

OS S  
4031056



**ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DEL ADULTO MAYOR  
CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE 60 – 80 AÑOS AFILIADOS AL CLUB  
OTOÑAL DE LA CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR ACOPI CAJACOPI DE LA  
CIUDAD DE BARRANQUILLA**

**ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DEL ADULTO MAYOR  
CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE 60 – 80 AÑOS AFILIADOS AL CLUB  
OTOÑAL DE LA CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR ACOPI CAJACOPI DE LA  
CIUDAD DE BARRANQUILLA**

**DUVIS ESTHER BARRIOS NARVÁEZ  
NANCY PATRICIA CAÑATE RODRÍGUEZ  
KAREN MARGARITA CERVANTES OSPINO  
ESTELA DEL CARMEN GALINDO POLANCO**

**UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA  
BARRANQUILLA**

**2006**



Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

**ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DEL ADULTO MAYOR CON  
EIDADES COMPRENDIDAS ENTRE 60 – 80 AÑOS AFILIADOS AL CLUB OTOÑAL DE LA CAJA  
DE COMPENSACIÓN FAMILIAR ACOPI CAJACOPI DE LA CIUDAD DE BARRANQUILLA**

**DUVIS ESTHER BARRIOS NARVÁEZ**

**NANCY PATRICIA CAÑATE RODRÍGUEZ**

**KAREN MARGARITA CERVANTES OSPINO**

**ESTELA DEL CARMEN GALINDO POLANCO**

**Trabajo presentado como requisito para optar al título de Psicólogo**

**Tutor:**

**MARIA DEL SOCORRO LARA**

**PSICÓLOGA**

**LÍNEA VEJEZ SANA Y PATOLÓGICA**

**GRUPO FAMILIA Y DESARROLLO HUMANO**

**UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR**

**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**BARRANQUILLA**

**2006**

UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR  
BIBLIOTECA  
BARRANQUILLA

No INVENTARIO = 4.031056

PRECIO \_\_\_\_\_

FECHA 01-14-2008

\_\_\_\_\_ION \_\_\_\_\_

Barranquilla, Noviembre 10 de 2006

Señores:

**COMITÉ DE INVESTIGACIONES**

Programa de Psicología.

Universidad Simón Bolívar

Por medio de la presente informo a ustedes que las estudiantes DUVIS ESTHER, BARRIOS NARVÁEZ, NANCY PATRICIA CAÑATE RODRÍGUEZ, KAREN MARGARITA CERVANTES OSPINO y ESTELA DEL CARMEN GALINDO POLANCO, realizaron bajo mi tutoría la investigación titulada : ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DEL ADULTO MAYOR CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE 60 - 80 AÑOS AFILIADOS AL CLUB OTOÑAL DE LA CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR ACOPI -CAJACOPI- DE LA CIUDAD DE BARRANQUILLA.

Desataco el carácter de disciplina, compromiso y la capacidad de análisis de las estudiantes durante el proceso de investigación formativa.

Esperamos que este documento se constituya en consulta para la comunidad académica y que se pueda ir profundizando esta temática bajo enfoques cualitativos.

Atentamente,



**MARIA DEL SOCORRO LARA RAMOS**

Tutora

**NOTA DE ACEPTACIÓN**

---

---

---

---

---

**Presidente del Jurado**

---

**Jurado**

---

**Jurado**

Barranquilla, 27 de Junio de 2006

## AGRADECIMIENTOS

Las investigadoras agradecen a las siguientes personas por todo el apoyo brindado, así como por las asesorías ofrecidas durante la ejecución de la presente investigación:

A Dios por ser el todo poderosos, y que con la ayuda de él pudimos enfrentar los obstáculos que se nos presentó en el camino durante el desarrollo de este proyecto de investigación.

A nuestros padres y familiares por brindarnos todo su apoyo, compañía y comprensión.

A la universidad Simón Bolívar por brindarnos una formación integral y todo las estrategias metodológicas que colocaron a nuestro alcance.

A la tutora María del Socorro Lara por ofrecernos todos sus conocimientos y facilitación de materiales para la ejecución del presente proyecto.

A la Doctora Margarita Cardeño quien nos ofreció en varias ocasiones sus conocimientos de adulto mayor y elección del título.

Al doctor Francisco Vásquez por transmitirnos sus conocimientos en cuanto a la elección del instrumento.

A la doctora Heidi Ricardo por brindarnos el espacio para la aplicación del instrumento.

A todos los adultos mayores del club otoñal ACOPI CAJACOPI por su colaboración en cuanto a la aplicación del instrumento.

Hoy es un día muy especial, se ha cumplido uno de mis sueños en realidad, es por esta razón que plasmo en este papel mis agradecimientos a todas las personas y seres que contribuyeron al logro de este sueño.

En primer lugar a Dios, quien me a dotado de fortaleza a lo largo de toda mi vida para que nunca deje de cesar en el logro de mis metas; hoy le doy gracias a este ser supremo por darme la familia que tengo, igualmente por permitirme ser una profesional y por colocarme en mi camino a tres grandes mujeres: Nancy Cañate, Estela Galindo y Karen Cervantes, quienes se han convertido en mis tres mejores amigas y me acompañan hoy en el logro de este sueño.

A mis padres Dolores Narváez y Abad Barrios quienes con su amor, apoyo y consejos contribuyeron a construir la mujer que hoy en día soy.

Y a mi hermano Armando Barrios, que en cada paso que doy siempre esta a mi lado mostrándome su apoyo y comprensión.

Este es hoy un sueño hecho realidad, después de tantos esfuerzos y sacrificios, por eso agradezco a Dios por darme las fuerzas el valor, la sabiduría y entendimiento para salir adelante.

A mi abuela Teresa Valdés, por todo el apoyo económico y moral ofrecido y especialmente a mi abuelo que desde el cielo iluminó mi camino.

A mis padres por el apoyo económico y la confianza que han depositado en mí.

A mi hermano mayor por su ayuda y principalmente por creer en mí.

A la docente María del Socorro Nieto Visa por sus sabios consejos durante mis estudios de secundaria.

A mi mejor amiga Narly Palacin por escucharme y darme ánimos en los momentos de aflicción y desesperación.

A todos les doy la gracias de todo corazón.

Hoy quiero darle gracias a Dios por haberme ayudado durante toda mi carrera, por darme toda la fuerza, sabiduría para seguir adelante. Por haber bendecido convirtiéndome en una profesional.

De igual agradezco a mis padres Luis Cervantes y Rosiris Ospino por haberme apoyado, comprendido, y por estar con migo en todos los momentos difíciles que pase durante i carrera.

Agradezco a mis mejores amigas, Duvis Barrios, Nancy Cañate, Estela Galindo, por estar con migo apoyándome, ayudándome y comprendiéndome.

A todos doy gracias.

Le agradezco a Dios todo poderoso por permitirme salir adelante a través de los obstáculos que he superado.

A mi Ángel preferido Janiwer Alfonso Galindo que aunque este en el cielo lo llevo siempre en mi corazón, te fuiste cuando más te necesitaba pero también me distes la fuerza para salir adelante, hijo mío.

A mis padres José Alfonso Galindo y Martha Polanco les agradezco todo el apoyo brindado y comprensión, porque siempre estuvieron pendientes cuando más los necesitaba, por su apoyo permanente ya que sin ustedes fuera imposible llegar hasta donde estoy ahora.

A mi hermano José Alberto Galindo porque siempre ha sido guía de superación y fortaleza.

Igualmente, estoy muy agradecida por mis amigas que siempre estuvieron apoyándome en todo momento: Duvis Barrios, Nancy Cañate y Karen Cervantes.

Estela Galindo Polanco.

**TABLA DE CONTENIDO**

INTRODUCCIÓN	10
1. DESCRIPCIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	13
2. JUSTIFICACIÓN	16
3. OBJETIVO	19
3.1 OBJETIVO GENERAL	19
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	19
4. MARCO REFERENCIAL	20
4.1. MARCO CONCEPTUAL	20
4.1.2 Actitud	20
4.1.3 Bases motivacional de las actitudes	23
4.1.4 Formas mediante las cuales se aprenden las actitudes	25
4.1.5 Adulto Mayor	25
4.1.6 Las actividades recreativas	28
4.1.7 Tipos de Actividades Recreativas	28
4.1.8 Beneficios de las actividades recreativas	30
4.1.9 Antecedentes de actitud y actividades recreativas	31
4.1.10 programas de actividades recreativas para el adulto mayor	32
4.1.11 Programas recreativos en CAJACOPI	37
4.1.12 Programa de la tercera edad	35
5. CONTROL DE VARIABLES	36
5.1 VARIABLES DEL SUJETO	36
5.2 VARIABLES DEL AMBIENTE	36

5.3 VARIABLES EN EL INSTRUMENTO	37
5.4 VARIABLES DE LOS INVESTIGADORES	37
5.5 VARIABLES NO CONTROLADAS	37
6. DEFINICIÓN DE VARIABLES	38
6.1 DEFINICIÓN CONCEPTUAL	38
6.2 DEFINICIÓN OPERACIONAL	38
7. METODOLOGÍA	40
7.1 PARADIGMA	40
7.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	40
7.3 TIPO DE DISEÑO	41
7.4 ENFOQUE PSICOLÓGICO	41
7.5 POBLACIÓN	41
7.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	42
7.6.1 Interpretación de resultados	44
7.7 PROCEDIMIENTO	45
8. ANÁLISIS DE RESULTADOS	46
8.1 DIMENSIÓN COGNITIVA	46
8.2 DIMENSIÓN AFECTIVA	47
8.3 DIMENSIÓN CONDUCTUAL	48
9. CONCLUSIÓN	50
10. RECOMENDACIONES	52
BIBLIOGRAFÍA	53
ANEXOS	



## Introducción

A diario se presentan diversas situaciones o eventos vitales ante los cuales el ser humano no es neutral, sobre todo ante aquellos aspectos que pueden afectar o influir de modo significativo en su vida, al evaluarlos como positivos o negativos, evaluaciones que conducen a reaccionar de modo determinado frente a un objeto, a este proceso cognitivo, que está presente en todo ser humano, se denomina actitud. La actitud es el medio a través del cual un individuo responde a las múltiples exigencias de la vida por medio de sus pensamientos, sentimientos y conductas.

El estudio de la actitud a sido de gran interés para la psicología desde hace varios años por ser un elemento esencial e importante en el ser humano, la cual el autor José Antonio Alcántara, define como el modo de enfrentarse así mismo y a la realidad, es la línea impulsadora y motivadora de la personalidad, el sistema fundamental por el cual el hombre ordena y determina su relación.

Este modo de enfrentar y evaluar la realidad por lo general, es difícil de modificar, especialmente si es el resultado de la experiencia y la sensatez que dan los años, puesto que siempre serán una excelente herramienta para evaluar algunos productos y acontecimientos, en donde el adulto mayor es el mejor ejemplo (VENTURA, Joyce. 2000).

Esta investigación describe la actitud frente a las actividades recreativa del adulto mayor, cuya edad se encuentra entre los 60 y 80 años de edad, afiliados al club otoñal de la caja de compensación familiar acopi CAJACOPI de Barranquilla, temática que ha sido motivo de estudio por distintos programas de la Universidad Simón Bolívar tal es el caso de las facultades de enfermería y fisioterapia, debido a que la población Mayor cobra mayor importancia y el impacto positivo que se ha observado por medio de la recreación, como lo manifiesta Esperanza Osorio en su texto OCIO Y RECREACION.

De la mano con estos estudios de carácter académico, se han diseñado proyectos o programas Nacionales de carácter social y cultural encaminado a mejorar la calidad de vida del adulto mayor, por medio de distintas estrategias sociales, físicas, culturales, recreativas adquieren un gran valor. Los ancianos en nuestro país continúan en un incremento notablemente, es decir, se ha observado un aumento en la esperanza de vida y por tanto, el aumento en la incidencia y prevaencia de enfermedades físicas y mentales del senescente (FUENTES, Carlos .2004). Enfermedades que acorto mediano y largo plazo pueden minimizarse si la población mayor mantiene o desarrolla estilos de vida saludables, es aquí donde la recreación juega un papel importante ya que contribuye a un mejor estado de salud física y mental, sin embargo, la mayor parte de esta población no participa en ellas, aun teniéndola a su alcance, esto se asocia notablemente con la actitud que se tiene frente a la recreación, es decir, lo que el adulto mayor piensa, siente y el modo como reacciona frente a esta estrategia encaminada a mejorar la calidad de vida en el anciano.

Por consiguiente, el objetivo primordial de esta investigación es describir la actitud frente a las actividades Recreativas del adulto mayor entre los 60 y 80 años de edad, afiliados al club otoñal de la caja de compensación familiar Acopi CAJACOPI de la ciudad de Barranquilla, el cual este club fue escogido por las investigadoras debido a que han implementado programas recreacionales desde la psicología, dirigidas a la población Mayor.

Este estudio se baso en los aportes teóricos del autor José Antonio Alcántara para trabajar actitud y la autora Elisa Dulcey para trabajar envejecimiento, los cuales constituyen los autores que guían esta investigación, la cual hace parte de la línea de investigación familia y desarrollo humano, puesto con ella se pretende el desarrollo y crecimiento que continua hasta la muerte

Este proyecto investigativo se orienta hacia el paradigma empírico analítico es de tipo descriptivo, con un diseño descriptivo. Es un estudio de carácter transversal y que fue validada por medio de jueces expertos y una prueba piloto, con el fin de determinar su validez, además se tuvo en cuenta la revisión de investigaciones relacionadas con esta temática.

Por todo lo anterior, las investigadoras lograron los objetivos propuestos en el presente estudio, generando conocimientos útiles para la psicología.

## Descripción Y Formulación Del Problema

Actualmente en Colombia la población mayor ha tenido un considerable aumento en la esperanza de vida, en relación con las personas mayores de 60 años de edad, de acuerdo a las cifras arrojados por el DANE 1993, esta población llega al 7%, según el cual el 3.63% son mujeres y el 3.31% son hombres, a diferencia de años anteriores en donde la población mayor llegaba al 5%. Según datos de la organización panamericana de la Salud (OPS), la población mundial envejece el 1.7% anualmente y se espera que para el año 2005 existan aproximadamente 1.100.000.000 de personas mayores de 60 años y particularmente en Colombia de acuerdo a un estudio realizado por la Cámara de Comercio de Bogotá, 1991 estimó que la población adulta para el año 2005 será del 13% de la población colombiana sea mayor de 60 años. (Esperanza, Osorio.2000).

Las causas de este notable incremento son diversos dentro de los cuales podemos resaltar, disminución de la población joven, disminución en la tasa de natalidad y mortalidad de la población general. Además se incluyen los avances en la medicina, todos estos criterios demográficos han modificado los patrones de morbilidad y mortalidad en este grupo poblacional.

De igual modo, se destacan los distintos programas de prevención y promoción de la salud, ya que en Colombia se cuenta con un número importante y efectivo de programas de prevención para el manejo de adultos mayor, lo cual se asocia con un mejor estado de salud física y mental y por ende, modificación de la tasa de morbilidad en la senescencia (FUENTES, Carlos.2004).

De la mano al aumento de la esperanza de vida en la población mayor, está el incremento en la prevalencia de enfermedades físicas y mentales, características de esta etapa de la vida tales como que le

impiden al adulto mayor la realización de Actividades Cotidianas y gozarles una vejez sana; se calcula que el 10 y el 15% de la población anciana de 60 años presenta una enfermedad (OSORIO, Esperanza. 2005).

De aquí surgió la necesidad de crear programas de prevención a nivel nacional, para reducir los niveles de patologías en esta población es así como surge la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación, FUNLIBRE, que hace parte del Plan Nacional de Recreación de 1999-2002, la cual plantea la recreación como una estrategia social para contribuir al mantenimiento y mejoramiento de la calidad de vida de la población mayor (Plan Nacional de Recreación. 2000).

Por otro lado, Barranquilla no es ajena a este fenómeno poblacional, puesto que de acuerdo con las cifras observadas el Atlántico cuenta con el 7.2% de adultos mayores, de los cuales la mayor parte presenta una patología física y/o mental tales como hipertensión, problemas cardíacos a nivel físico y/o mental' tales como hipertensión, problemas cardíacos a nivel físico y depresión, ancianos y diferencias a nivel psicológico, especialmente el sexo femenino, ya que resulta más afectada a nivel mental y su estado emocional (CASTAÑO, José. 2002.). Razón por la cual muchos centros, instituciones y caja de compensaciones del Atlántico se han visto provisto de programas recreacionales, para mejorar y/o fortalecer las condiciones de vida del anciano. Este es el caso del club otoñal de la Caja de Compensación familiar acopi CAJACOPI. Sin embargo, no toda la población afiliada a esta caja de compensación participan en las actividades recreativas llevadas a cabo por esta entidad, aún teniéndolas a su alcance, esto se asocia con la violación, opinión, que el adulto mayor tiene frente a las recreación, lo cual lo conduce a participar uno en dichas actividades (producto de la observación de los Investigadores).

Por todo lo anterior, la actitud del anciano; es decir, lo que éste precisa, siente y hace en relación con la recreación, lo que conduce a evaluar de modo favorable o desfavorable, lo conduce a evaluar de modo favorable o desfavorable, este nuevo y efectivo fenómeno social. A la vez, es probable que la actitud del

anciano frente a la recreación depende de dos aspectos: por un lado las conductas y hábitos saludables a lo largo de la vida y en segundo lugar, las condiciones económicas que hacen más vulnerables a esta población, que le dificultan acceder a entidades de prestación de servicios de bienestar social y por ende, tener actitudes negativas hacia la recreación (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Es por ello que las investigadoras se han motivado en llevar a cabo el presente estudio, puesto que la reacción y valoración que el adulto mayor tiene frente a la recreación son las que facilitan o dificultan la participación activa de esta población en dichas actividades, para lo cual han escogido al Club otoñal de la Caja de Compensación familiar acopi CAJACOPI, debido a los servicios recreacionales que ofrece al anciano, quien seguramente posee una actitud clara y profunda hacia la recreación, que a su vez influyen de modo significativo en el comportamiento, objeto de estudio de la psicología.

Por todo lo anterior, las investigadoras están interesadas en describir ¿cuál es la actitud frente a las actividades recreativas del adulto mayor en edades comprendidas entre 60 y 80 años afiliados al Club otoñal de la Caja de Compensación familiar acopi de la Ciudad de Barranquilla?.

## Justificación

La actitud se puede definir como un proceso psicológico interno que se expresa a través de pensamientos sentimientos y actos hacia un objeto, persona o situación determinada. Como lo plantean José Alcántara las actitudes dan forma a la personalidad y constituyen modos profundos de centrarse en uno mismo y en realidad. Todo individuo tiene una valoración favorable o desfavorable frente aun objeto actitudinal y el adulto mayor no es ajeno a este proceso interno, especialmente porque el anciano posee evoluciones más firmes y profundas debido a la experiencia y la sensatez que dan los años, de acuerdo con (VENTURA, Joyce. 2005).

El estudio de la actitud es importante, teniendo en cuenta que para la psicología en uno de los elementos esenciales de la dimensión humana, puesto que influye fuertemente en el pensamiento y el comportamiento de las personas. En el pensamiento, debido a que con el tiempo las actitudes actúan como esquemas cognoscitivos, ya que las valoraciones de almacén en la mente y ante una situación se convierten en una guía rápida a reaccionar, predisponiendo a un individuo o actuar de modo específico (BARON, Roberto. 1985); y es aquí en donde entra en juego el comportamiento, ya que la psicología, especialmente la psicología social, nos ha enseñado que a través de las actitudes se pueden llegar a predecir el comportamiento, inferir conocimientos, sentimientos y acciones en situaciones determinadas.

La adultez, constituye la última etapa del ciclo vital del ser humano, etapa que se caracteriza por la presencia. De un sinnúmero de enfermedades físicas y mentales, y primordialmente está acompañada de cambios a nivel físico, psicológico, emocional, social y cognitivo, asociados al deterioro orgánico propio de esta fase de la vida. En este sentido la psicóloga Elisa Dulcey (2001) afirma que el envejecimiento constituye una etapa de cambios asociados al envejecimiento, el cual define como un proceso de diferenciación progresiva.

No obstante en la actualidad, se buscan alternativas desde distintos enfoques para preservar la salud física y mental de la población mayor y se cuenta con un número importante y efectivo de programas de prevención para el manejo del adulto mayor, y se ha considerado como parte esencial de los programas a las actividades recreativas de baja intensidad que van a permitir el mejoramiento del estado de salud de ancianos, ya que se mantienen activos, autónomos, útiles a la familia y a la sociedad. Las actividades recreativas constituyen una fuente de estimulación y se pueden definir como un conjunto de actividades físicas, sociales y culturales, encaminadas a mejorar la calidad de vida del anciano. Sin embargo, de acuerdo a lo que el adulto mayor piensa, siente y hace frente a la recreación, depende su participación activa en dichas actividades.

Por consiguiente, el presente estudio tiene una gran importancia científica, puesto que puede generar conocimientos útiles para la psicología, teniendo en cuenta que la actitud es un elemento esencial en la psiquis y que influye de modo significativo en el comportamiento humano, el cual constituye el objeto de estudio de esta disciplina científica.

De igual modo, tiene una importancia institucional en dos sentidos, en primer lugar; para el club otoñal de la Caja de Compensación familiar acopi CAJACOPI, ya que los adultos mayores afiliados a esta caja podrán reconocer la importancia de las actividades recreativas y se motiven a participar activamente en dichas actividades debido a los beneficios que ofrece, mediante una actitud favorable frente a la recreación y un tiempo libre considerados como importantes del desarrollo humano (OSORIO, Esperanza. 2000).

Del mismo modo, la Universidad Simón Bolívar, se beneficia con el presente estudio, debido a que adquirió conocimientos que les permitirán diseñar programas de desarrollo dirigidos a la población mayor que pueden incluirse dentro de las prácticas académicas o prácticas sociales estudiantiles de la facultad de Psicología y otros programas de esta institución superior; Además, lograr que la población mayor se beneficie, ya que esta

investigación busca contribuir al desarrollo integral del adulto mayor por medio de las actividades recreativas.

Finalmente, esta investigación servirá de guía a futuros estudios relacionados con esta temática.

## Objetivo

### Objetivo general

Describir la actitud frente a las actividades recreativas del adulto mayor con edades comprendidas entre 60 y 80 años, afiliados al Club otoñal de la Caja de Compensación familiar acopi CAJACOPI de la ciudad de Barranquilla.

### Objetivos específicos

- Describir las cogniciones frente a las actividades recreativas del adulto mayor con edades comprendidas entre 60 y 80 años afiliados a CAJACOPI.
- Describir los afectos frente a las actividades recreativas del adulto mayor con edades comprendidas entre 60 y 80 años, afiliados a CAJACOPI.
- Describir las conductas frente a las actividades recreativas del adulto mayor con edades comprendidas entre 60 y 80 años, afiliados a CAJACOPI.



## Marco Teórico

### Marco conceptual

Esta investigación trata de aspectos y temas que han ganado un importante lugar en el mundo actual enfatizando primordialmente en la actitud del adulto mayor frente a las actividades recreativas, por tal razón el presente marco teórico esta comprendido en estos tres grandes conceptos como es el caso de la actitud, las actividades recreativas y el adulto mayor como se verá a continuación.

**Actitud:** Son modos profundo de centrarse a si mismo y a la realidad, es la línea impulsadora y motivadora de la personalidad son disposiciones por medio del cual el hombre ordena y determina su relación con el medio que lo rodea, a través del cual queda bien o mal frente a los demás.

Las actitudes son adquiridas, ya que, son el resultado de la historia de cada hombre, sin negar, que como hombres y como individuos concretos nacemos con ciertas predisposición incipientes, que limitan nuestra posibilidad perdurables difíciles de modificar(ALCANTARA, José.2001)

Por otra parte se puede decir que las actitudes poseen unos componentes que están interrelacionado entre sí y la modificación de uno puede causar alteración en los otros dos.

### Componentes de las actitudes

- **Componente cognitivo:** se refiere a las creencias, opiniones y percepciones que se puede tener sobre si mismo y los demás. Este componente intelectual es el centro regulador, de la actitud, toda actitud es

una respuesta electiva ante los valores y ello sólo es posible, si la razón conoce, juzga y acepta el valor.

Se dice que las actitudes son marcos de referencia a los cuales se le atribuyen algún significado por los datos aprendidos sobre nosotros mismos y los otros.

- **Componente afectivo:** Este componente implica la valoración de lo positivo y de lo negativo que vemos en nosotros y los demás, conllevando a un sentimiento favorable o desfavorable ya sea agradable o desagradable, ante un objeto o situación, este proceso afectivo, se opone al dictamen de la razón comporta una notable carga Motivacional, ya que los valores que pretenden nuestra voluntad como segundo principio motor de los actos humanos.
- **Componente conductual:** Se refiere a la intención y decisión de actuar o llevar a la práctica un determinado comportamiento consecuente y coherente, de igual manera son formas de reaccionar ante una determinada situación y todo esto se adquiere a través de la experiencia (Investigadoras. 2006).
- **Cómo cultivar las actitudes** Para que las actitudes puedan desarrollarse es necesario cultivarlo para ello se necesita de una escala de valores elegidos como respuesta a las necesidades básicas del hombre que deben ser satisfechas.

Sin embargo las actitudes casi siempre se adapta a las necesidades humanas.

Un psicólogo clínico de enfoque humanista habla acerca de las necesidades más importantes en el hombre, es Abraham Maslow el cual plantea las siguientes necesidades:

- Necesidades de seguridad.

- Necesidad de afecto
- Necesidad de pertenencia a un grupo.
- Necesidad de estimación.
- Necesidad de información.
- Necesidad de comprensión del mundo.
- Necesidad de gozar de la belleza.

Con base a estas necesidades el ser humano crea sus actitudes y el adulto mayor no es ajeno a este proceso cognitiva quienes poseen actitudes más arraigadas y establecidas debido a la experiencia que han adquirido a través del tiempo puesto que como dice (BARON Roberto. 2001) en su texto de psicología social plantea que las actitudes con el tiempo se vuelven más firmes y sólidas frente a situaciones personales y objetos específicos. En este sentido las actitudes se convierten en esquemas cognitivos o marcos de referencias que están presentes en la psiquis del ser humano desde la infancia hasta la adultez tardía o mayor, la cual de acuerdo con la (O.M.S.) comienza a partir de los 60 años de edad.

- **Cómo Educar Las Actitudes** Existen tres vías principales para llegar a la forma de las actitudes tales como: la motivación, la imitación, y actuación.
- **Motivación:** Las actitudes son aquellos que crecen, se adhieren, y arraigan a nosotros, consolidándose por la fuerza del deseo y en proporción directa a la intensidad de nuestro interés. Es el deseo, las ganas y necesidad sentido, la energía para esculpir en nuestra fisonomía los rasgos de las actitudes. Su asimilación será más rápida y profunda en la medida en que sea más poderoso y hondo el deseo.

El que hacer prioritario: despierta el deseo, lo lleva a un fin por lo tanto se debe realimentar en la medida que sea posible para que valla creciendo, a fin de que la energía se dirija hacia el objetivo actitudinal.

- **La imitación:** Las actitudes se adquieren por imitación de modelos por lo tanto en el aprendizaje por modelado interviene dos factores.
  - a. Factor cognitivo: en este factor el observado fija su atención hacia el modelo, por lo tanto es determinante la atención que se presenta en orden a distinguir los aspectos relevantes de las irrelevantes en la conducta ofrecido por el modelo, la atención del observador la condiciona para que pueda asimilar los aspectos relevantes del modelo.
  - b. Factor afectivo y motivacional: Para que el método del modelo sea más eficaz, el observador debe estar motivado en orden a producir la conducta del modelo, entre más profunda e intensa sea la motivación, el modelado será más eficaz y mayor.

Esta mas que demostrado que el esfuerzo es un factor importante tanto es la asimilación como en la reproducción de la conducta o actitud observada en el modelo.

- **Actuación:** Se dice que las actitudes son aquellos que se producen por los actos de los sujetos, pero no se generan por un solo acto sino por muchos, por lo tanto necesitamos de una secuencia de actuaciones para que las actitudes puedan arraigarse y configurarse. Nacemos receptivos por nuestra complejidad psicobiología pero nos liberamos en gran parte de los instinto para disfrutar de un nivel más alto de plasticidad.

El hombre se hace por la acción, por lo tanto nuestros rasgos se forma por la actuación.

Un acto será más intenso según se de los siguientes componentes:

- Una mayor carga emocional.

- Mayor conciencia de que se hace.
- Mayor conexión con muchos sistemas ya adquiridos y codificados.

**Bases motivacional de las actitudes** Función instrumental o adaptativa: esta función se refiere a respuestas favorables que una persona obtiene de sus semejantes al manifestar actitudes positivas. Estas respuestas favorables se convierten en recompensas gratificantes que facilitan el lugar para establecer las metas (Kantz, Daniel 1989)

- **Función de defensa del yo:** Se refiere a las defensas que utilizan las personas para eludir el reconocimiento de sus propias deficiencias y de este modo mantener la integridad del concepto que tienen de si mismo. En general esta función conduce a una exaltación de los valores que la persona considera positivos y la condensación de aquellos valores que considera negativos.
- **Funciones cognoscitiva:** Se refiere a la manera como se perciben los valores proporcionando estabilidad y dirección a un individuo, además facilita el ajustar de modo productivo el comportamiento de acuerdo a las expectativas de los demás y a las situaciones futuras.
- **Función expresivas de valores:** las funciones anteriormente descrita, se halla subordinada a esta función ya que esta le permite a las personas autoexpresarse en término de aquellos valores que constituyen la expresión de los aspectos más positivos del concepto de si mismo y en consecuencia de su identidad personal. Estos valores son:
  - ▲ **Valores teóricos:** que están orientados en la búsqueda de la verdad mediante experiencias críticas y la actividad racional.

- ▲ **Valores prácticos:** pone en énfasis la utilidad y el beneficio económico.
  
- ▲ **Valores estéticos:** Otorgan primicia al estilo, la forma y la armonía como fuente de goza estético.
  
- ▲ **Valores sociales:** destaca la ascendencia personal de las relaciones humanas incluyendo la política.
  
- ▲ **Valores religiosos:** orientados en la búsqueda de un sentido último del mundo a través de experiencias trascendentales o mística.

### **Formas mediante las cuales se aprenden las actitudes**

- **Aprendizaje social:** es el proceso a través del cual aprendemos nuevas actitudes a partir de las otras personas, en la medida en que interactuamos con estos. Este tipo de aprendizaje implica varios procesos tales como el condicionamiento operante, en donde se presentan estímulos como base para condicionar las personas ante determinados comportamientos.
  
- **Modelado:** se adquieren nuevos comportamientos mediante la observación de otras personas y la comparación social, en la cual la comparación con otras personas permiten determinar si las actitudes que poseemos son o no correctas.

### **Adulto Mayor**

**Implicaciones del envejecimiento:** Colombia es parte integral de un mundo y de una América latina que envejece cada vez más con mayor rapidez. Es decir, que progresivamente aumenta la proporción de mayores de 60 años, con respecto a la población infantil y juvenil.

Además que las personas tienen una esperanza de vida mayor, lo cual quiere decir que si a principio del siglo XX se esperaba que en Colombia al nacer vivieran en promedio, cerca de 30 años, al empezar el siglo XXI una persona nacida en Colombia puede esperar vivir entre 70 y 76 años en promedio. (OSORIO, Esperanza. 2000). En los comienzos del siglo XX, era poco común quienes estamos vivos al comenzar el siglo XXI, podemos esperar vivir muchos años.

Todo depende de las condiciones del entorno en el cual se viva, así como en los estilos de vida individuales y sociales, de esto depende la calidad de vida que podamos tener en la vejez, ser personas saludables autónomas, satisfechas y productivas en la vejez es el resultado de los estilos y condiciones que hayan llevado a lo largo de toda la vida.

Por su puesto que todo lo anterior depende de muchos factores como el nivel socio-económico, la política, la comunicación en sus distintas formas y contenidos, así como la educación y los aprendizajes a lo largo de la vida.

✓ **Cambios en el adulto mayor:** El adulto mayor es un ser que se ve enfrentado a muchos cambios característicos de su etapa, estos cambios se producen a nivel social, psicológico, biológico y emocional, lo social incluye cambios en sus relaciones interpersonales y estatus debido a que algunos se pensionan de su trabajo y buscan más refugios en su hogar. Los cambios físicos son todas aquellas modificaciones inestables e irreversible que se producen en un organismo con el paso del tiempo, y que finalmente conduce a la muerte, estas modificaciones comprende la radicación de la flexibilidad de los tejidos, la perdida de algunas células nerviosas, el endurecimiento de los vasos sanguíneos y la disminución general del tono corporal, igualmente este cambio físico incluye modificaciones en los sistemas cardiovascular, músculo esquelético y urinario, trayendo igualmente cambios en la piel. (Dulcey, Elisa. 2001).

Por otro lado, los cambios emocionales se asocian con la soledad a la que algunas veces se ven sometido muchos adultos mayores debido al aislamiento de sus hijos y sus pocas oportunidades laborales y sociales, todos estos cambios ameritan en los ancianos una perdida de autoestima. De igual modo, los cambios sociales pueden resultar positivos para esta población ya que es una esfera que se asocia con la recreación, ya que esta le ofrece a los adultos mayores, mejores oportunidades y mejorar su calidad de vida, estableciendo nuevas relaciones con personas de su misma edad, manteniéndolos activos y con vitalidad (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Una de las autoras que rescata esta parte del envejecimiento es la psicóloga clínica Colombiana Elisa Dulcey que ve al adulto mayor como un ser activo que puede tener mejores oportunidades si participa en actividades recreativas. En este sentido Elisa Dulcey considera que para tener un sano envejecimiento hay que vivir activo, esta misma afirmación es compartida por la O.M.S (Organización Mundial de la Salud), además considera que hay una relación evidente entre la salud que es entendida como un bienestar integral (físico, psicológico y social) y la actividad física. Por lo tanto, la participación social y comunitaria activa, resultan ser eficaces en las personas de edad, ya que constituyen las influencias más importantes y definitiva para superar visiones estereotipadas que resulta ser perjudiciales y discriminatorias, por lo tanto si se descubren maneras de prolongar y mantener nuestra vitalidad física e intelectual por un período largo aportando a nuestras familias y a la comunidad, y al mismo tiempo estas se beneficiaran de nuestras experiencias y conocimiento, por lo tanto sería importante desarrollar la solidaridad y el apoyo mutuo entre todas las personas de todas las edades, con la finalidad de aumentar la cohesión social y mejorar así la calidad de vida de todos los seres humanos ( BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Según Elisa Dulcey el adulto mayor activo es aquel que goza de una buena actividad física, social, intelectual, emocional y al mismo tiempo de actitudes de prevención, participación y compromiso con la vida; igualmente son personas comprometidas con su medio, familia y comunidad orientándose a mejorar cada día más su concepto o visión de sí mismo. Debido a que ser adulto mayor no significa necesariamente ser sabio o expertos, ni mucho menos padecer de demencias o ser incapaz de aportar a la sociedad, por lo tanto según esta autora el adulto mayor activo es aquel que ha vivido antes de una manera positiva que siempre se trazo metas y que aún sigue teniéndolas. Por lo tanto lo que se espera es que la sociedad adopte un concepto positivo de esta población y orientado hacia el desarrollo. Una de las estrategias que permite mantener al adulto mayor como un ser activo son las actividades recreativas que le conducen a tener una mejor calidad de vida a dicha población.

**Las actividades recreativas** Las actividades recreativas son un conjunto de actividades o estrategias sociales como lo plantea Esperanza Osorio, que permiten abrir espacios de convivencia generando sentimientos de alegría, satisfacción valoración y solidaridad entre adultos mayores, además estas actividades recreativas le proporcionan al adulto mayor espacios para que desarrollen un equilibrio en la salud física y mental, conllevándolos a obtener una mejor calidad de vida (funilibre, 2002). Por otro lado, mediante las actividades se buscan que se concienticen de que aún forman parte activa de la sociedad, que poseen muchas características positivas que lo hacen ser importantes para su contexto.

**Tipos de Actividades Recreativas:** existen una variedad de actividades encaminadas a mejorar las condiciones del adulto mayor, las más comunes son:

**Recreación Comunitaria:** Dicha utilidad consiste en la participación comunitaria del adulto mayor para que a partir de la sensibilización y formación permanente de la comunidad, esta se movilice para realizar

acciones colectivas que tiendan a afrontar la situación y problemática que vive particularmente para el desarrollo de este sector y de este modo, integrar al adulto mayor en su comunidad o en su entorno.

**Recreación Cultural y Artística:** Posibilidad que las artes plásticas, escénicas y las actividades culturales no se les presenten al adulto mayor solo como un espectáculo, si no como objetivo de participación creadora, la cual debe contemplar eventos realizados con base en talleres informativos didácticos y de manifestación grupal de creatividad, para el participante de estas actividades el proceso creativo y la connotación lúdica permitirán construir, reproducir o ejecutar una obra enraizada bien sea de la cultura universal o de valores y tradicionales autóctonos.

**Recreación Deportiva:** Incluye programas y actividades físicas, gimnasia y deportes, que posibiliten al adulto mayor divertirse, adquirir voluntariedad y un estilo de vida saludable y social; a través de pautas de trabajo en grupo para solidarizarse en pos de un objeto general y una salud física adecuada.

**Recreación terapéutica:** Es un medio de rehabilitación ya sea físico, social y/o mental. Este proceso terapéutico estará encaminado no solo a la rehabilitación de las esferas afectadas por una patología, sino que además pretende solucionar y prevenir posibles patologías. A la vez pueden utilizar para el manejo del tiempo libre.

**Recreación turística ambiental:** Consiste en el desplazamiento a corto o a largo plazo mediante el cual se busca que el adulto mayor aproveche su tiempo libre, el paseo procura al turista la vivencia y la relación con su entorno, permite fomentar la adquisición de una cultura sostenible y herramienta para la preservación del medio ambiente.



Con base en lo dicho, las actividades recreativas parecen constituir la mejor estrategia contra el deterioro físico, social y mental del adulto mayor. Además son una forma de estimulación que se lleva a cabo mediante el movimiento, la música y el ritmo, ya que estos generan grandes beneficios a esta población.

**El movimiento:** Es una expresión y medio de comunicación que genera un goce, brinda placer, alcanzar un mejor conocimiento del cuerpo, mayor coordinación y equilibrio, no obstante, es importante resaltar que el adulto mayor no tiene la misma capacidad de movimientos debido a la disminución progresiva de la motricidad durante esta etapa; por tanto, los movimientos se debe desarrollar de acuerdo a las capacidades del adulto mayor, el caminar puede constituir un medio para relajar los músculos y las articulaciones.

**Música:** El ser humano a través de la música puede expresar y comunicar sus sentimientos y estados del ánimo. Por medio de la música el adulto mayor experimenta nuevas emociones ya que se siente alegre y disfruta al escucharla y/o cantarla.

**Ritmo:** El ritmo constituye la combinación entre la música y el movimiento, es un regulador de los centros nerviosos debido a que actúa directamente sobre ellos y por tanto permiten experimentar un goce y placer al adulto mayor.

**4.1.8. Beneficios de las actividades recreativas:** Son diversos los beneficios que ofrece la recreación al adulto tales como: A nivel físico, disminuye el deterioro físico, menor probabilidad de enfermedades físicas, musculatura adecuada y flexibilidad de las articulaciones. A nivel psicológico, busca el desarrollo personal ya que permite mejorar la auto-dependencia, incrementar la autoestima, sentimientos de utilidad y disminución de la depresión. A nivel social, permiten un desarrollo social mediante una dinámica ocupacional en donde se propicien habilidades como la integración y el trabajo en equipo, generan una formación cultural ya que

buscan contribuir a los procesos de democratización cultural en donde se halle inmerso el adulto mayor, con el fin de fomentar una integración en esta población(Funlibre.2002)

Por todo lo anterior, se deduce que las actividades recreativas le permiten al adulto mayor alcanzar efectos significativos a nivel biopsicosociocultural, es decir, un desarrollo integral de esta población, recatando el protagonismo de estos como un medio para que puedan defenderse y proteger sus derechos.

Finalmente, la recreación contribuye al desarrollo humano, ya que permite fortalecer el tejido social rescatando el protagonismo del adulto mayor como un medio para que estos pueden defenderse y proteger sus derechos, aumenta los niveles de participación, el intercambio cultural, el rescate de la tradición, en donde los sentimientos de satisfacción, placer y diversos pasan a hacer parte del adulto mayor (OSORIO, Esperanza.2000).

Teniendo en cuenta los beneficios de las actividades recreativas, las cuales constituyen una práctica que contribuye al desarrollo humano, es un desafío que requiere de personas conscientes y comprometidas. La creación de políticas públicas para otorgar a la población en situación de vulnerabilidad unas condiciones de vida digna; Por medio del ocio el tiempo libre y la recreación (Plan Nacional de Recreación, 2000).

Por lo anterior el objetivo es ofrecer atención a las personas mayores por medio de las actividades recreativas permitiéndole mantener y/o mejorar su bienestar.

**4.1.9. Antecedentes de actitud y actividades recreativas** Según la exploración llevada a cabo por el grupo de investigación de la Universidad Simón Bolívar de la ciudad de Barranquilla se encontraron varias investigaciones que comparten ciertos aspectos a estudiar de este proyecto.

**4.1.10. Actitud** Estas investigaciones fueron realizadas por estudiantes de prepagado de la universidad Simón Bolívar, otorgándoles a dichas investigaciones los siguientes títulos.

- Actitud frente a la familia del adulto mayor institucionalizado en el asilo San Antonio de la ciudad de Barranquilla.
- Actitud frente a la muerte en adultos mayores que asisten al club de la tercera edad Cristo Rey en el corregimiento de salgar.
- Actitud al autocuidado en adultos mayores con edades comprendidas entre 65 – 85 años pertenecientes a la asociación nuevo cambio para la tercera edad a la asociación nuevo cambio para la tercera edad del barrio José Antonio Galán de la ciudad de Barranquilla.
- Actitud hacia la vida en pacientes diagnosticadas con cáncer de próstata en etapa 1 atendidos en el hospital universitario de la ciudad de Barranquilla.

Además de las investigaciones anteriormente descritas se hallaron dos investigaciones que se asimilaran a este proyecto, ya que abordan los mismos aspectos que se pretenden abordar en esta investigación en relación con la actitud, obviamente existiendo en ellas ciertos aspectos que las hacen ser diferentes a esta investigación, dichos aspectos son la población seleccionada, autor guía, objetivos etc.

Una de estas investigaciones fue realizada por estudiantes de pregrado de la Universidad Simón Bolívar designándole a esta investigación el siguiente título: actitud hacia la salud, la recreación y la capacitación de adultos mayores pertenecientes al centro anda de la ciudad de Barranquilla.

La segunda investigación fue llevada a cabo por los estudiantes de pregrado de la Universidad del Norte dándole por título; actitud hacia la salud, la recreación, la capacitación de prejubilados y jubilados pertenecientes a empresas afiliadas a Comfamiliar del Atlántico.

De las siguientes investigaciones se lograron deducir que estas obtuvieron resultados favorables.

**4.1.11 Actividades recreativas** Desde distintas miradas la recreación interpretada por algunos teóricos como un mundo de ofertas relacionadas con la industria del ocio, sin embargo otros se enfocan en relacionarla como un fenómeno de experiencias vividas por los sujetos que surgen en estos a partir de una actividad recreativa que generan condiciones saludables y además les permiten acceder al patrimonio cultural de los pueblos.

La recreación y el tiempo han resultado ser un fenómeno a nivel mundial, por lo cual han generado gran interés estudiar tales fenómenos es por esta razón que muchos países apoyan el estudio de la recreación ya que la consideran como un conjunto de actividades y estrategias sociales que garantizan un bienestar biopsicocultural a la población en general, uno de estos estudios fue abordado en Brasil quien se dedicó a estudiar el impacto de la recreación y el tiempo libre, en este sentido, el autor Brasileño Melo (1999) quien plantea que anteriormente en Brasil consideraban la recreación como una disciplina académica donde se formaban profesionales en educación física. De igual modo, la doctora Sanf Anna (1994) presenta contribuciones importantes a este debate, planteando que a partir de la década de 1970 el tiempo libre era considerado como un espacio de consumo y de tiempo para establecer normas y valores para la población mayor, es de esta manera como este fenómeno se convierte en un derecho social que genera muchos beneficios. Por otro lado, en Uruguay también se le ha abierto espacio a la recreación y el tiempo libre. De acuerdo a los estudios que se han realizado en este país, las recreaciones concebida como un fenómeno social que tiene en cuenta la ciencias sociales.

**4.1.12. Programas de actividades recreativas para el adulto mayor** Durante los últimos años se a mostrado un gran interés y preocupación por el adulto mayor debido a que se considera como una condición de la vida en la cual predominan enfermedades, el senescente pierde autonomía e independencia esta preocupación condujo al surgimiento de organizaciones y programas encaminados a mejorar las condiciones de vida del adulto mayor en Colombia, como un forma de solidarizarse con esta población; estos programas incluyen diversas estrategias, tales como las actividades recreativas que han sido implementada en las distintas asociaciones, confederaciones, sociedades y corporaciones a nivel nacional. Barranquilla no es ajena a este fenómeno puesto que también se están llevando a cabo acciones cada vez más organizadas, tal es el caso de ASOVICHE, ACOTERE, al igual que se llevan a cabo acciones de las Cajas de Compensación familiar como COMFAMILIAR- Atlántico y CAJACOPI- Barranquilla, las cuales están orientadas a actividades, recreativas, culturales y folclóricas. No obstante son las actividades recreativas las que se desarrollan en el presente estudio, puesto que el acelerado envejecimiento poblacional conlleva a nuevas miradas sobre estilos y condiciones de vida de modo que el mantenerse con bienestar se convierte en un objetivo de una tarea individual y social (DULCEY, Elisa. 2001).

**4.1.13. Programas recreativos en CAJACOPI** En Barranquilla (Atlántico) existen acciones cada vez más organizadas relacionadas con el tema, en donde se inician acciones de las cajas de compensación orientada a actividades culturales, folclóricas y recreativas con la participación de la población mayor, este es el caso de CAJACOPI, entidad que debido al movimiento obrero cimentado en el año de 1954, época en la que solicitaban compensación en dinero o especie por cada hijo que tuviesen; la ANDI (Asociación Nacional de Industriales), le dio viabilidad a su solicitud para crear Cajas de Compensación en las diferentes regiones del país.

Siendo consecuente con el movimiento obrero y gremial ACOPI (Asociación Colombiana de Pequeños y Medianos Industriales), autorizo también la creación de Cajas de Compensación en las seccionales que bien

pudiesen hacerlo. De ahí se crearon de Bogotá, Tolima, Cali y Barranquilla, siendo ésta última la que permanece vigente ya que las demás fueron desapareciendo por diferentes causas.

Es así como el año de 1975 se funda la segunda Caja de Compensación Familiar a nivel local llamada CAJACOPI. Esta entidad de carácter privado sin ánimo de lucro, que se creó para contribuir a mejorar la solución de necesidades básicas de las personas que se afiliaran a ésta.

Al pasar el tiempo CAJACOPI ha ampliado su campo de acción y desde 1965 se autorizó a todas las Cajas de Compensación Familiar ofrecer servicios y desarrollar programas de salud, mercadeo social, educación, capacitación, vivienda, recreación y crédito de fomento, en la actualidad encontramos programas dirigidos al adulto mayor con el fin de mejorar su calidad de vida, dentro de los cuales encontramos:

**4.1.14. Programa de la tercera edad:** El programa de la tercera edad, llamado CLUB OTOÑAL el cual fue fundado en el año de 1954, es un programa integral dirigido a personas mayores de 60 años, afiliadas y particulares. El objetivo de este Club es realizar programas sanos, productivos y activos, mediante la preparación y organización de actividades físicas, educativas, vacacionales y recreativas, culturales, deportivas, turísticas y terapéuticas.

## 5. CONTROL DE VARIABLES

### 5.1. VARIABLES DEL SUJETO

QUÉ	CÓMO	POR QUÉ
Club otoñal de la caja de compensación familiar	Escogiendo la caja de compensación familiar CAJACOPI de Barranquilla.	Es una entidad que ofrece actividades recreativas al personal vinculado a este centro.
Edad	Una muestra de adultos mayores entre 60 y 80 años de edad	Por ser personas consideradas adultos mayores según la OMS.
Condiciones de salud	Escogiendo adulto mayores con buen estado de salud física y mental.	Por ser considerados individuos sanos y capaces de participar en actividades recreativas.
Tiempo de vinculación	Escogiendo una muestra de adultos mayores que tengan 5 años de afiliación a CAJACOPI	Puesto que la experiencia influyen en la manera de actuar, sentir y pensar.
Personas sin limitaciones	Escogiendo personas sin ningún tipo de limitación o discapacidad física mental, a través de reportes médicos y la observación.	Para permitir su participación activa en el presente estudio.

**5.2. VARIABLES DEL AMBIENTE**

<b>QUÉ</b>	<b>CÓMO</b>	<b>POR QUÉ</b>
Sitio de aplicación del instrumento	Escogiendo un sitio de reposo, con buena iluminación y ventilación y privacidad.	Generan un ambiente de armonía y tranquilidad que facilita la concentración en la ejecución del instrumento a aplicar.

**5.3. VARIABLES EN EL INSTRUMENTO**

<b>QUÉ</b>	<b>CÓMO</b>	<b>POR QUÉ</b>
Aplicación del instrumento valido y confiable	Aplicando con validez y confiabilidad.	Se desea obtener una información válida y confiable para la generalización de los datos obtenidos.

**5.4. VARIABLES DE LOS INVESTIGADORES**

<b>QUÉ</b>	<b>CÓMO</b>	<b>POR QUÉ</b>
El nivel de comprensión y manejo de los instrumentos.	Por medio de ensayos, a una población similar a la del presente estudio	Con el fin de dar instrucciones correctas y por ende, obtener respuestas sinceras y realizar una interpretación coherente.

**5.5. VARIABLES NO CONTROLADAS**

<b>QUÉ</b>	<b>POR QUÉ</b>
Religión	Debido a la diversidad que existe en nuestra región.
Estado Civil	No se considera un dato de interés para la presente investigación.



## 6. DEFINICIÓN DE VARIABLES

### 6.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL

Las actitudes son modos profundos de centrarse en uno mismo y la realidad, es la línea impulsadora y motivadora de la personalidad, son disposiciones por medio del cual el hombre ordena y determina su relación con el medio que le rodea, a través del cual queda bien o mal frente a los demás, las actitudes posee tres componentes a saber: (ALCANTARA, José. 2002).

**Componente Cognitivo:** Se refiere a las creencias, opiniones y percepciones que se pueden tener sobre si mismo y los demás.

**Componente afectivo:** Implica una valoración de los positivo y negativo que vemos en nosotros y en los demás, conllevando a sentimientos favorables, o desfavorables ante un objeto o situación.

**Componente conductual:** Se refiere a la intención y decisión de actuar o llevar a la práctica un determinado comportamiento consecuente y coherente.

## 6.2. DEFINICIÓN OPERACIONAL

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INDICES	SUBINDICES
ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS	Cognición frente a las actividades recreativas.	<b>Conocimientos</b> frente a las actividades recreativas.	Significado	Totalmente de acuerdo (5)
			Información	
			Saber	
		<b>Creencias</b> frente a las actividades recreativas.	Pensamiento	De acuerdo en parte (4)
			Ideas	
			Opinión	
		<b>Percepción</b> frente a las actividades recreativas.	Observación	De acuerdo en parte (4)
			Visión futura	
			Expectativas	
	Afectos frente a las actividades recreativas.	<b>Sentimientos</b> frente a las actividades recreativas	Sensación	Ni de acuerdo ni en desacuerdo (3)
			Disfrute	
			Satisfacción	
		<b>Emociones</b> frente a las actividades recreativas	Excitación	Ni de acuerdo ni en desacuerdo (3)
			Estado de ánimo	
			Diversión	
<b>Autovaloración</b> frente a las actividades recreativas.	Autoimagen	Desacuerdo en parte (2)		
	Autoconcepto			
Conductas frente a las actividades recreativas.	<b>Reacción</b> frente a las actividades recreativas.	Desempeño	Desacuerdo en parte (2)	
		Grado de participación		
		Ejecución de movimientos.		
	<b>Experiencia</b> frente a las actividades recreativas	Aprendizaje.	Totalmente en desacuerdo(1)	
		Transmisión de conocimientos.		
		Facilidad de ejecución		
	Intención frente a las actividades	Autonomía	Totalmente en desacuerdo(1)	
		Iniciativa		
Compromiso				

## **7. METODOLOGÍA**

### **7.1. PARADIGMA**

Esta investigación está orientada hacia el paradigma EMPIRICO ANALITICO, cuyo interés es probar hechos de manera tangible, mediante el análisis cuantitativo de los resultados, utilizando métodos, y principios científicos (HERNANDEZ, SAMPIERI, Roberto. 2003).

El paradigma empírico analítico se caracteriza por la medición controlada y orientada hacia la comprobación que va de lo general a lo particular (deductivo), ofrece conocimientos científicos basándose en lo empírico o la experiencia y el análisis que consiste en descomponer un fenómeno en sus partes para profundizar en él. Este paradigma se deriva de la corriente positivista de Augusto Comte, la cual define como una ciencia empírica que rechaza toda metafísica, reconoce además como conocimiento válido al científico producto de la manipulación, cuantificación y control (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Por lo anterior, el presente estudio se llevo a cabo bajo este paradigma, ya que el objetivo era conocer a profundidad la Actitud del adulto mayor sobre la reacción y para ello, la variable actitud se dividió en sus tres dimensiones, realizando de igual manera el control de algunos aspectos que podían influir de modo significativo en la validez de los resultados, de igual modo se tuvo en cuenta la cuantificación de estos mediante una estadística descriptiva.

### **7.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

Esta investigación es de carácter descriptiva, de acuerdo con Héctor Daniel Lermo, en su texto Metodología de la Investigación, el objetivo primordial de las investigaciones descriptiva consiste en describir

estados, características, factores presente en un fenómeno o hecho sin explicar las relaciones que se identifiquen. Según Briones, este tipo de investigación permite caracterizar globalmente el objeto de estudio, permite describir el contexto en el cual se presenta un fenómeno y permite describir las partes que componen el objeto de estudio. (LERMO, Hector Daniel.2003)

### 7.3. TIPO DE DISEÑO

El diseño del presente estudio es descriptivo, el cual se caracteriza por.

Describir los aspectos más relevantes y detalles significativos de un hecho o situación objeto de estudio haciendo uso de las técnicas estadísticas de tendencia central y por medio de las cuales se logran hacer generalizaciones de los fenómenos estudiados, ya que en esta investigación se describió la actitud del adulto mayor frente a la recreación teniendo en cuenta el contexto en el cual estos se desenvuelven (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Por otro lado este estudio se relaciona con el enfoque cognitivo-conductual, puesto que la actitud constituye un elemento esencial en la cognición del ser humano, ya que como lo explica Roberto Barón, las actitudes se convierten en esquemas cognitivos que predisponen a actuar ante determinadas situaciones, por tanto la actitud influye de modo significativo en el pensamiento y comportamiento humano (Barrios, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Desde este enfoque se define la actitud como una composición, adquisición y modificación, de ciertas regularidades en los sentimientos, pensamientos y predisposiciones del individuo para actuar en relación con algún aspecto de su ambiente (SECTOR Y BACKMAN .1964).

Las actitudes sociales están compuestas por variables interrecurrentes que incluyen tres elementos: componente cognitivo, componente afectivo y componente relativo a la conducta; la combinación de la cognición y el afecto determinan las conductas ante determinadas situaciones.

## 7.5. POBLACIÓN

La población de la presente investigación, corresponde a 52 adultos mayores afiliados al Club otoñal de la Caja de Compensación Familiar acopi CAJACOPI de la ciudad de Barranquilla.

En esta investigación no se utilizó un tipo de muestreo puesto que se abordó toda la población que está conformada por todos los adultos mayores afiliados al club otoñal de la caja de compensación acopi CAJACOPI de la ciudad de Barranquilla.

## 7.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Con la finalidad de dar respuesta a la pregunta problema y alcanzar los objetivos planteados en el presente estudio, las investigadoras diseñaron una Escala tipo Likert, teniendo en cuenta los parámetros dados por Rensis Likert para la elaboración y aplicación de este tipo de instrumentos. La escala diseñada consta de ítems, divididos en las tres dimensiones de la variable **actitud**, es decir, la dimensión cognitiva, dimensión afectiva y dimensión conductual. Cada ítem se presenta en forma de afirmación y poseen 5 categorías de respuesta que son: totalmente de acuerdo (TA), de acuerdo en parte (AP), ni de acuerdo, ni en desacuerdo (NN), desacuerdo en parte (DP) y totalmente en desacuerdo (TD). Cada categoría de respuesta a su vez tendrá un valor numérico o puntuación que va del 1 al 5 y que se invierte si la afirmación es negativa, con el fin de obtener el resultado cuantitativo se sumaron las puntuaciones de cada categoría de respuesta (en cada dimensión), multiplicando cada valor por el 100% y luego fue dividido entre el número de personas que conformaron la muestra.

El puntaje total se obtuvo al sumar los valores obtenidos en las 3 dimensiones de la variable actitud, luego se multiplico por el 100% y por ultimo fue dividido entre el número de personas que conformaron la muestra. Los datos obtenidos se analizaron de modo cuantitativo (estadísticas) y al final se **describieron** las características y detalles más relevantes. La validación del presente instrumento se realizo por medio de Jueces expertos (Comité de Investigación).

#### ▪ **ESCALA DE LIKERT**

La Escala de Likert es una técnica válida, confiable y de fácil aplicación, es un método en el que se asignan valores numéricos seguidos (1,2,3,4,5) a las diferentes alternativas de respuesta y no se presenta ninguna atención al asunto de asignar valores escalares a cada ítems, ya que no se busca lograr la igualdad de unidades. Esta escala está conformada por un conjunto de ítems presentados en forma de afirmación, dichas afirmaciones califican el objeto de estudio que se está estimando y es recomendable que no excedan de 20 palabras. Las afirmaciones pueden tender a una dirección favorable o desfavorable, lo cual es importante para codificar la alternativa de respuesta, es decir, si la afirmación es positiva se califica como favorable y si es negativa se califica como desfavorable.

De acuerdo con Carlos Escamantes, la escala likert presenta algunas características tales como:

- Es una medición ordinal, sin embargo se trabaja como si fuera de intervalos.
- Los ítems son monótonos, es decir, entre más positiva sea la actitud frente a un objeto, mayor es la probabilidad de tener un puntaje alto en cada ítems.
- Cada uno de los ítems mide la misma variable actitudinal; es decir, se supone que la presencia de un factor común único de las diversas afirmaciones que componen la escala.

- El puntaje de una persona sólo tiene sentido, en esta escala, en relación a los puntajes obtenidos en la muestra a la cual se le aplicó el instrumento motivo por el cual estas escalas deben ser estandarizados para facilitar su interpretación.
- Cada ítem va acompañado de cinco (5) alternativas de respuesta que deben definir desde un grado extremo de favorabilidad a un extremo de desfavorabilidad.

Esta escala posee dos formas de aplicación: de forma ADMINISTRADA, en la cual se le entrega el instrumento a los sujetos para que ellos escojan la alternativa de respuesta que consideren y de forma de ENTREVISTA, en donde el entrevistador lee las afirmaciones y alternativas de respuesta a los sujetos y anota lo que este conteste.

- Esta escala es menor: tediosa y más ahorrativa en tiempo que otros métodos utilizados para la mediación de las actitudes.

**7.6.1. Interpretación de resultados** Para llevar a cabo la sistematización de la información recogida a través de la aplicación del instrumento se procederá del siguiente modo:

1. Para identificar la alternativa de respuesta más frecuente en cada dimensión de la variable actitud, se sumo el puntaje obtenido en cada categoría de respuesta, sumando igualmente la totalidad de la dimensión, luego se multiplico por el 100% y el resultado se dividido entre el puntaje obtenido en cada dimensión; con su respectiva descripción de los resultados cualitativos hallados.

2. El puntaje total se obtuvo sumando las puntuaciones obtenidas en cada dimensión de la variable actitud, es decir, en la dimensión cognitiva, afectiva y conductual. El resultado se multiplico por el 100% y finalmente se dividió entre las personas que conformaban la muestra realizando así un respectivo análisis global de los resultados obtenidos. Los resultados cuantitativos se presentaron por medio de tablas y gráficas, para cada dimensión de la variable actitud, presentando de igual manera el puntaje total.

Posteriormente, los datos se relacionaron con la teoría, teniendo en cuenta la población con lo cual se trabajo y el aporte analítico de las investigadoras contextualizando la información en un área del conocimiento de la psicología.

Finalmente, se realizo una **descripción** de la información obtenida, es decir, se resaltaron los detalles y características más importantes relacionadas con la actitud del adulto mayor, basada en la estadística descriptiva referencial (HERNANDEZ, SAMPIERY, Roberto.2002).

## 7.7. PROCEDIMIENTO

Para elaborar el presente estudio las investigadoras trabajaron durante vario tiempo, Haciendo uso de técnicas y herramientas que contribuyeron a lograr los objetivos Trazados; para que el lector conozca con claridad todo el trabajo realizado se describirá a continuación una serie de fases en donde se detallo cada paso recorrido.

- **Primera fase.** Se escogió el área de interés a investigar, al determinarse la temática, se inició la revisión bibliográfica de todos aquellos temas que se pretendían abordar entre estos temas se resalta la actitud, las actividades recreativas y el adulto mayor, estas revisiones tuvieron lugar en varias universidades de la

ciudad de Barranquilla como la universidad simón bolívar, universidad del norte y la universidad metropolitana.

- **Segunda fase.** Luego de recoger toda la información de los temas seleccionados, se paso a diseñar el titulo y los objetivos de la investigación guardando relación con lo que se pretendía investigar, más tarde se comenzaron a realizar indagaciones de lugares que permitieran ubicar la población a trabajar, terminando por escoger el lugar mas idóneo que permitió que se llevara acabo esta investigación.
  
- **Tercera fase.** Se realizó un revisión detallada de los estudios relacionados con la temática a estudiar en varias universidades de la ciudad, encontrando dos estudios que guardaban gran relación con el presente estos estudios fueron hallados en la universidad simón bolívar y la universidad de norte; el estudio encontrado en la primera universidad lleva por titulo, Actitud hacia la recreación, la salud, y la capacitación de adultos mayores pertenecientes al centro ANDA de la ciudad de Barranquilla, la segunda temática se denomina, Actitud hacia la salud, la recreación y la capacitación de prejubilados y jubilados pertenecientes a empresas afiliadas a comfamiliar del atlántico, ambas tesis fueron realizadas por estudiantes de pregrado de cada universidad. Igualmente se revisaron programas de carácter nacional, como FUNLIBRE (fundación del tiempo libre y la recreación) uno de los principales programas relacionados con la recreación.
  
- **Cuarta fase.** Se diseñó el instrumento de acuerdo a todo lo hallado en las investigaciones realizadas, el instrumento fue una escala tipo likert ya que se considera como una herramienta pionera en la medición de las actitudes, el instrumento estaba compuesto por tres dimensiones que conforman a la variable principal que es actitud, las dimensiones eran la cognitiva, afectiva y conductual cada una de estas dimensiones estaba conformada por una serie de ítems que permitían evaluar de manera clara y concisa cada dimensión. Cada ítems se presentaba en forma de afirmación y poseía cinco alternativas de respuesta que

eran: totalmente de acuerdo (TA), de acuerdo en parte (AP), ni de acuerdo, ni en desacuerdo (NN), desacuerdo en parte (DP) y totalmente en desacuerdo (TD). Cada categoría de respuesta a su vez tenía un valor numérico que va o puntuación que va del 1 al 5, es decir se presentaban en forma secuencial y no en forma escalar, ya que en ningún momento se pretendía obtener valores iguales en cada unidad. Luego que se realizó el instrumento este fue enviado al comité de investigación para su validación.

- **Quinta fase.** Durante esta fase, se determinó el tamaño de la muestra, para poderla conformar se diseñó una serie de criterios como la edad, tiempo de permanencia en el club y condiciones de salud física y mental favorables, todos estos criterios se tuvieron en cuenta con la finalidad de disminuir la población, sin embargo se terminó seleccionando toda la población que conforma el club otoñal, debido a que la mayoría cumplía con los criterios establecidos, es por esta razón que en esta investigación no se utilizó un tipo de muestreo debido a que se abordó toda la población.
- **Sexta fase.** Durante esta fase se llevó a cabo la aplicación del instrumento por parte de las investigadoras a la población seleccionada, la aplicación tuvo lugar en CAJACOPI sitio en donde se encuentra ubicado el club otoñal, la aplicación tuvo una duración de dos semanas, en la primera semana se trabajó con una parte de la población ya que algunos adultos mayores se encontraban ocupados realizando actividades pertenecientes al club, luego se cumplió el objetivo de aplicar el instrumento a toda la población la segunda semana. El tipo de aplicación fue tipo entrevista donde se asumieron dos roles el asumido por las investigadoras y el desarrollado por la población, las investigadoras asumían el papel de entrevistadoras es decir leían cada ítem con su respectiva alternativa de respuesta a la población que asumían el papel de entrevistados y estos respondían de acuerdo a sus creencias, pensamientos y sentimientos.
- **Séptima fase.** En esta fase se llevó a cabo la interpretación de los resultados de forma cuantitativa y cualitativa.

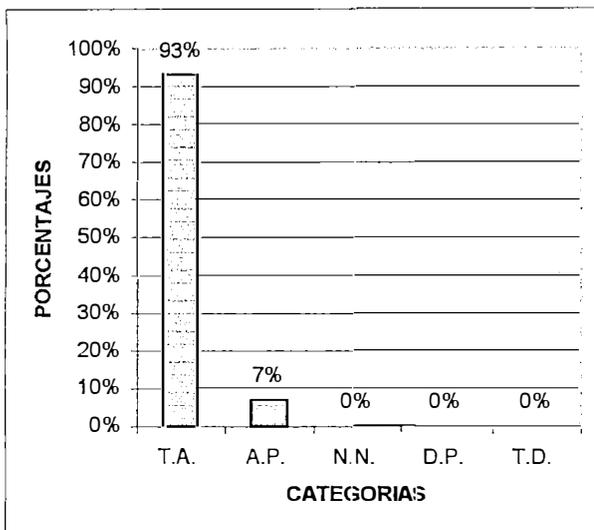
- **Octava fase.** Esta fase fue la ultima a desarrollar en la presente investigación, consiste en el análisis de los resultados, fase que permitió detectar si se cumplieron los objetivos trazados, y por ultimo se comenzaron a desarrollar las conclusiones a la luz del marco teórico, es decir teniendo en cuenta el marco referencial que esta compuesto por todos aquellos temas que resultaron de gran interés para las investigadoras se dio un cierre detallado de todo aquello que se consiguió con la presente investigación.

## 8. ANÁLISIS DE RESULTADOS

La actitud es el modo profundo de centrarse en si mismo y en la realidad, es la línea impulsadora y motivadora de la personalidad, es un proceso psíquico interno (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela.2006) que influye de modo significativo en el pensamiento y comportamiento de un individuo. De acuerdo con José A. Alcántara, el autor guía del presente estudio, la actitud, presenta tres componentes, los cuales se encuentran estrechamente relacionados entre si y la modificación en uno de ellos; genera alteración en otros componentes, los cuales son: el componente cognitivo, el cual se refiere a los pensamientos, creencias, opiniones y percepciones que se tienen frente a un objeto; en este caso, frente a las actividades recreativas.

## 8.1. DIMENSIÓN COGNITIVA

DIMENSIONES	CATEGORIAS	PUNTAJES	PORCENTAJES
COGNITIVOS	T.A.	1990	93%
	A.P.	154	7%
	N.N.	0	0%
	D.P.	2	0%
	T.D.	2	0%



Los resultados obtenidos muestran que el 93% de los adultos mayores afiliados al club otoñal de la caja de compensación familiar poseen una creencia o pensamiento favorable frente a las actividades recreativas que realizan dentro del club, sin embargo, el 7% de ese grupo poblacional esta de acuerdo en parte con las afirmaciones tales como: pienso que la recreación me permite establecer lazos de amistad con personas de mi edad; planteaban que la recreación no solo le permitían relacionarse con personas de su edad, sino también con personas mas jóvenes e inclusive con niños. De igual modo, frente a la afirmación: pienso que la recreación me

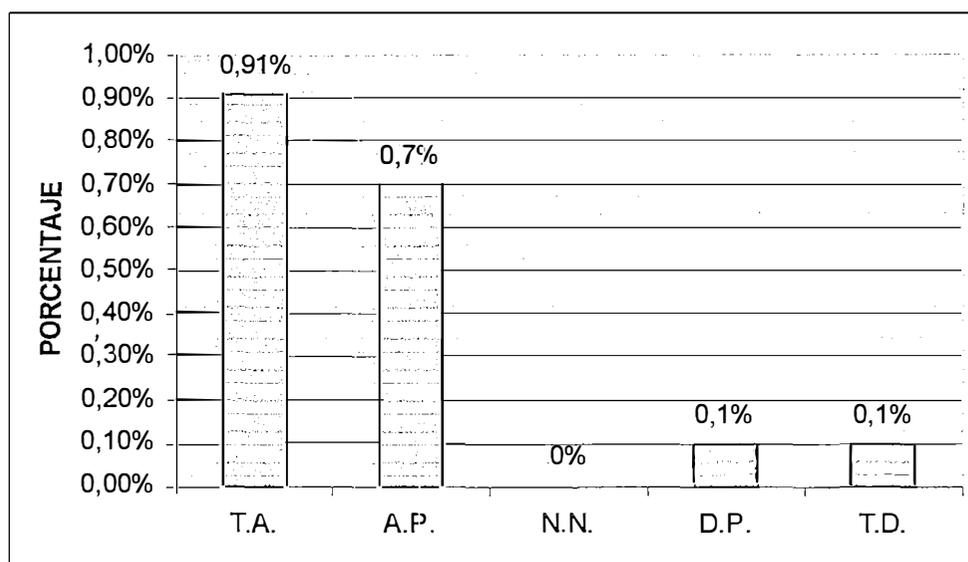
permite aprender muchas cosas nuevas, se mostraron de acuerdo en parte al considerar que la recreación no es el único medio por medio del cual han aprendido cosas nuevas; ya que las experiencias que dan los años se los ha permitido.

Por otra parte se observó que el conocimiento de los adultos mayores frente a las actividades recreativas es amplio, sus opiniones son favorables, al igual que las expectativas que tienen frente a la recreación; puesto que esperan que estas ayuden a mejorar su calidad de vida, debido a los beneficios que a nivel integral aportan a sus vidas (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

## 8.2. DIMENSIÓN AFECTIVA

El componente afectivo, tal y como lo planteo Alcántara, José en el año 2002, se refiere a los sentimientos y afectos frente a un objeto actitudinal; en este sentido las actividades recreativas.

DIMENSIONES	CATEGORÍAS	PUNTAJES	PORCENTAJES
AFECTIVA	T.A.	1990	0,91%
	A.P.	154	0,7%
	N.N.	0	0%
	D.P.	2	0,1%
	T.D.	2	0,1%



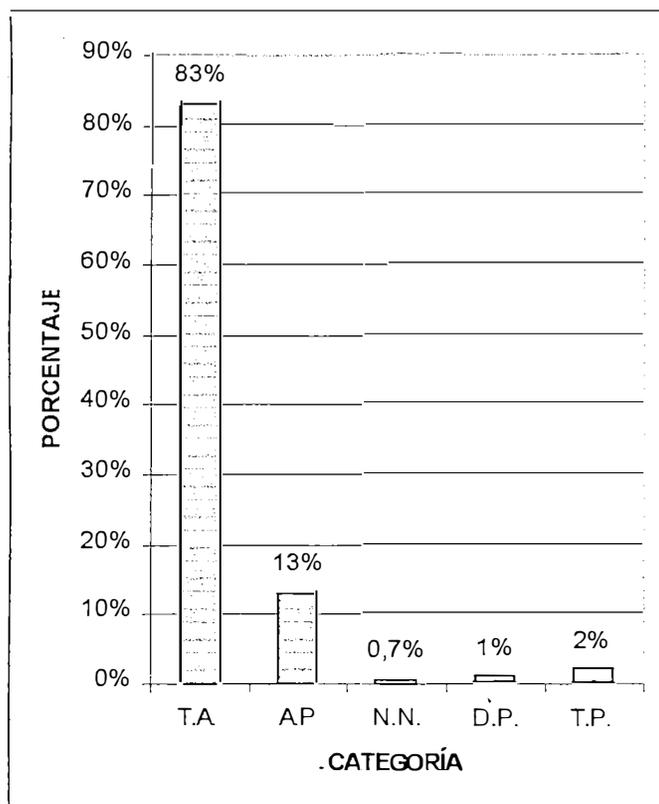
De acuerdo con los resultados obtenidos en esta dimensión se puede apreciar que el 91% de los adultos mayores afiliados al club otoñal de CAJACOPI presentan afectos favorables frente a la recreación; puesto que a través de estas experimentan sentimientos de tranquilidad, disfrute personal, sentimientos de satisfacción, alegría, diversión (corroborados con sus rostros de satisfacción mientras respondían las afirmaciones). Por otra parte, el 7% de los adultos mayores se mostraron de acuerdo en parte a la afirmación: siento que he aprendido

a quererme a mi mismo (a) debido a las actividades terapéuticas a las que asisto, ya que manifestaron que siempre se han querido a si mismo, siempre se han valorado y no necesariamente debido a su participación en actividades recreativas. El 1% de la población, se mostró en desacuerdo en parte, con respecto a los sentimientos de capacidad asociados a las actividades folclóricas o culturales, porque consideran que siempre se han sentido personas útiles y capaces de lograr lo que se propongan y que si no participan en actividades folclóricas o culturas no es por falta de capacidad, sino por motivación. De igual manera; el 1% de la población, se mostró totalmente en desacuerdo, con relación a la autovaloración, plantearon que su autoestima y autoimagen siempre han sido positivas y de allí el deseo por mantenerse activos y vigorosos.

Finalmente, se presenta el componente conductual, el cual se refiere a la reacción o respuesta de aquello que se piensa, es la conducta frente a un objeto determinado (tabla N°3).

### 8.3. DIMENSIÓN CONDUCTUAL

DIMENSIONES	CATEGORÍAS	PUNTAJES	PORCENTAJES
CONDUCTUAL	T.A.	1.763	83%
	A.P.	276	13%
	N.N.	15	0,7%
	D.P.	22	1%
	T.P.	38	2%



En esta dimensión, los resultados obtenidos muestran que el 83% de los adultos mayores del club otoñal de la caja de compensación familiar acopi CAJACOPI, presentan una conducta o reacción favorable frente a las actividades recreativas; ya que los adultos mayores manifestaron adquirir experiencia y destrezas a sí como

nuevas cosas tales como manualidades y el conocimiento de lugares nuevos por medio de las actividades turísticas. De igual modo, mostraron una actitud favorable con relación a la capacidad de autonomía, iniciativa y compromiso que han adquirido y/o mantenido a través de una vida activa.

Por otra parte, el 13% de los adultos mayores se mostró de acuerdo en parte, con la afirmación: yo apporto mis ideas al grupo en la realización de algún tipo de actividad si es necesario; puesto que consideraban que no siempre podían aportarse ideas al grupo, ya que cada uno de ellos poseía una forma de pensar y resultaba difícil que el resto del grupo estuviera de acuerdo la mayoría de veces; y por ende, preferían no dar sugerencias u opiniones. Un 1% no estuvo ni a favor ni en contra de las afirmaciones presentadas. El otro 1% de los adultos mayores estuvieron en desacuerdo en parte con la afirmación de valerse por si mismo; puesto que manifestaron ser autónomos toda su vida y que en esta etapa lo que buscan es mantener su autonomía mediante su participación en actividades recreativas, y que su capacidad de decisión nunca la han perdido.

Finalmente, el 1% de los adultos mayores del club otoñal manifestó estar totalmente en desacuerdo, con las afirmaciones que buscaban evaluar el desempeño y grado de participación en las actividades físicas, deportivas o folclóricas, debido a que alguno de ellos no participan en este tipo de actividades ya que sus condiciones de salud se lo impiden; tales como problemas de hipertensión arterial o problemas cardiacos; enfermedades físicas características de esta etapa de la vida, que a través de una vida activa no se elimina, si no que solo logra minimizarse o prolongar la vida por mucho mas tiempo (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela.2006).

Por lo anterior, se deduce el 34% de los adultos mayores del club otoñal presenta conocimientos, creencias y percepciones favorables frente a las actividades recreativas. Por otro lado, el 33% manifiesta un afecto favorable frente a las actividades recreativas; es decir, reflejan sentimientos, emociones favorables a aunque consideran que la autovaloración se mantiene por permanecer activos, a pesar de la etapa en que se

encuentran. De igual modo, el 33% de adultos mayores presentó una conducta favorable frente a las actividades recreativas pues tienen la intención, la iniciativa y el compromiso para la participación en las actividades realizadas en el club otoñal (tabla No 4).

Por otro lado, se observó que los afectos y conductas de los adultos mayores frente a las actividades recreativas estaban fundamentalmente determinada por sus cogniciones, lo cual demuestra que los pensamientos frente a una situación u objeto social influyen de modo significativo en el comportamiento y predisponen a reaccionar frente a una manera determinada (ESCALANTE, Carlos Escalante. 2001).



## 9. Conclusión

Los resultados obtenidos reflejan que los adultos mayores presentan una actitud favorable frente a las actividades recreativas; es decir, que poseen pensamientos, afectos y conductas positivas, haciendo evidente una congruencia entre estos componentes; aunque se encontraron desacuerdos parciales con relación a los índices de autovaloración y grado de desempeño, las actitudes se inclinan hacia un extremo de favorabilidad.

En este sentido, se observaron algunos factores que determinan la favorabilidad del adulto mayor frente a las actividades recreativas, tales como:

La experiencia. La mayoría de los adultos mayores cuyo tiempo de afiliación es superior a 5 años, y de mayor edad manifestaron actitudes extremadamente favorables ya que los años les ha permitido adoptar una percepción, afecto y conducta más profundas, lo cual se relaciona con lo planteado por Roberto Barón (1985), al manifestar que las personas que tienden a reaccionar del mismo modo frente a una situación determinada, esa reacción se convierten en esquemas o marcos conceptuales almacenados en la memoria que ante dicha situación se activan, convirtiéndose en guías rápidas para actuar; así mismo Carlos Escálantes ve la actitud como creencias fundadas por experiencias anteriores que orientan al comportamiento hacia ciertas metas. Lo anterior permite deducir que la actitud del adulto mayor frente a la recreación tiene sus raíces en la experiencia y a la vez los comportamientos de esta población frente a una situación pueden llegar a predecirse ya que poseen creencias arraigadas que por lo general resultan difícil de modificar (BARRIOS, Duvis; CAÑATE, Nancy; CERVANTES, Karen; GALINDO, Estela. 2006).

Estado de Salud. Los adultos mayores que gozan de un buen estado de salud físico y mental participan de modo activo en las actividades recreativas. En este sentido es importante resaltar que la adultez mayor se caracteriza por la presencia de un sin número de patologías físicas que mediante una vida activa logran minimizarse, más no eliminarse; los problemas de hipertensión arterial son los más frecuentes en el adulto

mayor conllevándolos a una dificultad en la ejecución y desempeño en las actividades recreativas de tipo deportivo y/o folclóricas. Así mismo, Eliza Dulcey (2001) plantea que salud y actividad van de la mano; debido a que si el adulto mayor se mantiene activo a través de la realización de ejercicios, puede llegar a gozar de un buen estado de salud físico y mental, y a la vez prolongar por mayor tiempo el periodo vital.

Estilo de vida saludable. El adulto mayor que durante etapas anteriores desarrollo estilos de vida saludables, como hacer ejercicios, ir al gimnasio, correr o trotar, participar en grupos folclóricos, etc; al llegar a la adultez mayor desean mantenerse activos y vigorosos; por ende participan en actividades con el fin de lograr este objetivo, lo cual se puede corroborar con lo planteado por Eliza Dulcey (2001) quién considera que los adultos mayores durante su adolescencia y juventud tuvieron una vida activa, y que aún desean mantenerla, el adulto mayor activo es aquel que participa de modo entusiasta en cualquier tipo de actividad recreativa, es una persona que siempre se trazó metas y que aún establece ciertos objetivos a pesar de la etapa por la cual atraviesa; todo lo anterior permite que esta población desarrolle autoconfianza, iniciativa, flexibilidad y autonomía.

Beneficio de las actividades recreativas. Los adultos mayores tienden a percibir las actividades recreativas de acuerdo con los beneficios que surgen de la recreación, puesto como lo plantea la fundación nacional de tiempo libre y recreación FUNLIBRE y Esperanza Osorio (2002) la recreación genera beneficios integrales; es decir, en toda las dimensiones del adulto mayor; lo cual, lo conduce a gozar de una mejor calidad de vida.

Por todo lo anterior, se puede concluir que la adultez mayor no es sinónimo de enfermedad, esto constituye un grave error puesto que se puede gozar de una vejez sana; es decir, poseer un buen estado físico y mental si se adopta desde temprana edad, estilo de vidas saludables para mantenerse activos aún en la adultez mayor, ya que permite minimizar enfermedades y prolongar el ciclo vital sin embargo, todo depende

de la actitud que se tiene frente al hecho de permanecer activos mediante la participación en las actividades recreativas, que van a permitir mantener la autonomía, iniciativa y capacidad de decisión para tomar partido de las situaciones que se originan en su comunidad y/o familias.

Por otro lado, se logró evidenciar que a nivel COGNITIVO los adultos mayores pueden poseer capacidad para resolver problemas, de aprender y transmitir esos conocimientos, habilidad para tomar decisiones y expectativas frente a la vida a pesar de los años, así mismo conservar una buena memoria y un gran repertorio de conocimientos como resultado de la experiencia, lo cual permite ver al adulto mayor como un ser lleno de sabiduría.

De igual manera, a nivel AFECTIVO el adulto mayor puede manifestar sentimiento de satisfacción, diversión, gozar de un buen estado de ánimo que les permite enfrentar situaciones estresantes; además, poseen la habilidad de autorregular sus emociones, y a la vez sentirse bien consigo mismo y disfrutar de su entorno.

Por otro lado, a nivel CONDUCTUAL se encontró que los adultos mayores poseen capacidad para la ejecución o realización de actividades físicas y tener un buen desempeño al realizar actividades como: bailar, cantar y jugar; lo cual refleja la capacidad de iniciativa, compromiso, autonomía para participar en actividades de la familia o comunidad, así mismo la capacidad de interactuar con personas de su edad y con otras generaciones.

Sin embargo, para lograr el mantenimiento y conservación de todas estas habilidades cognitivas, afectivas y conductuales el adulto mayor debe gozar de una buena salud física y/o mental que les permita mantenerse activo.

Por lo anterior, se deduce; en primer lugar, que la ACTITUD frente a las actividades recreativas esta asociada a factores como la experiencia que dan los años, el estado de salud, estilo de vidas saludables y los beneficios percibidos de la recreación lo cual los motiva a participar en estas; en segundo lugar, la actitud favorable frente a las actividades recreativas le permite al adulto mayor participar activamente y por consiguiente gozar de un buen estado de salud; es decir, tener una mejor calidad de vida y tercero, la actitud constituye un elemento fundamental de la psiquis humana el cual es el objeto de estudio de la psicología, en donde la actitud vista desde esta perspectiva es un proceso cognitivo que determina y controla la conducta, aunque esta sujeta a factores externos que pueden desviar la expresión verdadera de la actitud a través de la conducta, pero aún así, las actitudes logran predisponer y pronosticar la conducta de un individuo hacia un objeto actitudinal (Meyer David. 1991).

En este sentido el estudio de la actitud es de gran relevancia para la psicología; la cual se interesa en intervenir actitudes negativas, con el fin de generar nuevas emociones y conductas que conllevan a las personas a mantener y/o mejorar su salud física o mental.

## Discusiones y recomendaciones

De acuerdo con los resultados arrojados por medio de la aplicación del instrumento y las conclusiones a las que se llegaron en el presente estudio se recomienda:

- Teniendo en cuenta que los adultos mayores poseen una actitud favorable frente a las actividades recreativas, la cual suele estar influenciada por diversos factores, tales como la experiencia, el estado de salud, estilos de vida, beneficios percibidos de las actividades recreativas por esta población, se recomienda que investigaciones futuras relacionadas con esta temática se centren en los factores que influyen en la actitud del adulto mayor frente a la recreación, con el fin de diseñar estrategias psicológicas para aumentar o disminuir la influencia que tienen sobre la actitud.
- De igual modo, se sugiere estudiar la variable actitud desde un tipo de investigación correlacional, para determinar la relación existente entre otras variables y la actitud y no sólo estudiar el modo como estas influyen sobre las respuestas o conductas hacia un objeto o situación actitudinal. Asimismo, se recomienda trabajar actitud, desde un paradigma histórico-hermenéutico, puesto que permite conocer a profundidad el fenómeno estudiado, tal y como se presenta en la realidad.
- Por otra parte se sugiere el diseño de una prueba de sinceridad para impregnarle mayor validez y confiabilidad a las respuestas dadas por los adultos mayores frente a situaciones específicas, para no limitarse solamente a las respuestas de extrema favorabilidad desfavorabilidad hacia una situación u objeto determinado. De igual modo, se recomienda el uso de un instrumento diferente a la escala tipo likert que cumpla con el mismo objetivo de este instrumento que es medir las actitudes.

- Finalmente se recomienda al programa de Psicología de la Universidad Simón Bolívar, en primer lugar, el diseño de programas psicoeducativos, dentro de las practicas académicas, especialmente en el programa años de plenitud programa que permita mantener, desarrollar o adquirir a la población mayor una actitud favorable frente a la recreación y por ende, participar activamente en ella, con el fin de mejorar y/o mantener una mejor calidad de vida y a la vez contribuir al desarrollo integral del adulto mayo, el cual cesa con el fin de la vida; y segundo motivar a los estudiantes en practicas sociales estudiantiles el diseño de programas y procesos psicoterapéuticos encaminados a mejorar a modificar actitudes negativas frente al a recreación para generar emociones positivas que conllevan a el adulto mayor a participar en actividades, si sus condiciones de salud, se los permitan. Asimismo; puedan crear programas de prevención en etapas previas, para modificar actitudes relacionadas con prácticas vinculadas con la salud; como es el caso de la participación en actividades recreativas, y a la vez adoptar posiciones optimistas y positivas frente a la vida.

**Bibliografía**

ALCANTARA, José A. Cómo Educar las Actitudes. Madrid Editorial. CED. 2002.

BACHICOS LTDA. Volumen 18. (Diciembre). Calidad de vida del Adulto Mayor. Novena Conferencia Internacional sobre las Enfermedades de Alzheimer y Desórdenes relacionados. 2005.

BARON, Roberto. Psicología Social.

BELTRAN MARTINEZ, Héctor. Claves para Estudiar, Redactar y Presentar Informes Científicos. Editos Universidad Santo Tomás – Colombia. 1996.

CASTAÑO, García José. Asociación Colombia de Gerontología y Geriatria. Volumen 14 No. 3 (Julio -- Septiembre) Colombia: Ediciones Orbita. 2002.

\_\_\_\_\_ Volumen 18 No. 4 (Octubre – Diciembre). Calidad de Vida del Adulto Mayor. 2004. P. 709..

\_\_\_\_\_ Volumen 18 1 – 2 (Enero – Junio). Depresión en el Anciano. 2005.

DANE. Departamento Administrativo Nacional Estadísticos. Colombia. 1993.

DULCEY, Elisa. La Sociedad Civil, El Envejecimiento y la Vejez en Colombia. Documento

<http://www.aigdecolombia.com.co>.

DULCEY, Elisa. Psicología del Ciclo Vital. Centro de Psicología Gerontológico Espigár. Pontificado. Universidad Javeriana. Bogotá – Colombia. P. 22. 2001.

ESCALANTE, Carlos. Medición de las Actitudes. Editorial Ceao.

EL OCIO. El Tiempo Libre y la Recreación en América Latina en: problematizaciones y Desafíos. Inder Colombia Civitas. Osorio Esperanza. 2000.

FUNDACION COLOMBIANA DE TIEMPO LIBRE Y RECREACION. Funlibre. Colombia, 2002.

HERNANDEZ, Sampieri Roberto. Metodología de la Investigación Editorial Mc. Graw Hill. 2003.-

LERNA, Hector D. Metodología de la Investigación: Propuesta Anteproyecto y Proyecto. Ecoe Ediciones. Segunda Edición. 2002.

MASCARENAS, Fernando. Tiempo Libre, Recreao e Educao Popular. Reflexoes e apontamentos a partir la realidades brasileira. Tomado del: El ocio el tiempo libre y la recreación en América Latina: Problematizaciones y desafíos. Editorial Cevitas. Colombia, 2005. P. 235

OSORIO, Esperanza. Ocio para una vida plena. En: recreación y Adulto Mayor. Funlibre- Colombia. 2001.

MARTIN, Dairo J. Volumen 16 No. 2 (Abril – Junio) Influencia de la boca en la calidad de vida del anciano. Volumen 2002,

VILAS,. Fabian. La Recreación y el Tiempo Libre: Situación, Desarrollo y Propuestas desde el Uruguay. La reacción formando del texto del ocio, el tiempo libre y la recreación en América Latina. Problematizaciones y desafíos. Editorial Civitas. Colombia. 2005. P. 270.

# ANEXOS

**ESCALA PARA MEDIR LA ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DEL  
ADULTO MAYOR CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE 60 Y 80 AÑOS DE EDAD  
AFILIADOS AL CLUB OTOÑAL DE LA CAJA DE COMPENSACION FAMILIAR ACOPI  
CAJACOPI DE LA CIUDAD DE BARRANQUILLA**

**Introducción**

Esta escala busca evaluar los pensamientos, sentimientos y conductas del adulto mayor frente a la recreación. Esta escala consta de 27 afirmaciones divididas en los tres componentes de la actitud. La formación que proporcione será usada para desarrollar programas de formación en relación con la recreación para fomentar o mantener una actitud favorable frente a la recreación en la población mayor, con el fin de mejorar su calidad de vida.

**Instrucciones**

A continuación encontrará una serie de afirmaciones; para cada una de ella hay cinco alternativas de respuesta que son:

- Totalmente de acuerdo (T.A.): Si usted está de acuerdo o convencido plenamente con la afirmación planteada.
- De Acuerdo en Parte (A.P.): Si usted está de acuerdo con la afirmación, pero no la acepto totalmente.
- No de Acuerdo ni en Desacuerdo (N.N.): Si usted no comparte la afirmación, pero tampoco la comparte.
- En Desacuerdo en Partes (D.P.): Si usted no está de acuerdo con algunos aspectos.
- Totalmente en Desacuerdo (T.D.): Si usted no está de acuerdo de ningún modo con la afirmación planteada. Lea cuidadosamente cada afirmación y responda con una “X” la opción que mejor considere. Asegúrese de contestar todas las afirmaciones, tómese el tiempo necesario para responder.

No pase a la siguiente página sin la previa indicación de la persona que le entregó la escala.

**ESCALA DE ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS UNIVERSIDAD SIMÓN  
BOLÍVAR PROGRAMA DE PSICOLOGÍA 2006**

Edad: \_\_\_\_\_

Tiempo de Afiliación al club: \_\_\_\_\_

Fecha de Aplicación: \_\_\_\_\_

Persona Responsable: \_\_\_\_\_

**DIMENSIÓN COGNITIVA**

1. Se que la recreación es una forma de tener un bienestar general.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

2. Pienso que la recreación me permite permanecer emocionalmente activo para mi familiar y la sociedad

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

3. Se que la recreación contribuye a mejorar mi salud física y mental.

## Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

4. Pienso que la recreación me permite establece lazos de amistad con personas de mi edad.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

5. Tengo la idea que la recreación me permite evadir la rutina a lo que estoy sometido(a)

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

6. Pienso que la recreación ayuda a despejar la mente y olvidarse de los problemas.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

7. Actualmente, por medio de las actividades recreativas puedo intercambiar ideas con mis amigos

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

8. Pienso que la recreación me permitirá aprender muchas cosas nuevas.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

9. Espero que la recreación ayude a mejorar mi calidad de vida.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

**DIMENSIÓN AFECTIVA**

10. Me siento tranquilo(a) al realizar actividad recreativas.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

11. Disfruto mucho de la compañía de personas de mi edad durante las actividades recreativas.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

12.- Me siento satisfecho (a) con mi desempeño en las actividades.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

13. Me genera gran emoción asistir a algún tipo de actividad recreativa programadas en el Club.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

14. Yo me siento contento(a) al realizar actividades recreativas.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

15. Me divierto mucho al compartir con mis amigos en actividades recreativas.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)g

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

16. Siento que he aprendido a quererme a mí mismo (a) debido a las actividades terapéuticas a las que asisto.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

17. Me siento capaz de participar en cualquier tipo de actividad cultural o folclórica programada en el Club.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

**DIMENSIÓN CONDUCTUAL**

18. Desde que participo en actividades recreativas me siento agradable con mi aspecto físico.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

19. Yo, no me desempeño bien en la ejecución de actividades recreativas realizadas en el Club.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

20. Participo activamente en las actividades comunitarias que realizan en el Club

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

21. Yo, realizo a con facilidad los movimientos que hacen parte de las actividades deportivas dentro del Club.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

22. Por medio de la recreación he aprendido muchas cosas

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

23. La recreación me permite transmitir mis conocimientos a las personas que ingresan al club.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

24. Me desenvuelvo con facilidad en las actividades deportivas del Club debido a la experiencia que he adquirido.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

25. Participar en actividades recreativas me permite decidir y valerme por mi mismo(a).

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

26. Yo apporto ideas al grupo en la realización de algún tipo de actividades recreativas si lo considero necesario.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

Actitud Frente A Las Actividades Recreativas Del Adulto Mayor

27. Cumplimiento a cabalidad con los horarios establecidos en el Club para la participación de algún tipo de actividad recreativa.

\_\_\_\_\_ Totalmente de acuerdo (T.A.)

\_\_\_\_\_ De Acuerdo en parte (A.P.)

\_\_\_\_\_ Ni de Acuerdo ni de Desacuerdo (N.N.)

\_\_\_\_\_ Desacuerdo en Parte (D.P.)

\_\_\_\_\_ Totalmente en Desacuerdo (T.D.)

## Interpretación

### Forma de obtener las puntuaciones

#### Pasos

1. Para identificar la categoría de respuesta más relevantes en cada dimensión de la variable Actitud, sume las puntuaciones obtenidas en cada categoría o alternativa de respuesta, multiplíquelo por el 100% y divida entre el puntaje obtenido en cada dimensión.
2. Para calcular el puntaje total, sume los valores numéricos obtenidos en las tres dimensiones, multiplíquelo por el 100% y divídalo entre el número de personas que conforman la muestra.
3. Presentación de los resultados por medio de cuadros y gráficos

#### VALORES NUMÉRICOS DE LAS ALTERNATIVAS DE RESPUESTAS

TOTALMENTE DE ACUERDO (T.A.)	:	CINCO (5)
DE ACUERDO EN PARTE (A.P.)	:	CUATRO (4)
NI DE ACUERDO NI DE DESACUERDO (N.N.)	:	TRES (3)
DESACUERDO EN PARTE (D.P.)	:	DOS (2)
TOTALMENTE EN DESACUERDO (T.D.)	:	UNO (1)

TERAPEUTICA RECREATIVA 2 JUEGOS 3. RECREACION DE ANCIANOS  
TRABAJO SOCIAL CON ANCIANOS 5. VEJEZ ASPECTOS SOCIALES  
ENVEJECIMIENTO ASPECTOS PSICOLOGICOS 4. ASISTENCIA A LA VEJEZ-  
PROGRAMAS 8 PSICOLOGIA