

**PERCEPCIONES SOBRE LAS CONDICIONES DE VIDA Y BIENESTAR SOCIAL
DE LOS ADULTOS MAYORES DE LOS DIFERENTES GRUPOS QUE
PERTENECEN AL CENTRO VIDA AÑOS MARAVILLOSOS LOCALIZADO EN
REAL DE MINAS DE LA CIUDAD DE BUCARAMANGA.**

MARIA ISABEL JAIMES ARDILA

**UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL
BUCARAMANGA**

2014

**PERCEPCIONES SOBRE LAS CONDICIONES DE VIDA Y BIENESTAR SOCIAL
DE LOS ADULTOS MAYORES DE LOS DIFERENTES GRUPOS QUE
PERTENECEN AL CENTRO VIDA AÑOS MARAVILLOSOS LOCALIZADO EN
REAL DE MINAS DE LA CIUDAD DE BUCARAMANGA.**

MARIA ISABEL JAIMES ARDILA

**Trabajo de Grado para optar al título de
Trabajadora Social**

Director

**ADRIANA VEGA MARTINEZ
Trabajadora Social**

**UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL
BUCARAMANGA**

2014

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCION	9
1. METODOLOGIA	11
1.1. POBLACIÓN Y MUESTRA	12
1.2. ESTADO DEL ARTE.....	13
2. PRINCIPALES RESULTADOS	17
2.1. SALUD	17
2.2. ALIMENTACIÓN.....	20
2.3. RECREACIÓN	22
3. DISCUSION	27
4. CONCLUSIONES	30
BIBLIOGRAFIA.....	32
ANEXOS.....	35

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Primeros Auxilios, Personas con Recursos Insuficientes.....	19
Tabla 2. Personal.....	20
Tabla 3. Refrigerio	21
Tabla 4. Lúdico-recreativo.	23
Tabla 5. Salud Mental.	24
Tabla 6. Actividad Física.....	25

RESUMEN

TITULO: PERCEPCIONES SOBRE LAS CONDICIONES DE VIDA Y BIENESTAR SOCIAL DE LOS ADULTOS MAYORES DE LOS DIFERENTES GRUPOS QUE PERTENECEN AL CENTRO VIDA AÑOS MARAVILLOSOS LOCALIZADO EN REAL DE MINAS DE LA CIUDAD DE BUCARAMANGA.

AUTOR: MARIA ISABEL JAIMES ARDILA **

PALABRAS CLAVES: CONDICIONES DE VIDA, BIENESTAR SOCIAL, ADULTO MAYOR, CENTROS VIDA O DÍA, ENVEJECIMIENTO.

DESCRIPCION:

Cada día son más los individuos que llegan a la vejez, convirtiéndose esto en una tendencia creciente que ha llevado a los diferentes gobiernos y en particular al colombiano al diseño e implementación de programas dentro del Sistema de Protección Social para atender los retos que esta dinámica tiene implícitos. Este artículo da cuenta de una investigación sobre las percepciones que tienen los Adultos Mayores del Centro Vida Años Maravillosos de la ciudad de Bucaramanga sobre las Condiciones de Vida (Salud, Recreación, Alimentación) y Bienestar Social que muestran por estar vinculados al Programa de Protección Social que promueve la Alcaldía del Municipio.

Para esto, se realizó una investigación cualitativa con enfoque fenomenológico en donde se aplicaron seis entrevistas a profundidad con una guía semi-estructurada de preguntas a Adultos Mayores que pertenecen a los grupos adscritos al Centro Vida, con el fin de comprender sus percepciones respecto a los beneficios que se les brindan.

Los resultados del trabajo adelantado pretenden hacer una aproximación a las Condiciones de Vida y Bienestar Social de los Adultos Mayores en el Centro Vida Años Maravillosos de Bucaramanga, a fin de develar las opiniones, sentimientos, emociones sobre los servicios y beneficios que reciben por estar adscritos a los programas que allí se adelantan.

* Trabajo de Grado

** Facultad De Ciencias Humanas. Escuela De Trabajo Social. Director. Adriana Vega Martinez

ABSTRACT

TITLE: PERCEPTIONS ON THE LIVING CONDITIONS AND SOCIAL WELL-BEING OF THE MAJOR ADULTS OF THE DIFFERENT GROUPS WHO BELONG TO THE CENTER LIFE WONDERFUL YEARS LOCATED IN ROYAL OF MINES OF BUCARAMANGA'S CITY.*

AUTHOR: MARIA ISABEL JAIMES ARDILA **

KEY WORDS: LIVING CONDITIONS, SOCIAL WELL-BEING, MAJOR ADULT, CENTERS LIFE OR DAY, AGING.

DESCRIPTION:

Every day they are more the individuals who come to the oldness, turning this into an increasing trend that has taken the different governments and especially to the Colombian to the design and implementation of programs inside the System of Social Protection to attend to the challenges that this dynamics has implicit. This article realizes of an investigation on the perceptions that have the Major Adults of the Center Vida Años Maravillosos of Bucaramanga's city on the Living conditions (Health, Recreation, and Supply) and Social Well-being that they show for being linked to the Program of Social Protection that promotes the Mayoralty of the Municipality.

For this, a qualitative investigation was realized by approach phenomenological where six interviews were applied to depth by a guide semi-structured of questions to Major Adults who belong to the groups assigned to the Center Life, in order to understand his perceptions with regard to the benefits that are offered to them.

The results of the anticipated work try to do an approximation to the Living conditions and Social Well-being of the Major Adults in the Center Vida Años Maravillosos of Bucaramanga, in order develop the opinions, feelings, emotions on the services and benefits that receive for being assigned to the programs that there go forward.

* Degree Work

** Faculty of Humanities. School Social Work. Head teacher. Adriana Vega Martine

INTRODUCCION

El envejecimiento hace referencia al conjunto de modificaciones morfológicas y fisiológicas que aparecen desde el nacimiento y se incrementan a lo largo del tiempo involucrando a todos los seres vivos. Es un proceso biológico, social y psicológico que se da como consecuencia del ambiente, las conductas, la herencia, los estilos de vida que van proyectando la última etapa del ciclo vital: la vejez. (Arango, Victoria Eugenia y Ruiz, Isabel Cristina, 2007).

Demográficamente, a lo largo del tiempo se ha presentado un aumento sucesivo de la población. En la actualidad se evidencia un incremento en el segmento de Adultos Mayores, situación que se da como consecuencia del aumento de la esperanza de vida, producto de la mejora de las condiciones sanitarias, unidas al mayor control de enfermedades y a la baja tasa de fecundidad.

En Colombia este aumento, según censos del DANE de los años 1905 y 2005, se demuestra en el comportamiento de un siglo donde “la población pasó de 4’355.470 habitantes a 42’090.502, de los cuales más del 6% (2’617.240) es mayor de 65 años. De este grupo mayor, el 54.6% son mujeres y el 45.4% son hombres. (Arango, Victoria Eugenia y Ruiz, Isabel Cristina, 2007).

Dadas las demandas específicas y complejas que la dinámica poblacional descrita conlleva, es importante abordar la población de Adultos Mayores por el gran impacto que genera tanto en el desarrollo social, político y económico del país, como en la Calidad de Vida de este grupo de personas. Es claro, que esta situación exige el establecimiento de políticas sociales y la asignación de recursos destinados a generar mayores oportunidades en cada uno de los ámbitos en los que se desenvuelve el Adulto Mayor a saber el ámbito: social, familiar, económico, cultural, político, etc. cuyo impacto merece ser conocido.

Es de destacar dentro de las políticas sociales aquellas que han generado normas para la regulación de las instituciones destinadas a acoger a la población Adulta Mayor para brindarles una mejor calidad, entre las que se hallan los Centros de Protección Social, los Centros Día y las Instituciones de Atención, entidades que actúan en un marco local.

El escenario para la presente investigación es el Centro Vida o Día creado por la Alcaldía de Bucaramanga por medio del Decreto No. 0171 del 4 de Septiembre de 2003 en el cual se establece que “son espacios donde pueden acudir los Adultos Mayores durante el día, a recibir servicios, compartir con personas de su edad y desarrollar actividades ocupacionales, culturales, recreativas y de ocio productivo según sus intereses, capacidades y habilidades físicas y mentales”(Municipio de Bucaramanga, 2009).

Es importante anotar que la investigación se centró en el Centro Vida Años Maravillosos localizado en la Ciudadela Real de Minas, donde se les ofrece a los Adultos Mayores una serie de servicios para el mejoramiento de las Condiciones de Vida y Bienestar Social, haciéndose necesario comprender sus percepciones frente a las Condiciones de Vida actuales teniendo en cuenta su experiencia en el programa al que están adscritos.

El artículo, en un primer lugar describe el diseño metodológico que da cuenta del método, las técnicas de recolección de datos, y la población participante; en un segundo lugar, el estado del arte que da a conocer algunos programas de Protección Social que se les brinda a los Adultos Mayores tanto a nivel internacional como nacional y en un tercer lugar se profundiza y se efectúa un análisis de los principales resultados sobre las percepciones de los Adultos Mayores de acuerdo a las entrevistas que se realizaron, para finalmente presentar tanto la discusión, donde se examinan e interpretan los resultados, como las conclusiones producto del estudio adelantado.

1. METODOLOGIA

El estudio está enmarcado en el enfoque de la investigación cualitativa, entendida según Sandoval (1996):

No solo como esfuerzo de comprensión de sentido de lo que el otro o los otros quieren decir a través de las palabras, silencios, acciones e inmovilidades a través de la interpretación y el diálogo, sino también, la posibilidad de construir generalizaciones, que permitan entender los aspectos comunes de las personas en el proceso de producción y apropiación de la realidad social y cultural en la que desarrollan su existencia. (p.32)

De esta manera, se buscó comprender las percepciones de los Adultos Mayores acerca de las Condiciones de Vida y Bienestar Social desde su experiencia y vivencia de los beneficios y servicios que les brinda el Programa que la Alcaldía y el Centro Vida promueven.

Igualmente se resalta que lo cualitativo según Sandoval (1996) apunta más a “comprender la realidad social como un proceso histórico de construcción a partir de la lógica y el sentir de sus protagonistas; por tanto, desde los aspectos particulares y con una óptica interna” (p.11); y lo fenomenológico según Van Mannen (1990) (como se citó en Sandoval,1996) comprende “los cuatro “existenciales” básicos: el espacio vivido (espacialidad), el cuerpo vivido (corporeidad), el tiempo vivido (temporalidad) y las relaciones humanas vividas (racionalidad o comunalidad)” (p.59).

Así, durante la investigación se tomó en consideración los cuatro existenciales ya que los Adultos Mayores contaron la experiencia que han tenido dentro del Centro Vida, permitiendo expresar sus sentimientos, significados, valores, emociones, y otros elementos que se relacionan con las Condiciones de Vida y Bienestar Social que allí les ofrecen.

Para el desarrollo de la investigación se utilizó como técnica de recolección de información, la entrevista a profundidad con una guía semi-estructurada de preguntas, lo cual dio la facilidad de establecer una relación cercana con los Adultos Mayores, quienes como sujetos participantes expresaron sus percepciones sobre las Condiciones de Salud, Recreación y Alimentación que tienen como integrantes activos del Centro Vida Años Maravillosos.

Una vez recolectada la información, para el análisis de la misma se realizó una categorización de información la cual permitió develar categorías emergentes como producto de las percepciones que con mayor frecuencia fueron expuestas por los sujetos participantes. Las matrices diseñadas incluyeron diferentes tipos de información expresadas en las frases de los Adultos Mayores.

1.1. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población estuvo constituida por Adultos Mayores en edad superior a los 60 años que están adscritos a los grupos que pertenecen al Centro Vida Años Maravillosos de la Ciudadela Real de Minas, beneficiarios de los servicios que brinda el Programa “Bucaramanga Crece Contigo” en el subprograma “Envejecimiento Digno y Activo” que promueve la Alcaldía de Bucaramanga a través de la Secretaria de Desarrollo Social.

Para dar cumplimiento a lo previsto en el diseño metodológico se seleccionaron de manera intencional seis Adultos Mayores a quienes se les realizó una entrevista a profundidad con una guía semi-estructurada de preguntas. Estas personas se escogieron porque acuden frecuentemente al Centro Vida, son parte de la institución desde hace más de 15 años y asisten todos los días a realizar las actividades programadas, hechos que les ha permitido tener vivencias alrededor del desarrollo del Centro conociendo su historia desde que se creó el mismo. Los demás Adultos Mayores aunque igualmente acuden al Centro Vida no lo hacen con la misma frecuencia, no son mayores beneficiarios de los servicios que les brindan y su conocimiento de la institución es poco profundo.

Las entrevistas individuales se realizaron para facilitar el discurso de los Adultos Mayores que están vinculados al programa de Protección Social que promueve la Alcaldía del Municipio en función de los temas de mayor interés para la investigación como lo son las Condiciones de Vida (Salud, Recreación, Alimentación) y Bienestar Social. Dichas entrevistas revelaron categorías emergentes como producto de las percepciones declaradas con mayor frecuencia

Los parámetros de la selección de esta muestra responden a la naturaleza del enfoque cualitativo y a los objetivos de la investigación, porque se tuvo un acercamiento a la experiencia que tienen los Adultos Mayores en cuanto a los servicios y beneficios que obtienen al pertenecer al Centro Vida permitiendo que expresaran sus sentimientos y emociones, y tener una visión más completa de la realidad estudiada.

1.2. ESTADO DEL ARTE

Las Condiciones de Vida y Bienestar Social de los Adultos Mayores han sido objeto de estudio a diferentes niveles y el desarrollo de los mismos han permitido

identificar cómo esta población ha llegado a constituirse en un fenómeno social para los diferentes países y cómo se ha abordado el mismo y que se han establecido para garantizar la Calidad de Vida de los Adultos Mayores, entre muchos otros abordajes de la realidad.

Mora, Mónica; Villalobos, Delia, Araya; Gerardo y Ozols, Antonieta (2004) en su estudio titulado: “**Perspectiva subjetiva de la calidad de vida del adulto mayor, diferencias ligadas al género y a la práctica de la actividad físico recreativa**”, realizado en Costa Rica, determinaron que existen relaciones significativas ligadas al género entre las variables soporte social, autonomía, salud mental y actividad físico recreativa que integran la perspectiva subjetiva de la calidad de vida en personas adultas mayores costarricenses.

Puga, Dolores; Rosero-Bixby, Luis; Glaser, Karen y Castro, Teresa (2007) en su trabajo titulado: “**Red social y salud del adulto mayor en perspectiva comparada: Costa Rica, España e Inglaterra**”, exploran la relación entre la red social más próxima al adulto mayor, los vínculos establecidos con otros miembros del hogar y con los hijos, y las condiciones de salud en la vejez, desde una perspectiva internacional comparada.

Restrepo, Sandra; Morales, Rosa; Ramírez, Martha; López, María Victoria; Varela, Luz Estela (2006) en su investigación “**Los hábitos alimentarios en el adulto mayor y su relación con los procesos protectores y deteriorantes en salud**”, indagan sobre los aspectos protectores y deteriorantes relacionados con la alimentación y nutrición del adulto mayor. En su resultado más importante resaltan en cuanto a la alimentación en los adultos mayores que los hábitos alimentarios que contribuyen a su proceso de mayor fragilidad son el bajo consumo de lácteos, carnes, frutas, verduras y alto consumo de grasas.

A nivel nacional, en Colombia se cuenta con normas importantes como la Ley 1276 de 2009 a través de la cual modifica la Ley 687 de 2001:

La Ley tiene como objeto la Protección a las personas de la tercera edad (o Adultos Mayores) de los niveles I y II del Sisben, a través de los Centros Día o Vida, como instituciones que contribuyen a brindarles una atención integral a sus necesidades y mejorar su Calidad de Vida.

Los Centros Vida ofrecen los siguientes servicios a los Adultos Mayores:

- Alimentación
- Orientación psicosocial
- Atención Primaria en Salud
- Aseguramiento en salud
- Capacitación en actividades productivas de acuerdo a los gustos, talentos y preferencias.
- Deporte, cultura, recreación suministrado por personas capacitadas.
- Encuentros intergeneracionales.
- Promoción del trabajo asociativo de los adultos mayores para la consecución de ingresos.
- Auxilio exequial mínimo de 1 salario mínimo legal vigente de acuerdo con las posibilidades económicas del ente territorial.

Igualmente se halla la Ley 1251 de 2008, la cual tiene como objeto:

Proteger, promover, restablecer y defender los Derechos de los Adultos Mayores, orientar políticas que tengan en cuenta el proceso de envejecimiento, planes y programas por parte del Estado, la sociedad civil y la familia y regular el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las personas en su vejez.

Finalmente está la Política Nacional de envejecimiento y vejez, dirigida a la población Adulta Mayor de 60 años, especialmente a aquellos en condiciones de vulnerabilidad social, económica y de género teniendo en cuenta el Ciclo de Vida. Esta política, tiene como objeto visibilizar e intervenir la situación del envejecimiento y vejez en el periodo 2007-2019.

En el ámbito de la salud, se les garantizará a los Adultos Mayores la afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud (SGSSS) y el acceso a la prestación integral de los servicios de salud, mediante un modelo de atención basado en Atención Primaria en Salud y el desarrollo de instrumentos, guías, normas, técnicas para la intervención de enfermedades prevalentes en la persona mayor (Política Nacional de Envejecimiento y Vejez, 2007).

En la recreación, se les brinda a los Adultos Mayores, tener acceso a actividades culturales; a acciones que promuevan y permitan el acceso del Adulto Mayor a las actividades deportivas en función de sus necesidades particulares; a acciones para la conformación de espacios públicos de encuentro, comunicación y de convivencia intra e intergeneracional (clubes, centros de día, espectáculos, etc.); y a acciones para construir en el conjunto de la población una cultura de la vejez y del envejecimiento activo (Ley 1251 de 2008).

Con lo señalado, se configura el escenario de algunos de los Derechos que se deben garantizar y proteger a los Adultos Mayores, lo cual permite reflexionar sobre los alcances de las Leyes y Políticas que se establecen actualmente en los Centros Vida o Día teniendo en cuenta las percepciones que tienen los Adultos Mayores frente a los servicios que les ofrecen en Salud, Recreación y Alimentación, ya que son aspectos esenciales e importantes para el desarrollo y vida de esta población.

2. PRINCIPALES RESULTADOS

Los resultados permiten hacer un análisis de las categorías de análisis (Salud, Recreación y Alimentación) que son el eje central del estudio sobre las Condiciones de Vida y Bienestar Social de los Adultos Mayores pertenecientes a los grupos adscritos al programa que promueve la Alcaldía y el Centro Vida de la Ciudadela Real de Minas. A continuación se destacan los aspectos más relevantes de las entrevistas que se realizaron.

2.1. SALUD

Primeros Auxilios, Personas con Recursos Insuficientes, Personal.

En este apartado es importante destacar que la Ley 1276 de 2009 reglamenta los nuevos criterios de Atención Integral del Adulto Mayor en los Centros Vida, encontrándose que en salud ofrecen:

Atención Primaria en Salud: Hace referencia a la promoción de estilos de vida saludable, de acuerdo con las características de los Adultos Mayores, prevención de enfermedades, detección oportuna de patologías y remisión a los servicios de salud cuando ello se requiera. Se incluye la atención primaria, entre otras, de patologías relacionadas con la malnutrición, medicina general, geriatría y odontología, apoyados en los recursos y actores de la Seguridad Social en Salud vigente en Colombia, en los términos que establecen las normas correspondientes.

Aseguramiento en Salud: Será universal en todos los niveles de complejidad, incluyendo a los Adultos Mayores dentro de los grupos prioritarios como beneficiarios del régimen subsidiado.

Actualmente en el Centro Vida Años Maravillosos para la atención en salud se cuenta con enfermera auxiliar, psicólogo, enfermera profesional, fisioterapeuta, nutricionista y gerontólogo que permiten que los Adultos Mayores tengan una atención básica; sin embargo, de acuerdo con lo que respondieron los entrevistados, este servicio es más efectivo para las personas Adultas Mayores con menos recursos económicos (Niveles I y II del Sisben) por cuanto los que asisten constantemente al lugar, en su mayoría cuenta con aseguramiento en una EPS (Entidad Promotora de Salud), y no acuden a este servicio dentro del Centro Vida; sólo en caso de emergencia o algunos por voluntad propia hacen uso esporádico de la atención brindada en el área.

En relación con la atención primaria en salud, el Centro Vida aparece como una institución en la cual se llevan a cabo actividades de promoción de la salud con especial énfasis en labores educativas. Así por ejemplo, el profesional en odontología ofrece charlas sobre salud oral, autocuidado y hábitos, realiza exámenes del estado de salud oral y remite por demanda a las Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud de la red de referencia de la Entidades Administradoras de Planes de Beneficios, para que éstas realicen los tratamientos y procedimientos de rehabilitación que los Adultos Mayores requieran. La enfermera lleva a cabo actividades educativas sobre estilos de vida y hábitos saludables y detecta las personas que requieren atención y vigilancia de enfermedades crónicas y degenerativas como diabetes, hipertensión arterial, entre otras.

Acorde con lo anterior se observa que el Centro Vida Años Maravillosos en lo referente a salud desarrolla servicios de baja complejidad ofreciendo un servicio

de atención primaria, que puede contribuir a la mejora de las Condiciones de Vida y Bienestar Social del Adulto Mayor. No obstante, es importante tener en cuenta que la salud es un Derecho que exige una atención integral que involucra el desarrollo de actividades y procedimientos de diferentes niveles de complejidad y para el caso de la población Adulta Mayor se requiere asistencia permanente y a largo plazo.

Tabla 1. Primeros Auxilios, Personas con Recursos Insuficientes.

Primeros Auxilios, Personas con Recursos Insuficientes.
<ul style="list-style-type: none"> • “Si uno trae la orden del médico, le hacen la terapia acá y en una emergencia si lo atienden a uno también ahí, pero como la mayoría cada uno tiene su EPS entonces no”. (E.P.1.F.74) • Bien, bueno, aquí tienen buen grupo profesional, la mayoría de los del grupo tienen su EPS y yo utilizo lo de la EPS hay que darle la oportunidad al que realmente lo necesita.” (E.P.2.M.73) • “Bien bien, porque por lo menos las personas que tienen recursos insuficientes trae mucha satisfacción al adulto mayor porque habrán muchas personas que pueden pagar una consulta, una terapia, un examen, pero personas que no, y como se trata de ayudar al adulto mayor al más necesitado el grupo años maravillosos está haciendo lo que le corresponde hasta la presente sumamente bien”. (E.P.6.M.68)

En lo referente al personal del servicio de salud, la ley 1276 de 2009 reglamenta que “los Centros Vida pueden firmar convenios con las universidades que posean carreras de ciencias de la salud (medicina, enfermería, odontología, nutrición, trabajo social, psicología, terapeutas, entre otras), con el Sena y otros centros de capacitación que se requieran”. De esta manera, actualmente la institución dispone de enfermera auxiliar, psicólogo, enfermera profesional, fisioterapeuta, nutricionista y gerontólogo como se mencionó anteriormente.

Sin embargo, los Adultos Mayores experimentan que la labor del profesional fisioterapeuta es la más importante, porque consideran que el cuerpo a medida que pasa el tiempo se debilita y en cualquier circunstancia con un golpe o caída se lastiman generando patologías que requieren procesos de rehabilitación, que son atendidos en el Centro Vida con previa remisión médica y con limitaciones en la cobertura.

No obstante, todos los profesionales del equipo médico del Centro Vida en cumplimiento de las normas y protocolos que rigen la atención en salud, definen planes de tratamiento que le permiten al Adulto Mayor, una vez emitidos los diagnósticos, acceder mediante la remisión respectiva a los servicios de las diferentes IPS (Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud) de la ciudad.

Tabla 2. Personal

Personal
<ul style="list-style-type: none">• “Esta la fisioterapeuta”. (E.P.4.F.77)• “Aquí tienen buen grupo profesional, medico, terapeuta, psicólogos, odontólogos, está bien conformado”. (E.P.2.M.73)

2.2. ALIMENTACIÓN

Refrigerio

Haciendo referencia al aspecto de alimentación, es importante destacar que la ley 1276 de 2009 reglamenta que los Centros Vida deben ofrecer al Adulto Mayor:

Alimentación que asegure la ingesta necesaria, a nivel proteico-calórico y de micronutrientes que garanticen buenas condiciones de salud para el

Adulto Mayor, de acuerdo con los menús que de manera especial para los requerimientos de esta población, elaboren los profesionales de la nutrición.

Las percepciones de los Adultos Mayores entrevistados evidencian que la asistencia en alimentación no compromete al Centro Vida, sino que es responsabilidad de los Adultos Mayores tener una adecuada alimentación. En este aspecto se destaca el papel que cumplen las familias o cuidadores en la garantía del consumo de alimentos necesarios para cumplir con la dieta que les ha impartido el personal de salud, las cuales están relacionadas con el tratamiento de enfermedades crónicas y degenerativas que la mayoría padece.

Es importante anotar, que actualmente el Centro Vida provee un refrigerio para realizar vigilancia nutricional (Índice de Masa Corporal - relación cintura -cadera) que permite determinar riesgos de obesidad, sobre peso y riesgo cardiovascular. Se pudo conocer que más adelante se contará con almuerzos que cumplen con las exigencias nutricionales de los Adultos Mayores.

Al respecto, se resalta que la alimentación es fundamental para la vida de toda persona, especialmente en los Adultos Mayores para mejorar su salud y sus Condiciones de Vida, y este factor ha sido tenido en cuenta por la entidad que ha adelantado acciones para garantizar que se suplan las necesidades de este grupo poblacional brindándoles nutrición adecuada y balanceada con los refrigerios o almuerzos que les ofrecen.

Tabla 3. Refrigerio

Refrigerio
<ul style="list-style-type: none">• “Aquí dentro del centro vida no nos brindan un servicio de alimentación, pero cuando hay eventos o cosas así, nos dan refrigerio a todos los adultos mayores”. (E.P.1.F.74)

Refrigerio

- “Los cuidados con la alimentación lo hacemos en la casa, comiendo saludable, con dieta, pues con lo que la doctora nutricionista nos dice”.(E.P.5.F.50)
- “Cada uno se alimenta en los hogares, con dietas saludables controlando las enfermedades y con los medicamentos que le mandan a uno”. (E.P.4.F.77)
- “Aquí solo cuando hay integración, nos traen refrigerio”. (E.P.3.F.76)

2.3. RECREACIÓN

Lúdico-recreativo, Salud Mental, Actividad Física.

En este ámbito, la ley 1276 de 2009 establece que los Centros Vida deben ofrecer a los adultos mayores: “Capacitación en actividades productivas de acuerdo con los talentos, gustos y preferencias de la población beneficiaria. Deporte, cultura y recreación, suministrado por personas capacitadas”.

De esta manera, los talleres, cursos o juegos que les brindan a los Adultos Mayores en el Centro Vida están enfocadas en su mayoría a las mujeres ya que son manualidades como: tejido, pintura en tela, cerámica, bisutería, muñequería, fommy y otras como las danzas o coros que permiten que durante la semana todos los días estén recreándose y fortaleciendo sus capacidades. Los hombres tienen su espacio en el bolo, en el mini tejo, algunos están en danzas y otros en guitarra, pero esto evidencia que las posibilidades de recreación para los Adultos Mayores hombres son limitadas, por lo que se necesita presentar alternativas recreo-formativas que estén dirigidas al aprovechamiento del tiempo libre, manteniendo y fortaleciendo hábitos de vida saludable y participación socio familiar.

Acorde con lo expuesto, las acciones lúdico-recreativas son importantes para los Adultos Mayores ya que desarrollan sus habilidades y capacidades, les trae nuevos aprendizajes, permiten la interacción, vivir otras experiencias, aumentar la autoestima, estar activos y sentirse parte de la sociedad. Pero aunque esto les puede generar satisfacción, lo que se ofrece en el Centro Vida es sólo entretenimiento para que salgan de la rutina del hogar y pasen un rato de diversión y esparcimiento, lo cual no garantiza que les brinden mejores Condiciones de vida y bienestar social.

Si bien es cierto Años Maravillosos es un Centro al servicio de los Adultos Mayores, en esta entidad no se brindan espacios donde se integren hombres y mujeres y que satisfagan su gustos, talentos y preferencias. Hay evidencia que no se toman en cuenta las opiniones y sugerencias de las personas, sino sólo se acogen a las exigencias legales.

Cabe resaltar que allí confluyen Adultos Mayores de otros estratos (III, IV, V) que hacen parte de organizaciones como pensionados de “Asocarva” y otros grupos organizados, que se benefician de las instalaciones para realizar sus actividades puntuales de cultura física, lúdicas, ensayos de música y viejoteca los fines de semana.

Tabla 4. Lúdico-recreativo.

Lúdico-recreativo
<ul style="list-style-type: none">• “Es un centro precisamente creado para eso, para que el adulto mayor venga a recrearse, es lo que se busca, unos juegan bolo, antes se jugaba mini tejo, y otras actividades artísticas como las que están promoviendo como la noche del bolero, días especiales también hay participación de grupos de danza, basares”. (E.P.2.M.73)• “Podemos venir todos los meses a jugar bolo, antes era mini tejo, aquí dictan

Lúdico-recreativo

talleres usted viene en las tardes y hay gente en los cursos de enseñanza práctica, manualidades”. (E.P.6.M.68)

- “Por lo menos, yo un día estoy aquí en pintura, otro día en tejidos pero este año no han dejado los tejidos acá y pues realizo casi todas las actividades”. (E.P.1.F.74)

Los servicios a los que acuden los Adultos Mayores en el Centro Vida, contribuyen en su estado de salud ya que les permite tener mayor contacto con las demás personas, ser más sociables, tener más amigos, estar distraídos en otras cosas y no solo estar en la casa aislados por no tener con quien compartir. Con la realización de actividades se ayuda a que los Adultos Mayores se integren a la sociedad, sean partícipes de eventos que les permita tener un mayor bienestar social, psicológico, físico y mental y satisfacer sus Condiciones de Vida y Calidad de Vida.

Tabla 5. Salud Mental.

Salud Mental

- “Aquí uno se desestresa mucho porque uno muchas veces en la casa ahí encerrado haciendo oficio, aquí conoce uno más amigas, tiene más amistades, se distrae hace sus ejercicios y uno está en más actividad. Si yo me estuviera encerrada allá en la casa no tendría las actividades que tengo, que pertenecer a danzas, que pertenecer a tal y tal cosa porque estando encerrada en la casa no he conocido gente, más gente, más amigas y aquí hacemos ejercicios y hacemos onces, no y uno está en más actividad”. (E.P.1.F.74)
- “Me da mucha salud, es saludable porque primero uno se desestresa segundo porque he conseguido amigos que no había visto en mi vida, amigos buenos y tercero porque hago el deporte y el deporte es salud”. (E.P.6.M.68)

Se pudo conocer de acuerdo con las experiencias vividas por los Adultos Mayores que las actividades que llevan a cabo en los barrios cuando se reúnen en los grupos giran en torno a la realización de ejercicios físicos, los cuales son monitoreados por instructores capacitados enviados por la Alcaldía de Bucaramanga. Igualmente hacen paseos de integración, caminatas, celebraciones, actividades que fortalecen la convivencia destacándose que las mismas están bajo la responsabilidad exclusiva de los integrantes de cada grupo, es decir, son ellos quienes organizan y asumen los costos asociados a cada actividad.

En este aspecto es importante señalar que muchos estudios han demostrado que la práctica física está muy relacionada con la salud mental de los Adultos Mayores y contribuye para el logro de una mayor salud funcional. Diferentes investigadores han encontrado que el ejercicio mejora la autoestima, el funcionamiento autónomo y las relaciones sociales, entre otros, situación que lleva a destacar la importancia que las entidades que administren programas para este segmento de población, como es el caso del Centro de Vida Años Maravillosos, destinen recursos para la realización de este tipo de actividades, de tal manera que aquellas personas que no tienen capacidad de pago puedan acceder y participar de las mismas.

Tabla 6. Actividad Física.

Actividad Física
<ul style="list-style-type: none"> • “En el grupo nos reunimos cada 8 días, y tenemos recreación no más deportiva y paseos, tenemos un grupo de trabajo y ahí trazamos las metas, las tareas. En la parte física para hacer ejercicio nos mandan profesores de educación física, cuando no pueden venir acá y el grupo vale la pena envían un instructor, son personas capacitadas y saben de la materia”. (E.P.2.M.73) • “En el grupo al que yo pertenezco, pues es un grupo pequeño, entonces nosotros hacemos aquí paseo de olla, hacemos lo que son oncesitas, y pues

Actividad Física

ahí, si a veces salimos por ahí a un paseo pequeño porque nosotros no tenemos condiciones, en eso si no tenemos apoyo de nada, lo que nosotros hacemos propiamente por el bolsillo nuestro, pero nadie nos aporta nada. Si tuvimos instructor para que nos dictara clases de ejercicios, pero desafortunadamente no se pudo porque la gente vive lejos y para hacer clase con 5 o 8 personas no se justifica”. (E.P.6.M.68)

3. DISCUSION

Las percepciones que tienen los Adultos Mayores del Centro Vida Años Maravillosos de la ciudad de Bucaramanga sobre las Condiciones de Vida (salud, recreación, alimentación) y Bienestar Social que muestran por estar vinculados al Programa de Protección Social que promueve la Alcaldía del Municipio están relacionadas con las características de los beneficios que se describen en la normatividad vigente de este tipo de programas e instituciones.

Se encuentra que para el caso de estudio los Adultos Mayores se sienten conformes con lo que les brindan en el Programa ya que al asistir al Centro Vida pueden realizar actividades que les permiten salir del encierro de estar en los hogares, permitiendo tener esparcimiento y entrar en contacto con otras personas generando mayores amistades y distracción, factores que en sí mismos contribuyen a su salud física y mental. No obstante, acorde con las opiniones de los Adultos Mayores estos beneficios y servicios podrían ampliarse de tal manera que cubriera más necesidades propias del ciclo vital del Adulto Mayor.

Es interesante recalcar que para los Adultos Mayores el Centro Vida debe mejorar ciertos aspectos para lograr una mayor acogida de los servicios que ofrece y así cumplir con los objetivos para los que fue creado. En este sentido, al revisar las percepciones que se obtuvieron de las personas entrevistadas, las mismas señalan que los servicios no cumplen con lo requerido por la falta de calidad, cobertura, acompañamiento, atención y apoyo que ellos merecen, ya que se enmarcan sólo en lo que establece la ley, atendiendo necesidades básicas de entretenimiento que no les generan una mejor Calidad de Vida.

Los Adultos Mayores son conscientes que lo que reciben en el Centro Vida no contribuye para la mejora de sus Condiciones de Vida y Bienestar Social en Salud, Alimentación y Recreación. Los servicios y beneficios están limitados y no logran atender integralmente sus necesidades por cuanto el abordaje de las mismas exige que se les genere mayores perspectivas de vida, posibilidades de acciones a futuro y escenarios de mejor bienestar familiar, social, político y ambiental.

Igualmente este estudio revela que el tipo de población que acude al Centro Vida actualmente es de estrato alto, y los Adultos Mayores de niveles I y II del Sisben que necesitan acceder y beneficiarse de los servicios no lo han hecho porque la adquisición de servicios de transporte y suministro de alimentación e insumos para el desarrollo de las acciones se encuentra en proceso pre-contractual por parte del ente municipal. De acuerdo a información suministrada por administrativos de la institución se visualiza que hay ausencia de política pública local de acuerdo a los lineamientos del Ministerio de Protección Social, pero a pesar de eso, el Centro Vida acoge a los Adultos Mayores con igualdad de oportunidades, derechos y deberes.

Esto evidencia que para vislumbrar cambios significativos en las Condiciones de Vida y Bienestar Social de los Adultos Mayores, se precisa que el Centro Vida promueva y garantice una oferta de servicios con calidad y cobertura, que permita no solo cumplir con exigencias mínimas para obtener resultados, sino que involucren procesos a largo plazo para atender las características de estas personas acorde con sus vivencias y expectativas.

En cuanto a la salud, debe ser entendida más allá de la ausencia de la enfermedad y por lo tanto involucrar el bienestar físico, mental y social de todas las personas. Los Adultos Mayores tienen la misma oportunidad de crecimiento, desarrollo y aprendizaje al igual que cualquier otro segmento poblacional. Por esto, los Centros Vida para promover el mejoramiento del estado de salud de las

personas que acceden a sus programas deben dedicar recursos que faciliten el desarrollo de un modelo de atención integral que permita el abordaje del proceso salud-enfermedad desde una perspectiva holística. Así, atender salud de los Adultos Mayores en el Centro Vida exige ir más allá de la atención primaria y llegar a convertirse en parte de una red de referencia de instituciones que velan por la protección y cuidado de la salud mediante el desarrollo de estrategias de prevención primaria, secundaria y terciaria.

En cuanto a la recreación ésta es vital para el funcionamiento y desarrollo corporal del Adulto Mayor, por cuanto le permite tener vitalidad y nuevos aprendizajes. Con las actividades lúdico-recreativas en las que participan estas personas en el Centro Vida Años Maravillosos se logra una vivencia satisfactoria de parte de ellos. No obstante, aunque tienen instructores, realizan bailes, y variados eventos, falta diseñar más opciones que permitan la integración de hombres y mujeres para que se generen espacios y acciones que involucren sus gustos y preferencias.

La alimentación es un factor fundamental para la prolongación de una vida sana en el Adulto Mayor por lo que se debe propender para que ésta cumpla con los requerimientos nutricionales, proteicos y calóricos propios de esta fase del Ciclo Vital. Parece que este factor ha sido tenido en cuenta en el Centro Vida ya que se ha mejorado la minuta alimentaria que les ofrecen a los Adultos Mayores, propiciando un mejor bienestar; sin embargo, es necesario incorporar dentro de los hogares, patrones de consumo saludables para complementar la nutrición y así ésta no se quede sólo en función de la entidad.

4. CONCLUSIONES

Este trabajo de investigación surgió por la necesidad de comprender las Condiciones de Vida y Bienestar Social de los Adultos Mayores acorde con el programa que promueve el Centro Vida Años Maravillosos, con el fin de obtener mayor conocimiento y profundidad a este tema.

El estudio revela que los Adultos Mayores están conformes con lo que les brindan, ya que afirman que en lo referente a Salud se les brinda atención básica de primeros auxilios aun cuando, los profesionales en esta área no están permanentemente en la entidad. En el ámbito de la Recreación los Centros Vida cumplen con lo que reglamenta la ley ya que realizan actividades lúdicas, recreativas, físicas que permiten un mayor esparcimiento, bajar niveles de stress, interacción, integración, habilidades, etc. a las personas, pero se evidencia que son solo actividades de entretenimiento; y en cuanto a la Alimentación se brinda refrigerios que para los Adultos Mayores son comidas aperitivas, las cuales cumplen los estándares de comidas balanceadas en cuanto a nutrientes, proteínas y calorías.

De esta manera, acorde con el análisis, existen falencias que conllevan al incumplimiento de lo que reglamentan las leyes para proporcionarles a los Adultos Mayores mejores Condiciones de Vida y Bienestar Social y garantías en los servicios de Salud, Recreación y Alimentación con el fin de satisfacer sus necesidades.

Es necesario que las entidades gubernamentales establezcan control y seguimiento en los Centros Vida para que se cumpla a cabalidad con la

reglamentación que les exigen, a fin de proteger y garantizar a los Adultos Mayores calidad y cobertura en los servicios y beneficios.

En el área de Trabajo Social la población Adulta Mayor se configura como un desafío que precisa de la intervención profesional para que se diseñen e implementen alternativas dirigidas a brindarles mejor bienestar, desarrollo, posibilidades y satisfacción a estas personas. Además, es necesario que en las entidades que han sido creadas para la atención a los Adultos Mayores se tenga el acompañamiento permanente de un trabajador social para llevar a cabo una atención que involucren a los familiares, profesionales e institución, con el fin de promover procesos que refuercen el desarrollo activo de este grupo poblacional potenciando su autonomía personal, grupal, colectiva, así como la solidaridad humana.

BIBLIOGRAFIA

- Arango, Victoria Eugenia y Ruiz, Isabel Cristina (2007). Diagnóstico de los Adultos Mayores en Colombia. Ministerio de la Protección Social, Fundación Saldarriaga Concha. Bogotá: mimeo, 2007.
- Ardevol, Elisenda; Bertrán, Marta; Callen, Blanca y Pérez, Carmen (2003). Etnografía Virtualizada: la observación participante y la entrevista semi-estructurada en línea. Universidad Oberta de Catalunya.
- Arias Valencia, María Mercedes (2000). La triangulación metodológica: sus principios, alcances y limitaciones. Recuperado de: <http://www.uv.mx/mie/files/2012/10/Triangulacionmetodologica.pdf>
- Cardona, Doris; Estrada, Alejandro y Agudelo, Héctor (2006). Calidad de vida y condiciones de salud de la población adulta mayor de Medellín. Medellín, Colombia.
- Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía CELADE- División de población. (2002). Los Adultos Mayores en América Latina y el Caribe: Datos e Indicadores. Recuperado de: <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/ORGIN003.pdf>
- Congreso de la Republica de Colombia. (27 de Noviembre de 2008). Ley 1251. Bogotá, Colombia.
- Congreso de la Republica de Colombia. (5 de Enero de 2009). Ley 1276. Bogotá, Colombia.

- Congreso de la Republica de Colombia. (9 de Enero de 2007). Ley 1122. Bogotá, Colombia.
- Hernández, Sampieri Roberto (1991). Metodología de la Investigación. McGraw - Hill interamericana de México, S.A. de C.V. Recuperado de: <http://www.dgsc.go.cr/dgsc/documentos/cecadec/metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Jiménez Vargas, Ileana (2012). La entrevista en la investigación cualitativa: nuevas tendencias y retos. Universidad Nacional, Costa Rica.
- Ministerio de Protección Social. República de Colombia. (s.f) Política de Envejecimiento y Vejez. Bogotá, Colombia.
- Ministerio de Salud y Protección Social (2013). Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021: La salud en Colombia la construyes tú. Bogotá, Colombia.
- Ministerio del Trabajo (2013). Programa de protección social al adulto mayor - hoy Colombia mayor. Recuperado de: file:///D:/Users/Usuario/Downloads/resolucion_00001370_de_2013_anexo_tecnico.pdf
- Mora, Mónica; Villalobos, Delia, Araya; Gerardo y Ozols, Antonieta. (2004). Perspectiva subjetiva de la calidad de vida del adulto mayor, diferencias ligadas al género y a la práctica de la actividad físico recreativa. Revista MHSalud, 1(1), 1-12. Recuperado de: <file:///D:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-PerspectivaSubjetivaDeLaCalidadDeVidaDelAdultoMayo-3700194.pdf>

- Municipio de Bucaramanga (2009). Proyección y Desarrollo Comunitario. Recuperado de: file:///D:/Users/Usuario/Downloads/RESPUESTAS_DESARROLLO1_2009%20(1).pdf.
- Puga, Dolores; Rosero-Bixby, Luis; Glaser, Karen y Castro, Teresa. (2007). Red social y salud del adulto mayor en perspectiva comparada: Costa Rica, España e Inglaterra. Revista electrónica población y salud en Mesoamérica, 5(1) (1), 1-21. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44659902>
- Restrepo, Sandra; Morales, Rosa; Ramírez, Martha; López, María Victoria; Varela, Luz Estela. (2006). Los hábitos alimentarios en el adulto mayor y su relación con los procesos protectores y deteriorantes en salud. Revista Chilena de Nutrición, 33(3), 1-18. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46914636006>
- Rodríguez, Gregorio; Gil, Javier y García, Eduardo (1996). Metodología de la Investigación Cualitativa. España.
- Rojas, Sandra Patricia (2007). El estado del arte como estrategia de formación en la investigación. Bogotá, Colombia.
- Sandoval, Carlos. (1996). Investigación Cualitativa. Bogotá, Colombia: Copyright: ICFES 1996.
- Santos de Santos, Zulma Cristina (2009). Adulto Mayor, Redes Sociales e Integración. Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia.

ANEXOS

PREGUNTAS A LOS ADULTOS MAYORES

1. Edad: _____
2. Estrato socio-económico: _____
3. Barrio donde vive: _____
4. ¿Cuánto tiempo tiene perteneciendo al centro vida:

5. ¿Cómo ingreso al programa del centro vida años maravillosos?

6. ¿Qué beneficios tiene por pertenecer al centro vida?

7. ¿Las actividades que se promueven dentro del centro vida están acordes con las condiciones de los adultos mayores?

8. ¿cómo se siente respecto a lo que le brindan dentro del centro vida?

9. ¿Cómo es el servicio de salud que les brindan dentro del Centro Vida?

10. ¿Qué les ofrecen en cuanto a alimentación se refiere?

11. ¿Qué actividades realizan cuando se reúnen en los grupos en los diferentes barrios?
