

EL USO DEL TIEMPO LIBRE PARA EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA
DEL ADULTO MAYOR EN EL CENTRO DE VIDA SANTA ANA DEL MUNICIPIO DE
BARANOA ATLÁNTICO.

ELVIRA MERCEDES CASTRO VIANA
MARIA CRISTINA MIRANDA COTES

Estudio y seguimiento de caso para optar al título de
TRABAJADORA SOCIAL

UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL
BARRANQUILLA
2002

Nota de aceptación

Presidente del jurado.

Jurado

Jurado

Barranquilla Sept. 9/02

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN
 2. OBJETIVOS
 3. JUSTIFICACIÓN
 4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA
 - 4.1 Antecedentes
 - 4.2 Situación Actual
 5. MARCO LEGAL
 6. MARCO TEORICO
 7. TRATAMIENTO SOCIAL
 8. IMPACTO SOCIAL
 9. POLÍTICAS Y ESTRATEGIAS
 10. METODOLOGÍA Y TÉCNICAS.
- ANEXOS
- Ficha Social
- Cronograma De Actividades
- Minimental Test
- BIBLIOGRAFÍA.

A mis padres Yadira y José.
A mis hermanos Héctor Fabio y Jota.
A mis abuelos.
A mi tía Rocío y mi Tío Leo.

Elvira Mercedes Castro Viana

A mis padres Nelson e Inmaculada.
A mis hermanos Julio y Nelson.

Maria Cristina Miranda Cotes

AGRADECIMIENTOS

Los autores de este estudio agradecen :

A Dios, que nos mostró e iluminó el camino para llegar hasta aquí.

A las profesoras Luisa Vargas, Nohemy de La Torre, Janeth Arias Trujillo;
asesoras de practica comunitaria.

Amelia Bolaños asesora de estudio y seguimiento de caso.

A la comunidad de adultos mayores del Centro de Vida Santa Ana. Sin ellos no
hubiese sido posible este estudio y seguimiento de caso.

Y a todas aquellas personas que de una u otra manera participaron en la
realización de este estudio y seguimiento de caso.

INTRODUCCION

Con el objeto de mejorar la calidad de vida del adulto mayor del municipio de Baranoa (Atlántico), se ha desarrollado el presente estudio de caso basado en teorías ya creadas por expertos en el tema.

El adulto mayor en la actualidad no desarrolla actividades de carácter educativo, social y cultural debido al poco interés mostrado por la familia hacia el grupo poblacional. Son muy pocas las personas de mayor edad que asisten con regularidad a actividades que conlleven a mejorar su calidad de vida a nivel familiar y social.

Con el apoyo de un modelo de atención integral al adulto mayor pretendemos realizar actividades educativas, recreativas y culturales con el fin de desarrollar en ellas las capacidades físicas e intelectuales.

Podemos notar que la población objetivo de este estudio muestra gran interés por la realización de este tipo de actividades, puesto que no están acostumbradas al desarrollo de las mismas.

Es sumamente importante para el adulto mayor y su calidad de vida ocupar su tiempo libre en actividades que lo ayuden a sentirse útil y no por el contrario rechazado por su familia y la sociedad. La ocupación de este tiempo puede llevar a la familia a un estilo de vida saludable donde se le respete el espacio que necesita para llevar una vida digna.

OBJETIVOS

- ✦ Mostrar a la familia y a la sociedad la importancia que tiene el uso del tiempo libre del adulto mayor en el centro de vida Santa Ana y como influye en el mejoramiento de su vida familiar.
- ✦ Analizar la disponibilidad emocional, física e intelectual que tiene el adulto mayor para realizar actividades que ayuden al buen uso del tiempo libre.
- ✦ Crear estrategias que motiven a la realización de actividades ocupacionales con el fin de que el adulto mayor se sienta útil dentro de la sociedad.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Antecedentes.

El municipio de Baranoa esta ubicado en la parte central del departamento del Atlántico y hace parte de la subregión # 5, limita al norte con el municipio de Galapa, al sur con los municipios de Usiacuri y Sabanalarga, al este con Polonuevo y al oeste con el municipio de Juan De Acosta.

El centro de vida Santa Ana se encuentra ubicado en el barrio España, exactamente en la calle 27 # 22-43, limita con los barrios 11 de Noviembre y Porvenir.

El centro de vida fue fundado el 25 de julio de 1987 hace exactamente 15 años. Se constituyo inicialmente como club Santa Ana de la tercera edad lo conformaban solo 10 personas dirigidos por el párroco Sierra y el Señor José Fernández quien fue el fundador de la asociación de viejos chéveres (ASOVICHE) y Maria del Socorro Lara funcionaria de la Gobernación del Atlántico. Al iniciar, este grupo no contaba con una sede propia y se reunían en la casa cural todos los sábados. Se conformo entonces una junta directiva formal resultando como presidente el señor Leonardo Falquez quien ocupa este cargo desde entonces hasta la fecha.

Este centro de vida se mantiene hasta el momento por los aportes que ha recibido por parte de muchas instituciones entre ellas el Municipio, la Gobernación y el Plan Nacional de Rehabilitación (PNR), según información recibida del presidente de la institución afirmamos que esta ultima entidad (PNR) dono \$16.5 millones, con los cuales dotaron el centro y ampliaron la casa. Por parte de la gobernación

recibieron \$13.5 millones; estas donaciones fueron hechas después que el centro presentara una serie de proyectos en pro del bienestar del adulto mayor del municipio de Baranoa.

Situación Actual.

La población del centro de vida Santa Ana es de 50 adultos mayores cuyas edades oscilan entre los 55 y los 84 años; actualmente se dedican a las labores domesticas y al cuidado de sus nietos. En cuanto al sostenimiento económico del adulto mayor adscrito al centro de vida se da por pensiones que reciben. El 30 % de la población, en otros casos se da por el apoyo de sus hijos, representado en vestuario y medicamentos ; aunque algunos consiguen sus medicamentos por los seguros o clubes de hipertensos del hospital local, por ser una de las enfermedades mas comunes en estas personas.

La problemática encontrada en el centro de vida es el alto índice de sedentarismo y la poca ejecución de actividades ocupacionales y recreativas en su familia, obstaculizando el desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales. Esto trae consigo que el adulto se sienta retraído, deprimido y aislado; por esto es muy importante brindarle la capacitación y el apoyo necesario que los lleve a salir de esta problemática.

MARCO LEGAL.

Para la realización del siguiente estudio nos fundamentamos en las siguientes normas:

- ⊕ **CONSTITUCION POLÍTICA DE COLOMBIA 1991.** ART. 52. "Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la practica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas"
- ⊕ **ART. 46.** Dentro desde este artículo se plantea que el estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria
- ⊕ **El documento del CONPES** (Políticas nacionales sobre envejecimiento y vejez), diseñado en la Vicepresidencia de la Republica de 1994, plantea en el área de recreación y uso del tiempo libre la necesidad de que el adulto mayor realice actividades ocupacionales para mejorar su calidad de vida.
- ⊕ **"Nuevo comienzo". Otro motivo para vivir 2002.** Es un programa intergeneracional en donde se fortalecen los beneficios para el adulto mayor y se trabaja primeramente en la consolidación de los procesos de organización y participación de los adultos mayores en los municipios, localidades y comunidad con actividades recreativas y culturales.

MARCO TEORICO

Un tema que cada vez adquiere más importancia, es la consideración del llamado "Tiempo libre de las personas". La licenciada Norma L. Tamer nos plantea de manera particular, que la vejez, según los tiempos actuales y las características de nuestra sociedad contemporánea, se convierte en una preocupación no sólo para el grupo étnico y para cada persona que lo constituye sino también para la sociedad y su manera de enfrentarla.

La cuestión del tiempo libre adquiere un significado especial en las personas mayores próximas a su jubilación y las ya jubiladas, quienes disponen de éste como uno de los valores más codiciados mientras transcurre el "tiempo de obligación". Sin embargo, cuando el retiro laboral es vivenciado como una "jubilación social" las personas mayores experimentan un sentimiento de distanciamiento en relación con la corriente de vida de su grupo de pertenencia.¹ Este retraimiento del contacto con el entorno se traduce en un empobrecimiento de su tiempo libre que ahora ocupa casi la totalidad de su tiempo de vida.

El tedio y la soledad son dos dimensiones íntimamente ligadas en la vida de las personas mayores. Ante ellos muchas veces, desde la mirada asistencialista, se ofrece toda clase de medios y estrategias para conservarlos activos de lo cual se obtiene solo un activismo dispersonalizantes o de mera productividad pero inmovilizados de auténticas transformaciones .

¹ www.altavista.com/ntamer@unse.edu.ar- Norma Tamer Tiempo de crecimiento, Importancia y Crecimiento en la Vejez.

De acuerdo con ello , el tiempo libre, es el momento propicio para la expresión de una interioridad asumida e impulsada a la reestructuración cualitativa de las actividades personales y sociales; tiempo fructífero para la comunicación entre la realidad de las personas mayores con la sociedad que los contiene; para hacer esto posible es necesario que la vejez instale su lugar propio de expresión en esta sociedad y tenga la oportunidad para dar y recibir a través de un diálogo personalizante y fecundo por el cual su tiempo de vida tenga sentido y valor.

Carmen Sánchez S. Argumenta que los viejos y los jóvenes son intrincadamente interdependientes y las familias son el mecanismo primario que permite que las generaciones se mantengan unidas.

Podemos decir que la familia es la unidad básica de la sociedad, uno de los acontecimientos demográficos mas sobresalientes de las últimas décadas ha sido el crecimiento de la población anciana. Tal vez las implicaciones mas profundas de envejecimiento son las que afectan la estructura y función de la familia.

² La población envejeciente llama la atención particularmente en cuanto a como llenar sus necesidades crecientes de sus cuidados y a la vez establece un balance entre la familia y el estado, sin drenar los recursos de ninguno de los dos.

El envejecimiento de la población se refiere al aumento de la proporción de personas viejas dentro de la composición por edad de la población. Este envejecimiento es uno de los factores al cual se le atribuye y continuara ejerciendo un papel importante en los cambios de la estructura dinámica de la familia y el apoyo entre generaciones.

² Revista Colombiana de trabajo social / Envejecimiento de la población : Impacto en la familia. Sánchez Salgado Carmen Delia. Pag. 107-122- N° 10/01-97

La población en edad avanzada ha experimentado no sólo un crecimiento en número absoluto sino también en su composición o estructura de edad, la cual está determinada casi en su totalidad por sus niveles de fecundidad de la población y por la migración.

El envejecimiento en la población anciana ha ocurrido paralelo a los cambios demográficos importantes que han afectado a la familia con más personas sobrevivientes de 65 años, más y más generaciones jóvenes tienen familiares de mayor edad que nunca antes en la historia.

En vista de que en edades avanzadas pueden ocurrir condiciones incapacitantes y los miembros de la familia que más atención y cuidado demandan son las personas que sobrepasan los 75 años de edad y encontramos que sus hijos en mayor número son de edad mediana o entrando en la vejez.

La familia brinda al adulto mayor apoyo de tipo material, emocional y social durante tiempos normales y de crisis. La mayoría de las personas ancianas están vinculadas a una red de apoyo familiar en la cual los hijos y el cónyuge ocupan un lugar primordial.

Los ancianos no han sido abandonados por su familia, como comúnmente se piensa, por el contrario, están integrados en una cadena de parentesco con los lazos filiales intensos. La familia mantiene una posición de prominencia dentro del espacio vital psicológico de las personas ancianas, principalmente por la virtud de su habilidad para proveer seguridad emocional material.

TRATAMIENTO SOCIAL

Como alternativa de solución a la problemática que se presenta en el centro de vida Santa Ana encontramos la labor que desempeña trabajo social en pro del mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, liderando un equipo interdisciplinario conformado por profesionales dedicados a esta área.

Trabajo social actúa dentro de este proceso como facilitador de espacios para la orientación y capacitación, procurando de esta manera la reconciliación del adulto mayor en la sociedad, aplicando de manera responsable dentro del grupo un modelo de atención integral que por primera vez es utilizado en la institución, planteando actividades innovadoras que motiven y estimulen la continuidad del proceso.

La responsabilidad que tiene trabajo social con el grupo etario se basa en plantear propuestas de carácter educativo y ocupacional de tal manera que el adulto mayor desarrolle actividades de manera individual y colectiva que contribuyan al mejoramiento del uso del tiempo libre, para que así estas personas logren su desarrollo personal y se puedan sentir útiles en el rol que desempeñan en su hogar y en la sociedad.

El equipo está formado por Nutricionistas cuya función radica en orientar sobre la adecuada alimentación del adulto mayor de acuerdo a su estado físico y orgánico; Psicología desempeña labores que mejoren el estado emocional propio de la edad de este grupo poblacional; Gerontología que al lado de trabajo social se dedica al estudio de las actividades que desarrollan estas personas para plantear ideas de mejoramiento social.

IMPACTO SOCIAL

A lo largo de la realización de este estudio se han notado avances significativos, los cuales se ven reflejados en la realización de actividades con más destrezas y agilidad, lo que demuestra que gracias a la motivación recibida se ha podido mejorar el desenvolvimiento de estas personas en su medio social.

Con la aplicación del modelo de atención integral se le da la oportunidad al adulto mayor de demostrar interés por actividades que no realizan con frecuencia, se han despertado en ellos deseos e inquietudes por crear espacios dentro de su rol familiar para así tener una vida alejada del sedentarismo y el ocio.

POLÍTICAS Y ESTRATEGIAS.

Dentro del desarrollo del estudio se han propuesto diversas políticas o estrategias aplicando un modelo de atención integral a la población del centro de vida y se dividen en varias sesiones:

- ✦ Sesión de gimnasia: esta actividad se realiza con el objeto de desestresar al adulto mayor para que se relaje y esté presto a recibir toda la programación.
- ✦ Charlas educativas que estimulen su aprendizaje, su desarrollo y disminuyen el nivel de analfabetismo presente en el centro.
- ✦ Creación de grupos organizados que realicen actividades ocupacionales y desarrollen sus habilidades, tales como la modistería, manualidades, arborización y actividades de carácter social que contribuyen al mejoramiento de su estado emocional como son: las visitas a enfermos, actos sociales y culturales.
- ✦ Atención personalizada donde cada profesional dedica espacio y tiempo al adulto mayor y darle solución a sus inquietudes dependiendo de la labor que desempeñan.

METODOLOGÍA Y TÉCNICA

Para la realización de este estudio de caso se hace necesario la utilización de herramientas que facilitan recopilar datos reales que conlleven a la obtención de resultados objetivos y así desarrollar estrategias que sirvan para la inducción de este seguimiento de caso.

Las técnicas mas importantes durante el desarrollo de este estudio ha sido la observación ya que con esta se pudo apreciar la situación inicial que luego nos condujo al avance y desarrollo del trabajo, por lo tanto cabe resaltar que para la implementación de los demás recursos tales como la entrevista, visitas domiciliarias y demás sigue siendo vital la utilización de esta.

La ficha sociofamiliar sirvió para adquirir toda la información acerca de la población del adulto mayor del centro de vida Santa Ana incluyendo el aspecto económico y su situación recreativa y ocupacional que tiene este grupo etario.

Anexos

*Centro de Vida Santa Ana
Cronograma de Actividades*

| <i>ACTIVIDADES</i> | <i>OBJETIVO</i> | <i>TIEMPO</i> | <i>RECURSOS</i> |
|-------------------------------|---|--------------------|---|
| <i>GIMNASIA</i> | <i>Desestresar al adulto mayor para que este relajado</i> | <i>2:00 - 2:30</i> | <i>Cassetes, grabadora</i> |
| <i>CHARLA EDUCATIVA</i> | <i>Educar al adulto mayor, en los temas de su interés</i> | <i>2:30 -3:30</i> | <i>Tablero, marcadores, fotocopias, videos, etc.</i> |
| <i>COMITES</i> | <i>Capacitar al adulto mayor para que se sienta útil en la sociedad</i> | <i>3:30 -4:30</i> | <i>Depende de la actividad a realizar así serán los materiales.</i> |
| <i>ATENCIÓN PERSONALIZADA</i> | <i>Escuchar al adulto mayor con problemas y darle solución</i> | <i>4:30 - 5:00</i> | <i>Aquí solo se necesitara el recurso humano.</i> |

**CORPORACION UNIVERSITARIA MAYOR
UNIVERSIDAD EUSEBIO BOLIVAR
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL**

Situación del Adulto Mayor en el Departamento del Atlántico (Diagnóstico)

I. DATOS DE IDENTIFICACION

| | | | | | | | | |
|---------|--------------|------|------|---------|-------|-------|------------------|-------------------|
| Nombre: | Fecha nacimi | Sexo | Edad | E.Civil | Escol | Analf | Dirección actual | Municipio / Depto |
| | | | | | | | | |

II. ESTADO DE SALUD (según su percepción)

| | | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|------------------------------------|
| Enfermedades Que padece actualmente? | Enfermedades que padeció 3 años atrás? | Con qué frecuencia visita el médico? | Dónde asiste cuando se siente enfermo | Con qué cómo consigue la medicina? | Actualmente toma algún medicamento? | Quién le recetó el medicamento? |
| | | | | | | |

III. SITUACION FAMILIAR

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|---|------------------------------------|---|-------------------------------------|
| Actualmente Tiene familiares? | Con quién vive en la actualidad? | Cómo son sus relaciones familiares? | Cuántas personas tiene a cargo? | Cuándo tiene problemas a quien recurre? | Cómo se siente en su familia? |
| | | | | | |

IV. SITUACION ECONOMICA

| | | | | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-------------|-----------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| Ocupación laboral anterior | Ocupación laboral actual | Pensionado? | Pertenece Revivir? | Pertenece a otro grupo Cúal? | Cómo se sostiene económica | Casa propia o alquilada | Ingreso mensual aproximado |
| | | | | | | | |

V. SITUACION NUTRICIONAL

| | | | | | | |
|---|---|-------------|-------|------------|-----------|-------------|
| Que alimentos consume con más frecuencia | Que alimentos consume con menos frecuencia | Peso actual | Talla | p.braquial | p.femoral | p.pantorril |
| | | | | | | |

VI. SITUACION SOCIO RECREATIVA Y OCUPACIONAL

| | | | | | |
|--|--------------------|-------|------|---------------------|----------|
| Realiza actividades de este tipo con frecuencia | Con qué frecuencia | | | | |
| SI | NO | Díari | Sema | Men | Otra: .. |
| Le gustaría realizar otras actividades: | | SI | NO | Por qué?: | |
| Recreativas? Juegos, dinámicas, paseos, fiestas | | | | Cuáles? | |
| Deportivas? Gimnasia, caminatas, natación... | | | | Cuáles? | |
| Educativas? Charlas, conferencias, talleres... | | | | Cuáles y que temas? | |
| Laborales o trabajar? | | | | En qué? | |
| Espirituales? Grupos de oración, misa | | | | Cuáles? | |
| Culturales? Danzas, canto, música, teatro... | | | | Cuáles? | |
| Manifiestas y artesanalas? | | | | Cuáles? | |
| OTRAS | | | | | |

VII. MALTRATO Y ABUSO EN EL ANCIANO

| | | | |
|---|---|----------------------------------|---|
| Cree que existe el Maltrato y Abuso en el Anciano? | Alguna vez se ha sentido maltratado? | Por quién ha sido maltratado? | Qual cree que es el maltrato más frecuente el Físico, el Psicológico o el social? |
| | | | |

VIII. SITUACION MENTAL

| | | | | | |
|---|---|---------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|
| Se siente satisfecho con su vida? | Se siente satisfecho con su compañía? | Se entristece con frecua? | Tiene deseos de morir? | Le gusta se ser socialable? | Se siente fatigado (a) |
| | | | | | |

BIBLIOGRAFÍA.

- ✦ TAMER NORMA; Tiempo de crecimiento: Importancia y Crecimiento en la Vejez;
www.aitavista.com/ntamer@use.edu.ar
- ✦ SANCHES SALGADO CARMEN DELIA; Envejecimiento de la población : impacto en la familia; Revista Colombiana de Trabajo Social Enero 1997.
- ✦ CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA; CAP. II De los derechos sociales, económicos y culturales ART. 52 – 42
- ✦ CONPES (políticas Nacionales sobre envejecimiento y vejez) 1994 G
- ✦ "NUEVO COMIEZO" Otro motivo para vivir. 2002