

Adulto mayor, desarrollo humano y tiempo libre.

El caso del proyecto: Creación de un espacio para uso recreativo, lúdico y deportivo por parte del adulto mayor en su tiempo libre, implementado en el Centro de Seguridad Social núm. 4, del Instituto Mexicano del Seguro Social, en el municipio de Sabinas Hidalgo, Nuevo León

Rubén Javier Rodríguez Martínez
José Ricardo González Alcalá

Resumen

En el presente artículo, los autores presentan el contenido de cada una de las etapas del proyecto social titulado: *Creación de un espacio para uso recreativo, lúdico y deportivo por parte del adulto mayor en su tiempo libre implementado en el Centro de Seguridad Social núm. 4, del Instituto Mexicano del Seguro Social, en el municipio de Sabinas Hidalgo, Nuevo León*. Primero se hace un repaso breve del cambio sufrido, a través del tiempo, en el estatus social del adulto mayor como un proceso excluyente. Enseguida se muestra la reacción social tendiente a corregir esa tendencia, a nivel mundial y particularmente en Mé-

xico, mediante acciones de política social constitutivas de instituciones, planes y programas, en busca de un cambio sociocultural efectivo en favor del bienestar integral de dicho grupo etario. Luego se exponen los pormenores del proyecto, destacando algunos datos demográficos generales y los relativos al diagnóstico particular, seguidos de los objetivos y metas del mismo: incrementar las alternativas de bienestar del adulto mayor; proveer un espacio físico, identificando, acondicionando y comprometiendo a aquél para la implementación de programas *ad hoc*. Finalmente, se detallan los resultados de la evaluación realizada después de transcurrido el periodo de funcionamiento del primer programa implementado: en general, los 43 adultos mayores —hombres

y mujeres— beneficiados, se declararon altamente satisfechos con el mismo.

Definición del problema

Dentro de las sociedades modernas, debido al proceso de industrialización ha surgido una gran variedad de problemas; uno de ellos es la exclusión social del adulto mayor. La realidad de este grupo etario se ha transformado, ya que en las sociedades primitivas y las grandes civilizaciones del pasado quien perteneciera a dicho grupo era considerado como el sabio o dirigente dentro del clan o comunidad. Siguiendo a Carlos Trejo Maturana (2011) podemos decir que, antaño, la vejez constituía, a la vez, un depósito de conocimientos y una base de datos, especialmente históricos, cuyas fuentes de credibilidad tenían que ver con la voluntad gratificante de los dioses. Hoy, en cambio, la vejez, es considerada un problema, una falla social atada a la modernidad y sus corolarios: el utilitarismo y el costo beneficio (Chomsky, 2001), lo cual se traduce en la exclusión social de los viejos, quedando éstos, así, fuera del juego social (Gil, F., 2002)

No obstante, la investigación social y las políticas públicas aportan esfuerzos dirigidos a humanizar

las relaciones y situaciones sociales en las que el adulto mayor se encuentra inmerso.

De la disfuncionalidad a la funcionalidad

En el contexto de la ideología capitalista, el adulto mayor es considerado improductivo y, por tanto, estructuralmente disfuncional, lo cual conduce a una verdadera exclusión social. Sin embargo, el adulto mayor conserva la inquietud y el deseo de vivir productivamente. Ante ello, la intervención se hace necesaria a fin de insertar e integrar socialmente a dicho grupo etario a través de su participación en actividades recreativas, lúdicas y deportivas en su tiempo libre, contribuyendo, de este modo, a un cambio sociocultural efectivo como parte del proceso de socialización (Ritzer, G., 2007). Ello implica una mejora en el bienestar sociocultural y psicológico del adulto mayor, que se entrega a la realización de actividades acordes con sus necesidades, inclinaciones, deseos y gustos personales y compartidos. Así, la interacción con el adulto mayor en el orden familiar, grupal y social, a través del intercambio de papeles y roles reconocidos, convierte a los “viejos” en elementos funcionales de la estructura social.

La política social

Un problema social una vez diagnosticado suele venir acompañado de sugerencias alternativas para su tratamiento (Ander-Egg, E. y M. Aguilar, 2001). En el caso del adulto mayor, ya se han tomado algunas acciones para atender dicha problemática. Desde 1948, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha venido revisado el asunto, pero es hasta 1991 que dicho organismo promueve la conciencia mundial del problema y declara a ése como Año Internacional de las Personas de Edad Avanzada, convocando además a la Cuarta Conferencia Mundial sobre Envejecimiento (Gambino, D., 2008).

En México, el 22 de agosto de 1979 se crea por decreto presidencial el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), actualmente Instituto Nacional de la Personas Adultas Mayores (INAPAM), que atiende a las personas de 60 años y más. Esencialmente, desde su inicio su actividad se enfoca al aspecto médico-asistencial.

Por su parte, el Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012 (Presidencia de la República, 2007), en su estrategia 3, Igualdad de Oportunidades... Grupos Vulnerables, considera una obligación del Estado promover la igualdad de oportu-

nidades, la superación del nivel de vida y el desarrollo para todas las personas, poniendo énfasis en los adultos mayores, a quienes caracteriza como los grupos más vulnerables de la sociedad. En Nuevo León, el Plan Estatal de Desarrollo 2010-2015 (Gobierno del Estado de Nuevo León, 2010), en su eje estratégico Desarrollo Social y Calidad de Vida plantea lograr opciones de desarrollo para todas las personas mediante el acceso a la educación, la salud, la vivienda, el deporte y la cultura.

Por otra parte, el Plan Municipal de Desarrollo 2009 -2012 del municipio de Sabinas Hidalgo, Nuevo León, en su apartado número 7: Alianza con Mujeres, Jóvenes y Personas en Edad de Plenitud, promete a mujeres, jóvenes y personas de la tercera edad mejores oportunidades para su desarrollo (Presidencia Municipal de Sabinas Hidalgo, 2010).

Aspectos sociales del problema

La llamada revolución demográfica de los tiempos modernos se caracteriza, entre otras cosas, por el número y proporción crecientes de personas mayores. Así, una de cada 10 personas pertenece ahora al grupo de la tercera edad —60 años o más—, y se espera que para

2050 tal proporción se duplique, llegando en 2150 a uno de cada tres; se prevé además que los países en desarrollo tardarán más en adaptarse a estos cambios que los países desarrollados (División de Población del Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, Secretaría de las Naciones Unidas, 2010)

En México, el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2011) reportó en 2010 una población adulta mayor —60 años o más— de 4 millones 679 mil 538 hombres y 5 millones 375 mil 841 mujeres. De estos totales, 190 mil 277 hombres y 217 mil 1 mujeres residen en el estado de Nuevo León. El municipio de Sabinas Hidalgo alberga, por su parte, 1 mil 983 hombres y 2 mil 196 mujeres en dichas edades.

Diagnóstico

Un sondeo realizado mediante encuesta en los meses de agosto y septiembre de 2010 en el municipio de Sabinas Hidalgo, Nuevo León, reveló la carencia de un espacio físico para uso recreativo, lúdico y deportivo, especial y exclusivo para el adulto mayor en las dependencias públicas dedicadas a la asistencia social que cuentan con instalaciones. Por ello, en la segun-

da quincena del mes de octubre de 2010 se consultó al respecto a 43 adultos mayores de ambos sexos inscritos en los cursos que el Centro de Seguridad Social número 4 del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) ofrece a toda la población interesada; los encuestados manifestaron mayoritariamente su deseo de contar con un espacio como el mencionado.

Los puntos más importantes de la encuesta en su segunda etapa muestran estos resultados:

- A 88.1 por ciento de la población encuestada le gustaría la implementación del área exclusiva para los adultos mayores, mientras que sólo a 11.9 por ciento no le agradaría.
- Dentro de las actividades que al adulto mayor le gustaría que se implementaran, 26.19 por ciento optó por la ocupación del tiempo libre en general, 19.05 por ciento por actividades lúdicas, 16.67 por ciento por el acondicionamiento físico, mientras que 14.29 por ciento por el Cachibol y 11.9 por ciento optaron por la recreación.
- En cuanto al horario más conveniente para la imple-

mentación de las actividades, 52.38 por ciento de los encuestados eligió el vespertino, en tanto que 33.33 por ciento optó por el matutino y sólo 14.29 por ciento dejó la decisión en manos de la institución.

- En cuanto a participar de alguna manera en la realización del proyecto, 78.6 por ciento dijo sí le gustaría y 21.4 por ciento respondió que no.
- Por lo que se refiere a la disposición del adulto mayor a asistir efectivamente a la realización de las actividades propuestas, 85 por ciento contestó que sí, mientras que el restante 14.29 por ciento respondió negativamente.

Metodología del proyecto

En el diseño y realización del proyecto social que aquí detallamos, además del diagnóstico antes señalado, se aplicaron los siguientes aspectos metodológicos:

El proyecto buscó crear oportunidades de inclusión y acceso a un espacio físico para realizar actividades recreativas, lúdicas, deportivas y de tiempo libre por parte de los adultos mayores en el municipio de

Sabinas Hidalgo, Nuevo León, con el fin de contribuir a que accedan a más alternativas de bienestar. Para tal efecto, se plantearon los siguientes objetivos:

Objetivo general

Incrementar las alternativas de bienestar para los adultos mayores a través de oportunidades para el uso, por parte de éstos, de su tiempo libre, en actividades recreativas, lúdicas y deportivas.

Objetivo específico

Proveer un espacio para la implementación de programas que fomenten el uso recreativo, lúdico y deportivo por parte del adulto mayor en su tiempo libre, en el edificio que ocupa el Centro de Seguridad Social núm. 4 del IMSS en Sabinas Hidalgo, Nuevo León.

Metas

- Del 16 de noviembre de 2010 al 15 de diciembre del 2010: identificar un espacio físico específico en el edificio que ocupa el Centro de Seguridad Social núm. 4 del IMSS en Sabinas Hidalgo, Nuevo León, y comprometer el destino del mismo para su uso en actividades recreativas, lúdicas y deportivas por

parte del adulto mayor en su tiempo libre.

- Del 16 de noviembre del 2010 al 15 de diciembre del 2010: acondicionar el espacio mencionado en el punto anterior con las obras de adaptación y el mobiliario adecuados para la realización de las actividades arriba mencionadas.
- 1 al 15 de diciembre del 2010: diseñar un modelo de programa que pueda contener de una a cinco actividades recreativas lúdicas y deportivas, para el uso del tiempo libre del adulto mayor.

El responsable del proyecto realizó una observación estructurada acerca del espacio, mobiliario y actividades para los adultos mayores, encontrando respuestas adecuadas a la implementación del mismo.

Evaluación de resultados

Implementado el proyecto, se consultó a los participantes sobre las actividades realizadas para verificar si se lograron las metas propuestas, permitiendo retroalimentar la toma de decisiones para generar mejoras futuras.

En lo correspondiente a si el espacio físico asignado al proyecto había sido dotado con mobiliario adecuado y suficiente para su funcionamiento, 100 por ciento de los consultados contestó que sí. De éstos, 45 por ciento afirmó que anteriormente al proyecto no contaba con mobiliario, 35 por ciento mencionó tener ahora reuniones más cómodas y 25 por ciento restante afirmó tener mayor convivencia que antes.

En lo referente a si las actividades programadas habían sido las adecuadas para los participantes, 100 por ciento de éstos respondió que sí. De este total, 45 por ciento estuvo de acuerdo en tener ahora mayor convivencia, 35 por ciento consideró adecuado los horarios y 25 por ciento manifestó sentirse menos preocupado(a) y/o estresado(a) al realizar dichas actividades.

Sobre cómo se sintieron los participantes después de realizar las actividades exclusivas para ellos, 80 por ciento contestó que muy bien y 20 por ciento dijo sentirse bien.

Se preguntó a los adultos mayores participantes en el proyecto si se sentía tomados en cuenta por la institución, y 100 por ciento afirmó ser tomado en cuenta: 30 por ciento porque la institución los atiende

35 por ciento porque ésta escucha sus opiniones y 35 por ciento, según expresó, porque “me hacen sentir importante”.

A una pregunta sobre si los adultos mayores encuestados recomendarían el espacio y las actividades a otros adultos mayores, 40 por ciento respondió que lo recomendaría para que otros también se beneficien; 30 por ciento mencionó que lo recomendaría para que otros también tengan mayor convivencia; 20 por ciento dijo recomendarlo para que otros adultos mayores se distraigan; y 10 por ciento lo recomendaría para que sus compañeros de edad estuvieran más activos.

Conclusión

A partir de los últimos meses de 2011, los adultos mayores del municipio de Sabinas Hidalgo, Nuevo León, cuentan con un espacio físico exclusivo en las instalaciones del Centro de Seguridad Social núm. 4 del IMSS para realizar actividades recreativas, lúdicas y deportivas durante su tiempo libre.

La difusión y promoción de este logro cualitativo propiciaría iniciativas semejantes en otras instituciones públicas o privadas que dedican esfuerzos a la atención de personas

de la tercera edad, aumentando así el número de beneficiarios. Es recomendable, a futuro, agregar actividades relacionadas con programas de alimentación, salud, higiene personal, entre otras, a fin de mejorar, de manera más integral, la calidad de vida de los adultos mayores y destinar, igualmente, más recursos a proyectos como el aquí descrito, aumentando de este modo la cobertura de sus beneficiarios; todo bajo el principio de igualdad de oportunidades establecido en los planes de desarrollo del país, del estado de Nuevo León y del municipio de Sabinas Hidalgo.

Bibliografía

- Ander-Egg, Ezequiel y María José Aguilar, 2001, *Diagnostico social*, Buenos Aires, Lumen, capítulo 2 “Como hacer un diagnostico social”.
- Chomsky, Noam. 2001. Derivation by Phase. En: *Ken Hale: A Life in Language*, ed. Michael Kenstowicz, 1- 52. Cambridge, Mass.: MIT Press
- División de Población del Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, Secretaría de las Naciones.
- Disponible en: <http://www.un.org/esa/socdev/ageing/popageing.html>.
(Consultado el 25 de agosto de 2010.)
- Gambino Nodarseen, Daisy, 2008, *Publicaciones científicas revista ciencia.com*. “Envejecimiento, género y profesión”.
- Disponible en:
<http://www.revistaciencias.com/publicaciones/EkkuFVVkZAlourpubj.php>
(Consultado el 1 de octubre de 2009.)
- Gil Villa, Fernando, 2002, *La exclusión social*,

Grupos Vulnerables

Barcelona, Ariel Social.
Gobierno del Estado de Nuevo León, 2010, *Plan Estatal de Desarrollo 2010-2015*.
Disponible en: http://www.nl.gob.mx/?P=plan_desarrollo.
(Consultado el 5 de enero de 2011.)
Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores.
Disponible en:
http://www.inapam.gob.mx/index7index.php?sec=15&clave_articulo=96.
(Consultado el 10 de octubre de 2009.)
Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática, 2011, *Censo de Población y Vivienda 2010*.
Disponible en:
<http://www3.inegi.org.mx/sistemas/Tabulados-Basicos/Default.aspx?c=27302&s=est>.
(Consultado el 1 de abril de 2011.)
Méndez Gallo, Pablo, *La concepción social de la vejez: entre la sabiduría y la enfermedad*.
Disponible en: <http://www.zerbitzuan.net/documentos/zerbitzuan/La%20concepcion%20social%20de%20la%20vejez.pdf>
(Consultado el 1 de abril de 2011.)
Presidencia Municipal de Sabinas Hidalgo, 2010,

Plan Municipal de Desarrollo 2009-2012.
Disponible en:
http://www.sabinashidalgo.gob.mx/docs-transp/planes/plan_de_desarrollo.pdf
(Consultado el 16 de septiembre de 2010.)
Presidencia de la Republica, 2007, *Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012*.
Disponible en:
<http://pnd.calderon.presidencia.gob.mx/igualdad-de-oportunidades/grupos-vulnerables.html> (Consultado el 3 de octubre de 2009.)
Ribeiro, Manuel y Raúl López Estrada, 2006, *Tópicos selectos en políticas comparadas de bienestar social. Grupos vulnerables: juventud, género, salud*, Ediciones Gernika/Universidad Autónoma de Nuevo León.
Ritzer, George, 2001, *Teoría Sociológica Clásica*, Mc Graw Hill, Madrid, España.
Trejo Maturana, Carlos, 2011, *El viejo en la historia*.
Disponible en:
<http://www.gerontologia.uchile.cl/docs/viejo.htm>
(Consultado el 1 de abril de 2011.)