ser parte activa de la sociedad.

La jubilación tiene múltiples formas y situaciones según las personas que la enfrentan. En las últimas décadas ha tenido efectos de organización social y de reguladora del empleo y la productividad. La jubilación se puede presentar como una decisión voluntaria o no, a tiempo o anticipada, total o parcial. En los últimos años el adelanto de la jubilación se presenta cada vez con más frecuencia. Los aspectos de la vida personal, familiar y social necesitan ser reorganizados a partir de la jubilación.

En la actualidad la jubilación cuenta con una clara representación social, ya que se la percibe como la transición o el ingreso al proceso de envejecimiento. La jubilación es un indicador para la persona y para la sociedad con relación a que hay algo que cambia. La jubilación no se puede considerar como equivalente de la vejez, ya que muchas personas se jubilan transitando la adultez, otras no se jubilan nunca y están las que vuelven a trabajar después de jubilarse.

Es imprescindible que las personas, a partir de la jubilación, reorganicen y reorienten sus hábitos de vida. Cada vez resulta más frecuente que las empresas ofrezcan a sus trabajadores, en condiciones de jubilarse, cursos de preparación para la jubilación. El impacto personal y social que produce la jubilación exige una adecuada preparación, con relación a las actividades que realizaban los jubilados en su vida cotidiana.

Para Cornachione desde la perspectiva social “la jubilación deja a las personas sin rol, por no reconocerles la sociedad actual un papel social. Ante esta situación, la solución está en convertir ‘ese rol sin rol en un rol con rol’ que les asigne responsabilidades, status y prestigio social a pesar de no estar incluidas las

personas viejas en la cadena productiva”⁶⁰. Para ello es necesario desmitificar la importancia del trabajo durante la vida adulta y/o a la vez dignificar en el contexto socio-familiar el descanso de los jubilados a partir de afirmar y/o consolidar la importancia y validez del ocio, en la recreación.

En el siglo XXI se prevé un cambio con relación a la jubilación, que de una visión económico-productiva pueda pasar a una postura psicosocial en la que, sin olvidar los aspectos económicos, se pase del “rol sin rol a un rol diferente” en el que se reconozca además del rol laboral de trabajo activo, otros roles relevantes desde la perspectiva social para la persona jubilada y que los pueda continuar pese a la jubilación. Para que las personas jubiladas puedan desarrollar estos otros roles necesitan del tiempo libre constructivo. Este tiempo libre constructivo demanda profesionales especializados, organización de cursos, investigación psico-social sobre sus fines y posibilidades, a la vez que la consideración social ya que el ocio puede resultar tan importante como el trabajo productivo.

Podemos concluir que la etapa de la jubilación es uno de los acontecimientos más importantes que enfrentan las personas mayores. Esta decisión resulta influenciada por factores personales, individuales e institucionales y traen consigo un mundo de cambios a los cuales debe adaptarse esta población de la mejor manera posible.

Así mismo, podemos observar la importancia del entorno familiar y la influencia que esta proyecta en la calidad de vida del adulto mayor, como también la importancia de mantener una vida en pareja y que todo ello le brinde la seguridad de pertenencia a una vida plena.

Con lo expuesto en el capítulo, se puede apreciar que la familia juega un papel muy importante en la vida del adulto mayor, pues es la principal fuente de motivación de este sector de la población. Los adultos mayores en general esperan el apoyo de sus hijos y si aún viven en pareja también lo esperan de ellas agregándose si es posible los nietos quienes coadyuvarán a que tenga una mejor calidad de vida.

⁶⁰ Ibídem

CAPÍTULO V

EDUCACIÓN PARA TODA LA VIDA

En el capítulo presente “Educación para toda la Vida” se hace referencia a la problemática que generó este trabajo la explosión demográfica de adultos mayores y la poca atención que se brinda a esta población en cuanto a educación, de igual manera busca crear y fomentar una cultura de la vejez tanto para el adulto mayor como para los que lo rodean.

En la actualidad, existen varios factores por los cuales algunas de las personas adultas mayores no ingresan a instituciones como una universidad para estudiar una carrera y prefieren integrarse a actividades como lectura, pintura, danza, yoga, etc. Cabe resaltar que este tipo de actividades son de mucha ayuda en la vida de las personas de la tercera edad y son consideradas como educación no formal.

La importancia de la educación no formal radica en que “el sistema educativo en su sentido más amplio, incluye no solo la educación escolar, sino toda la acción educativa, más o menos intencional y sistemática, que tiene lugar tanto dentro y fuera de la escuela”⁶¹.

Es muy cierto que la escuela no cubre todos los aspectos educativos, es por ello, que se ha buscado cubrir estas necesidades con diferentes modalidades en la educación; coadyuvando en la mejora de las condiciones y forma de vida de los sujetos. La educación no formal surge como respuesta a las demandas educativas que la escuela formal no cumple en las aulas.

A pesar de que la educación no formal ha sido parte de todas las culturas a lo largo de la historia humana la expresión “Educación no formal” se acuñó para satisfacer la necesidad de respuestas extraescolares, las demandas nuevas y diferentes de las que atiende ordinariamente el sistema educativo.

Por ello, es preciso presentar una definición que amplíe nuestro conocimiento sobre lo que es la educación no formal.

Margarita Fregoso, puntualiza “la educación no formal, como todo proceso de aprendizaje que se acometa a lo largo de la vida para el acceso efectivo de

⁶¹ Sarramona, Jaume. educación no formal. Editorial Ariel. España, 1998

conocimientos y destrezas básicos y avanzados esté o no institucionalizado y se obtenga o no constancias, certificados o diplomas al final del mismo”⁶².

Este tipo de educación, permite una mayor flexibilidad a la hora de impartir los conocimientos, y debido a que no es tan rígida es posible mayor interacción entre los participantes.

La educación no formal se comenzó a desarrollar a finales de la década de los sesenta. Esto debido a los análisis macroeducativos que plantearon la crisis mundial de la educación, la cual básicamente hacía referencia a la incompetencia de los sistemas formales. En términos generales lo que se criticaba era, la poca satisfacción de las demandas sociales de formación y aprendizaje.

El proceso de consolidación del estudio de la llamada educación no formal, fue a partir de las elaboraciones sobre la crisis de la educación. Trilla hace una reconstrucción histórica del estudio y el campo de la educación no formal y refiere que “desde principio de los sesenta se comenzaron a construir grupos especializados e institucionalizados para el estudio, además del apoyo e impulso que desde la UNESCO se le diera a tales investigaciones. Desde esa plataforma, la educación no formal tiene su consolidación como campo de estudio para los diversos especialistas de la educación, construyéndose así un ámbito de diferentes aristas de investigación”⁶³.

Existe una amplia variedad de finalidades de la educación no formal, como son: la alfabetización de adultos, la formación, la promoción profesional, la extensión cultural, la educación para el tiempo libre y la animación sociocultural, la educación ambiental, la formación cívica y social, por mencionar algunas.

Hoy en día es importante educar al adulto mayor con el fin de lograr una vejez exitosa. Por ello, la educación no formal, permitirá desarrollar, brindar y aportar herramientas al adulto mayor para que logre construir una vejez exitosa y plena. En México existen instituciones que brindan educación de carácter no formal, entre ellas se pueden mencionar:

- IMSS
- ISSSTE
- DIF
- DEPORTIVOS

⁶² Fregoso, M. educación no formal. Educación para el cambio. Editorial. Praxis. México. 2000

⁶³ Trilla, Jaume. La educación fuera de la escuela. Ámbitos no formales y educación social. Editorial Ariel. México, 1996.

- INSTITUCIONES PRIVADAS
- INAPAM

Si bien se dice que no existe continuidad en la educación para las personas adultas mayores, después de una ardua investigación en instituciones públicas y privadas, se encontró que se brinda un sin fin de actividades que conforman un programa de educación en el área no formal la cual, es una de las opciones para que los adultos mayores sigan desarrollando habilidades y destrezas que les permitan socializar con sus familiares inmediatos y la sociedad en general.

En las instituciones como IMSS, ISSSTE se brinda esta educación a todos los adultos mayores afiliados, para lograr que la atención al paciente sea con una actitud servicial, de calidad, y comprometida a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Por otra parte instituciones privadas como Club España y el Club Francés tienen como objetivo brindar la mejor calidad de vida a todas las personas que forman parte de estos Clubs sean adultos mayores, niños o adolescentes.

En cuanto al INAPAM es preciso decir que es la casa madre encargada del desarrollo, atención y bienestar del adulto mayor con un sin número de actividades dedicadas a ellos, así mismo, todas las actividades descritas en este capítulo en el apartado “Deportivos” son coordinadas por el INAPAM.

“ISSSTE”

El ISSSTE fue creado en 1959 en el sexenio del presidente Adolfo López Mateos y comienza sus actividades en 1960, esta institución de acuerdo a su ley, es responsable de cubrir “tanto prestaciones relativas a la salud, como prestaciones sociales, culturales y económicas y extendiendo estos beneficios a los familiares de los trabajadores y pensionistas. En noviembre de 1995 surgió dentro del instituto el Sistema de Atención Integral a Jubilados y Pensionados (SAIJUP), todo con el fin de brindar una mejor atención tanto a pensionados como jubilados.

Un aspecto relevante de esta institución son las actividades culturales, deportivas y recreativas.

Por ejemplo, en La Clínica Marina Nacional del ISSSTE se inauguró en diciembre de 1961, funcionando por 38 años como clínica de medicina general, actualmente es clínica especialista en medicina familiar. Cuenta con una población adscrita de 56,716, inscrita 29,500, y usuaria de 17,638. Población de 60 años y más, adscrita

es de 3,421. La población derechohabiente usuaria por grupos de edad y sexo de 60 años y más corresponde a 19.10% de la pirámide poblacional que es igual a 3,733 de los cuales 1,403 son masculinos y 2,330 femeninos. Pensionados usuarios frecuentes 265.

Cabe señalar que de toda la información obtenida de esta institución de un 100% de lo expuesto aquí alrededor de un 20% es dirigido específicamente a personas de la tercera edad, es decir, en esta institución se brindan actividades recreativas y culturales para el adulto mayor pero básicamente se enfocan al área médica, a todos aquellos cursos como: higiene personal, cuidados paleativos y cuidados en general ya sea para el adulto mayor o familiares (cuidadores).

El Módulo de Gerontología en la Clínica de Marina Nacional tiene su funcionamiento como proyecto piloto en el año de 2003, el inicio de la Escuela de Cuidadores en el 2005. En el mismo año, comienza el funcionamiento del Módulo de Gerontología, este Módulo llega con éxito hasta el 2009 ya que después hubo cambios en el programa de envejecimiento y aparece el concepto de envejecimiento activo a partir del 2010.

Por otra parte existen actividades como: terapia, acondicionamiento físico pasivo para el adulto mayor, pintura, danza, música, artes plásticas etc. Así como una serie de actividades del área médica como: cuidados paleativos, higiene general lo cual ha alcanzado continuidad, difusión, participación, y buena aceptación de los pacientes y público en general. Cabe mencionar que hasta el día de hoy en la Clínica de Marina Nacional existen dos grupos uno donde los participantes presentan dependencia de mayor grado y riesgo a síndromes geriátricos como deslizamiento y fragilidad y el otro con independencia y funcionalidad mayor.

Esta institución tiene como **misión**: estar a la vanguardia como equipo de salud, activo, coordinado y con iniciativa en la atención del adulto mayor, brindar la esencia de primer nivel de atención: acción anticipatoria, tratamiento y continuidad de atención al paciente, utilizando de los medios que disponen al momento, dando el mejor servicio de atención con calidad que satisfaga al derechohabiente. Promover la educación para la salud y la capacitación de auto cuidado para lograr un envejecimiento activo y una mejor calidad de vida.

Objetivos específicos:

- Fomentar y coordinar la escuela de cuidadores para el adulto mayor, fomentando medidas preventivas curativas y de rehabilitación, mejorando así la calidad de vida.
- Participar con el servicio de Psicología y Trabajo Social en la atención integral del adulto mayor.
- Mantener la capacitación del personal médico y de enfermería de forma continua para la mejor atención y calidad que se requiere en el Módulo Gerontológico.

Programa de actividades del Módulo de Gerontología 2011

- Enero a diciembre: atención de la consulta médica 12 consultas por día.
- Enero a diciembre: atender un mínimo de 3 terapias por día, de acondicionamiento físico pasivo asistido con los diferentes equipos de terapia: electroestimulación, ultrasonido y kinesioterapia.
- Enero a diciembre: coordinar la terapia grupal de adultos mayores, los días lunes y miércoles de 10:00 a 11:00.
- Febrero: realizar la actualización del manual de procedimientos del módulo de gerontología 2011.
- Febrero: realizar base de datos de la información sobre los tamizajes de envejecimiento y dar continuidad mes con mes hasta diciembre.
- Formar la escuela de cuidadores y entregar programa de actividades de la misma.
- Realizar conferencias médicas sobre Gerontología.

“Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS”

El Instituto Mexicano del Seguro Social cuenta con Centros de extensión de conocimientos que el área de Prestaciones Sociales instala a través de módulos en las unidades médicas, centros laborales, escuelas, unidades habitacionales y otros espacios a su servicio, los cuales son totalmente gratuitos.

Es importante mencionar que en los diferentes IMSS la atención que se le brinda a la población de adultos mayores es diversa ya que algunos de ellos no cuentan con los espacios físicos aunque la demanda es considerable, y en los IMSS que si tienen los espacios físicos de un 100% aproximadamente el 20% de atención es dirigida a la población de la tercera edad puesto que la mayoría se enfoca al área

médica de la población en general de derechohabientes y un porcentaje mínimo a mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Toda la información aquí presenta fue proporcionada por las mismas instituciones.

Visión: las presentaciones sociales otorgan los servicios ubicados dentro del ámbito de su competencia, a través de una adecuada integración entre el nivel delegacional y el nivel operativo, con calidad, calidez, transparencia y eficacia, estableciendo normas y procedimientos modernos, con procesos automatizados, tomando en cuenta la opinión de los usuarios y proponiendo el desarrollo laboral y humano de sus trabajadores, para cumplir con las facultades que la ley del Seguro Social y sus reglamentos le confieren, proponiendo un desarrollo continuo en la mejora de sus procesos y servicios.

Misión: proporcionar cursos regulares y actividades complementarias a los asegurados, sus beneficiarios y población abierta, con especial énfasis en grupos prioritarios, con el propósito de mejorar su calidad de vida a través de la planeación, dirección y administración de las prestaciones sociales, en apego a las normas y procedimientos conforme a la Ley del Seguro Social y sus Reglamentos.

Cursos al alcance de todos

Las unidades operativas de prestaciones sociales del Instituto Mexicano del Seguro Social imparten cursos de capacitación con bienestar, a derechohabientes y no derechohabientes con cuotas fijas que no exceden de 7 pesos por hora la cuota por inscripción y credencial es de 80 pesos para todos los socio-alumnos; estas se cubren anualmente y son adicionales al costo de cada curso.

Para jubilados o pensionados del Instituto Mexicano del Seguro Social, para personas con capacidades diferentes o pacientes referidos del área médica, la inscripción, credencial y la asistencia a los cursos son sin costo.

Dentro de las actividades que brinda el IMSS están:

Cocina con amaranto, Pintura textil en cerámica y Tejido encapsulado en resina, Poliéster, Guitarra, Corte y Confección, Baile fino de salón, Cachibol, Asesorías Nutricionales, Domino, Gimnasia rítmica, Gimnasia psicofísica, Manualidades, Yoga, Artesanías, Baile de todos los ritmos, Circulo de lectura, Taller de Psicología, Cocina vegetariana, Taller de auto cuidado, Canto, Teatro, Tai chi etc.

Servicios:

- Asesoría jurídica
- Consulta médica
- Trabajo social
- Terapia psicológica
- Corte de cabello
- Toma de presión arterial y signos vitales

“DIF”

El DIF “es un organismo público descentralizado con personalidad jurídica y patrimonio propios y es responsable de uno de los 8 programas de acción denominado programa para el impulso de la asistencia social, que describe a la asistencia social como un servicio de salud que debe prestarse a todas aquellas personas que se encuentran en estado de minusvalía, ya sea física, mental, económica o social para contribuir a su bienestar e incorporarlas a una nueva vida social satisfactoria y económicamente productiva”⁶⁴.

El Gobierno del D.F, como parte de su política social, ha incluido un modelo de atención a los grupos que se encuentran en situación de abandono, pobreza y marginación. Por esta razón el DIF a través de la Unidad Departamental de Desarrollo Comunitario, implementó un programa de trabajo dirigido a la población de adultos mayores caracterizados por estar en situación de desventaja y desamparo, lo que los convierte en sujetos de asistencia social, este programa tiene como objetivo reintegrar al seno familiar y a la sociedad a la población con alta vulnerabilidad, fortaleciendo las capacidades individuales, familiares y comunitarias.

La disminución de las capacidades físicas, mentales y sociales de los adultos mayores los hacen dependientes de la familia y sociedad en general, por lo que es necesario propiciar la permanencia de los adultos mayores en su entorno familiar y social fomentando la convivencia solidaria, la autonomía y la ayuda mutua.

Por lo cual están convencidos de que el entorno familiar es el marco ideal para la plena rehabilitación e integración a opciones de vida más dignas; además de contar con dependencias gubernamentales como DIF-DF que ofrece diversas

⁶⁴ Fajardo Ortiz, Guillermo (comp). El adulto Mayor en América Latina. Sus necesidades y sus problemas médico sociales. P. 93

actividades (recreativas, culturales, deportivas, manuales, educativas) que permiten el crecimiento y desarrollo personal del anciano.

Objetivo general: promover la reincorporación del adulto mayor al ámbito social, grupal y familiar a través de un programa de atención integral en los centros DIF-DF, para lograr el reconocimiento de su experiencia, habilidades, valores, capacidades así como su participación y corresponsabilidad.

Objetivos específicos:

- Promover acciones enfocadas a preservar la salud del adulto mayor.
- Impulsar los derechos que tienen los adultos mayores para su ejercicio y respeto.
- Fomentar una cultura de dignificación del adulto mayor para conocer y comprender el proceso de envejecimiento.
- Implementar actividades deportivas, culturales, recreativas y productivas que permitan el desarrollo integral de las potencialidades del adulto mayor.
- Promover la interacción familiar y social para aprovechar sus conocimientos y experiencia en beneficio social, comunal y grupal.

Estrategias de trabajo:

1. Campaña de salud permanente.
2. Difusión y promoción de la participación comunitaria.
3. Información y orientación.
4. Coordinación interinstitucional e intrainstitucional.
5. Organización de eventos intergeneracionales.
6. Capacitación permanente del personal que atiende este programa.

Resulta importante, conocer que en los centros DIF-DF, se trabaja sobre un modelo de atención integral que permita al adulto mayor mejorar sus condiciones de vida y evitar con ello la inferencia y el maltrato social, aunque es preciso subrayar que no todos los DIF tienen los espacios físicos necesarios y con las adecuaciones correspondientes para las actividades, por ello algunos están más enfocados a apoyar a madres solteras en cuanto: a guarderías, aspectos médicos, alimenticios y educativos.

“Deportivos”

El Centro de Atención y Desarrollo del Adulto Mayor ubicado en calle Carlos J. Meneses núm.244 col. Buenavista del. Cuauhtémoc, es el encargado de coordinar, distribuir y organizar las actividades que se le brindan al adulto mayor en toda la delegación Cuauhtémoc, tiene a su cargo el Deportivo 18 de marzo, el 5 de mayo, Antonio cazo así como explanadas al aire libre y otros espacios otorgados para dichas actividades.

El objetivo general de este centro es: propiciar el mejoramiento integral de las condiciones de vida de la población adulta mayor a través del cumplimiento de sus derechos sociales, la creación de oportunidades sociales y el fomento a la participación, organización, capacitación y productividad para la satisfacción de sus necesidades.

Las áreas de atención que se ofrecen son las siguientes:

- Salud (Platica Médica, Consulta Médica, Servicio de Enfermería, Consulta Naturista, Podología, Odontología, Terapia Psicológica, Taller de Psicología Taller de Cocina Naturista).
- Deporte y Acondicionamiento Físico (Cachibol Varonil y Femenil, Gimnasia Rítmica, Gimnasia para perezosos, Atletismo, Yoga, Tai chi).
- Educación, Cultura y Recreación (educación abierta para adultos, Alfabetización Primaria, Secundaria, Círculos de lectura, Asesorías Profeco, Tejido, Manualidades, Artesanías, Corte y Confección, Bordado en Listón, Dibujo y Artesanía Textil, Baile de Salón, Canto y Guitarra, Taller de Teatro, Juegos de Mesa, Cine club, Panadería, Repostería y Cocina en general, Cortes de cabello).
- Proyectos productivos (Taller de encapsulado con resina y poliéster, Taller de Artesanías y Manualidades).
- Capacitación (Cursos para Auxiliares de Adultos Mayores, Cursos de Facilitadores Educativos, Cursos Básicos de Gerontología, Cursos de Atención para el Adulto Mayor, Escuela para Diabéticos, Capacitación de Instructores de Gimnasia para Adultos Mayores, Taller de Autoestima en el Adulto Mayor, Taller de Salud, Taller del Proceso de Envejecimiento, Taller Perspectivas Demográficas de la Población Adulto Mayor en México, Taller de Nutrición, Curso Taller “La Depresión en el Adulto Mayor”).
- Asesoría jurídica (Taller sobre derechos de sucesorios, Taller de divulgación de la ley, jornadas testamentarias).

- Atención y Orientación (canalizaciones a: comedor, albergues, asilos, área médica, elaboración de credenciales INAPAM, información y asesoría al público en general).
- Expertos en acción (65 instructores que capacitan a 600 Adultos Mayores en actividades como: Artesanías, Manualidades, Yoga, Tai chi, Gimnasia Rítmica, Pintura, Bordado, Tejido, Gelatina Artística, Superación Personal, Gimnasia Cerebral, Tanatología, Guitarra Teatro, Baile Regional, Popular, Danzón).
- Trabajo social

Instituciones privadas “Club España”

Es un centro que tiene 99 años brindando sus servicios culturales y recreativos a la comunidad y algo que llama especialmente mi atención de este club es que dentro del él se ha creado un grupo llamado Centro de día “La edad dorada” fundado en noviembre de 1999, es un espacio propio y plural creado especialmente para los asociados de más de 60 años. Ubicado en el segundo piso, junto al auditorio Miguel de Cervantes Saavedra y frente a la biblioteca.

Esta información es específicamente del centro de día, los requisitos y costos del Club España en general vienen anexados al trabajo. Toda esta información fue obtenida en el mismo club.

Objetivos:

- Mejorar la autoestima de los mayores de 60 años, a través de la propia confrontación, participación y colaboración, compartiendo con sus compañeros sus conocimientos e impartiendo, ellos mismos algunos talleres.
- Desarrollar actividades lúdicas, sociales y recreativas al integrarse a talleres tanto culturales como deportivos, de manualidades o de desarrollo personal planeados específicamente para ellos.
- Elevar y mantener su movilidad en el más alto nivel posible, por medio de actividades y ejercicios especializados mejorando, así su estado de salud.
- Descubrir capacidades y habilidades ejercitando cuerpo mente y espíritu.
- Encontrar nuevos amigos y formas de convivencia diferentes.
- Participar activamente con propuestas hechas por ellos mismos.
- Involucrar a la familia en los casos que sea posible.

- Dar un nuevo sentido a su vida.

Cuenta con un grupo de apoyo formado por personas identificadas con los valores del proyecto, ayuda a sostener en gran parte los talleres que se imparten y otras actividades que se realizan, por medio de la promoción de todo tipo de eventos y espectáculos dirigidos, asociaciones que trabajan para niños desprotegidos ancianos y discapacitados beneficiándose tanto las asociaciones como el Centro de Día.

Actividades:

- Baile de salón
- Baile español
- Computación
- Coro y música
- Charlas de café
- Danza española
- Juegos de salón
- Master en terapia Psico-corporal
- Gimnasia-aeróbica
- Gimnasia-cerebral
- Historia de España
- Introducción al coro
- Oración y amistad
- Repujado
- Tai-chi
- Apoyo a la comunidad
- Visitas culturales
- Yoga
- Jornadas médicas

Asesoría en desarrollo humano y espiritual en el servicio al adulto mayor

- Conciertos
- Conferencias
- Convivencias
- Cursos especiales
- Fiestas
- Programa mensual de actividades
- Boletín mensual nuestra voz
- Gaceta trimestral de prácticas literarias
- Unidos en acción
- Libros semestrales de experiencias de vida
- Revista bimestral

Condiciones:

Pueden pertenecer a “La Edad Dorada” los asociados del club España a partir de los 60 años.

Llenar una solicitud con todos los datos requeridos y dos fotos.

Al ser aceptada pagar la inscripción y la cuota de un mes.

Las cuotas mensuales deberán ser pagadas los 5 primeros días de cada mes. Con ella tendrán derecho a acudir a todos los talleres, y a obtener precios especiales en las actividades que tengan algún costo, como convivencias, viajes, cursos especiales.

“Institución Privada Club Francés”

El club fundado en 1870 ubicado en Av. Francia núm. 75 col. Florida, México D.F, se distingue por su elegancia y alta cocina, brinda sus servicios de martes a domingo con un horario diverso dependiendo de las actividades. El objetivo de este club es que las personas que forman parte de el, desde niños hasta personas de la tercera edad, disfruten de una estancia agradable, para ello cuenta con una gama de actividades tanto deportivas como culturales. Sus instalaciones son las siguientes:

- Alberca al aire libre con fosa de clavados y chapoteadero
- 18 canchas de tenis de arcilla, de las cuales tres cuentan con iluminación para jugar de noche
- Canchita de fútbol
- Canchas cubiertas de basquetbol, voleibol y bádminton
- Gimnasio mixto de pesas y aparatos, spinning
- Sala de aerobics
- Sala de billar, ping pong
- Regaderas, vapor seco y húmedo
- Sala para fiestas, seminarios y conferencias
- Sala de lectura
- Restaurante, cafetería y bar

Además se imparten cursos de diferente índole como: karate, danza, buceo, jazz, cocina, etc. El club cuenta también con actividades culturales: biblioteca, videoteca, bridge, redacción, café literario, exposiciones de pintura y fotografía,

conciertos, etc. Por otra parte tiene un amplio estacionamiento techado para 350 autos y vigilancia las 24 hrs del día.

“Institución Privada Club Casablanca”

Toda la información aquí presentada es con el objetivo de mostrar la calidad de vida que puede tener un adulto mayor dependiendo de su estatus socioeconómico y el de la familia a la que pertenece.

Ubicación Lomas Verdes en Naucalpan de Juárez, Estado de México brinda sus servicios de martes a domingo, con un horario de 9 am a 8 pm el cual varía dependiendo de las actividades a realizar. El club tiene como objetivo brindar comodidad, calidad, bienestar a todos los miembros por ello, existe un estricto control de la cantidad de personas que pertenecen a el, con el fin de que tu estancia sea placentera.

Cuenta con las siguientes instalaciones:

- 4 salones para eventos y convenciones desde 10 hasta 1200 personas
- Centro de negocios con 3 salas de juntas, hasta 25 personas
- Salón privado la Montea, el lugar más exclusivo y distinguido de México, para sus comidas privadas de 15 a 120 personas.

Así mismo cuenta con equipo:

- Audiovisual
 - Proyectores
 - Pantallas
 - Monitores de televisión
 - Micrófonos inalámbricos
 - Cualquier aparato que requiera
 - Personal especializado
-
- 18 canchas de tenis de arcilla
 - Alberca techada, chapoteadero
 - Gimnasio para diversas actividades
 - 4 Salones para diversas actividades como manualidades y juegos de mesa
 - Estancia infantil

- 2 canchas de usos múltiples

Dentro de este club no existen específicamente actividades dirigidas al adulto mayor, al final de este trabajo se anexan todas las actividades que son para todos los miembros del club en general y cabe resaltar que muchas de ellas son practicadas por adultos mayores a nivel torneo de manera interna y externa.

Para estas instituciones existen ciertos requisitos así como costos, cursos y talleres que imparten cada uno de estos Clubes los cuales se pueden encontrar en los anexos.

INAPAM

El INAPAM puede ser considerado hoy día la casa madre de todo lo relacionado a mejorar la calidad de vida del adulto mayor y la búsqueda del bienestar del mismo todas las actividades antes mencionadas y los centros señalados al inicio de este apartado así como, casas de cultura, explanadas al aire libre, todas ellas trabajan de manera estrecha con el INAPAM al igual que programas como: empleo para adultos mayores, tercera llamada, INAPAM va a tu barrio, voluntariado del INAPAM, casa de las artesanías de las personas adultas mayores, expo-bazar nacional de artesanías elaboradas por ancianos, campaña para revalorar al anciano, abuelos en busca de amigos, abuelas, abuelos cuenta cuentos, juegos nacionales deportivos y culturales de los adultos mayores bailar es recordar etc.

Otras opciones no menos importantes son: iglesias, bibliotecas las cuales brindan gran cantidad de actividades para los adultos mayores y público en general.

La infraestructura del INAPAM consta de:

- Representaciones estatales
- Subdelegaciones municipales
- Centros de atención integral
- Clubes de la tercera edad a nivel nacional
- Centros culturales en el D.F
- Unidades gerontológicas
- Unidades móviles promotoras de empleo y servicios a la comunidad

Con todo lo presentado en este capítulo podemos ver que existen diversas opciones en cuanto a educación no formal se refiere y aunque estas podrían no ser suficientes por la gran cantidad de adultos mayores, la falta de difusión o espacios

físicos, es una clara opción para mantener activo al adulto mayor y así mejorar su calidad de vida.

Con lo mencionado en el capítulo puedo darme cuenta de que a pesar de que son muchas las instituciones que brindan apoyo al adulto mayor, no son suficientes, pues la demanda de personas de la tercera edad supera a las instituciones y centros que les brindan apoyo además de que no todos esos centros se especializan en adultos mayores sino que sus actividades son enfocadas al adulto en general e incluyen a las personas de la tercera edad.

Se apuesta por una educación no formal pues es la que facilita el aprendizaje de las personas adultas mayores pues cumple con sus necesidades y atiende sus dificultades y posibilidades.

¿Por qué una educación para toda la vida? Porque nos va a permitir superarnos, a ver la vida desde una perspectiva en la que teniendo la edad que se tenga, se sigue siendo partícipe de una sociedad, mediante cursos que se impartan específicamente para los adultos mayores con el fin de hacerlos sentir importantes y no como se ha dado que son considerados el desecho, lo que aún queda o como algunas personas a la ligera dirían “los que nos roban el aire”.

Una educación durante toda la vida permitirá conocer la nueva etapa, el proceso de jubilación, el cómo deben cuidarse desde ese punto en adelante, se les pretende enseñar la mejor forma de utilizar su tiempo, promoviendo una vida social más activa con compañeros en circunstancias parecidas, se pretende que la tercera etapa de la vida sea vista como algo maravilloso, una etapa en la que se puede sacar provecho de muchas cosas, aprovechar cada instante y realizar cosas que tiempo atrás no podíamos.

Las instituciones mencionadas son muy útiles, pero hace falta un gran trabajo de difusión para que los cursos realmente funcionen, dejar de lado la monotonía, el hacer las cosas porque los obligan a, la sociedad en general debe inyectarles mucha energía para que nuestros viejos se motiven, quieran luchar por algo, le den sentido a sus vidas y lo más importante de todo tengan una mejor calidad de vida disfrutando cada segundo de sus días.

CONCLUSIONES

De acuerdo a la investigación presentada en los capítulos que conforman este trabajo, puedo deducir que, con el aumento de la esperanza de vida de las personas y el aumento en porcentaje de las personas adultas mayores en la población, se están generando un sin número de problemas e inquietudes respecto al área social, económica y cultural es decir, es un fenómeno que obliga a realizar cambios. En México diariamente 799 personas cumplen 60 años, según el Consejo Nacional de Población para el año 2015 habrá 15 millones de adultos mayores y para el 2050 ocuparán el 27.95% de la población total. Esta situación obliga a enriquecer las políticas asistenciales y educativas para que esta gran parte de la población siga siendo parte activa de la sociedad.

Será preciso tomar en cuenta varios elementos para proponer una solución a esta problemática; como primer punto y de suma importancia es la actitud del adulto mayor; de los autores consultados puedo rescatar que anteriormente en algunos casos llegar a la vejez era una especie de fin, o podía verse como sinónimo de enfermedad, y por el contrario en la actualidad se pretende que la vejez sea vista como una oportunidad para tener una vida plena, realizarse y utilizar su tiempo de una forma útil y válida, en un ejemplo de fortaleza y sabiduría. Incluso en algunos casos no dejan de cultivar su mente constantemente en busca de un enriquecimiento cultural. Es decir ésta es la actitud que debemos fomentar en todos nuestros adultos mayores.

Es cierto, toda etapa de la vida tiene limitantes pero, también tiene ventajas que debemos buscar para aprovechar y sacar el mejor de los partidos viviendo de la mejor manera ese período. Una de las limitantes que ha quedado en el pasado era la idea de que cuando el ser humano era un adulto mayor ya no podía seguir aprendiendo, se habla de un declinar cognitivo sin embargo, es posible decir que todas las personas en general pueden seguir aprendiendo hasta el último día de su vida y aunque es cierto existe un cambio de velocidad o tiempo de asimilación en el aprendizaje asociado al rendimiento y productividad lo importante es saber que aún siendo personas de la tercera edad, pueden seguir aprendiendo y no solo eso, sino también pueden sacar provecho de los nuevos conocimientos convirtiéndose en personas activas dentro de la sociedad. La ancianidad es la etapa postrera del ser, por lo cual resulta importante encontrar las ventajas personales que este tiempo ofrece.

Por ello es preciso darle un giro a su vida, hacerles ver todo lo que ellos poseen y pueden brindar a los que los rodean lo cual será una ventaja para su adaptación a sus nuevas actividades y contexto, por ejemplo, saber que cuentan para los demás de manera física, intelectual, psicológica o afectiva es uno de los factores que facilitará a la persona de toda edad estar activamente dentro de la vida del otro. A su vez, buscar poner en marcha con la acción diaria los elementos positivos de cada persona en su ancianidad, es un factor fundamental para sentirse satisfecho con su vida en su contexto. Es decir, “una vida plena y feliz”.

Pero esto no es tan sencillo como suena. Al inicio de este trabajo llegué a considerar que el motivar y cambiar la percepción de la vejez de los adultos mayores sería fácil, sin embargo mediante la investigación me di cuenta de que existen un sin número de obstáculos como por ejemplo, la familia y la misma sociedad en la que vivimos la cual menosprecia a los jubilados, siendo estos un grupo social tan válido e importante como cualquier otro. La pregunta es ¿Cómo modificar su manera de pensar en cuanto su nuevo yo y hacerles ver que llegar a la tercera edad o ser adulto mayor, es la culminación de toda una vida, después de haber luchado constantemente para satisfacer sus necesidades y procurar su bienestar y el de su familia?, los que son mayores fueron hijos, luego padres y ahora son abuelos. Pues ahora, les toca a éstos, después de haber recorrido un largo camino, tomarse un descanso obligado, recapacitar y disfrutar de todo lo obtenido durante su largo recorrido por la vida.

Sé que no será nada fácil sino por el contrario será un duro y largo proceso para el cual es necesario estar preparados y tomar conciencia de lo que la vejez representa.

De hecho considero que borrar la imagen que se tiene de la vejez será muy difícil pero, lo poco que pueda aportar con este trabajo será un gran logro ya que es un factor fundamental en la calidad de vida del adulto mayor; la percepción, actitud personal y el manejo de sus posibilidades serán definitivos en el estilo de la calidad de vida que la persona tenga. La búsqueda de la calidad de vida implica un cambio interno de actitud ante la propia vida para enfocarla desde un ángulo en el cual la persona siga sintiendo gusto por su existir y lo disfrute lo más que pueda.

Se sabe que una de las primeras necesidades de todo ser humano es la de sentirse aceptado, querido, recibido, perteneciente a algo y a alguien, es decir, que el ser humano tenga autoestima, y en las personas adultas mayores no puede haber autoestima si perciben que su propia familia y la sociedad prescindan de él,

un adecuado nivel de autoestima es garantía de que el sujeto viejo podrá hacer frente con dignidad a importantes contrariedades de la vida; no decaerá su ánimo fácilmente. Con esto queda clara la función tan importante que debe cumplir la familia, los amigos y la sociedad en general en la adaptación del adulto mayor al cambio constante del contexto.

Por lo cual, es necesario cuestionarnos cuánto podemos hacer para apoyar el desarrollo del anciano en esta etapa, cuánto podemos estimular al adulto mayor para que viva esta etapa llena de cambios desde una perspectiva positiva y enriquecedora y cuánto podemos influir sobre estos factores psicológicos y sociales para lograr la aparición del envejecimiento normal, el cual sea visto como; una etapa en la que si se le cosecha de forma correcta con conocimientos, y propiciando un autoestima elevado dándoles un gran valor a estas personas, podremos lograr una vida plena, atiborrada de experiencias positivas, encontrando al final de nuestras vidas una gran satisfacción por lo que se hizo durante la misma, siendo personas preparadas para el final de sus días capaces de desprenderse del mundo a sabiendas que disfrutaron hasta el último segundo de su permanencia en esta Tierra. Es tiempo de que la sociedad cambie, de que les dé más importancia a las personas de la tercera edad, en la que se les reconozca como las personas de más experiencia de las que podemos aprender tan solo escuchándolos.

Gracias a la bibliografía consultada durante este trabajo considero esto será posible si damos el justo valor al segundo elemento que para mi tiene la misma importancia que el 1º “la educación” ya que, la educación constituye un instrumento indispensable para que la humanidad pueda progresar hacia los ideales de paz, libertad y justicia social, como una vía al servicio del desarrollo humano más armonioso, más genuino, para hacer retroceder la pobreza, la exclusión, las incompetencias, las opresiones, las guerras, etc.

Mediante este trabajo puedo ver que la educación en cualquiera de sus formas ocupa un lugar cada vez mayor en la vida de los individuos a medida que aumenta su función en la dinámica de las sociedades modernas. No se puede esperar hoy que el acervo inicial de conocimientos constituido en la juventud baste para toda la vida, pues la rápida evolución del mundo exige la actualización permanente del saber.

Por ello es que apoyo la idea de que debe proponerse el concepto de educación para toda la vida con sus ventajas de flexibilidad, diversidad y accesibilidad en el

tiempo y el espacio como lo sugiere la Comisión Internacional para la Educación del siglo XXI. Teniendo en cuenta que el ser humano puede seguir aprendiendo hasta los últimos días de su vida, esto ha quedado claro mediante la investigación realizada. Así entonces, debe ser una estructuración continua de la persona, de su conocimiento y sus aptitudes, pero también de su facultad de juicio y acción. La cual, le permitirá tomar conciencia de sí misma y de su medio ambiente e invitarla a desempeñar su función social en el trabajo y la sociedad.

Con todo lo expuesto hasta aquí queda claro que estoy apostando a la educación, principalmente a una educación no formal ya que considero es lo que nos ayudará a reintegrar al adulto mayor a nuestra sociedad después de su jubilación y así mismo, le permitirá sentirse parte activa de esta. Es importante mencionar que con la bibliografía revisada me he dado cuenta que en algunos casos es muy difícil que un adulto mayor se interese por entrar a una universidad donde tenga que seguir las reglas de un sistema educativo como tal, ya sea por factores económicos o sociales, para algunos adultos es demasiada presión, aunque existe quien al ser jubilado y tener tanto tiempo libre opta por estudiar una carrera o terminar la que dejo trunca.

Por todo lo anterior, considero que la educación a lo largo de la vida representa para el ser humano una construcción continua de sus conocimientos, aptitudes y de su facultad de juicio y acción. El saber, el «saber hacer», el «saber ser» y el «saber convivir» en sociedad constituyen los cuatro aspectos, íntimamente enlazados, de una misma realidad. Combina el conocimiento formal y no formal, el desarrollo de aptitudes innatas y la adquisición de nuevas competencias. Además de ser una experiencia singular de cada persona, es también la más compleja de las relaciones sociales, pues abarca a la vez los ámbitos cultural, laboral y cívico. La educación durante toda la vida se presenta como una de las llaves de este siglo XXI. Se trata de aprender a vivir juntos conociendo mejor a los demás, por ello es adecuada para el adulto mayor.

Y aunque hacen falta espacios de difusión e información sobre estas, es importante dar el primer paso con este trabajo a manera de información y divulgación.

Desde el punto de vista pedagógico y a manera de respuesta a las necesidades que demandan la población de adultos mayores quiero proponer la apertura de un centro cuya infraestructura sea capaz de resguardar a un gran número de personas adultas mayores a las que se les proporcionará educación no formal, es

decir, impartiendo actividades, cursos y talleres que beneficien en todos los ámbitos a este tipo de personas, que engloben lo cognitivo, lo físico, lo espiritual y por qué no, que puedan tener una fuente de ingresos con los trabajos realizados; así mismo se pretende que las personas integrantes del centro recuperen, mantengan y se integren a una vida social en la que conozcan a un gran número de personas de su edad, con intereses similares que les permita establecer una conversación y por lo tanto sentirse aceptados, útiles, mejorando el autoestima y de esta forma sentirse motivados para seguir asistiendo a sus clases.

Este centro contará con personal capacitado para cada una de las áreas e impartirán sus clases de acuerdo a las necesidades, intereses y posibilidades de las personas de tercera edad y se preparará cada determinado tiempo una muestra académica invitando a los familiares para que se den cuenta de cómo se trabaja en cada clase, cómo se les atiende a las personas adultas mayores y principalmente para que convivan pues uno de los principales objetivos de este centro será fomentar la unión familiar.

Sabemos que muchas personas adultas dependen de hijos o de alguna persona para poder trasladarse de sus casas hacia algún lado, es por ello que se implementará un servicio de transporte en el que se les traslade casa-centro-casa con el fin de tener éxito y evitar que dejen de asistir por cuestiones ajenas a ellos y no por falta de gusto.

El centro contará con un área de psicología para que, en caso de que lo requiera, el adulto mayor pueda asistir y tomar consultas mejorando la calidad de vida. Además de un servicio médico eficiente y suficiente para atender a las personas que presenten algún incidente dentro del centro.

Para sentirse útiles ante la sociedad y tomando en cuenta que los niños son los mayores inyectores de energía, se propondrán actividades en las que se pongan en contacto niños con adultos mayores realizando diversos proyectos como cuenta cuentos por ejemplo.

El centro deberá contar con espacios tanto abiertos como cerrados y un área de psicomotricidad adecuada a las necesidades de este sector de población que permitan que los viejos “saquen la polilla” con el mínimo de riesgos.

Para realizar este centro y mantenerlo en pie se requiere de mucho dinero, pero la bondad de la gente será quién ayudará a que este proyecto salga a flote pues se esperan una gran cantidad de donativos haciendo campañas como la del “Teletón”

para que no solo personas morales aporten, sino grandes empresas y compañías con el fin de deducir impuestos para ello tiene que comenzar como una fundación registrada ante las autoridades correspondientes.

El objetivo principal de este centro será mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores. Para ello la difusión del mismo y la mercadotecnia serán los principales encargados de concientizar a la sociedad en general para el apoyo a este sector de la población siendo creativa e innovadora. Propongo pláticas informativas que se impartan desde la escuela básica donde se hable del envejecimiento con una mirada diferente a la que en la actualidad algunas personas le brindan, es decir, con una visión prometedora, etapa de gozo, desarrollo y bienestar donde se disfrute de lo trabajado y realizar lo que por falta de tiempo no se pudo llevar a cabo en edades tempranas. Poniendo un especial énfasis en que para lograr esto, "un envejecimiento exitoso" es necesario trabajar desde ahora en ello, desde la manera en que tratamos a nuestros padres, abuelos y semejantes es decir, trato como me gustaría ser tratado brindando tiempo de calidad para aprender de ellos de todo ese bagaje cultural que han adquirido a lo largo de su vida.

El centro tendrá horarios de medio tiempo y tiempo completo. En medio tiempo tendrán la opción de ir en la mañana o en la tarde.

*"Si luchas primero por una calidad de vida,
invariablemente sube el estándar de vida;
si buscas primero alcanzar un estándar de vida,
no hay garantía de que mejorará la calidad de vida".*
Zig Ziglar

Referencias Bibliográficas

- ¿Quiénes somos y qué hacemos? Folleto publicado por el INAPAM 2004
- Abengonzar, Ma. C. (1999). Desarrollo familiar. Aspectos teóricos y prácticos. Barcelona: Promoción del libro universitario.
- Acrich, L. (1998). Posibilidades de intervención frente a los trastornos de memoria asociados a la edad. E: Salvarezza, Leopoldo (compilador). La vejez. Capítulo II. (1ª ed.) Buenos Aires. Argentina, Paidòs.
- Anderson, M. (comp.) (1980). Sociología de la familia. México: Fondo de Cultura Económica.
- Asatashvili, A.; Borjòn Lòpez-Coterilla, I. (compiladores). (2003). Panorama actual de los derechos humanos de las personas de edad: La situación en México frente a los compromisos internacionales. México: Comisión Nacional de los Derechos Humanos.
- Asili, N. (2004). Vida plena en la vejez. México: Pax.
- Basso Domingo, M. (1999). Nacer y Morir con Dignidad Bioética. Buenos Aires: Desalma.
- Beawoir, S. (1983). La vejez. México: Hermes.
- Beltrán, J.A.; Pérez, L.F. (2000). Educación para el siglo XII. Crear, Pensar y Convivir en familia. Madrid: C.C.S.
- Calero, Ma. D. (2002). Psicología de la vejez: el funcionamiento cognitivo. En: Fernández-Ballesteros, Rocío (directora). Gerontología social. Madrid: Pirámide.
- Canal Ramírez, G. (1999). Envejecer no es deteriorarse. Bogotá: Panamericana.
- Carbal Prieto, J. (1980). La tercera edad. Biblioteca El Tema del Tiempo. Buenos Aires: Troquel.
- Carreras Lomeli, M. (2001). Antecedentes de la educación en la familia. México: Panamericana.
- Carta de los Derechos de las Personas Mayores. Asamblea General de la ONU. Resolución 46 de 1991.
- Casals, I. (1982). Sociología de la ancianidad. México: Mezquita.
- Cátedra universitaria del Adulto Mayor de la Universidad de Villa clara. Documentos de Proyecto Pedagógico, Diseño Curricular y Programa Modular (2001).
- CEPES. Contenido de la educación y estrategias de aprendizaje para el siglo XXI. Informe presentado al Seminario Subregional sobre el Desarrollo

- curricular para aprender a vivir juntos. La Habana, Cuba; 5 al 18 de mayo del 2001.
- Cereijido, M.; Cobarrubias, L. (1999). El envejecimiento: sus desafíos y esperanzas Madrid: Siglo XXI editores.
 - Clemente Carrión, A. (1996). Psicología del Desarrollo Adulto. Madrid: Narcea S.A. de ediciones.
 - Coloma, J. (1993). La familia como ámbito de socialización de los hijos. En Quintana, José María (coord.), Pedagogía Familiar. Madrid: Narcea.
 - Cornachione Larrinaga, Ma. A. (2006). Psicología del desarrollo .Vejez, aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Buenos Aires: Brujas.
 - Cusinato, M. (1992). Psicología de las relaciones familiares. Barcelona: Herder.
 - De Los Reyes, M. (2007) Familia y geriátricos. La realidad del abandono. Buenos Aires: Espacio editorial.
 - Declaración Universal de los Derechos Humanos. México, Comisión Nacional de los Derechos Humanos, 2003.
 - Delgado-Losada ML. (2001). Programa de entrenamiento en estrategias para mejorar la memoria. [s.l.]: Rev Neurol.
 - Delors, J. et al. (1997). La educación o la utopía necesaria. En la educación encierra un tesoro. México, Ediciones UNESCO.
 - Dewey, J. (1971). La educación como necesidad de la vida. En Democracia y Educación. Buenos Aires: Losada.
 - Durkheim, È. (1991). Educación y Sociología. México: Colofón.
 - Estrada, L. (1997). El ciclo vital de la familia. México: Debolsillo.
 - Febrer de los Ríos, A. (2004). Cuerpo, Dinamismo y Vejez. Barcelona: INDE
 - Fernández- Ballesteros, R. (2001). Gerontología social. Madrid: Pirámide.
 - Fernández Lópiz, E. (1999). Sexualidad y vejez. Propuestas: Revista de la Universidad Nacional de la Matanza: Año V, N° 8. Buenos Aires.
 - Fernández-Ballesteros, R. (2009).Psicogerontología. Perspectivas europeas para un mundo que envejece. Madrid: Pirámide.
 - Fernández-Ballesteros, S. y miembros de la UMAM. (2002). Aprendizaje y memoria en la vejez. [s.l.] UNED.
 - Francisco, L. (1947). Historia Comparada de la educación en México. México: Porrúa.
 - Fregoso, M. (2000). Educación no formal. Educación para el cambio. México: Praxis.
 - Freicgla, J. (1992). Envejecer. Una antropología de la ancianidad. Barcelona: Antropos.

- Fromm, E. (1978). La familia. Barcelona: Península.
- Garay, J. (2000). Humanismo geriátrico, en M. García (comp.). Medicina y Sociedad. México: Fondo de Cultura Económica.
- García Carrasco, J. (1997). Educación del Adulto. Barcelona: Ariel.
- García, F. (2000). Psicología social de la familia. Barcelona: Paidós.
- Garduño, E. (2005). Calidad de vida y bienestar subjetivo en México. México: Plaza y Valdez editores.
- Gimeno, A. (1999). La familia: el desafío de la diversidad. Barcelona: Ariel.
- Goldberg, E. (2006). La paradoja de la sabiduría, Barcelona: Crítica.
- Grabowski, Stanley M. (1989). Educación de Adultos. México D.F.: Trillas.
- Gutiérrez, L.M. (1999). El proceso de envejecimiento humano: algunas implicaciones asistenciales y para la prevención: papeles de la población.
- H. Arèchiga M. Cerejido (coord.). (1999). El envejecimiento: sus desafíos y esperanzas. México: Siglo XXI.
- Ham Chande, R. (2003). El envejecimiento una nueva dimensión del envejecimiento en México. El siguiente reto de la transición demográfica. México: Porrúa.
- Illich, I. (1985). Sociedad desescolarizada. México, Joaquín Mortiz.
- Kastenbaum, R. (1980). Vejez. La psicología y tú. México: Harper Row
- Knowles, M. (2001). Andragogía, el aprendizaje de adultos. México: Alfaomega-Oxford.
- Lammoglia, E. (2008) Ancianidad, ¿camino sin retorno? México: Random House Mondadori.
- Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores. Secretaría de Desarrollo Social, México, 2002.
- Longworth, N. (2003) El aprendizaje a lo largo de la vida. Barcelona: Paidós.
- Longworth, N. (2003). El aprendizaje a lo largo de la vida. Barcelona: Paidòs.
- Majos A. (1995). Manual de prácticas de trabajo social en la tercera edad. Barcelona: siglo XXI.
- Marchesi Carreto J Palacios (dirs.) (1991). Psicología evolutiva. Madrid: Alianza.
- Martín García, A.V. (1999). Envejecimiento. Sociedad y Salud. La Mancha, Cuenca: Universidad de Castilla.
- Mishara, B.I. (1985). El proceso de envejecimiento. Madrid España: Morata.
- Monclus, A. (1998). Pedagogía de la contradicción en educación de adulto. Barcelona: Antropos

- Moragas, R. (2001). La jubilación: una oportunidad vital. Barcelona: Herder
- Moragas, R. Gerontología social. (1983). Envejecimiento y calidad de vida. Barcelona: Herder.
- Moreno J. (2004). El ejercicio intelectual y la evaluación neuropsicológica: aprendizaje y memoria como hábitos saludables. En Salvador-Carulla L, Cano A, Cabo-Soler JR. Longevidad: tratado integral sobre salud en la segunda mitad de la vida. Madrid: Médica Panamericana.
- O'Shea E. (2003). La mejora de la calidad de vida de las personas mayores dependientes. Galway: Universidad Nacional de Irland.
- Organización Internacional del trabajo, Una sociedad inclusiva para una población que envejece: el desafío del empleo y la protección social, documento presentado por la OTI ante la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. Madrid del 8 al 12 de Abril del 2002.
- Organización Internacional del Trabajo, una sociedad inclusiva para una población que envejece: el desafío del empleo y la protección social, documento presentado por la OIT ante la segunda asamblea mundial del envejecimiento. Madrid 2002.
- Park D., Scharwz N. (2003). Envejecimiento cognitivo. Madrid: médica Panamericana.
- Richard, Kalish A. (1996). La vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano. Madrid: Pirámide.
- Rousseau, J.J. (1993). Emilio o de la Educación. México: Porrúa.
- San Martín, H. (1998). Epidemiología de la vejez. Madrid: Inter-Americana-McGraw Hill.
- Sánchez, J. (2008). Familia y sociedad. México: Porrúa.
- Sarramona, J. (1998). Educación no formal. Barcelona: Ariel.
- Sarukàn J. (1996). La familia esa estructura cambiante, en estudiar a la familia, comprender a la sociedad. México: DIF
- Sotomayor Vidales, Ma. (2008) El adulto mayor: algunas propuestas educativas en México. México: (inédito).
- Trilla Bernet, J. (1996). La educación fuera de la escuela. Ámbitos no formales y educación social. México: Ariel.
- Trinidad, A. (2005). La realidad económica y social de las personas mayores: los jubilados tradicionales y los nuevos jubilados. Barcelona: Instituto de Estudios Económicos.
- Vega, J.L.; Bueno, B. (1996). Desarrollo adulto y envejecimiento. Madrid: Síntesis.
- Viladot, G. (1991). La educación de adultos como proceso. Madrid: Popular.

Mesografía

- Procuradora General Adjunta Viernes, 25 de Enero de 2008 / 10:12 hrs. Consultado el 27 de Agosto de 2011.
- <http://www.diariocolatino.com/es/20080125/opiniones/51523/%20>. Consultado el 12 de Julio de 2011.
- <http://www.cronica.com.mx/nota.php?idc=199244> Consultado el domingo 28 de agosto 2011.
- <http://www.entornomedico.org/salud/saludyenfermedades/3eraedad/index.html>. Consultado el 30 de Septiembre de 2011.
- <http://www.monografias.com/trabajos65/adulto-mayor/adulto-mayor2.shtml>. Consultado el 11 de Octubre de 2011.
- Emma Salas Neumann http://www.gerontologia.uchile.cl/docs/emma_1.htm. Consultado el 20 de Octubre de 2011.
- http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025-55832007000300012&script=sci_arttext. Consultado el 8 de Noviembre de 2011
- http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662007000100010&script=sci_arttext. Consultado el 8 de Noviembre de 2011.
- http://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=bbF0dsBIWyUC&oi=fnd&pg=PA9&dq=educaci%C3%B2n+no+formal&ots=K4nPlaAGEO&sig=11_d68QwvDRzQ2SnJsCOTeDAhJs#v=onepage&q=educaci%C3%B2n%20no%20formal&f=false. Consultado el 5 de Noviembre de 2011.
- Instituto Nacional de Educación para Adultos <http://www.inea.gob.mx> Consultado 24 de noviembre de 2011.
- Instituto Nacional de Educación para Adultos D.F. <http://www.dfinea.gob.mx> Consultado 24 de noviembre de 2011.
- Consejo Nacional de Educación para la vida y el trabajo <http://www.conevyt.org.mx> Consultado 24 de noviembre de 2011.
- Aspectos Económicos y Financieros del aprendizaje a lo largo de la vida <http://www.oecd.org/dataoecd/4/16/2727342>. Consultado 29 de noviembre de 2011.
- Comunicación Social INAPAM, Servicios Educativos <http://www.inapam.gob.mx/index/index.php>. Consultado 29 de noviembre de 2011.

ANEXOS