

El enfoque ambiental una alternativa para el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor en la comunidad El Cristo.

Berta Luisa Ramírez-Castillo. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Yudit María Molina-González. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Jorge Ricardo Patiño-Pérez. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Resumen.

La presente investigación se desarrolla en la comunidad El Cristo, con el objetivo de proponer una alternativa para elevar la calidad de vida del adulto mayor desde la dimensión ambiental, a partir de las potencialidades que brindan las actividades físico- recreativas.

En el trabajo se exponen los fundamentos que sustentan la calidad de vida del adulto mayor, tanto en la consideración ambiental para fomentar el bienestar físico y espiritual de este grupo etéreo, como en las actividades físico-recreativas para desarrollar una cultura ambientalista que favorezca desde estas proyecciones la elevación de la calidad de vida.

El diagnóstico realizado permitió comprobar el pobre conocimiento que poseen los profesores de los círculos de abuelos sobre la dimensión ambiental, lo que constituye un obstáculo para la planificación de actividades que satisfagan las expectativas de los abuelos y resulten beneficiosas para mejorar su salud y elevar la calidad de vida; además permitió conocer sus necesidades, gustos y preferencias. Para ello se aplicaron, métodos teóricos, empíricos y estadísticos (entrevistas, encuestas, composición, observaciones a las clases y actividades de los círculos de abuelos) a: profesores, abuelos, directivos de la comunidad y del municipio.

La alternativa propuesta posee amplias posibilidades para elevar la calidad de vida del adulto mayor y desarrollar una cultura ambientalista, al ofrecer un conjunto de actividades físico-recreativas que servirán de herramientas didácticas para ser utilizadas por el profesor de los círculos de abuelos y agentes interventores de la comunidad.