

## PRESENTACIÓN

Es indudable la importancia y la presencia del adulto mayor, en esta época en que se les toma en cuenta en distintos y diversos programas de atención integral, psicológica y social. El Centro de Estudios Generales ha destinado un espacio importante en la búsqueda de brindarle a los mayores una impronta necesaria en programas que destaquen aspectos de salud, atención integral y una formación básica en la comunicación con los estudiantes. Desde un punto de vista académico podemos señalar que el Centro de Estudios Generales ha diseñado un programa en atención a nuestros adultos mayores como parte del sustento de un eje curricular contemplado en la estructura de este Centro de Estudios. Los distintos aspectos que de ahí se derivan es un acontecimiento nuevo en la forja de la manera de ver a nuestros mayores. La comunicación y socialización pretende unificar los criterios que nuestros compañeros han destacado con el fin de reconocer el interés institucional y que el enfoque de estos programas suscite nuevas ideas y capacidades para la comprensión y disfrute de las personas de la tercera edad.



Gerardo César Hurtado Ortiz  
Editor

# PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL DE LA PERSONA ADULTA MAYOR

Maribel León Fernández

En América Latina y el Caribe, en 1980 había 23.3 millones de personas mayores de 60 años; en 1990 se pasó a 32.2 millones; en 2002 a 42.5 millones y para el 2025 la cifra alcanzará 96.9 millones (Castellanos, 1995:48, citado por CONAPAM, 2002:9).

En el caso de Costa Rica, los habitantes de 60 años y más representaban en 1980 el 5.5%; en 1985, 5.8%; en 1995, 7.1% de la población total del país (CONAPAM-UNFPA, 2002:21). Para el 2025 sería de un 14.5% (OPS, 1999:16, citado por CONAPAM-UNFPA, 2002:21).

Es por ello que la Universidad Nacional, institución cuya vocación social, según lo concibió el Reverendo Benjamín Núñez:

*"...es la promoción del proceso por el cual la sociedad, dentro de la cual y para la cual funciona, busca transformarse en una sociedad aún más humana, con base en un consenso democráticamente determinado dentro de la nación" y "...debe definir su vocación histórica como la responsabilidad de contribuir al estudio y a la solución de los problemas de crecimiento productivo del país, de integración solidaria de su población, de autonomía en las decisiones fundamentales, de preservación y perfeccionamiento de la democracia en Costa Rica" (Núñez, 1974:12 y 9).*

La Universidad Nacional no puede estar indiferente ante tal panorama a futuro. Es así como este Programa pretende colaborar con el Plan Nacional de Apoyo a la Persona Adulta Mayor cuya iniciativa fue tomada por la Oficina de la Primera Dama, en 1999, a raíz de la aprobación de la Ley 7935 (*Ley Integral para la Persona Adulta Mayor*) y que permitirá en los próximos 5 años desarrollar un Plan de Acción que beneficie a nuestra población adulta mayor (CONAPAM-UNFPA, 2002).

Este programa, dentro del marco de los lineamientos establecidos por el Centro de Estudios Generales, se ubica en el área disciplinaria Científico-Social, tiene como eje temático el Desarrollo Humano y los ejes curriculares son en primer lugar el Humanismo, los Derechos Humanos, Género, Ética, Valores y Ambiente (Centro de Estudios Generales, 2000).

Es así que se tiene una serie de proyectos en las cuatro áreas del quehacer universitario, a saber:

En Docencia se cuenta con el curso: *Cultura y Adulto Mayor: retos para el nuevo milenio*, dirigido a estudiantes de Humanidades del Centro de Estudios Generales y cuyo objetivo es:

*Que los estudiantes mantengan una relación de diálogo con los especialistas en el campo, la cual permita la construcción individual*

y social de los conocimientos, así como de las actitudes positivas al relacionarse con la Persona Adulta Mayor.

Entre las actividades que se realizan dentro del curso está el análisis de textos, charlas, espacios de conversación con personas adultas mayores, video-foros sobre la problemática de la persona adulta mayor en la sociedad actual, entre otras.

Además, se cuenta con la colaboración de otros cursos del Centro que desarrollan dentro de sus contenidos la temática de la persona mayor.

Se encuentra en proceso una carrera en la temática de la Persona Adulta Mayor y de la cual ya tiene conocimiento la Comisión de Educación del Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM).

En el área de la Extensión contamos con el Proyecto de Extensión: *Generación dorada: perspectivas hacia el nuevo milenio. "Cátedra: Por una mejor calidad de vida de la Persona Adulta Mayor"*, que tiene como objetivo:

*Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de la Persona Adulta Mayor por medio de charlas y otras actividades que informen, capaciten y recreen a todos los involucrados.*

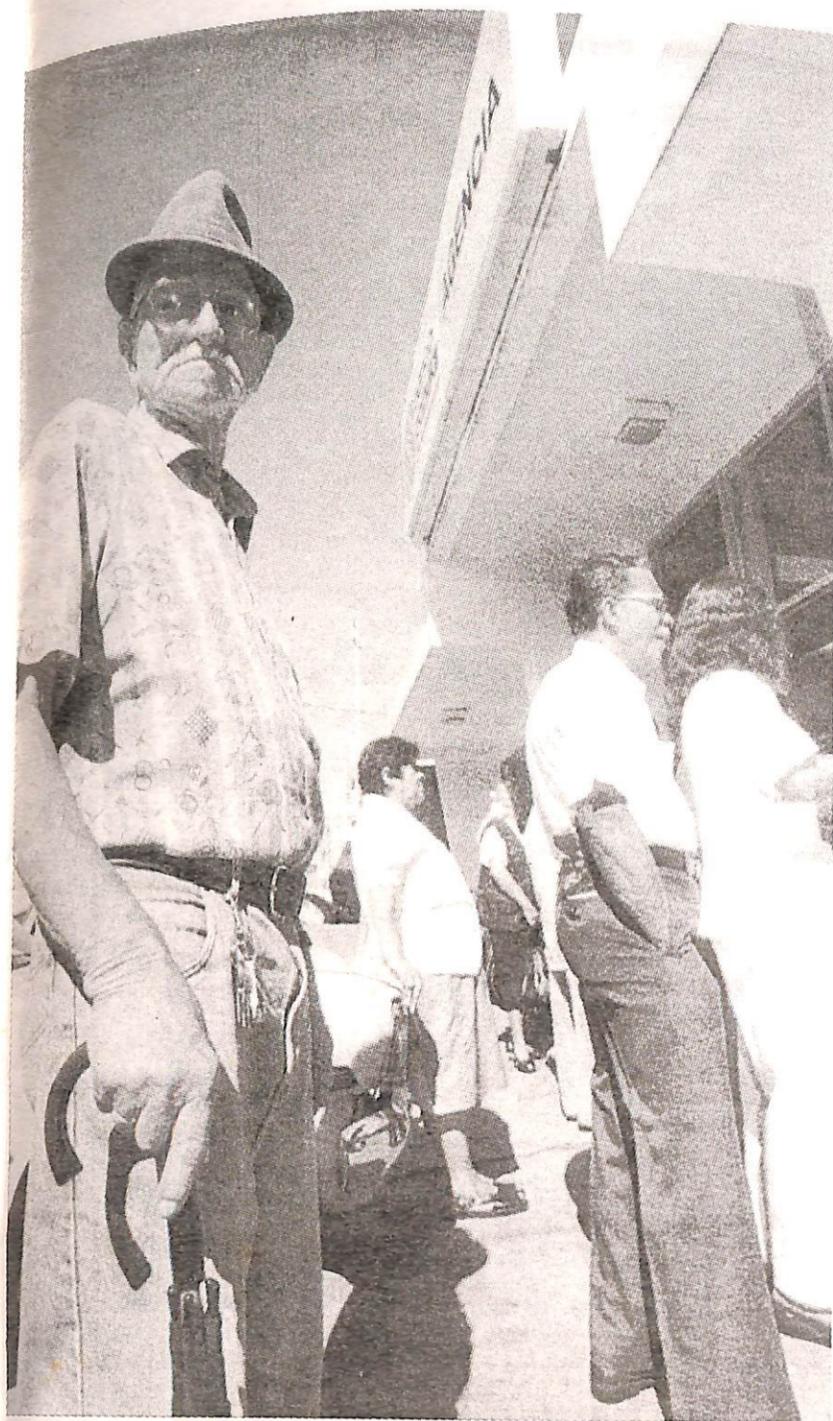
En este proyecto se llevan a cabo una gran cantidad de actividades como por ejemplo: charlas a varios sectores involucrados, sobre temas de la problemática de la persona adulta mayor; talleres sobre aspectos relacionados con personas mayores; mini proyectos comunitarios de ayuda y apoyo a la población adulta mayor, entre otros. En este sentido los cursos del Programa, así como los que pertenecen al grupo de cursos colaboradores del mismo, realizan dentro de las actividades de clase estos mini proyectos. De esta manera, hemos podido desarrollarlos en comunidades tanto urbanas como rurales. Algunos ejemplos específicos han sido: Actividades para personas mayores en la comunidad de Ortega, Guanacaste; visitas y colaboraciones, en *distintos aspectos, al Centro Institucional Adulto Mayor (cárcel para mayores) ubicado en San Rafael de Alajuela; visitas y realización de actividades a distintas instituciones que atienden personas mayores y muchas más.*

En el área de la Investigación, se pretende mantener, por medio de investigaciones, el estudio, el análisis y la construcción de conocimientos de temas relacionados con la persona mayor, de este modo, durante el período 2000-2001, se realizó una investigación sobre el tema: *Diálogo intergeneracional: Una alternativa para la valoración y comprensión de la Persona Adulta Mayor* y, en el que va de 2002-2003, se está desarrollando una sobre: *La Persona Adulta Mayor: Sexualidad y Salud.*

Por último, en la Producción, cuyo objetivo es: *Sistematizar y publicar los productos generados en extensión, investigación y docencia del Programa*, se hizo la revisión filológica de unas historias de vida, se seleccionaron y están en espera del presupuesto necesario para su publicación. El fin de estas publicaciones es *Brindar a la sociedad costarricense textos que recogen Historias de Vida de Personas Adultas Mayores para que comprendan y valoren a esta población, así como el rescate de costumbres y tradiciones.*

Desde su fundación en el 2000, en el Programa se han venido fomentando las alianzas estratégicas con distintas instituciones que desarrollan actividades en la temática de población adulta mayor, es así como el hecho de que la Universidad Nacional está representada, por medio de la Coordinación del Programa, ante el SINATEC (CONAPAM) (Sistema Nacional Técnico de Apoyo al Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor) adscrito a Casa Presidencial, en donde diferentes instituciones estatales, así como organizaciones no gubernamentales están presentes. En este sentido, la Universidad Nacional, a través de su representación en el SINATEC, participó en la elaboración del Plan de Acción (para 5 años) para el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor, el cual fue entregado en el mes de abril del 2002 a la Oficina de la Primera Dama.

En el año 2001, mediante este Programa, colaboramos con la



*Oficina de la Primera Dama en giras (financiadas por Casa Presidencial) en las cuales se brindó un homenaje a una muestra de maestros mayores de 85 años, pensionados, y de los cuales se obtuvo una recopilación de historias de su vida como maestros. Este proyecto llevó como nombre: Maestros Forjadores del Siglo XXI y se realizó en zonas seleccionadas de las siete provincias.*

Durante el año 2002, en una alianza estratégica con la Asociación Gerontológico Costarricense (AGECO), desarrollamos el proyecto *Formación de Clubes en la comunidad AGECO-UNA*, el cual tuvo como principal objetivo hacer el diagnóstico de 8 comunidades para determinar sus potencialidades para poner en ejecución clubes de AGECO. De esta experiencia, se presentó ante dicha institución 8 diagnósticos de comunidad y de grupo, los cuales fueron analizados para las acciones siguientes. Actualmente, año 2003, se desarrolla el *Proyecto de Generación y Fortalecimiento de Nuevas Experiencias Grupales Comunes con Personas Mayores y Estudiantes Universitarios, Subproyecto: Trabajo Comunal con Estudiantes Universitarios del Centro de Estudios Generales de la Universidad Nacional.*

Durante tres años, el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor nos ha brindado su apoyo en la realización del *Encuentro Intergeneracional* que se lleva a cabo en las instalaciones del Centro de Estudios Generales y todas las actividades que ejecutamos durante el mes de octubre para celebrar el *mes de la Persona Mayor*, forman parte del programa de actividades que dicho Consejo publica en *La Nación* en el mes de setiembre.

*La presencia de los estudiantes dentro del Programa es de vital e invaluable importancia, pues sin ellos no se podría realizar la labor intergeneracional y social que se ha hecho durante todos estos años. Su presencia ha sido valorada, no solo en las instituciones que atienden personas mayores, sino que a nivel de instituciones gubernamentales y no gubernamentales (al terminar el proyecto Maestros Forjadores del Siglo XXI, los estudiantes recibieron un certificado por parte de la señora Lorena Clare de Rodríguez, en ese período, Primera Dama de la República). En*

este proyecto, los estudiantes recopilaron las historias de vida que luego se entregaron a Casa Presidencial. También han sido ellos los que han recopilado historias de vida que forman la base de datos para los proyectos de este Programa.

También se ha podido hacer, a través de los estudiantes del mismo curso, mini campañas de sensibilización en escuelas, colegios, iglesias, centros diurnos, etc., sobre la temática del Adulto Mayor, así como de divulgación de la Ley 7935, Ley Integral para la Persona Adulta Mayor. Además, otros estudiantes han cumplido con horas de asistencia social en centros y albergues para adultos mayores.

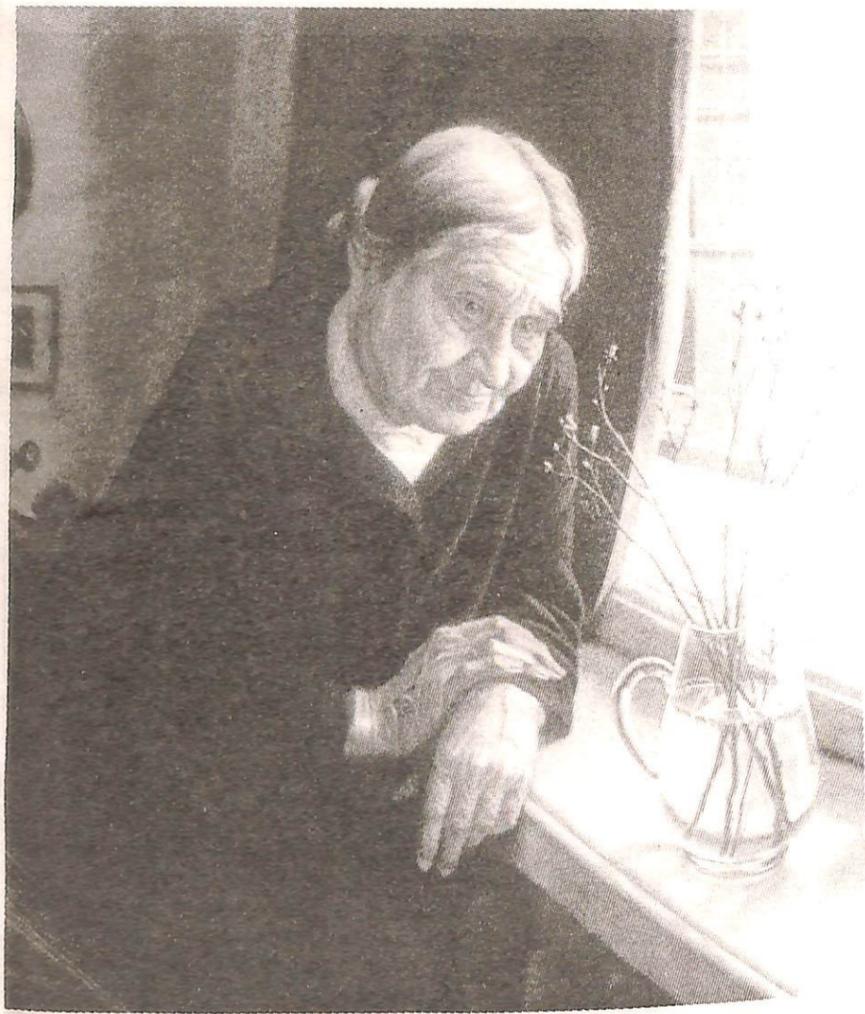
Por otro lado, el IMAS, dentro del marco de trabajo del SINATEC, nos solicitó que, por medio de los estudiantes del curso Cultura y Adulto Mayor, se elaborara un diagnóstico para justificar la creación de un centro diurno para la comunidad de Los Lagos, Heredia. Esta colaboración fue posible, gracias a que dentro del curso contábamos con estudiantes que habían llevado Estadística. Dicho diagnóstico fue presentado en el I Trimestre 2002 y con la labor de la Asistencia del Programa, la cual cuenta con una estudiante que tiene gran experiencia en lo relacionado con centros diurnos, Los Lagos fue, en junio del 2003, declarado Centro de Atención del Adulto Mayor.

Este año, se está colaborando con otras asociaciones: en Los Ángeles de Santo Domingo de Heredia, a solicitud del IMAS, y Barva y Barreal de Heredia, por gestión propia, para los mismos efectos que el grupo anterior y para la ejecución de proyectos de alcance comunitario dirigidos a las personas mayores.

En el III Trimestre de este año, 2003, se abrieron las puertas del Centro de Estudios Generales, por medio de sus cursos, para personas adultas mayores como oyentes.

Para el año 2004, tenemos una serie de actividades que, entre otras acciones, pretenden llegar a otras instancias de nuestra Universidad para coordinar esfuerzos en aras de fomentar y crear oportunidades reales para nuestras personas mayores.

Este Programa que nació en el año 1996, con un curso del Taller Aula Libre del Centro de Estudios Generales, es hoy un gran esfuerzo por dar a nuestras personas adultas mayores el lugar que merecen y una existencia justa, digna y libre.



## I. BIBLIOGRAFÍA

Centro de Estudios Generales. (2000). *Diseño Curricular de Estudios Generales*. Universidad Nacional, San José, Costa Rica.

CONAPAM-UNFPA (2002). *Política Nacional para la Atención de la Persona Adulta Mayor: Plan de Acción 2002-2006*. San José, Costa Rica: Fondo de Población de las Naciones Unidas.

Núñez V., Benjamín Pbro. (1974). *Hacia la Universidad Necesaria*. Costa Rica.

## II. BIBLIOGRAFÍA

Agüero Vargas, Juan Carlos (1993). *Cambios fisiológicos en personas mayores de 60 años inducidos por un programa de actividad física*. Tesis de Licenciatura en Educación Física. Facultad Ciencias de la Salud, UNA: Heredia, Costa Rica.

Aranguren, L. Dr. José Luis (1992). *La vejez como autorrealización personal y social*. Editorial Ministerio de Servicios Sociales. Madrid.

Bized, P. R. y Vallier, C. (1983). *La psicología moderna. Una nueva vida. La 3ª Edad. Comprender, saber y actuar*. Ed. Mensajeros Bilbao.

Carbal, J. (1993). *La Tercera Edad*. Buenos Aires, Troquel.

Cofré, M. (1990). *La Tercera Edad: Adultos Mayores*. Educación Física Chile. N° 222.

Confort, A. (1991). *La edad dorada: Guía para entender y disfrutar la vejez*. Barcelona Grijalbo.

Corrales Araya, María Antonieta (1989). *Utilización del tiempo libre en el anciano institucionalizado del área central del país*. Tesis de Licenciatura en Educación Física. Facultad Ciencias de la Salud, UNA: Heredia, Costa Rica.

Coutier, D.; Camus, Y.; Sarkar, A. L. (1980). *Tercera Edad: Actividades Físicas y Recreación*. Ed. Gymmos. Madrid.

Katz de Armoza, Marcela (1981). T. EFE. Vieno. (1994). "Aumenta la Tercera Edad". *La Nación*, Martes 6 de julio. San José, Costa Rica.

Katz de Armoza, Marcela (1981). *Técnicas corporales para la Tercera Edad*. 1ª edición, Paidós: Argentina.

Instituto Andaluz del Deporte (1996). *Cuadernos Técnicos del Deporte*. N° 27. Ancianos en Movimiento. 2ª edición.

Leviton, Dan y otros (1980). *Health, Physical Education, Recreation, and Dance for the Older Adult: A modular approach*. Reston. Virginia. USA.

Palma de Mallorca (1992). *Preparación para la Jubilación*. Producción Queimada. Madrid.

Parreño J. y otros (1985). *Tercera Edad Sana*. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. Madrid, España.

Pelletier, Kenneth (1986). *Longevidad. Cómo alcanzar nuestro potencial biológico*. Ed. Hispano-europea. Barcelona, España.

Redondo, Nélica (1990). *Ancianidad y Pobreza*. Editorial Humanitas. Buenos Aires.

Skinner, B. y Vaughn, M.E. (1986). *Disfrutar la vejez*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.

Swarth, Judith. MS., RD. (1992). *La persona de edad y la nutrición*. Editorial Norma S.A. Bogotá, Colombia.

Varios (1991). *El jubilado ante su futuro*. Narcea. S.A. de Ediciones. Madrid.

Vásquez Vargas, Luis Ant. (1999). "Año Internacional de las Personas Adultas Mayores". *Familia y Vida. La República*, 17 enero. San José, Costa Rica.

Villalobos, D.E. "Después de los 60 depende su hora". *Revista Imágenes*. UNA. Heredia, Costa Rica.

Villalobos Álvarez, Delia E. (1990). *Problemas de Salud que enfrenta la Población de la Tercera Edad en la Ciudad de Heredia*. Tesis de Magister Scientiae UCR. San José, Costa Rica.

Villalobos D. y otros (1995). *Factores de Envejecimiento de 60 años residentes en la Provincia de Heredia*. UNA. Heredia, Costa Rica.