

2019

SEXTA EDICIÓN



REVISTA GEROCIENCIA

Revista electrónica de gerontología (educación, social, gerencia, salud, ciencia y tecnología)

**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
"FRANCISCO DE MIRANDA"
ÁREA CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE GERONTOLOGÍA**

Año III Vol II Nº 6. Julio a Diciembre 2019

Depósito legal. FA2017000074

Santa Ana de Coro, Estado Falcón, Venezuela

Director-Editor

Dra. Sandra Quintero (UNEFM)

Comité Editor

Lcda. Juleidys Reyes (UNEFM)

Lcda. Belen Cásares (UNEFM)

Comité Redacción

Lcda. Maroly Quevedo MSc (UNEFM)

Lcdo. Nohé Ramón Gilson. MSc. (UNEFM)

Consejo Asesores

Dra. María Romero (UNEFM)

Nohedwin Córdova (Lcda. Psicología y

Lcda. Gerontología UNEFM)

Dr. Jairo Villasmil (UNEFM-Venezuela)

Especialistas invitados

Comité Memoria

Lcda. Belen Cásares (UNEFM)

Lcdo. Nohé Ramón Gilson. MSc. (UNEFM)

Árbitros colaboradores en ésta publicación

Dra. Maribel Osorio (UCV- Venezuela)

Dra Miriam Bazán (Univ. ALAS Peruana-Perú)

Dra. Claudia Mendoza (Univ. Aut. Tlaxcala-México)

Mag. Sergio Flores (Univ. del Valle de Toluca-México)

Master. Laura Salatino (Maimonides-Argentina)

Master. Lidys Padrón Fernández. (Univ. Met. Quito Ecuador)

Diseñador de portada

Lcda. Yadira González (UNEFM)

CONTENIDO

	Pág.
Editorial de la Revista	4
Filosofía de la Revista	6
Adscripción	8
Artículos	9
Normas editoriales	116
Planilla de arbitraje	122
Líneas de Investigación de la Unidad de Investigaciones Gerontológicas UNIGER del Programa de Gerontología de la UNEFM	124
Resumen técnico de comité	126
Resumen técnico de árbitros	128
Resumen técnico de autores	131
Índice de artículos	134

EDITORIAL DE LA REVISTA

Estamos viviendo un tiempo de muchas dificultades en diversos escenarios, algunas de ellas limitan la vida personal, laboral, social, política, económica a nuestro alrededor, a veces llegan al punto de traspasar los escenarios de la pluma y la escritura dando como resultado pocas producciones intelectuales, literarias y científicas que afectan la dinámica del envejecimiento, pues debemos estar claros que “todo lo que nos rodea afecta positiva o negativamente nuestro envejecimiento, lo importante no es reconocer esto sino, saber cómo afrontarlo y las herramientas que usamos para ello”.

Es en este escenario que se presenta la Revista GeroCiencia, siendo una oportunidad para acercar al entendimiento del envejecimiento, la vejez y el adulto mayor a la dinámica cambiante que nos rodea. Esta “**Revista GeroCiencia**”, cuyo ámbito de abordaje son lo educativo, social, salud, gerencia, cultural, espiritual, ciencia y tecnología, a nivel nacional e internacional pero en especial las producciones e investigaciones del Programa de Gerontología de la Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” UNEFM.

El claro propósito de la Revista es sumar esfuerzos para mostrar el conocimiento contextualizado de las investigaciones y/o experiencias en diversas áreas de acuerdo con las problemáticas y necesidades de esta población en el ámbito regional, nacional e internacional. Tal y como referimos en cada edición, GeroCiencia está abierta a todas las corrientes de pensamiento en el campo de la Gerontología para todos cuando estén interesados en contribuir con el entendimiento –como se ha referido- de la vejez, el envejecimiento y el adulto mayor como ser biopsicosocial, cultural y espiritual, a favor de una cultura de conocimiento integral y humanista en la sociedad actual.

Por ser una publicación arbitrada, contamos con especialistas de alta talla intelectual y académica no solo en el área de gerontología sino también en profesiones afines tanto a nivel regional, nacional como internacional que, interesados por el futuro del ser humano que envejece y envejecido así como de los pueblos, aportan su conocimiento para ahondar en una mejor visión de la vejez y el envejecimiento, de allí que podrán leer en esta edición, diversas publicaciones de carácter a tono con la dinámica sociocultural e histórica del

momento. Es por ello que una de las políticas de la revista es aclarar que lo expresado por cada autor es responsabilidad propia del (los) mismo(s) siempre que no interfiera con el propósito de la misma.

Dada las condiciones de publicación, GeroCiencia se presenta bajo el concepto digitalizado para garantizar una mayor difusión y divulgación, para su consulta y revisión proyectando con ello, el sentir del investigador o investigadores que exponen las experiencias de una realidad que es de interés común; por esta razón, el comité de la revista está comprometido con mantener la continuidad de su publicación haciendo de cada edición una oportunidad para la lectura interesante.

En esta edición, se presentan varias temáticas por un lado el envejecimiento activo de un maestro de artes marciales, la competencia del educador gerontológico, la historia de vida de una adulta mayor atleta, la experiencia de un baile ancestral denominado Las Turas, los adultos mayores como propagadores de valores y el cuidado de los nietos como experiencia de recuperación de una adulta mayor con depresión.

Con lo expuesto, quisiéramos agradecer a los autores, árbitros y equipo de trabajo por este volumen quienes confiados en esta producción han puesto de su tiempo para hacer posible esta nueva edición.

Sandra, B; Quintero, R

Director-Editor

FILOSOFÍA DE LA REVISTA

Reseña.

El Programa de Gerontología de la Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda fue creado el 04 de julio de 1984 en la gaceta oficial N° 24, con la carrera de Técnico Superior Universitario en Gerontología posteriormente el 05 de mayo de 2006 se aprueba la licenciatura en Gerontología en la Gaceta Oficial N° 38.508 ambas constituyen el marco referencial de la formación de un profesional integral con competencias de educador gerontológico, gerente social planificador, investigador y coordinador de servicios gerontológico.

Desde sus inicios este Programa académico se ha dado la tarea de consolidar una imagen del adulto mayor, la vejez y el envejecimiento bajo la óptica de la proactividad a favor de la inclusión, la interdisciplinariedad con otras ciencias, la integración activa tanto con las familias como las comunidades; pero sobre todo, el abordaje integrado de la persona envejecida y envejeciente en su propio contexto.

Descripción de la Revista GeroCiencia.

La Revista GeroCiencia constituye un medio de difusión de los estudios en el ámbito gerontológico a fin de proporcionar una base teórico-social que sirve de referente al desarrollo nuevas maneras de afrontar la vejez y el envejecimiento en pro de políticas, programas y proyectos en instituciones gubernamentales y no gubernamentales para la satisfacción de sus necesidades biopsicosociales de la población adulta mayor.

Este espacio contribuye además con la consolidación de la integración entre la docencia, investigación y extensión en el campo de la ciencia gerontológica, pero también de modo particular, en la inclusión de conocimientos de otras ciencias en el ámbito educativo, social, gerencial, de salud, comunicacional, tecnológico entre otros, para la comprensión del tema adulto mayor, vejez y envejecimiento a nivel personal, social e institucional en el país y el mundo.

Objetivo.

La Revista GeroCiencia está encaminada a sumar esfuerzos en el ámbito de educación, social, educación, salud, gerencia, ciencia y tecnología para mostrar el conocimiento contextualizado de las investigaciones y/o experiencias en diversas áreas que tienen que ver con el adulto mayor, la vejez y el envejecimiento, de acuerdo con las problemáticas y necesidades de esta población en el ámbito regional, nacional e internacional.

Misión.

La Revista GeroCiencia, tiene como misión difundir los artículos, reportes, experiencias, productos de las investigaciones y/o revisiones documentales de orden gerontológico, educativo, social, gerencial, humanístico, tecnológico y de salud a tono con la dinámica del adulto mayor, la vejez y el envejecimiento. Dichos aportes están orientados a contribuir con las áreas o contextos:

- Gerontológico.
- Educativo.
- Demográfico.
- Artístico.
- Biológico.
- Psicológico.
- Social y comunitario.
- Salud.
- Gerencial.
- Metodológico.
- Tecnológico.
- Cultural.
- Antropológico.

Visión.

La Revista GeroCiencia pretende ser el medio de promoción de espacios de participación colectiva de carácter multi, inter y transdisciplinar en razón de la construcción de contextos teóricos actualizados que colinden con la visión integral de la vejez, el envejecimiento, el adulto mayor y el envejeciente. Cuyos aportes sean la referencia teórico-constructiva y contextualizada en el área gerontológica.

ADSCRIPCIÓN

La Revista GeroCiencia está adscrita a la Unidad de Investigaciones Gerontológicas UNIGER que tiene dependencia del Centro de Investigaciones de Salud Pública del Instituto de Investigación del Área Ciencias de la Salud de la UNEFM y, se rige por las líneas de investigación de UNIGER presentadas en la Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda”.

ENVEJECIMIENTO ACTIVO DE UN MAESTRO DE ARTES MARCIALES EN CORO ESTADO FALCÓN

Guédes, Emmanuel

Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda" UNEFM.
Coro estado Falcón. Venezuela

emmanuelguedes1993@gmail.com

RESUMEN

La investigación tuvo como propósito interpretar el envejecimiento activo de un maestro de las artes marciales de Coro estado Falcón en la práctica del Taekwondo. La metodología fue historia de vida; como técnicas la observación y la entrevista a profundidad, como instrumento la guía de entrevista, los recursos fueron cuaderno de campo, grabadora y cámara fotográfica. Como análisis de la información se empleó la categorización, triangulación, contrastación y teorización. Los resultados permitieron interpretar los pilares del envejecimiento activo (salud, participación y seguridad) con esta práctica de Taekwondo encontrándose un buen estado de salud física, mental, social y espiritual, mejoramiento de las relaciones interpersonales con otros grupos generacionales, transmisión de conocimientos a otras personas, permitiéndole ser una persona autónoma e independiente. En concreto, este informante experimenta un envejecimiento activo y asume de forma positiva dicho envejecimiento, gracias a la participación continua en actividades sociales, económicas, culturales y espirituales en el Taekwondo.

Palabras claves: Taekwondo, envejecimiento activo, artes marciales, ejercicio físico.

ACTIVE AGING OF A MARTIAL ARTS MASTER IN CORO FALCÓN STATE

ABSTRACT

The purpose of the investigation was to interpret the active aging of a master of martial arts of Coro Falcón state in the practice of Taekwondo. The methodology was life history; As techniques the observation and the in-depth interview, as an instrument the interview guide, the resources were field notebook, recorder and camera. The categorization, triangulation, contrast and theorization were used as analysis of the information. The results allowed us to interpret the pillars of active aging (health, participation and safety) with this Taekwondo practice, finding a good state of physical, mental, social and spiritual health, improving interpersonal relationships with other generational groups, transmission of knowledge to others people, allowing you to be an autonomous and independent person. Specifically, this informant experiences active aging and assumes positive aging, thanks to the continuous participation in social, economic, cultural and spiritual activities in Taekwondo.

Keywords: Taekwondo, active aging, martial arts, physical exercise.

INTRODUCCIÓN

El arte marcial es una actividad deportiva que contribuye con el mantenimiento de una vida saludable y una mejorar la calidad de vida de las personas, ya que ayuda tanto los elementos internos en lo interno puede ayudar tanto en lo espiritual como en lo mental logra obtener una relajación consigo mismo y con el entorno donde se desenvuelven las personas, promueve la salud física, el autocontrol, la autoconfianza, la disciplina y la protección personal. Mientras que, en los elementos externos, ayuda en la parte física del ser humano, ya que las artes marciales, ayudan a tener un mejor movimiento en cuanto a la flexibilidad y firmeza.

En preciso resaltar que el Taekwondo es un arte marcial de origen coreano, que se destaca por la variedad y espectacularidad de sus técnicas de patadas. Al tratarse de una disciplina, las artes marciales, ofrecen muchos tipos de beneficios a nivel personal los cuales ayudan a mejorar la calidad de vida de las personas, con la práctica de éstas también se puede lograr una reducción del peso, tonificación muscular y un aumento en la resistencia cardiovascular cuestión que favorece el envejecimiento de las personas que lo practican sobre todo a favor de un envejecimiento activo.

Para comprender lo que es el envejecimiento activo, la Organización Mundial de la Salud OMS (1990), lo define como el proceso de aprovechar al máximo las oportunidades para tener un bienestar físico, psíquico y social durante toda la vida con el objetivo de extender la calidad, la productividad y la esperanza de vida a edades avanzadas. Ya para el 2002 la misma OMS ya tiene un concepto más avanzado de lo que es el envejecimiento activo los define como, "el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen". El envejecimiento activo puede consolidarse con la práctica de cualquier actividad deportiva, en el caso particular de este estudio se acude a las artes marciales desde la experiencia de un maestro que práctica Taekwondo desde temprana edad.

El taekwondo como disciplina particular referida en este estudio y practicada por el informante clave, es un arte marcial de origen coreano, se destaca por la

variedad y espectacularidad de sus técnicas de patadas y actualmente es una de las artes marciales más conocidas en el mundo. El significado de la palabra Taekwondo se resumen en; Tae: Acción de pie. Kwon: Acción de mano, Do: Arte o camino. Para la Federación Mundial de Taekwondo (WTF), el Taekwondo es la manera correcta de usar Tae y Kwon “puños y pies o todas las partes del cuerpo que son representadas por los puños y los pies. En segundo lugar, es una manera de calmar la agresión y darle paz al hombre. Este concepto del Taekwondo significa “poner los puños bajo control”. Así Taekwondo significa “la manera correcta de usar todas las partes del cuerpo para detener una lucha y para alcanzar a construir un mundo mejor y pacífico”.

Ahora bien, dado que la idea es ahondar en los aportes que ha tenido el arte marcial de Taekwondo en este maestro, el presente estudio está enfocado en el paradigma cualitativo el cual se entiende como el conjunto de análisis que hace el investigador a las informaciones aportadas del propio informante tal y como este las expresa de su día a día o en el transcurrir de su vida (Martínez 1998), ya que así mismo el método a aplicar es el de historia de vida donde el informante aporta conocimientos, y anécdotas que sirven para interpretar, analizar, describir y comprender estos acontecimientos a favor de un envejecimiento activo.

Objetivo del estudio

Interpretar el envejecimiento activo de un maestro de las artes marciales de Coro estado Falcón en la práctica del Taekwondo.

REFERENCIA TEÓRICA SUSTENTADORA

A nivel internacional Carazo (2001) desarrolló un trabajo titulado **Actividad Física y Capacidad Funcional en el Adulto Mayor: El Taekwondo como Alternativa de Mejoramiento**, publicado en la Revista Educación, cuyo objetivo es describir como la práctica del Taekwondo puede ayudar a mejorar el desempeño en las tareas de la vida diaria. El autor concluyó que al mantener ámbitos deportivos como el taekwondo el adulto mayor obtiene significativas retribuciones para mejorar su salud, entre las que se destacan; las ganancias de fuerzas, mejora en la resistencia cardiovascular, control de la diabetes, además se podrán obtener mejoras en la reducción del dolor y en diferentes limitaciones

producto de las dolencias tales como la artritis, así mismo se obtendrán beneficios en la capacidad cognitivas, el estado anímico, la autoestimas y en general un incremento en la capacidad para realizar las actividades de la vida diaria.

También se tiene a Gómez y Guanipa (2008) realizaron un estudio sobre los Beneficios del Programa de Ejercicio Físico en los Adultos Mayores del Gerocentro “Madre María de San José” Maracay, Estado Aragua, cuyo como objetivo general es conocer la opinión de los adultos mayores sobre el programa de ejercicio físico del Gerocentro “Madre María de San José” Maracay, Estado Aragua; esta investigación se realizó con la metodología de un estudio de campo a nivel exploratorio – descriptivo.

Se utilizó como instrumento de recolección de datos un cuestionario tipo entrevista estructurada, tomando una muestra no probabilística de tipo intencionada constituida por 30 participantes del programa. Obteniendo como resultado de los datos obtenidos a través de las entrevistas aplicadas a estos adultos mayores, concluyo que los ejercicios físicos constituyen para el adulto mayor beneficios en su componente biopsicosocial, encaminándose hacia una vejez activa, saludable y exitosa.

Talavera (2014) en su trabajo especial de grado titulado Circuitos Biosaludables Como estrategia de Ejercicios Físicos y Recreación para Adultos Mayores Caso: Centros de Atención Integral a los Adultos Mayores del Municipio Bolívar Estado Falcón. El objetivo de esta investigación es Estudiar los circuitos Biosaludables como estrategia de ejercicios físicos y recreación para los adultos mayores de los C.A.I.A.M del Municipio Bolívar, Coro, Estado Falcón.

Esta investigación es de tipo descriptivo bajo la modalidad de proyecto factible, la técnica empleada es la observación de tipo participativa, con una muestra de veinte adultos mayores con edades entre los 55 y 100 años, de ambos sexos y algunas patologías más frecuentes como la HTA, la Diabetes, y la Andropausia propias de los cambios degenerativos con osteoporosis. De acuerdo a los resultados se diseñó una propuesta para establecer los circuitos Biosaludables como estrategia de recreación para los adultos mayores. Se concluye que la mayoría de los gerontes poseen disposición de tiempo y ganas de realizar actividades físico-recreativas, sin embargo, no cuentan con alternativas dentro de la institución.

Estas investigaciones aun cuando desde el punto de vista metodológico no corresponde con el método utilizado en la presente investigación porque han utilizado el paradigma cuantitativo (positivista, empírico descriptivo y racionalista), sirven como referentes de estudio ya que se desarrollaron en grupos de personas que practicaban algún ejercicio físico o deporte, del mismo modo son de especial referencia ya que en el aspecto temático hace aportes importantes al presente estudio de modo significativo reforzando el conocimiento que se expone en este trabajo de investigación, explican teorías y proporcionan nuevos conocimientos, es por ellos que se han considerado importantes en esta investigación.

REFERENCIA TEÓRICA PARA EL ESTUDIO

A continuación se detallan las bases teóricas que respaldan y orientan el abordaje temático del estudio.

Artes Marciales

La práctica de las artes marciales ha sido propuesta como actividad deportiva que contribuye a tener una vida saludable y a mejorar la calidad de vida de la misma, Alonso, González y Cano, 2008 (citado por Pinillos, M. 2014, p.3); así mismo Rodríguez, (2003, citado por Sánchez, J. 2014), señala que, en occidente, las artes marciales han originado tres tendencias diferentes: la tradicional, que busca la unidad y coordinación de los practicantes entre los elementos internos (espirituales y mentales), y los externos (físicos); la utilitaria, la cual coloca el énfasis en la efectividad y la aplicación de las diferentes técnicas a una pelea; es decir por razones de defensa personal. Y finalmente la tendencia deportiva, la cual considera las artes marciales como un deporte con efectos positivos sobre el físico, la mente y la sociabilidad de sus practicantes.

Para Hernández (2007), Hanché (2002), Chia Li (2000), y Kit (1996) (citado por Chávez, W 2009, p.11), las artes marciales internas son aquellas que buscan la expresión de la fuerza vital mediante el dominio del cuerpo, centrando el desarrollo de la energía y la relajación, con la ejecución de movimientos lentos, flexibles, circulares, continuos, suaves y firmes que transmiten armonía y serenidad. Contribuyendo de esta manera, a la natural función entre la mente, el cuerpo, la conciencia con el inconsciente y al individuo con su entorno.

Así mismo, unen el movimiento físico con el enfoque y la concentración mental, la naturaleza meditativa y la tranquilidad de los movimientos, combinando la respiración profunda para beneficio de los órganos internos del cuerpo. De igual forma se puede decir que las artes marciales pueden contribuir a la formación holística del individuo, debido a que su ejercitación se centra en integrar lo psíquico y lo físico el ambiente donde convivimos y la paz interna del ser; lo que a su vez se traduce, en un entrenamiento constante que puede producir beneficios en el organismo del sujeto, tanto externamente como internamente, y así, permite que el individuo sea capaz de manejarse y verse como un ser integro.

Taekwondo

Taekkyon fue un arte marcial que se remonta al año 50AC, el cual dio origen al Taekwondo. En la población de Goguryeo y Kyeongju se hallaron unas pinturas murales de antigüedad comprendida entre los años 3 y 427 de escenas de dos hombres es una pelea halladas en unas tumbas que evidencio su práctica. El Taekwondo es una disciplina originaria de corea del Sur, cuyos primeros vestigios se encuentran reflejados en unas estatuillas, donde se representan a dos guerreros, que datan del año 2.333 A.C (Olivé, 2005). Según Keum-Jae (2005, p. 39) aporta imágenes que determinan acciones específicas del origen de Taekwondo, se trata de un mural pintado en la tumba de un antiguo guerrero en el año 37^a.C. Olivé (2005), en ese mismo año acota que ese mural es una representación de las tumbas reales de Muyon Chong y Kajchu Chong de la dinastía Koguryo donde la práctica del “Taekkyon” que era la disciplina antecesora del Taekwondo destacaba por su importancia.

En el año 1910, se produjo la invasión japonesa en corea, prohibiéndose la práctica de Taekkyon. Sin embargo, siguió practicándose en la clandestinidad recibiendo influencias pedagógicas y metodológicas de otras artes marciales japonesas como el karate y el judo, artes que al igual que el Taekwondo son reconocidas a nivel mundial.

El 11 de abril de 1955 se propuso denominar este arte marcial como Taekwondo, pero fue el 16 de septiembre de 1961 que se fundó La Asociación Coreana de Taekwondo adoptando varios maestros coreanos este nombre en sus escuelas y ya para el 22 de marzo de 1966, Choi Hong Hi, fundó la Federación

Internacional de Taekwondo (ITF), con sede en Corea del Sur. Posteriormente, en 1972 se trasladó a Toronto-Canadá, logra que la práctica de este arte marcial se extendiera mundialmente con la participación de 19 países en el primer Campeonato Mundial de Taekwondo celebrado en Seúl, en mayo de 1973 fue durante este encuentro cuando se fundó la Federación Mundial de Taekwondo (WTF).

Ya en 1988, participo como deporte de exhibición durante los juegos olímpicos de Seúl y como deporte de demostración en Barcelona 1992. A partir de esas Olimpiadas, el Taekwondo pasó a formar parte de los Deportes Oficiales Olímpicos ya que el 4 de septiembre de 1994, el Comité Olímpico Internacional determina la inclusión del taekwondo en el programa Olímpico. Y es en los XXVII juegos Olímpicos de Sydney 2000, donde este deporte se incluye en el calendario olímpico.

El taekwondo en Venezuela se inicia en el año 1968 y 1970 con la llegada de tres maestros coreanos; el maestro Ho Howe Kan, campeón mundial ITF, en distrito Federal, el maestro Cho Kon Lee, en el estado Carabobo, el maestro Hong Kin Kin y su hermano Hung Kin Kin, en el estado Anzoátegui, estos 4 maestros del taekwondo le han dado desarrollo y evolución a este arte marcial en nuestro país para hacer que este deporte se practica en todos los Estados. Nuestro país participo en las Olimpiadas de 1992 en Barcelona, cuando fue incluido el Taekwondo como deporte olímpico de exhibición, logra traer una medalla de oro por Arlindo Gouveia y una medalla de bronce por Adriana Carmona, esta última repitió esta hazaña en Sídney 2000 donde obtuvo una medalla de bronce por su participación.

Para la Federación Mundial de Taekwondo "WTF" (2009) el taekwondo es la manera correcta de unir Tae y Kwon que son "puños y pies" o todas las partes del cuerpo que son representadas por los puños y pies. En segundo lugar, es una manera de calmar agresión y darle paz al hombre, este concepto del Taekwon significa "poner los puños bajo control". Así Taekwondo significa "la manera correcta de usar todas las partes del cuerpo para detener una lucha y para ayudar a construir un mundo mejor y más pacífico".

Envejecimiento Activo

Para la OMS (2002), el envejecimiento activo es el proceso de aprovechar al máximo las oportunidades para tener un bienestar físico, psíquico y social durante toda la vida. Su objetivo es extender la calidad, la productividad y esperanza de vida en edades avanzadas. Además de continuar activo físicamente, es importante permanecer activo, social y mentalmente y esto se logrará si el individuo participa en actividades recreativas, actividades con carácter voluntario o remunerado, actividades culturales, sociales y actividades educativas. Este término fue adoptado por la OMS a finales de 1990, el objetivo fue buscar un mensaje más amplio que el del “Envejecimiento Saludable” reconociendo el impacto de otros factores y sectores además del sistema sanitario.

Para ese entonces (1990), la Organización Mundial de la Salud se basaba únicamente en la salud de las personas y no tenía en cuenta otras circunstancias como la implicación y participación social, por eso en el año 2002 la OMS define envejecimiento activo como; el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad en orden a mejorar la calidad de vida de las personas que envejecen. Respecto a esta definición la palabra “Activo” se refiere a una continua implicación social, económica, espiritual, cultural y cívica y no simplemente a la capacidad de permanecer físicamente activo. Mantener la independencia es el principal objetivo tanto para los individuos como para los políticos.

El enfoque del Envejecimiento Activo está basado en el reconocimiento de los derechos humanos de las personas mayores y los principios de las Naciones Unidas de independencia, participación, dignidad, cuidado y autorrealización. El objetivo es aumentar la calidad de y la esperanza de vida de todas las personas, independientemente de si están en edad avanzada o no, aunque tiene especial relevancia en las que sí lo están. Se tiene que procurar cuidar la salud y el físico lo máximo posible, pero también tener actividad en los ámbitos sociales y culturales. Con esto las personas mayores podrán gozar de una mayor independencia, desarrollo personal y contribución social.

Bases Legales del estudio

La Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, (1999) en su Título III: De los Derechos Humanos y Garantías, y de los Deberes. Capítulo I, Disposiciones generales, en su artículo 20, plantea que...toda persona tiene derecho al libre desenvolvimiento de su personalidad, sin más limitaciones que las que derivan del derecho de los demás y el orden público y social...; del mismo modo señala en el Capítulo VI de este mismo título III, De los derechos culturales y educativos, en su artículo 111 que:

...todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción.

El Plan de la Patria 2013-2019 por su parte, presenta políticas y programas con un sector de formación (cultura, educación y deporte), el cual plantea una serie de estrategias para el cumplimiento de las políticas y programas de cada sector; de hecho en uno de sus apartados se encuentra como programa del sector cultural el contribuir al mejoramiento de la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, como referente en esta investigación, ya que las artes marciales sirven como ayuda en el informante en su proceso de aprendizaje mejorando su calidad de vida medida que envejece y fortaleciendo esos determinantes del envejecimiento activo como lo son la salud, la seguridad y la participación.

METODOLOGÍA UTILIZADA

El paradigma que se asume es cualitativo interpretativo referido por Hernández, Fernández y Baptista (2010) como aquel donde “la realidad se define a través de las interpretaciones de los participantes en la investigación respecto de sus propias realidades”; de este modo, convergen varias realidades, por lo menos de los participantes, del investigador y la que se produce mediante la interacción de todos los actores. En concreto, un estudio interpretativo con enfoque cualitativo busca comprender su fenómeno de estudio en su ambiente

usual (como vive, se comporta y actúa la gente, que piensa, cuáles son sus actitudes, entre otros). Las investigaciones de este tipo son esencialmente humanísticas, percibe la vida social como una creatividad compartida por los individuos de un grupo social, la cual al ser compartida determina una realidad como objetiva y cognoscible por todos los miembros de este grupo.

Para profundizar en el tema de estudio y cumplir los objetivos propuestos en la presente investigación se utilizó el método biográfico o historia de vida, que también ha sido llamado: relatos de vida, historia oral, testimonios de vida, enfoque biográfico; en todo caso no es un método nuevo, ha existido como parte de los paradigmas no dominantes, manteniéndose al margen por la concepción cuantitativa de la ciencia. La historia de vida es definida por Bernabé Sarabia en Córdoba (1990) citado por Martínez (2009) como "el relato de vida de una persona" el cual dice que el investigador trabaja sobre un relato desde el recuerdo más antiguo hasta el más reciente, y se inicia desde el momento en que se está confeccionando la historia de vida, trabajando así con toda la trayectoria del mismo.

Las técnicas que se utilizaron para la recolección de información en esta investigación fueron la entrevista informal tipo conversatorio, en profundidad, observación participante moderada. Se implementó fue la observación participante moderada definida por Hernández, Fernández y Baptista (2010) como "la participación del observador en algunas actividades, pero no en todas". En cuanto a la entrevista se desarrolló a profundidad, la misma consiste en una "guía de asuntos o preguntas donde el investigador tienen la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados"; esta entrevista me permitió interactuar de manera más íntima, flexible y abierta con el informante sobre experiencias, opiniones, valores, creencias, emociones, sentimientos respecto a la práctica de taekwondo y el envejecimiento activo.

Como instrumento que se utilizó para la recolección de la información fue la guía de entrevista, durante el estudio según Chevalier (citado por Martínez 2009 p.147) para hacer el análisis es importante y recomendable someter la información a tres **lecturas**; una factual (consiste en la consecución cronológica de los hechos de acuerdo a tres temporalidades distintas), una temática (no se

toma en cuenta el tiempo sino los diferentes temas y aspectos importantes que aparecen en la vida del narrador) y una simbólica (es una síntesis de las anteriores permite captar como el sistema de normas y valores actúa en la vida social y comprender otros planos o dimensiones en donde se articula la vida individual, la experiencia vivida con respecto a la sociedad global).

Del mismo modo, se hace uso de las siguientes metodologías de análisis de la información las cuales se describen en tablas o matriz de información, de este modo se explica que la Categorización consiste según Martínez (2009 p.266) en clasificar las partes en relación con el todo, la triangulación, este procedimiento consiste en combinar enfoques teóricos, procedimientos y estrategias metodológicas, resultados obtenidos por diferentes instrumentos o interpretaciones efectuadas por distintos observadores o varios de estos procedimientos simultáneamente, en este aspecto Danzin (2006 citado por Martínez, 2009) Así mismo, se tiene la Contrastación que según Martínez (2009 p 277) consiste en relacionar y contrastar sus resultados con aquellos estudios paralelos o similares que se presentaron en el marco teórico referencial.

RESULTADOS



Figura N° 01. Triangulación entre método, teoría e información recolectada.

Fuente: Guedes (2016)

Para el análisis de los resultados a continuación se presentan las categorías, subcategorías y códigos en el cuadro N° 01 que resultaron de la aplicación de la guía de entrevista, estas son tratadas en la categorización y codificación ya que luego se procederá a la estructuración, contrastación y teorización.

Cuadro N° 1
Categorización, subcategorización y codificación

Categoría	Subcategoría	Código
Características del informante, Sucesos y Anécdotas.	Vivencias	V
	Maestros Guías	MG
	Logros Obtenidos	LO
	Reflexión sobre sí mismo	RSM
Artes Marciales	Beneficios obtenidos con la práctica de las artes marciales	BOPAM
	Reflexión sobre las artes marciales	RSAM
	Logros obtenidos con las artes marciales	LOAM
	Transmisión de las artes marciales	TAM
Envejecimiento Activo	Salud	SLD
	Participación	P
	Seguridad	S
	Relaciones Interpersonales	RI
	Valoración de sí mismo	VSM
Aprendizajes Básicos	Aprender a conocer	AC
	Aprender a ser	AS
	Aprender a hacer	AH
	Aprender a vivir juntos	AVJ

Fuente: Guedes (2016).

❖ **Artes Marciales**

Beneficios obtenidos con la práctica de las artes marciales: Con respecto a los beneficios obtenidos con la práctica de las artes marciales el informante refiere que éstas le han traído múltiples beneficios, ya que le ha permitido desarrollar un buen acondicionamiento físico, mental y espiritual manifestado en la sensación de bienestar consigo mismo, permitiendo mejorar su calidad de vida. Del mismo modo, estos beneficios le han permitido considerarse un mejor ciudadano con la adquisición de buenos hábitos, conocimientos y valores, fortaleciendo las relaciones interpersonales y ayudándole a desarrollándose mejor ante la sociedad.

Reflexión sobre las artes marciales: Con respecto a la reflexión sobre las artes marciales es evidente que el informante clave hace referencia a la forma de

vida que no solo le permite mejorar la calidad de vida de las personas, sino que también le permite conocerse a sí mismo y aquello que le rodea, además de enseñar un método de defensa personal permite adquirir hábitos sanos que ayudan a las personas para toda la vida. Las artes marciales, señala el informante, desarrollan la disciplina y la conducta del individuo en todos los aspectos, reforzando las relaciones interpersonales y permitiendo realizar actividades con otros grupos generacionales.

De lo anterior se puede entender que el informante concibe de manera muy positiva las artes marciales, ya que estas le han traído múltiples beneficios a nivel personal y a nivel social los cuales han permitido mejorar su calidad de vida en todos los aspectos. Así mismo le permite realizar actividades con otros grupos generacionales, sentirse activo físico y mentalmente, produciéndole esto una sensación de bienestar consigo mismo y con todo lo que lo rodea. Por tal motivo se cumple lo referido por Alonso, González y Cano, 2008 (citado por Pinillos, M. 2014, p.3) cuando refieren que la a práctica de las artes marciales ha sido propuesta como actividad deportiva que contribuye a tener una vida saludable y a mejorar la calidad de vida de la misma.

❖ **Envejecimiento activo**

Salud: Sobre el determinante de la salud como parte del envejecimiento activo, el informante señala que posee un buen estado de salud física, mental, social y espiritual, gracias a la práctica de las artes marciales, lo cual además le permiten tener un mejor estado de ánimo, bienestar y disfrute con su familia.

Participación: Respecto al determinante de la participación el informante señala que, de manera activa contribuye con las actividades de su comunidad, también resalta que mediante las artes marciales ha logrado mejorar las relaciones interpersonales, realiza actividades con otros grupos generacionales, además refiere que mantiene buenas relaciones con sus amistades, familiares y compañeros de trabajo, esto quiere decir que su compromiso y entrega se demuestra en cada momento.

Seguridad: En cuanto a este determinante, el informante manifiesta la experiencia vivenciada en el transcurrir de su vida contribuye a un envejecimiento activo, ya que la práctica de las artes marciales le han permitido sentirse

autónomo e independiente a la hora de tomar decisiones y de igual forma estas le generan algún tipo de contribución económica para el sostenimiento de su familia. Cabe destacar que actualmente se encuentra trabajando lo cual también le genera ingresos y le permite sentirse útil.

De lo anterior es preciso entender que el informante está experimentando un envejecimiento activo, asumiendo de forma positiva este proceso, realizando su potencial de bienestar físico, social, mental y espiritual a lo largo de su ciclo vital y participando en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, proporcionándoles protección, seguridad y cuidados adecuados cuando lo necesiten.

Ya que el término activo se hace referencia a una participación continua en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, no solo la capacidad para estar físicamente activo o participar en la mano de obra. El envejecimiento activo trata de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida para todas las personas a medida que envejecen, incluyendo aquellas personas frágiles, con discapacidad o que necesiten ayuda.

CONSIDERACIONES FINALES

De manera muy personal esta investigación ha sido una experiencia muy interesante y de provecho profesional en mi vida, porque como investigador me permitió conocer la vida de una persona que viene practicando artes marciales desde hace más de 45 años. La misma me ha enseñado que las artes marciales se constituyen como un modo de vida, que forma a la persona como un buen ciudadano, ayudándolo a mejorar su salud, sus relaciones interpersonales, acondicionamiento físico, favoreciendo su desenvolvimiento con el entorno con más facilidad ante las adversidades que se puedan presentar el transcurrir del tiempo.

Como investigador, pude desarrollar las competencias gerontológicas como investigador gerontológico poniendo en práctica diversas estrategias de indagación de la historia de vida de este informante en torno a las artes marciales, el envejecimiento activo y sus determinantes gracias a las conversaciones y entrevistas establecidas en su ambiente usual, ya sea en su lugar de trabajo, en

su casa o algún otro sitio donde se pudieron llevar a cabo las entrevistas para cumplir los propósitos de la investigación.

También pude desarrollar la competencia de educador gerontológico ya que vivencie en cada entrevista un aprendizaje integrado entre el informante y mi persona como investigador, ya que en las conversaciones y entrevistas se llevaron a cabo diversos temas, vivencias y experiencias lo cual me hace reconocer que el aprendizaje se puede dar a lo largo de la vida ya sea formal o informal.

Con todo esto puedo decir que en el área gerontológica considero que este tipo de investigación ofrece grandes aportes a esta ciencia ya que durante mi formación hemos estudiado a los grupos de adultos mayores y nos hemos olvidado de experiencia individuales que acarrea la vejez y el proceso de envejecimiento. Por tal razón invito a otros investigadores a que continúen con este tipo de metodología para ahondar en el verdadero envejecimiento activo de personas en su ambiente natural.

REFLEXION FINAL

A modo de conclusión la investigación esta precisada como conocimiento cualitativo para detectar los elementos del envejecimiento activo como son la salud, participación y seguridad en un maestro de las artes marciales durante la práctica del artes marciales, cabe destacar que, durante las entrevistas fueron surgiendo elementos que favorecieron la investigación constituyéndose un aporte de gran importancia para el desarrollo de la misma, estos elementos fueron resaltados en las categorías y subcategorías que fueron desarrolladas durante la investigación, en la misma se haya implícita una historia interpretada por el mismo actor social junto con el investigador.

Es de hacer notar que el hecho de manejar la metodología de historia de vida conduce a interesarse por aspectos más concretos de la realidad de las personas en el campo de la gerontología, para ser un importante aporte a esta ciencia lo cual estimula este tipo de investigación en futuras áreas de conocimiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Carazo, P. (2001). *Actividad física y capacidad funcional en el adulto mayor: El taekwondo como alternativa de mejoramiento*. Educación, vol. 25, núm. 2. Universidad de Costa Rica, San Pedro, Montes de Ocas.
- Chávez, W. (2009). *Las artes miricales internas como estrategia pedagógica innovadora para el desarrollo psicofísico del individuo*. Trabajo presentado como requisito parcial para optar al grado de Doctor en Educación. Universidad pedagógica experimental libertador programa interinstitucional de doctorado en educación.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela*, (1999) Asamblea Nacional. República Bolivariana de Venezuela.
- Federación Mundial Taekwondo. (2009). *El Taekwondo*. Disponible en URL: http://www.wtf.org/wtf_spanish/site/about_taekwondo/taekwondo.html?PHPS ESSID=964f07a3b8d8aa9b78a9cc907309b816. [Consultado día 10/10/2015].
- Gómez, L. Marilyn, C y Guanipa, D. (2008). *Beneficios del Programa de Ejercicio Físico en los Adultos Mayores del Geroncentro "Madre María de San José" Maracay, Estado Aragua*. Trabajo Especial de Grado para optar al título de Licenciado en Gerontología. Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda". Coro, estado Falcón.
- Hernández, R.; Fernández, C; y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación* (5ta Edición). Perú: Mc Graw Hill.
- Martínez, M. (2009). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. Editorial Trillas. México.
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Envejecimiento activo*. Disponible en URL: <http://www.who.int/topics/ageing/es/>. [Revisado el 17 de octubre de 2015]
- Organización Mundial de la Salud (1990). *El envejecimiento saludable*. Copenhague: la OMS.
- Pinillos, M. (2014). *Efectos positivos del entrenamiento de karate en las capacidades cognitivas asociadas a la edad*. Revista internacional de Medicina y ciencias de la Actividad y el Deporte Vol. X (x).

Plan de la Patria. Segundo Plan Socialista de Desarrollo Económico de la Nación 2013-2019. República Bolivariana de Venezuela.

Sánchez, J. (2014). *Atención en deportistas de artes marciales expertos versus novatos: estudio de potenciales relacionados con eventos.* Universidad Nacional Autónoma de México.

Talavera, A, Viviana J. (2014) *Circuitos Biosaludables como estrategia de ejercicios físicos y recreación para adultos mayores Caso: Centros de Atención Integral a los Adultos Mayores del Municipio Bolívar Estado Falcón.* Trabajo Especial de Grado para optar al título de Licenciado en Gerontología. Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda". Área Ciencias de la Salud. Programa de Gerontología.

ANEXOS



MEMORIA FOTOGRÁFICA

Maestro de Artes Marciales durante sus prácticas con Niños



Maestro de Artes Marciales durante sus prácticas con Niños y Adultos Mayores



Maestro de Artes Marciales recibiendo reconocimiento

EL EDUCADOR GERONTOLÓGICO EN LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO CON ADULTOS MAYORES, CORO ESTADO FALCÓN

“Una propuesta de intervención”

Quintero, Sandra¹ y Solenny López²

Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” UNEFM.
Coro estado Falcón Venezuela. Programa de Gerontología

investigacionsandraquintero@gmail.com

RESUMEN

Los objetivos de esta investigación fueron determinar las actividades como educador gerontológico desarrolladas por el Licenciado en Gerontología para elaborar un programa de actualización y seguimiento en la promoción del envejecimiento activo. La investigación es positivista con proyecto factible el diseño es no experimental transeccional o transversal. La población se conformó en dos grupos A (11 Licenciados en Gerontología) y B (75 adultos mayores). Como técnicas la observación y entrevista estructurada, como instrumento el cuestionario de 32 preguntas con opciones de respuesta SI y NO. Los instrumentos tienen confiabilidad kuder-Richardson de 0,7881 y 0,7907 respectivamente y validados a juicio de expertos. Como resultado se tiene que el Licenciado en Gerontología debe promocionar el envejecimiento activo ya que lo relaciona más con mantener ocupado al adulto mayor en actividades dentro del Club al que asiste descuidando la optimización y aprovechamiento de las oportunidades en salud, participación y seguridad.

Palabras clave: Competencias, Gerogogía, Planificación Educativa, Educación Continua, Gerontología Educativa.

THE GERONTOLOGICAL EDUCATOR IN THE PROMOTION OF ACTIVE AGING WITH OLDER ADULTS, CORO ESTADO FALCÓN. “An intervention proposal”

ABSTRACT

The objectives of this research were to determine the activities as a gerontological educator developed by the Bachelor of Gerontology to develop an update and follow-up program in the promotion of active aging. The research is positivist with feasible project design is non-experimental transeccional or transversal. The population was formed into two groups A (11 Graduates in Gerontology) and B (75 older adults). As techniques the observation and structured interview, as an instrument the questionnaire of 32 questions with answer options YES and NO. The instruments have Kuder-Richardson reliability of 0.7881 and 0.7907 respectively and validated expert judgment. As a result, the Bachelor of Gerontology must promote active aging as it relates more to keeping the older adult busy in activities within the Club he assists, neglecting the optimization and use of opportunities in health, participation and safety.

Keywords: Skills, Gerogogy, Educational Planning, Continuing Education, Educational Gerontology.

INTRODUCCIÓN

El aumento en número y proporción de adultos mayores en la actualidad genera cambios demográficos en cualquier país, por eso los indicadores de natalidad, mortalidad, migración y esperanza de vida sufren modificaciones. Este aumento es interés para la Gerontología por la tarea de formar profesionales capacitados integralmente para brindar bienestar biológico, psicológico y social para este grupo poblacional; para ello, los gerontólogos deben desarrollar diversas competencias en el área de educación, investigación, gerencia social y asistencia integral encaminadas a lograr el objetivo de promover un buen envejecimiento y una visión de la etapa de la vejez.

Por todas estas razones, el gerontólogo debe renovar constantemente los conocimientos en materia de envejecimiento, tomando en cuenta que los profesionales de gerontología reciben una formación académica bajo unas orientaciones que pueden variar en función de las nuevas fundamentaciones y contextos sociales.

DESARROLLO

Problemática.

A nivel mundial, en los últimos años se ha enfatizado por parte de los profesionales de la salud, el estudio del envejecimiento como un proceso normal en especial el adulto mayor, tomando en cuenta las necesidades específicas de este grupo etáreo. Sobre este proceso señalan Árraga y Sánchez (2007) que es “un fenómeno natural que se refiere a cambios que ocurren a través del ciclo vital”. Por su parte Binet y Bouliere (1990) lo definen como “todas las modificaciones morfológicas, bioquímicas, funcionales, psicológicas y sociales que ocurren en el hombre por acción del tiempo”, respecto a esto es importante tomar en cuenta la última etapa del ciclo vital como es la vejez para el entendimiento de tales modificaciones.

Por otro lado, refiere Laforest (1991) que la gerontología es “una disciplina encargada del estudio de la vejez como tal pertenece al estudio humano, puesto que, el envejecimiento se produce tanto en el individuo como en la sociedad y tiene un carácter interdisciplinar”. Luego de estas conceptualizaciones, es

necesario precisar que, quien ejerce la gerontología es el gerontólogo aquel que según Rangel y Vera (2007) es un profesional integral que realiza investigaciones tanto del proceso de envejecimiento como la vejez y que a su vez, ha sido formado académicamente para diseñar y ejecutar programas de atención gerontológica que permiten a la población en general la comprensión de estos fenómenos naturales en el ser humano en su envejecimiento.

En correspondencia con lo descrito, los últimos avances en el ámbito gerontológico, indican que existe un nuevo paradigma para entender que significa envejecer, esto es el “envejecimiento activo” descrito a nivel internacional por la Organización Mundial de la Salud (OMS 2002) como el “proceso de optimización de las oportunidades a nivel de salud, seguridad y participación, para mantener un bienestar físico, psíquico y social durante toda la vida”.

El tema de envejecimiento activo obliga al gerontólogo a estar constantemente actualizado durante su formación académica para atender de forma integral a adulto mayor. Dicho esto, los egresados del Programa de Gerontología de la Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” se abocan al desarrollo de cuatro competencias conocidas como investigador, gerente social planificador, coordinador de atención integral y educador gerontológico, esta última es una de las competencias donde el gerontólogo asume un gran compromiso con sus destinatarios (adultos mayores), debido que las funciones desarrolladas dentro de la competencia como educador engloba varios aspectos importantes en la labor profesional en el ofrecimiento de una mejor calidad de vida al adulto mayor.

Vale decir aquí que, el problema radica en que existen pocas o casi nulas posibilidades de actualización gerontológica en especial de manera educativa en el país de manera directa con este campo de formación (sólo las ya concebidas en el pensum de estudio de pregrado) y sumado a esto, tampoco existe un programa de actualización y seguimiento al egresado de esta carrera en el Programa de Gerontología que coadyuve las necesidades de formación permanente y por ende conocer las debilidades y fortalezas situación que puede solucionarse con la propuesta en este estudio, es por ello que se plantean como objetivos del estudio:

- Determinar las actividades como educador gerontológico desarrolladas por el licenciado en gerontología en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores, Coro estado Falcón.
- Proponer un programa de actualización y seguimiento al licenciado en gerontología como educador gerontológico en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores, Coro estado Falcón.

Antecedentes de la investigación.

Sobre estudios previos se tiene a Fernández y Medina (2009) desarrollaron una investigación sobre El profesional de la gerontología en el campo laboral: diseño de una propuesta del colegio de gerontólogos del estado Falcón, su objetivo principal fue la conformación de un colegio de gerontólogos como una forma de representar su importancia en el desarrollo de este profesional; la metodología implementada fue la descriptiva-exploratoria, además de incluir la modalidad de proyecto factible; las técnicas aplicadas para la recolección de información fueron la observación no participante y la entrevista, el instrumento utilizado fue el cuestionario; la población estuvo integrada por 40 gerontólogos, 36 mujeres y 4 hombres.

Los resultados arrojados por esta investigación, indican que la totalidad de los gerontólogos encuestados están interesados en la conformación del colegio de gerontólogos, para que velen por los derechos y deberes de este profesional incluyendo las actualizaciones de sus conocimientos. El estudio mencionado, genera aportes resaltantes, indicando el interés que tiene el gerontólogo de poseer una instancia que disciplíne su desarrollo a nivel profesional, tomando en consideración la importancia que tiene para el desarrollo de sus competencias, potencializando su labor; establece algunos elementos que vienen a determinar la congruencia del perfil del gerontólogo y la correspondencia de este con las necesidades reales de la población adulta mayor. Así mismo, ponen de manifiesto las inquietudes que persisten en el campo gerontológico y su actualización profesional.

Por otro lado, se tiene a Quintero (2012) quien realizó una investigación titulada La gerontología educativa en la competencia educador gerontológico para la intervención socioeducativa con adultos mayores, Caso UNEFM Coro, el

propósito de este estudio fue determinar la incidencia de la Unidad Curricular Gerontología Educativa en la competencia educador gerontológico para la intervención socioeducativa con adultos mayores en estudiantes de Gerontología de la UNEFM Coro. La investigación es de tipo descriptivo, su diseño no experimental, transeccional y de campo, se utilizó como técnica la observación y la entrevista estructurada, y como instrumento el cuestionario de treinta (30) preguntas cerradas.

Los resultados indican que la estructura de la UC orienta la competencia de educador gerontológico desde el punto de vista teórico por tanto, incide positivamente en la competencia; sin embargo, al momento de elaborar los PEAM (Proyectos Educativos con Adultos Mayores) como requisito final de esta UC, para la intervención socioeducativa a favor de la educación permanente de adultos mayores mediante la geragogía, los estudiantes recurren a diagnósticos elaborados en otra UC o de otros compañeros corriendo el riesgo de no corroborar la necesidad presentada en el mismo, por ello sugieren la revisión de la UC para poner en práctica en la comunidad de adultos mayores durante el curso esta UC los conocimientos que como educador gerontológico van adquiriendo en su formación.

El aporte que realiza esta investigación al presente estudio, radica en reconocer como la formación del licenciado en gerontología en especial en su competencia como educador gerontológico, requiere de un saber teórico-práctico para contribuir eficientemente con el bienestar de los adultos mayores, centrado su acción en las necesidades sentidas de este grupo de personas; enmarcando en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores a partir de las actualizaciones que este profesional adquiera en el ámbito gerontológico.

Del mismo modo esta Sánchez y Gómez (2013) titulado Programa educativo para uso de tic dirigido a adultos mayores, como estrategia para su integración socio-comunitaria, dicha investigación consistió en un trabajo socio-comunitario desarrollado con el club Adultos Mayores en Plenitud del sector Centro de Coro, bajo el paradigma socio-crítico, enmarcado en el modelo Investigación – Acción Participante (IAP). Se utilizaron como técnicas para recolectar la información: observación participante, entrevistas libres e informales y entrevistas escritas dirigidas a los adultos mayores.

Una vez recolectados los datos, analizados y discutidos con la comunidad abordada, se precisó como necesidad relevante promover la integración socio-comunitaria de los adultos mayores utilizando como estrategia su capacitación en el uso de las TIC, para lo cual se desarrollaron dos módulos: Educación Gerontológica, y Computación, durante un lapso de 12 meses. Mediante la evaluación se constató que el grupo abordado se apropió del proyecto participando en las diversas actividades socio-educativas, manifestando satisfacción y deseos de continuidad del programa, al referir que no solo adquirieron un aprendizaje sino también una nueva manera de relacionarse haciendo uso de las herramientas tecnológicas a la par del resto de la sociedad, considerada por ello una experiencia transformadora para todos los participantes.

Este estudio ofrece aportes interesantes para ahondar en la atención del adulto mayor en materia educativa por parte del gerontólogo, por un lado en el área de las tecnologías de información y comunicación y por otra, el tratamiento de un buen envejecimiento cognitivo desde ese mismo proceso educativo.

Bases Teóricas.

La gerontología, conceptualizaciones y perspectivas.

Fernández-Ballesteros (2000) señalan que “la gerontología se ocupa principalmente de lo que normalmente ocurre durante el proceso de envejecimiento y el estudio propio de la vejez, haciendo aproximaciones en el ámbito biológico, psicológico y social”. Al respecto Salgado (2000) expone que la gerontología es “un estudio científico del proceso de envejecimiento y de los problemas especiales del adulto mayor y su entorno”.

Realmente la gerontología expande sus conocimientos a todo un colectivo y hace posible la implementación de líneas de acción direccionadas a maximizar la calidad de vida y mantener en las mejores condiciones a las personas mayores; por ello se enfrenta a una realidad social que va en aumento, ya que, cada día es mayor el número de personas de edad avanzadas en las que es necesario el abordaje de las necesidades sentidas y prescritas de este grupo de edad. En este orden, la gerontología ha desarrollado dentro de sus líneas de investigación un marco referencial de conocimientos que deben ser contemplados, comprendidos

e internalizados por las personas y profesionales que trabajen a favor de la población envejecida.

De acuerdo a lo anteriormente expuesto, la gerontología comprende un campo bastante amplio de estudio, de allí, se le da la connotación como una ciencia multidisciplinar, interdisciplinar y transdisciplinar, a continuación se hace referencia a estos componentes resaltantes dentro de esta disciplina. La gerontología entonces está íntimamente relacionada con la expansión continúa de los conocimientos sobre el envejecimiento y la vejez; a razón de esto, es una ciencia que facilita el entendimiento del proceso de envejecimiento, considerado como el principal objeto de estudio de la gerontología, es por ello que resulta apropiado a este nivel hacer referencia a esta terminología.

El envejecimiento activo y sus consideraciones.

El envejecimiento en términos generales puede ser definido como un proceso natural en la vida de todo ser humano, contempla todo el transcurrir de la vida de una persona, en él se pueden evidenciar una serie de cambios normales a nivel biológico, psicológico y social, esto lo caracteriza como un proceso cambiante, puesto que, cada uno de estas modificaciones varían de una persona a otra, de allí su carácter individual.

Si el envejecimiento tal y como refiere Gutiérrez y Anzola (1994) es “un proceso evolutivo gradual” se puede entonces considerar que, en el proceso de envejecimiento existe la integración de todas las etapas del ciclo vital humano como son la niñez, la adolescencia, adultez y la vejez; desde esta perspectiva, Timiras (1997) citado por Rangel y Vera (2007) refiere que el envejecimiento es el “proceso de llegar hacer viejo o envejecer independientemente de la edad cronológica, es un proceso universal, intrínseco, deletéreo e irreversible”. Este autor, trata al envejecimiento como el solo hecho de llegar a ser viejo, desvinculando de ello la edad cronológica, por tanto, indica que independientemente de los factores intervinientes en este proceso, el envejecimiento conlleva a la persona irreversiblemente a ir experimentando cada etapa de vida y adaptarse a cada cambio prescrito dentro de las mismas.

El envejecimiento activo surge como una alternativa de mejorar las perspectivas en relación al envejecimiento saludable, creando mejoras y la

integración de diversos elementos sociales que inciden en la forma como el adulto mayor tiene mayor calidad de vida sin la necesidad de estar físicamente en actividad, complementa que para envejecer activamente debe de existir el aprovechamiento de oportunidades que permitan en la medida de las capacidades de las personas mantener condiciones de vidas dignas ante la sociedad. El envejecimiento activo entonces supone la intención de mantener a la persona mayor en contante interacción social, incluyendo en este el ámbito educativo, cultural, espiritual, afectivo, económico, psicológico y biológico. Comprende también elementos que permiten a este grupo etéreo ser protagonista de sus propias acciones, independientemente de sus capacidades funcionales.

Al respecto, Bermejo (2010 p.6) indica que “el envejecimiento activo se vincula con los términos de “autonomía e independencia” en cuanto al primer término refiere que es “la facultad humana de gobernar las propias decisiones” y en cuanto al segundo indica que es “la capacidad de la persona para desempeñar las funciones relacionadas con la vida diaria”. Por su parte la OMS (2002) define el envejecimiento activo como “proceso de optimización de las oportunidades de salud, seguridad y participación con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”.

- *Salud*: este determinante se refiere a “cuando los factores de riesgo (tanto conductuales como ambientales) de las enfermedades crónicas y el declive funcional se mantienen en niveles bajos y los factores protectores son elevados, las personas disfrutan de más años y más calidad de vida” aunado a ello argumenta que “ las personas que necesitan asistencia deben tener acceso a toda la gama de servicios sociales y de salud que abordan las necesidades y los derechos de las mujeres y los hombres a medida que envejecen”. Para este determinante la prevención y los tratamientos eficaces están relacionados con los servicios de detección selectiva de patología prevalentes que han demostrado su eficacia estén disponible y sean asequible para mujeres y hombres a medida que envejecen”.

- *Participación*: está relacionada con “la contribución productiva de las personas mayores a la sociedad en actividades” argumenta también que está vinculada al hecho de “proporcionar oportunidades de educación y aprendizaje durante el ciclo vital”. Este determinante incluye “el aprendizaje durante toda la

vida, reconocer y permitir la participación activa de las personas mayores y la imagen positiva del envejecimiento”.

- **Seguridad:** hace énfasis a “las políticas y los programas que abordan las necesidades sanitarias, sociales, económicas y de seguridad física y los derechos de las personas mayores, éstas verán garantizadas su protección, su dignidad y su asistencia”. Argumenta además que se relaciona con el hecho de “asegurar la protección, la seguridad y la dignidad de las personas ancianas abordando los derechos y las necesidades de seguridad social”. Este determinante incluye la seguridad social referido a “apoyar la provisión de una red de seguridad social para las personas mayores”; la justicia social referido a “asegurar que las decisiones tomadas en relación con la asistencia a la vejez se basen en los derechos de las personas mayores”.

Perfil del licenciado en Gerontología de la UNEFM.

De acuerdo al Pensum de Estudio del Programa de Gerontología (2006), el licenciado en gerontología es:

Un profesional con una sólida formación para la investigación, gerencia social y planificación sobre los aspectos concernientes al proceso de envejecimiento. Realiza investigaciones diagnósticas de orden integral (Biopsicosocial) sobre la población adulta mayor. Diseña, organiza y evalúa la gestión gerontológica en las áreas de educación, recreación, seguridad social y rehabilitación social y rehabilitación psicosocial. Gerencia de instituciones gerontológicas abiertas y cerradas, públicas y privadas.

El profesional de la gerontología posee una diversidad de conocimientos que intentan dar respuestas y satisfacer las necesidades de las personas mayores y de aquellos que se encuentran en pleno proceso de envejecimiento, pretende además proporcionar a este grupo de personas los mayores grados de desarrollo humano, mediante la implementación de herramientas útiles que favorezcan las condiciones de vida de cada persona y para ello, debe desarrollar una actitud positiva y una personalidad de servicio con cualidades que faciliten su integración con la población a la que se debe.

Tal como se ha referido, en el Pensum de estudio del Programa de Gerontología (UNEFM) el perfil profesional del licenciado en gerontología está

integrado por una serie de competencias, descritas como investigador de orden integral (Biopsicosocial) sobre la población adulta mayor, lo que permite la elección de políticas y proyectos sociales a aplicar en determinados momentos, la competencia de educador permite diseñar y ejecutar estrategias que faciliten el proceso de enseñanza aprendizaje con mayores.

Por su parte, se tiene también la competencia de gerencia social que permite diseñar, planificar y ejecutar programas de atención gerontológica referidos a los aspectos de autogestión comunitaria, salud y rehabilitación psicosocial haciendo seguimiento y control de la efectividad de los programas, por último la competencia de coordinador de atención integral permite planificar, ejecutar y dar seguimiento a los programas de atención integral dirigidos al mejoramiento de la calidad de vida.

El gerontólogo en su competencia como educador gerontológico debe poseer dentro de su formación académica conocimientos que estén relacionados con el propio proceso de envejecimiento y la vejez, algunos elementos teóricos importantes, conocimiento del entorno donde se trabaja y del mismo profesional y también conocer como son las relaciones con los mayores.

Bases Legales.

La Ley de Universidades (1970) precisa en su artículo 127 que “las universidades mantendrán, por todos los medios a su alcance los vínculos que deben existir entre ellas y sus egresados”. Mientras que en su artículo 128 sustenta que:

Los egresados están en la obligación de colaborar espiritual y materialmente en el fomento de la buena marcha de la universidad en la cual hayan obtenido su grado, y tomaran parte de los organismos universitarios, de acuerdo con lo establecido en la presente ley de los reglamentos.

MARCO METODOLÓGICO

El paradigma positivista que se asume es el positivista que según Hernández, Fernández y Batista (2010) lo definen como “la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamientos y probar teorías”. Para efectos de este estudio, se aplica una investigación de tipo factible definida por UPEL (2006) como:

La investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta o de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales, pueden referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos o procesos. El proyecto debe tener apoyo en una investigación documental, de cuerpo o diseño que incluya ambas modalidades.

En cuanto al diseño es no experimental el cual está definido por Hernández, Fernández y Batista (2010) como “la investigación que se realiza sin la manipulación deliberada de las variables, es decir, se trata de estudios donde no hacemos variar de forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables”. También la investigación es transeccional, este término se refiere según Hernández, Fernández y Batista (2010) a la “recolección de los datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado”.

Respecto a la población, el presente estudio cuenta con dos poblaciones clasificadas como grupo A y grupo B, el primer grupo constituido por 11 licenciados en gerontología egresados de la Universidad Francisco de Miranda, pertenecientes al Distrito Coro, adscritos a la Secretaria de Salud y el segundo grupo constituido 349 adultos mayores distribuidos entre 15 círculos y/o clubes de adultos mayores a cargo de estos profesionales, esto se debe a que algunas de las unidades de estudios del grupo A (gerontólogos) atienden a más de un círculo y/o club de personas mayores.

En cuanto a esto, la población A y B son finitas, que según Arias (2006) es “agrupación en la que se conoce la cantidad de unidades que la integran”, en la

investigación el grupo A se compone por 11 licenciados en gerontología egresados de la Universidad Francisco de Miranda, Coro Estado Falcón, distrito Coro, en las cohortes de diciembre 2008 a Julio de 2012. Por otra parte, el grupo B comprende una población finita de 349 adultos mayores, dado que el número de la población es amplio y no puede ser manejado por la investigadora, se toma una muestra representativa de la misma, en relación a esto Hernández, Fernández y Batista (2010) definen la muestra como el “subconjunto de la población del cual se recolecta los datos y deben ser representativos de esta”.

Para los efectos de esta investigación, la muestra estará constituida por 75 adultos mayores seleccionados equitativamente entre los 15 círculos y/o clubes pertenecientes a las siguientes comunidades: Los Claritos, Las Velitas, Pantano Abajo, Pantano Centro, La Cañada, Urb. Los Médanos, San Agustín, San José, Urb. Independencia, San Bosco, Ampíes y el Ambulatorio. Chimpire; estas a cargo de los Licenciados en Gerontología encuestados, a fin de establecer una relación de los datos entre ambos grupos, contrastando la información y verificando los datos obtenidos.

El tipo de muestreo utilizado fue el probabilístico, en cuanto a ello Seijas (2006) refiere que “el muestreo es probabilístico cuando se puede determinar de antemano la probabilidad de selección de los elementos de la población siendo esta distinta de cero”, para ello, la fórmula aplicada para llevar a cabo el muestreo estratificado fue factor K desglosado de la siguiente forma:

$$\text{Factor K} = \frac{n}{N} = \frac{75}{349} = 0,215$$

Es importante señalar, que los instrumentos (cuestionario) se titularon EGPEAAMPI (López 2013), siglas tomadas a partir del título de la investigación. La validez de los instrumentos EGPEAAMPI (López 2013), se llevó a cabo mediante el juicio de expertos a cargo de tres profesionales con conocimientos en materia gerontológica. Para determinar la confiabilidad de los instrumentos se aplicó una prueba piloto a un total de cinco (05) y diez (10) sujetos (grupo A y B) respectivamente con similares características de la muestra definitiva, pero que

no pertenecen a ella. El cálculo fue realizado con el modelo KUDER-RICHARDSON, que se aplican en instrumentos cuyos items tienen dos alternativas de respuestas (SI / NO), con la aplicación del programa estadístico computarizado S.P.S.S FOR WINDOWS (Versión 17), se obtuvo un valor KR-20 de 0,7881 y 0,7907 respectivamente. Estos resultados indican que los instrumentos poseen una ALTA confiabilidad de acuerdo a los parámetros establecidos para la interpretación de este tipo de coeficiente.

Respecto a la técnica aplicada para procesar la información fue la estadística descriptiva que para Hernández, Fernández y Batista (2010) es aquella que “permite tabular, codificar y procesar los datos de acuerdo a los indicadores que se miden y mediante un análisis de tipo cuantitativo dichos datos serán procesados y presentados a través de representaciones tablas especificando porcentajes”, dicho esto, en los resultados se hace referencia algunas tablas del estudio que se consideran las más relevantes para dar explicación del cumplimiento de los objetivos.

RESULTADOS

Variable: El Educador Gerontológico

Tabla 1. Distribución de la población según la pregunta:
¿Qué es la Gerontología? (Grupo A)

¿Qué es la Gerontología?	Fr	%
Ciencia que estudia el proceso de envejecimiento en los aspectos biológico, psicológico y social.	5	45,45%
Ciencia que estudia el proceso de envejecimiento.	2	18,18%
Ciencia que estudia al adulto mayor de forma integral.	2	18,18%
Ciencia que estudia el proceso de envejecimiento y la etapa de la vejez desde el punto de vista biológico, psicológico y social.	2	18,18%
Total	11	100%

Fuente: López y Quintero (2013)

Tabla 2. Distribución de la población según la pregunta:
¿Qué es la Gerontología? (Grupo B)

¿Qué es la Gerontología?	Fr	%
Ayudas y atenciones para la persona mayor.	21	28%
Desconoce.	13	17,33%
Relacionado al adulto mayor.	9	12%
Enseñanza y orientaciones para el adulto mayor.	7	9,33%
Ciencia q estudia los cuidados del adulto mayor.	7	9,33%
Base para el adulto mayor.	7	9,33%
Viejo, geriátrico.	5	6,66%
Estar bien en salud.	4	5,33%
Sacar dientes.	2	2,66%
Total	75	100%

Fuente: López y Quintero (2013)

En las tablas 1 del grupo A, se presentan las respuestas expresadas a la pregunta ¿qué es la gerontología?, donde un 45,45% indica que es una ciencia que estudia al proceso de envejecimiento en los aspecto biológico, psicológico y social, seguido de un 18,18% la define como ciencia que estudia el proceso de envejecimiento, con este mismo porcentaje la define como ciencia que estudia al adulto mayor de forma integral, y de igual porcentaje quienes la definen como ciencia que estudia el proceso de envejecimiento y la etapa de la vejez desde el punto de vista biológico, psicológica y social.

Por su parte en la tabla 2, el grupo B con un 28% define la gerontología como ayudas y atenciones para la persona mayor, mientras un 17,33% afirma tener desconocimiento de este término, un 12% la define como algo relacionado con el adulto mayor, un 9,33% como enseñanza y orientación al adulto mayor, con este mismo porcentaje la definen como ciencia que estudia los cuidados del adulto mayor, y de igual porcentaje está quienes la definen como una base para el adulto mayor, un 6,66% indica que es viejo o geriátrico, mientras un 5,33% indica que es estar bien en salud y un 2.66% indican que es sacar dientes. Estos datos permiten afirmar que el grupo A, definió claramente que es la gerontología, mientras que el grupo B refirió ciertas nociones acerca de esta definición atribuible exclusivamente al adulto mayor.

Tabla 3. Distribución de la población según el indicador Gerogogía (Grupo A)

Ítems	SI	NO
7.- ¿Desarrolla usted actividades educativas con los adultos mayores de su grupo?	11 100%	-
8.- ¿Desarrolla usted, frecuentemente estrategias didácticas para atender las necesidades educativas de los adultos mayores de su grupo?	11 100%	-
Total	100%	-

Fuente: López y Quintero (2013)

Tabla 4. Distribución de la población según el indicador Gerogogía (Grupo B)

Ítems	SI	NO
7.- ¿El Licenciado en Gerontología, desarrolla actividades educativas en su grupo?	75 100%	0
8.- ¿El Licenciado en Gerontología utiliza diversas estrategias para facilitar la enseñanza al grupo?	57 76%	18 24%
Total	88%	12%

Fuente: López y Quintero (2013)

En la tabla 3 del grupo A sobre el ítems 7 ¿Desarrolla usted actividades educativas con los adultos mayores de su grupo? el 100% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que desarrollan talleres y sesiones educativas sobre temas de salud, enfermedades y cuidados en los adultos mayores. En el ítems 8 ¿Desarrolla usted, frecuentemente estrategias didácticas para atender las necesidades educativas de los adultos mayores de su grupo? el 100% afirma lo

dicho en el enunciado, expresando que hacen uso de juegos y dinámicas de grupo como conversatorios, además de ello incluyen recursos didácticos como video beam, rotafolios y carteleras.

En la tabla 4 del grupo B sobre el ítems 7 ¿El Licenciado en Gerontología, desarrolla actividades educativas en su grupo? el 100% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que si se desarrollan actividades educativas referidas a temas de salud y enfermedades. En el ítems 8 ¿El Licenciado en Gerontología utiliza diversas estrategias para facilitar la enseñanza al grupo? un 76% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que realizan juegos recreativos como dominos, memoria y ajedrez, además de realizar dinámicas, mientras un 24% responden que no ante el enunciado.

Sobre lo descrito, el grupo A afirma los ítems 7 y 8 con un 100%, mientras el grupo B afirma ambos enunciados con un 88% y con un 12% responden que no a los mismo. Para Bermejo (2004) “la complejidad de la educación se debe tanto a su carácter sistémico, como a la multiplicidad de dimensiones que la configuran”. De este modo, señala que la geragogía como parte de la educación con mayores “describe los procesos implicados en estimular y presta ayuda para la educación con este grupo etéreo”. Se infiere entonces, que el gerontólogo en su competencia como educador gerontológico, debe poner en práctica distintas estrategias y hacer uso de los recursos, para generar aprendizajes en los adultos mayores mediante actividades educativas motivadoras a favor de mejorar su calidad de vida, no sólo las ya conocidas por los adultos mayores, sino idear cada vez nuevas estrategias que faciliten el aprendizaje del grupo basado en la inclusión de modernas formas para el mismo.

Tabla 5. Distribución de la población según el indicador Promoción de la salud (Grupo A)

Ítems	SI	NO
21.- ¿Desarrolla usted, actividades educativas con el grupo de adultos mayores, orientadas a la promoción de la salud?	11 100%	0
22.- ¿Desarrolla usted, actividades educativas practicas con el grupo de adultos mayores, orientadas a la promoción de la salud?	9 81,81%	2 18,18%
Total	90,90%	9,09%

Fuente: López y Quintero (2013)

Tabla 6. Distribución de la población según el indicador Promoción de la salud (Grupo B)

Ítems	SI	NO
21.- ¿El Licenciado en Gerontología desarrolla actividades educativas con el grupo, orientadas al control de la salud y su mejora?	74 98,66%	1 1,33%
22.- ¿El Licenciado en Gerontología desarrolla actividades educativas prácticas con el grupo, orientadas al control de la salud y su mejora?	31 41,33%	44 58,66%
Total	69,99%	29,99%

Fuente: López y Quintero (2013)

En la tabla 5 del grupo A en el ítems 21 ¿Desarrolla usted, actividades educativas con el grupo de adultos mayores, orientadas a la promoción de la salud? el 100% afirma lo dicho en el enunciado, expresando las siguientes actividades: charlas y talleres sobre la alimentación y nutrición, cuidados en el adulto mayor, ejercicio físico y estilos de vida saludables. En el ítems 22 ¿Desarrolla usted, actividades educativas prácticas con el grupo de adultos mayores, orientadas a la promoción de la salud? un 81,81% afirma lo dicho en el

enunciado, expresando que organizan las consultas médicas para cada adulto mayor, mientras un 18,18% responde que no al enunciado.

En la tabla 6 del grupo B en el ítems 21 ¿El Licenciado en Gerontología desarrolla actividades educativas con el grupo, orientadas al control de la salud y su mejora? un 98,6% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que estos profesionales ofrecen las siguientes actividades: charlas y algunos talleres sobre la alimentación, cuidados, higiene personal, mientras un 1,33% responden que no al enunciado. En el ítems 22 ¿El Licenciado en Gerontología desarrolla actividades educativas prácticas con el grupo, orientadas al control de la salud y su mejora? un 58,66% responde que no al enunciado, mientras un 41,33% afirma el enunciado, expresando que tienen un control médico adecuado.

Es notorio visualizar, que en el ítems 22 del grupo A y B existe una contraposición de opiniones, ya que el grupo A en un 81,81% afirma este enunciado, el grupo B 58,66% responden que no al mismo. En concreto, el grupo A afirma los ítems 21 Y 22 con un 90,90% y con un 9,09% responden que no a estos; seguido se tiene el grupo B que con un 69,99% afirma los enunciados y con un 29,99% responden que no a estos. Es interesante señalar que en el ítems 21 ambos grupos concuerdan en sus respuestas al referir que entre las actividades educativas están los talleres y charlas; mientras que en el ítems 22 respecto a las actividades educativas prácticas se limitan (ambos grupos) a las asistencia médica de su salud, pasando por alto el desarrollo de actividades sociales, comunitarias, ejercicio físico, actividades lúdicas y las mismas inmersas en los talleres dictados por los gerontólogos de su círculo y/o club.

El educador gerontológico en este sentido, cumple un papel importante en lo que respecta a la promoción de la salud, tomando en cuenta el punto de vista educativo y práctico, debido que estas son estrategias mediante las cuales se ofrecen a los adultos mayores oportunidades en salud, brindándoles las herramientas necesarias para que este sea capaz de cuidar de sí mismo y tener mayor calidad de vida en la medida que envejecen.

Por lo anterior, la Organización Mundial de la Salud (OMS 2002) sustenta que “el envejecimiento es una experiencia positiva que comprende una vida larga...acompañada de oportunidades continuas de salud, participación y seguridad”, fundamenta además que “las personas mayores deben tener acceso

a los servicios de salud... abocados a sus necesidades a medida que envejecen".
(Rev. Esp. Geriatria Gerontología 2002).

Tabla 7. Distribución de la población según el indicador
Actividades socioproductivas (Grupo A)

Ítems	SI	NO
25.- ¿Realiza usted, actividades educativas para el desarrollo social con el grupo de adultos mayores?	9 81,81%	2 18,18%
26.- ¿Realiza usted, actividades educativas para el desarrollo productivo con el grupo de adultos mayores?	11 100%	0
Total	90,90%	9,09%

Fuente: López y Quintero (2013)

Tabla 8. Distribución de la población según el indicador
Actividades socioproductivas (Grupo B)

Ítems	SI	NO
25.- ¿El Licenciado en Gerontología realiza actividades educativas, para el desarrollo social del grupo?	64 85,33%	11 14,66%
26.- ¿El Licenciado en Gerontología realiza actividades educativas, para el desarrollo productivo del grupo?	64 85,33%	11 14,66%
Total	85,33%	14,66%

Fuente: López y Quintero (2013)

En la tabla 7 del grupo A en el ítems 25 ¿Realiza usted, actividades educativas para el desarrollo social con el grupo de adultos mayores? un 81,81% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que desarrollan intercambios con la familia y comunidad, paseos recreativos y talleres sobre como ocupar el tiempo libre, mientras un 18,18% responde que no al enunciado. En el ítems 26 ¿Realiza usted, actividades educativas para el desarrollo productivo con el grupo de

adultos mayores? El 100% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que realizan actividades de segunda ocupación.

En la tabla 8 del grupo B en el ítems 25 ¿El Licenciado en Gerontología realiza actividades educativas, para el desarrollo social del grupo? un 85,33% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que realizan intercambios con otros grupos de adultos mayores, juegos de dominós y bolas criollas y practica de ejercicios físicos, mientras un 14,66% responde que no al enunciado. En el ítems 26 ¿El Licenciado en Gerontología realiza actividades educativas, para el desarrollo productivo del grupo? 85,33% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que se le ofrecen talleres de manualidades, tejido, muñequería, bisutería, repostería, pintura y talleres de alfabetización para los adultos mayores, mientras 14,66% responde que no al enunciado.

En concreto, el grupo A afirma los items 25 y 26 con un porcentaje de 90,90%, y con un 9,09% responden que no a dichos enunciados; el grupo B afirma estos enunciados con un 85,33% y con un 14,66% responden que no a los enunciados. El gerontólogo tiene el compromiso de propiciar actividades educativas para el desarrollo social y estimular en el adulto mayor la participación en actividades productivas para el desarrollo social y no solo tomando en cuenta la capacidad física de la que disponen los mayores sino también el ámbito social, cultural, espiritual, psicológico, afectivo y emocional de estos a favor de este desarrollo.

Tabla 9. Distribución de la población según el indicador Seguridad social (Grupo A)

Ítems	SI	NO
31.- ¿Desarrolla usted, actividades educativas para informar a los adultos mayores sobre las políticas sociales actuales?	10 90,90%	1 9,09%
32.- ¿Considera usted, necesario la implementación de programas de formación permanente por parte del Programa de Gerontología de la UNEFM para el Licenciado en Gerontología?	11 100%	0
Total	95,45%	4,54%

Fuente: López y Quintero (2013)

Tabla 10. Distribución de la población según el indicador Seguridad social (Grupo B)

Ítems	SI	NO
31.- ¿El Licenciado en Gerontología desarrolla actividades educativas para informar al grupo sobre las políticas sociales actuales?	34 45,33%	41 54,66%
32.- ¿Considera usted, necesario la implementación de programas de formación permanente por parte del Programa de Gerontología de la UNEFM para el Licenciado en Gerontología?	75 100%	0
Total	72,66%	27,33%

Fuente: López y Quintero (2013)

En la tabla 9 del grupo A en el ítems 31 ¿Desarrolla usted, actividades educativas para informar a los adultos mayores sobre las políticas sociales actuales? un 90,90% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que se le brindan actualizaciones a los adultos mayores sobre las leyes y planes de gobiernos actuales, mientras un 9,09% que responde que no al enunciado. En el ítems 32 ¿Considera usted, necesario la implementación de programas de formación permanente por parte del Programa de Gerontología de la UNEFM para el Licenciado en Gerontología? el 100% afirman lo dicho en el enunciado, expresando que se deben ofrecer al gerontólogo actualización en base a distintos temas resaltando los contenidos legales en apoyo al adulto mayor, de salud entre otro conocimientos que benefician al gerontólogo en el desarrollo de su trabajo y por ende al adulto mayor.

En la tabla 10 del grupo B en el ítems 31 ¿El Licenciado en Gerontología desarrolla actividades educativas para informar al grupo sobre las políticas sociales actuales? un 54,66% responde no al enunciado, mientras un 45,33% afirma lo dicho en el enunciado, expresando que tienen conocimiento de la ley de seguridad social. En el ítems 32 ¿Considera usted, necesario la implementación de programas de formación permanente por parte del Programa de Gerontología de la UNEFM para el Licenciado en Gerontología? el 100% afirma lo dicho en el

enunciado, expresando que a estos profesionales se les debe actualizar sobre diversos temas que sean de ayuda para el adulto mayor.

Estos datos evidencian que existe una contraposición en la respuesta del el ítems 31 del grupo A y B, debido que mientras el grupo A con un 90,90% afirma el enunciado, el grupo B con un 54,66% responde que no a este enunciado. En concreto el grupo A afirma los ítems 31 y 32 con un 95,45%, mientras que con un 4,54% responden que no a los enunciados, el grupo B con un 72,66% afirma los enunciados y con un 27,33% responden que no a los enunciados.

Es necesario señalar, que tal contraposición ante las respuestas da cabida a la reflexión respecto a la no información sobre las políticas sociales actuales por parte del gerontólogo mediante el desarrollo de actividades educativas, esto hace inferir una diferencia entre la apreciación en tales respuestas por cuanto ya se venía precisando en las tablas anteriores y debe ser objeto de revisión al momento de hacer propuestas encaminadas a la concreción de programas educativos para los gerontólogos, que favorezcan su desempeño y trasciendan en la atención gerontológica oportuna y real hacia el adulto mayor sobre la base contextualizada de sus necesidades e intereses.

Frente a este análisis, es preciso citar a la Organización Mundial de la Salud (OMS) para indicar que la seguridad social debe “Alentar a los adultos jóvenes y adultos mayores a preparar su vejez en prácticas de salud, sociales y financieras” (Rev Esp Geriatria Gerontología 2002). Dicho esto, el educador gerontológico debe velar por que los adultos mayores conozcan las políticas y planes de gobiernos actuales que los benefician, todo en materia de salud, educación, seguridad social (Misiones actualmente la gran misión Amor Mayor implementada por el gobierno para ofrecer mejoras de vida a las personas que envejecen entre otras), especialmente promover la Ley de Seguros Sociales una ampara al adulto mayor el cumplimiento de sus deberes, derechos y garantías.

La necesidad de crear un programa de formación permanente para el gerontólogo se fundamenta en el artículo 128 de la Ley de Universidades al referir que “Los egresados están en la obligación de colaborar espiritual y materialmente en el fomento de la buena marcha de las universidad...” esto permite decir que, el diseño de esta propuesta ayuda a nivel institucional en la mejora de estrategias académicas dirigidas a los egresados, en función de darles seguimiento e ir

actualizándolos para que su trabajo se vea fortalecido con los nuevos conocimientos.

CONCLUSIONES

- Las actividades como educador gerontológico desarrolladas por los Licenciados en Gerontología en la promoción del envejecimiento activo son: talleres, charlas, conversatorios e intercambios grupales, basados en contenidos gerontológicos relacionados con la salud, la participación y la seguridad.

- Los talleres se realizan por cada quince días siempre que exista algún tema de interés educativo; las charlas son más frecuentes, se realizan una vez por semanas con una duración de 10 a 20 minutos, los conversatorio se realizan durante cada encuentro con el grupo, pero no tienen una concepción formativa sino informativa y los intercambios grupales se desarrollan mensualmente.

- El grupo A reduce la planificación educativa a la expresión y elaboración de cronograma de actividades y no a la organización y estructura de contenidos conceptuales procedimentales y actitudinales.

- Los Licenciados en Gerontología indicaron sentirse satisfecho con su profesión, sin embargo algunos de estos prefirieron no decir su edad para no sentirse viejos; señalan que están preparados para el ejercicio de su trabajo, aunque existe la necesidad de actualización y seguimiento continuo.

- El 72,7% señala no realizar en la actualidad ningún otro tipo de preparación académica, de igual forma tanto el grupo A y B indican que la actualización es importante para el fortalecimiento del trabajo, sin embargo no cuenta con un programa de actualización y seguimiento a nivel gerontológico que les permitan mejorar sus competencias profesionales.

- Los Licenciado en Gerontología no promociona suficientemente el envejecimiento activo ya que lo relaciona más con mantener ocupado al adulto mayor en actividades para el momento que asiste al círculo; descuidando la optimización y aprovechamiento de las oportunidades en salud, participación y seguridad, sobre todo de manera permanente no solo en el círculo, sino propiciando su consecución en la familia y la comunidad.

Propuesta de intervención:

Programa de actualización y seguimiento a los Licenciados en Gerontología en su competencia como educador gerontológico en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores.

Objetivo general:

Desarrollar un programa de actualización y seguimiento a los Licenciados en Gerontología en su competencia como educador gerontológico en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores, para el conocimiento de su desempeño como profesional y su praxis educativa a favor de la población adulta mayor, lo cual contribuye a la consecución de los procesos de efectividad institucional del Programa de Gerontología UNEFM.

A continuación, se presenta el Programa de actualización y seguimiento para el egresado a los fines de dar cabida al entendimiento, revisión y acompañamiento de los profesionales de gerontología egresados de la UNEFM lo cual contribuye para fortalecer el propio pensum de estudios en su proceso de actualización contextualizada.

Programa de actualización y seguimiento

Objetivo general: Desarrollar un programa de actualización y seguimiento a los Licenciados en Gerontología en su competencia como educador gerontológico en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores, para el conocimiento de su desempeño como profesional y su praxis educativa a favor de la población adulta mayor, lo cual contribuye a la consecución de los procesos de efectividad institucional del Programa de Gerontología UNEFM

Fase I Motivación	
Objetivos Específicos	Estrategias
Motivar a los Licenciados en Gerontología a la participación en el programa de actualización y seguimiento, mediante la implementación de estrategias de difusión en los medios de comunicación social.	➤ Realizar anuncios de prensa regional y nacional, así como también por radio y televisión y medios electrónicos (páginas web o blog), que propicien el interés del egresado por participar en el programa de actualización y seguimiento del Programa de Gerontología.
Establecer mecanismos de interacción permanente con el Licenciado en Gerontología para el conocimiento del estatus y las necesidades de formación que tienen los mismos a favor de las nuevas perspectivas de envejecimiento en el campo gerontológico.	➤ Apertura de un censo de egresados mediante una página web, que permita establecer una base de datos sobre estos profesionales y sus necesidades de formación continua, en función de su experiencia laboral y en las comunidades con adultos mayores. ➤ Elaboración de una ficha para el censo dirigida a los egresados, donde se les solicite información sobre algunos aspectos importante para el programa de actualización y seguimiento del Programa de Gerontología, que podrá ser expuesta en página web o blog que sea creado según consideración del Programa de Gerontología.

Fase II Ejecución	
Objetivos Específicos	Estrategias
Diseñar mecanismos de interacción permanente con el Licenciado en Gerontología que propicien el sentido de pertenencia al Programa de Gerontología a favor del fortalecimiento de su competencia educador gerontológico a favor del envejecimiento activo.	➤ Hacer uso de medios electrónicos como páginas web o blog informativo donde se exponga la visión y misión del Programa de Gerontología, en consecución con las políticas universitarias actuales y las nuevas perspectivas gerontológicas sobre el envejecimiento activo. ➤ Elaborar un correo electrónico donde se mantenga contacto con los egresados del Programa de Gerontología.
Implementar estrategias educativas que fortalezcan la competencia de educador gerontológico del Licenciado en Gerontología en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores, mediante diversos medios que sirvan de base para el intercambio de conocimientos.	➤ Diseñar un espacio en la plataforma virtual de la UNEFM (ADI Aprendizaje Dialógico Integrado), para realizar foros y conversatorios sobre nuevas perspectivas gerontológicas y experiencias profesionales entre egresados y personal docente del Programa de Gerontología. ➤ Realizar reuniones semestrales con los egresados, personal docente, entes empleadores, profesionales en formación y adultos mayores pertenecientes a las comunidades donde labora este profesional.

Fase III Evaluación

Objetivos Específicos	Estrategias
Evaluar el programa de actualización y seguimiento a los Licenciados en Gerontología en su competencia como educador gerontológico en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores.	➤ Aplicación de instrumento para determinar el impacto positivo el programa de actualización y seguimiento al licenciado en gerontología en su competencia como educador gerontológico en la promoción del envejecimiento activo con adultos mayores. ➤ Desarrollo de actividades presenciales o en línea para la puesta en común de experiencias vividas en el programa de seguimiento y la actualización que tengan estos para la revisión de los objetivos ejecutados y la reestructuración y replanificación de los mismos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2006). *Proyecto de investigación, introducción a la metodología científica*. (5ta Edición). Editorial Episteme.
- Árraga, B Sánchez, V (2007). *Orientación gerontológica, desarrollo humano y calidad de vida en la vejez*. Editorial de la Universidad del Zulia.
- Bermejo, L. (2004) *Gerontología educativa. Como diseñar proyectos educativos con adultos mayores*. Editorial Panamericana.
- Bermejo, L. (2010) *Envejecimiento activo y actividades socioproductivas, guía de buenas prácticas*. Editorial Medina Panamericana.

- Fernández y Medina (2009). *El profesional de la gerontología en el campo laboral: diseño de una propuesta del colegio de gerontólogos del estado Falcón*. Trabajo de Grado para optar al título de Licenciada en Gerontología. Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda. Trabajo no publicado.
- Fernández-Ballesteros (2000) *Gerontología Social*. Editorial Pirámide.
- Gutiérrez A. (1994) *Envejecimiento*. Guía instruccional del Programa de Gerontología. Guía no publicada.
- Hernández, Fernández y Baptista (2010). *Metodología de la investigación*. (5ta Edición Mc Gran Hill).
- Laforest .J, (1991) *Introducción a la Gerontología*. “El arte de envejecer”. Editorial Herder.
- Ley de Universidades (1970).
- Ley de Universidades (1970) Gaceta oficial No1.429; 8 de Septiembre de 1970.
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Envejecimiento activo*. Disponible en URL: <http://www.who.int/topics/ageing/es/> (Consultado en febrero 2013)
- Programa de integración del TSU a Licenciado en Gerontología (2006) Programa de Gerontología. Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda. Coro estado Falcón Venezuela.
- Quintero, S (2012) *La gerontología educativa en la competencia educador gerontológico para la intervención socioeducativa con adultos mayores. Caso UNEFM Coro*. Universidad Nacional Experimental Rafael María Baralt. Trabajo para optar al Magister Scientiarum en Docencia para la Educación Superior. Trabajo no publicado.
- Rangel N. Vera I, (2007). *Ética y Gerontología, una propuesta de código de ética para el ejercicio profesional del gerontólogo*. Trabajo de Grado para optar al título de Licenciada en Gerontología. Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda. Trabajo no publicado.
- Salgado (2000) *Gerontología social*. Editorial Buenos Aires.
- Seijas, Z (2006) *Investigación por Muestreo*. Ediciones FaCES-UCV.
- Timiras, P (1997) *Bases filosóficas del envejecimiento y geriatría*. Editorial Masson.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2006). Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestrías y Tesis Doctorales. 5ta Reedición. Caracas: Editorial Fedupel.

**CARMEN BENITA, MADRE DE LOS MARATONISTAS ENTRE EL
LABORATORIO Y LAS PISTAS, 2019**

Martínez, Dorys

Instituto de Cultura del estado Falcón. Coro estado Falcón Venezuela

ondinadelmar34@gmail.com

RESUMEN

La vida de un ser humano hoy en día es hasta los setenta años. Los más vigorosos podrían sobrepasar los noventa años. El obstáculo más grande es uno mismo, claro, entre otros factores. Una cuestión muy importante radica en sentir un profundo amor propio; así como de un cuidado esmerado de salud física y mental. Los valores morales también juegan un papel primordial para un envejecimiento sano, aunado a unas buenas relaciones y prácticas sociales con el prójimo, con el entorno y por ende la aceptación de la senectud. Una Historia de Vida o Memorabilia que testimonia los sueños y logros de un ser humano común que aspira y respira vitalidad, su registro fotográfico y su experiencia, han sido objeto de estudio para esta investigación, cuyo propósito es dar a conocer los alcances de una adulta mayor que pretende dejar su impronta como ejemplo de fortaleza, constancia y disciplina.

Palabras clave: Obstáculo, envejecimiento, senectud, memorabilia y constancia.

**CARMEN BENITA, MOTHER OF THE MARATHONERS BETWEEN THE
LABORATORY AND THE PISTAS, 2019 ABSTRACT****ABSTRACT**

The life of a human being today is up to seventy years. The most vigorous could exceed ninety years. The biggest obstacle is oneself, of course, among other factors. A very important question lies in feeling a deep self-love; as well as careful physical and mental health care. Moral values also play a major role for healthy aging, linked to good relations and social practices already with others with the environment and therefore the acceptance of senectud. A Life Story or Memorabilia that testifies to the dreams and achievements of an ordinary human being who aspires and breathes vitality, his photographic record and his experience, have been studied for this research, whose purpose is to publicize the scope of an older adults who intend to leave their mark as an example of strength, constancy and discipline.

Keywords: Obstacle, aging, senectud, memorabilia and constancy.

INTRODUCCIÓN

*...no me deseches en el tiempo de la vejez,
cuando mi fortaleza se acabe, no me desampares.
Salmo 71: 9-10*

Hay historias dignas de contar, de hecho, existen personas que hoy por hoy se dan su lugar, se respetan, se aman de una manera muy especial, se exigen a sí mismas sin llegar al sacrificio. En cierto modo, el ser humano como ente biopsicosocial se adapta a las circunstancias porque hay que sobrevivir, no solamente para ocupar un espacio, sino para construirlo, para sostenerlo, para defenderlo. En los adultos mayores hay acumulación de experiencias, sensaciones, logros, fracasos, éxitos. Mientras unos se integran a su medio y lo hacen suyo, otros se extinguen sin dejar una impronta que los ubique en un acontecer o en una vivencia. Pese a ello, hoy en día hay programas especiales para ese adulto mayor que se niega a desaparecer como ser social que puede seguir dando mucho a la vida.

Este artículo presenta una historia para contar de una mujer valiosa, talentosa y resistente ante las adversidades; cuyo propósito es el agradecimiento a la vida y al Supremo por el hecho de pasar por este lar no solo para ocupar un espacio y nada más; es decir, una memorabilia, que no es otra cosa que la biografía de una persona. La biografía se define como:

...la versión escrita de la vida de una persona. Es una de las formas más antiguas de expresión literaria, y tiene como variante la autobiografía, que es una biografía del propio autor. El término biografía se refiere en la actualidad a un género literario que emplea un amplio número de recursos, estrategias y aproximaciones y, por lo general, entra en aspectos no siempre conocidos de la personalidad y de la experiencia, intentando presentar un panorama lo más amplio posible del sujeto de la biografía, no sólo relatando los acontecimientos de su vida. El narrador puede identificarse con él en todas las etapas de su existencia o adoptar una actitud más distante y crítica. Idealmente, el autor reseña hechos de la vida del sujeto nacimiento y muerte, estudios, ambiciones, conflictos, medio social en el que se desarrolló, trabajo,

relaciones y anécdotas, entre otros (Enciclopedia Encarta, 2009).

DESARROLLO

La mujer, de joven a mayor ocupando su lugar.

El mito judeo cristiano de la creación, relata que a la mujer la creó Dios de la costilla del hombre, para ayuda idónea y compañera de éste, ya que entre las especies creadas, no encontró ninguna acorde; veamos la narración según el Génesis 2: 21- 23:

“...y Dios hizo caer un sueño profundo sobre Adán, y éste se quedó dormido. Entonces tomó una de sus costillas y cerró la carne en su lugar; y de la costilla que Dios tomó del hombre formó una mujer y la trajo al hombre. Y dijo Adán; esta es ahora hueso de mis huesos y carne de mi carne; esta será llamada Varona, porque del varón fue tomada”.

Entonces la mujer fue confiada a estar unida al hombre y apoyarlo en todo. Cabe entender que no estaba programada para hacer otra cosa que la sombra del hombre; queda entonces en la mirada femenina: ¿nací para procrear y atender al esposo?, no podré hacer otras cosas?, ¿ejercer otras funciones?. Sobre el desempeño de la mujer a lo largo de la historia ha sido notorio, este extracto que a continuación se presenta sobre el trabajo de la mujer, tomado de la enciclopedia Encarta (2009), narra como sigue:

... el trabajo desempeñado por las mujeres ha tenido una importancia vital desde la prehistoria, aunque su contribución a la economía ha variado según la estructura, las necesidades, las costumbres y los valores sociales. En la prehistoria, las mujeres y los hombres participaban a partes iguales en la caza y en la búsqueda de alimentos. Cuando se desarrollaron las comunidades agrícolas, y por lo tanto el surgimiento de los asentamientos humanos, el trabajo de la mujer quedó relegado a las tareas del hogar.

... La creciente utilización de las máquinas de escribir y del teléfono, a partir de la década de 1870, creó dos nuevas clases de trabajo donde predominaba el empleo de mujeres, como mecanógrafas y telefonistas. La enseñanza, sobre todo la primaria, era una tarea que realizaban mujeres, así como la medicina, profesión en la que ellas lograron cierta relevancia.

Una de las primeras universidades que admitió a mujeres fue la de Edimburgo (Escocia) en 1889. Asimismo, las universidades argentinas admitían mujeres a finales del siglo XIX y conservan hoy un alto grado de participación femenina en la educación superior... (Enciclopedia Encarta, 2009).

¡Cuántos oficios ha ejercido la mujer desde hace milenios!, se evidencia que no se conformó con el título de procreadora sino que se propuso ir más allá donde sus capacidades o dones la impulsaran, así lo ha trabajado, así lo ha logrado, quiere decir entonces, que está programada para llegar tan lejos como sus capacidades se lo permitan, porque claro, se tienen limitaciones en cuanto a fuerza corporal, mientras que las sociedades machistas, en épocas pasadas le cerraron toda posibilidad de evolución, la relegaron a lo más insignificante, ella resurge como ave fénix; por ello se han formado grupos o movimientos que se han dado a la tarea, hoy por hoy, de reivindicar a ese ser tan importante para el desarrollo de una sociedad; tal como el movimiento feminista, el cual contempla los derechos y deberes en igualdad de condiciones en todos los aspectos.

Frente a lo anterior, históricamente el feminismo ha demandado el control de la propiedad privada, el derecho al sufragio o voto libre, la libertad sexual y la igualdad de oportunidades en la educación, el trabajo y por supuesto los deportes, en todos estos aspectos ha ido recuperando su lugar. Por ejemplo, Gloria Steinem junto a las también defensoras Betty Friedan y Kate Millett, quienes desde 1960 se propusieron contribuir con su lucha y pensamiento, para el fortalecimiento del carácter mujeril en cuanto la situación de la mujer avance, en pro de su desarrollo como ser pensante, capaz de las mejores propuestas de progreso. Pero es en 1776 cuando surge el movimiento de liberación femenina después de la Independencia de los Estados Unidos en reclamo de la participación activa en todos los hechos del quehacer cultural, político y social.

Sin embargo no todo está hecho, persisten focos de exclusión en algunas sociedades donde la mujer continúa relegada a lo insignificante y limitada en su esencia, solo dispuesta para roles caseros. Se contempla en todo su ser en la búsqueda de su sentido; con el transcurrir del tiempo y de épocas, esta compañera denominada adánicamente Varona, continúa en su hecho de

posesionarse de espacios reservados para hombres, espacios que ha ido ocupando lentamente con pasos firmes y seguros.

Por otra parte, a través de la historia, han existido y existen mujeres donde se describe la posición de relevancia que han ocupado, se encuentran hoy en día a la mano, a saber: la reina de Saba, las mujeres chamánicas, son mujeres ancianas cuyo conocimiento ancestral la acreditan como médica curandera, sacerdotisas; científicas como Mary Curie; escritoras como Lydda Franco Farías Safo, (poetisa del S.I), Hipatia, filósofa de la antigüedad, entre muchas.

En algún momento, esta información fue guardada para solo ubicar el desempeño del hombre; no es extraño que ahora, siglos después, a través de los acontecimientos, entre las que están las guerras, la mujer se haya preocupado por recuperar esos espacios de preponderante importancia, no solo se ha ocupado de la crianza de los hijos sino de múltiples oficios desde casera hasta profesional cuyo trabajo realiza fuera de casa. Ocupaciones que podrían, en último de los casos, mermar su salud física, mental y espiritual.

De profesional activa a vejez activa.

El organismo humano está capacitado para adaptarse a circunstancias extremas; en la búsqueda del equilibrio. La vida se aprecia, se estima, se cuida; el organismo humano, tal como se concibe, está dotado de una fuerza invisible que lo hace comprenderse así mismo en todos los aspectos, sabe que se nace, se desarrolla, se reproduce, se envejece y se muere; por ello procura en lo posible interrelacionarse con grupos y con su hábitat. Reflexión que se toma de Feliberto Rangel y Deyamina Morán en su libro *El ser del humano*, (2007. p.16-17):

El ser humano se no se compone exclusivamente de un organismo material o físico...la vida es lo que anima al organismo. Cada célula, cada órgano, cada tejido es gobernado por una fuerza superior, una energía que nos dirige a lo largo de la existencia tanto en la salud como en la enfermedad...

El organismo humano está unido y animado por una fuerza superior denominada Fuerza Vital...

En la salud esta energía vital gobierna al organismo en perfecto equilibrio y armonía.

Se cuenta entonces con un ser humano dotado de sensaciones, de una energía y una fuerza que lo hace ir más allá de su posible capacidad. No se sabe de lo que se es capaz hasta que lo intenta. Esta historia humana, cálida y llena de mucho entusiasmo y sentimiento, se logra a través de la memoria que hoy por hoy cuenta una atleta de 66 años que los ha vivido como ha querido y como se lo planteó un día, los años parecen no importarle, mientras haya vida y salud, hay poder. Poder para seguir y continuar en este valle de lágrimas, pero también de risas, logros y contentamiento; y mucha satisfacción por los proyectos logrados. Esta dama de las pistas, tiene una resistencia jerónima; y un espíritu indomable.

De algo estamos seguros en esta vida y es de la muerte, a la ancianidad no todos llegamos, hay quienes parten a una edad primaveral. Eso dice Carmen Benita, así la llaman sus colegas y compañeros maratonistas. Esta morena de 1,55 de estatura de complexión debilucha tiene unas ganas de vivir envidiable lo demuestra cada día cuando se levanta a las cuatro de la mañana para dejar la mesa servida a su ya corta familia.

Esta coriana de carácter fuerte muy diligente en sus obligaciones, nació en la maternidad Oscar Chapman (hoy facultad de medicina de la Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda" UNEFM) en esta ciudad mariana, un 1ero de Octubre de 1953 a las 3:00 de la madrugada; es la segunda de trece hermanos (9 hembras y 4 varones), hija de Santiago Martínez Hernández, nacido en esta ciudad y María Dolores Talavera Talavera, oriunda de la sierra de San Luís, ambos difuntos; de su padre heredó la competitividad, pues era un jugador empedernido de dominó y bolas criollas, murió a los setenta años; de su madre la fortaleza y el amor al trabajo, ella trabajó hasta casi los ochenta y dos años.

Un accidente de carretera la inutilizó hasta su muerte a los ochenta y seis. La vida de Carmen Benita fue dura desde niña, porque tenía que cuidar de sus hermanos menores ya que sus padres salían a trabajar. Su padre, un obrero del desaparecido FOPE (Fomento y Obras Públicas Estatal) y su madre lavaba y planchaba en las casas de familia para poder contribuir con el sostenimiento de su numerosa familia. Carmen creció en condiciones muy precarias, eso no la desmotivó en sus sueños y metas. A los siete años la inscriben en una escuelita que quedaba en la misma calle donde vivía (callejón Aurora del sector Bobare).

En ese entonces, no existían preescolares, así que los padres inscribían a los hijos una vez cumplidos los siete años.

Al salir del sexto grado, ingresa a estudiar la secundaria en el liceo Cecilio Acosta y Ciclo Diversificado Coro, graduándose de Bachiller en Ciencias. Fueron años fuertes dado los escasos recursos con que contaban sus padres para darles educación, sin embargo, Carmen no se amilanó, al contrario con ahínco, tesón y constancia se levantaba, con el cantar del gallo, para ir al liceo caminando, de esa manera salía, como decimos en criollo, oscurito, muchas veces con el cafecito nada más en el estómago. Desde pequeña le interesó la naturaleza, le llamaba la atención el cuerpo humano, las ciencias y, las enfermedades la aterraban. Por eso decide estudiar enfermería, pero cuando logra ir a Maracaibo para inscribirse en la Universidad del Zulia ya no había cupo, de manera que se inscribió en la única carrera con cupos disponibles en ese momento: Bioanálisis.

Ya residenciada en el Zulia, tuvo que lavar y planchar la ropa a sus compañeros de clases para ayudar a sus padres con los gastos de sus estudios, pues el dinero que le enviaban no alcanzaba ni para comer; así que se las ingenió para seguir con su objetivo, con lo que ganaba se costeara el material de estudio y sus útiles personales, tuvo también la ayuda del padre Carlos Laurel el párroco del sector Bobare, quien ayudada con una modesta suma (Bs. 100) mensuales a quienes se empeñaban en estudiar en aquella época donde solo lo hacían los pudientes; así pasaron los años, logra graduarse como Licenciada en Bioanálisis un 29 de Mayo de 1980.

Una vez graduada trabaja como suplente en el hospital Alfredo Van Grieken hasta diciembre de ese mismo año. En Febrero de 1981 se traslada hasta la ciudad de San Fernando de Apure donde había una vacante en el hospital Pablo Acosta Ortiz, hasta Mayo de 1990. Por cuestiones familiares solicita su traslado y regresa al Hospital Alfredo Van Grieken desde Mayo de 1990 hasta el 30 de Agosto de 2015 cuando sale jubilada. Esta valiosa mujer no ha dejado de trabajar, sigue en sus quehaceres cotidianos entre el laboratorio y su pasión por el análisis bioquímico y su deporte favorito. Esta excelente mujer, ha trabajado en varias clínicas de la ciudad como: La Guadalupe, UCA, Pediátrico Falcón, La Cruz Roja, Seguro Social, así como en laboratorios privados.

Se especializó en Bacteriología, por ello es solicitada por los laboratorios privados a la fecha de hoy; cuando algunos de sus colegas han cesado sus actividades o se han ido al extranjero. Esta área de la salud, le ha permitido conocer otros lares, lo que le otorgado una posición de estima y respeto en el gremio. Fue delegada del Instituto de Previsión del Bioanalista (INPREBIO) donde ejerció las funciones de Secretaria de Finanzas en la década de los 1990 experiencia de relevancia dado que representaba a un universo importante de agremiados, en procura de lograr beneficios para sus colegas en lo social, personal y recreacional. Experiencia que recuerda con cariño y satisfacción.

Deportes y vejez. Carmen, la maratonista, una atleta de alta resistencia.

El maratón se deriva por la carrera que realizara un soldado griego desde la ciudad de Maratón hasta la de Atenas en el año 490 a.C., Con el tiempo, y pese al alto nivel de resistencia y preparación que exige, el maratón ha llegado a adquirir una gran popularidad. Desde 1896 hasta 1984, el maratón olímpico solo existía en modalidad masculina, pero en ese último año se incorporó la femenina. La atleta estadounidense Wilma Rudolph fue una de las grandes protagonistas de los Juegos Olímpicos celebrados en 1960 en Roma (Italia). En dicho evento ganó la medalla de oro en las tres pruebas principales de velocidad: 100 m, 200 m y relevos 4×100 metros. Florence Griffith-Joyner fue una de las grandes protagonistas de los Juegos Olímpicos celebrados en 1988 en Seúl (Corea del Sur). En este evento conquistó tres medallas de oro en las principales pruebas atléticas de velocidad: 100 m, 200 m y relevos 4×100. (Enciclopedia Encarta. 2009).

Carmen Benita, como toda mujer que se estima y se aprecie le gusta la esbeltez y el movimiento extremo del cuerpo, a ella no le basta con caminar que lo hace a diario, pues se va caminando a su trabajo, se ocupa de mantenerse activa tanto mental como físicamente. Esto lo logra con su otra pasión: las carreras o la Maratón, comenzó a participar profesionalmente en las carreras en el año 1982 cuando contaba con 29 años de edad en los primeros juegos de Bioanalistas realizado en Maracay estado Aragua donde obtuvo el primer lugar,

desde entonces, esta coriana de rápido caminar, no le han cesado los triunfos, ha pasado por todas las categorías hasta obtener el Master C. No ha dejado evento que no haya participado (carreras, caminatas, maratones) en su ciudad natal como fuera, tal como se observa en la foto 1.



Foto 1. Llegando a la meta. Primeros juegos de Bioanalistas, Maracay, 1982.

Logrando siempre su objetivo: competir y llegar a la meta. Desde que se instauró el maratón de montaña en la sierra de San Luís del municipio Bolívar en este estado Falcón, ha estado presente con su particular estilo, equiparándose

con corredores de talla internacional, con los mejores de la región y del país tal como se evidencia en las fotos 2 y 3.



Foto 2 y 3. Maratón de Montaña. Sierra de San Luís del municipio Bolívar en este estado Falcón. Tomado del Diario Nuevo Día (09/02/2015)

Le gusta sentir la brisa cuando corre, el viento acariciando su rostro, suave, lento y rápido a la vez, el ejercicio físico siempre estuvo en su cotidianidad, desde su mocedad, se ejercitaba cada mañana antes de salir a sus labores bien a estudiar bien a trabajar. Esta mujer sencilla no ostenta más que sus pasiones, que la hacen un ser especial inclinada siempre por atender a su familia. No se casó ni tuvo descendencia; sin embargo es una madre y un padre ejemplar, digna de emular. Quedó al frente de la casa Martínez Talavera una vez que fallecieron sus padres. Ocupada por mantener y sacar adelante a sus hermanos que quedaron bajo su cuidado. A sus 66 años a Carmen le quedan fuerzas para continuar con la vida que se planteó. Los años no han mermado su vitalidad y sus ganas de seguir en las pistas. Mientras tenga vida y salud los propósitos seguirán también. No se considera una anciana.

Pero, ¿Qué es un anciano?, según el Diccionario de la Real Academia Española Drae refiere que es una: Persona de mucha edad. Los muchos años que se tengan no valen nada mientras las ganas de vivir y los deseos y un espíritu alegre y combativo imperen en nuestra mente. Por su parte, el doctor Secundino Urbina (†) en el libro Euseria Manual para gerontólogos y gerontes (2007, p.17) defiende la mucha edad al decir que:

El futuro tiene un nombre: la ancianidad. El mundo entero camina hacia la presencia masiva de gente de sesenta años y más en todas las actividades humanas y por más tiempo cada vez, puesto que, se trata de una ancianidad larga y saludable.

Sin embargo, hay personas a quienes se les atrofia su senectud cuando se les considera un estorbo, un inútil. La sociedad no ha avanzado tanto en cuanto hay que educar a la población y a las familias para el respeto que se le debe estimar a estos seres que han llegado tan lejos en el tiempo. En este sentido prosigue el doctor Urbina:

El anciano: un estorbo: A pesar del mayor número de viejos, hay mucha gente que no los ha contactado nunca, o muy poco, y no quiere saber nada de ellos. Al contrario en las antiguas sociedades la gente crecía apoyando y apoyándose en los ancianos, preocupándose, respetándolos.

Hoy ha disminuido o desaparecido la autoridad del viejo, en cuanto viejo. El respeto no existe. Y es porque también ha menguado la admiración por la experiencia y por la sabiduría...

Realmente con la llegada de la tecnología y la invasión de dispositivos de información, el relator de cuentos, el anciano, fue desplazado. Así como el respeto y la admiración por ese ser de días, bañado en amor y en sapiencia. Hay una diferencia entre envejecer y ser viejo. Cada día que pasa es un día que cae en el cuerpo, si de cumpleaños se trata, cada año se es más viejo. Saber envejecer es la cuestión, sin embargo, envejecer si se quiere es mental.

Porque el cuerpo es el que sufre modificaciones, claro la mente también, pero es el espíritu quien mantiene esa jovialidad si se ha tenido una vida optima y activa, el espíritu lo compensa. ¿Qué se siente ser viejo?, la vejez no se apodera de nosotros como una especie de fuerza poderosa que debilite nuestra personalidad en tal o cual forma. Con mayor frecuencia seguimos trabajando en nuestras propias experiencias y nos enfrentamos valientemente a los retos de nuestra propia vida.

Carmen Benita comprende y está consciente que los llamados “viejos” podrían estorbar, de manera que su norte, su guía, su báculo, es ella misma, su espiritualidad, su personalidad, que también entiende no sufre cambios con el paso del tiempo, a tal efecto el doctor Kastembaun, en un estudio comparativo que hiciera a un grupo de personas con respecto a la vejez y a la personalidad, conducido por los investigadores Suzanne Reichard, Florine Livson y Paúl Peterson, encontraron cinco tipos de personalidad en las personas de su estudio; tres se adaptaron bien al sitio que ocupan en la sociedad al ir envejeciendo, mientras que los otros dos no.

Los primeros temían a la posibilidad de tornarse pasivos, dependientes o indefensos. Se prepararon personalmente con gran vigor para resistir todas las

fuerzas, tanto biológicas como sociológicas. Mantuvieron un estilo de vida física y socialmente activo, sin apenas renunciar a su sitio en la sociedad. El cuerpo está conectado con su conciencia, Su conciencia le dice quién es y de que está hecho y hasta dónde puede llegar. Por su parte Feliberto Martins y Deyamina Morán en su libro *El Ser del humano* (2007, p.101) explican:

Todo lo que sucede en la vida de un individuo y todo cuanto ocurre en su cuerpo empieza con algo que sucede en su conciencia. La conciencia del individuo es quien es él y su experiencia en su ser. Además decide qué pensar y también qué sentir. Cuando la toma de estas decisiones deja un estrés residual, el humano experimenta esa tensión como si la sintiera en su cuerpo físico. Esta tensión crea síntomas. Pero la pregunta más interesante es ¿qué tensión crea cada síntoma? Cuando el individuo es capaz de cuantificar ese proceso, entonces está en posibilidad de ver su cuerpo como un mapa de la conciencia de su personalidad, relacionando síntomas concretos a tensiones concretas y a formas concretas de ser.

Decimos entonces que la vejez no está emparentada con la cesación en cuanto al consciente y a la personalidad; podemos elegir entre tener una vejez activa y productiva o una vejez pasiva y tullida. Aunque la protagonista de esta historia está en su proceso de envejecimiento ella no lo rechaza ni lo detiene, lo asume de una manera normal y consciente, considera que es un logro llegar a la vejez sana, fuerte y vigorosa; con el tiempo acechando cada día, siempre adelante jugándole pasadas; aunque no relata cuentos es portadora de historias, las que ha acumulado a lo largo de sus sesenta y seis años de existencia y en las muy variadas formas y estilos en que su humanidad ha procurado.

Tener mucha edad no implica, ni significa desaparición del espectro activo, sea donde sea que se desarrolle la persona en su habilidad. Se nace, se crece, se desarrollan la o las actividades donde se es apto y de dejan huellas que el tiempo no borra. Ese ha sido el slogan de la mujer que corre todos los días para entrenarse y mantenerse activa y lista para el próximo evento. Una máxima de los boy scouts: “siempre listos”, es el norte de esta singular coleccionista de trofeos y

medallas, que tiene hasta ahora una amplia colección entre copas, medallas, placas y reconocimientos.

Entre los eventos donde ha participado están: Maratón de montaña, sierra de San Luís, desde 1999 hasta el 2019; aniversario de la ciudad de Punto Fijo, ediciones 2004, 2010, 2011, 2012, 2013, 2015; Zaragoza extrema, 2011; refinería de Amuay, 1996,1997; aniversario de la licorería El orillero de la Shell, 1992-1993; alcaldía de Carirubana, 2007; carrera 10K Carirubana; Alcaldía de San Francisco, 2005, 2007, 2008 estado Zulia; media Maratón internacional ciudad de Maracaibo ediciones XII, XIII XVI y XVIII; Maratón Simón Bolívar, alcaldía de Caracas, 2012.

También está la Ruta mirandina La Vela, 2006; 477- 482 años de la ciudad de Coro, día de la bandera, La Vela, 1992; aniversario de la UNERMB, 1993; día de la raza, 500 años del descubrimiento; Maratón José Leonardo Chirino, Macanillas 1995; carrera 10k copa Teniente Eduardo Martínez, La Vela, 2015, Copa Simón Bolívar, gobierno del estado Aragua, 2008; media Maratón de montaña, Sanare, 1999; feria san Juan de Los Morros, 2005; carrera somos todos 10K 2018; Run Around the world, Punto Fijo, 2004; carrera 10K 65 años del CPS Judibana, calidad de vida CRP 2017; Running 10K II edición, 2019; unificados Crossfit Running 1era caminata 10K día de las madres, 2019. Con todos estos reconocimientos se pueden contar aproximadamente unos 58 trofeos y 76 medallas.

Entre los reconocimientos más representativos están: placa del club de maratonistas del IUTAG en pro del deporte falconiano, 1992 y la distinción de atleta del año, 1993: así como de la junta directiva del Colegio de Bioanalistas del estado Apure como atleta en la especialidad de maratón,1990; placa de FUNDEFAL en el día internacional de la Mujer, 2009; junta directiva del Centro Pediátrico Falcón y de la UCA por su desempeño y labor, 2009; La revista Runnes, la honró con la distinción. “Madre de los maratonistas”, a propósito del día de las madres, 2019; mediante un acto significativo donde le entregó una placa que la distingue con tal honor. Foto 5. Placa de reconocimiento.

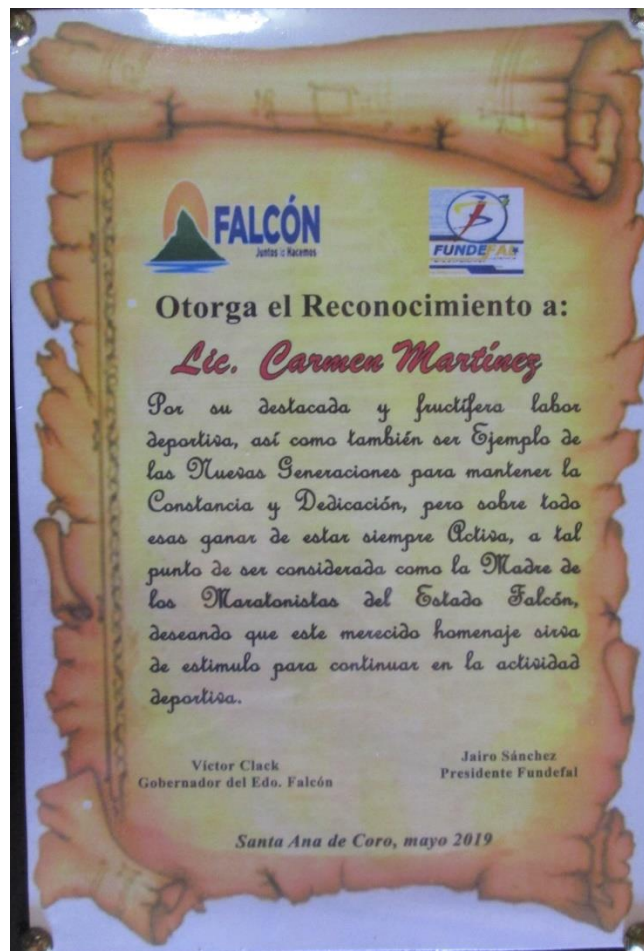


Foto 4. Un reconocimiento actual.

Para tener éxito en los emprendimientos una persona debe tener la autoestima alta, vivir de frente a la realidad, aceptarse sin engaños, estar conscientes de sus defectos y virtudes es fundamental para la autoestima. Sin embargo aceptar nuestros defectos de manera pasiva no es tampoco vivir de espaldas a la realidad, más bien buscar posibilidades de mejorar cada vez para una mejor integración. Entonces explicamos qué es la autoestima; Marlú D. Villanueva Herrera en el texto Educación Familiar y Ciudadana (2000, p. 8-9), la define como:

...al propio valor que cada uno de nosotros nos damos como persona, el cómo nos percibimos a nosotros mismos, la imagen que se tiene de sí. Una persona con una autoestima alta presenta las siguientes características: muestra amplitud de emociones y sentimientos, asume responsabilidades con facilidad, está orgulloso de sus logros, afronta nuevos retos con entusiasmo, acepta las frustraciones en su justo nivel, utiliza sus medios, oportunidades y capacidades para modificar su vida de manera efectiva y positiva, se quiere y respeta a sí misma y consigue el aprecio y respeto de quienes le rodean.

A Carmen Benita le queda tiempo para celebrar la vida, así se muestra en la fotografía que sigue.



Foto 5. Celebrando sus 50 años. Fuente: La autora álbum familiar.

La alegría que siente cuando se despierta cada mañana, los primeros que la saludan son sus mascotas, otra de sus pasiones: tres pericas, dos gatos, dos perros y dos pájaros australianos y una vecina (una sabuesa de pelaje amarillo) que corretea cuando la huele al llegar a casa, esas contenturas le llegan al corazón.

Carmen Benita no nació para ocupar un espacio y quedar campante, ella le agradece al Todopoderoso las oportunidades que le ha ofrecido y que ha sabido apreciar y responder; cada pinchazo para obtener una muestra y analizarla; cada persona que pasa por su torniquete que luego se va alegre porque fue bien atendida, es un oráculo de pertinencia para quien se precia de un buen servidor. No todo en Carmen Benita es color rosa. Por su condición de mujer y de mujer echá pa'lante, ha sido objeto de malos tratos también; desde sus inicios como profesional, sin embargo esos muros fueron fuerzas que se impregnaron desde lo positivo hasta lo positivo.

No hay tiempo para mirar atrás, no se estanca en recuerdos sombríos, lo desvanece y lo sepulta. Como dijo alguna vez el visionario y adelantado en su tiempo Leonardo da Vinci: "El hierro se enmohece por el desuso, el agua estancada pierde su pureza y cuando hace frío se hiela, así llega la inactividad a minar los poderes de la mente".

En tributo a esta mujer ejemplar, coriana de "pura cepa", de la forja de Lydda Franco Farías (1943-2004) extraído del folleto Letra viva, a la mujer:

No nací para ocupar un espacio y nada más.

Ignoro cuál será mi participación.

Me tocó ser mujer y no me quejo.

Me tocó caer en la humedad del tiempo,
en la inhóspita sequedad de los caminos,
pero aquí me quedo

entre escombros y desperdicios.

Destruyen mi epidermis resentida,
despedacen mis sueños, mi alegría,
aniquílenme,

más no pretendan sancionarme
porque un día aparecí sobre la tierra
y tuve voz y grité,

y tuve fronteras y no quise despertar sin ellas,
y tuve armas y allí están
perfiladas, inmóviles, ariscas.

Una sentencia con todos los derechos. Ella se quedó, entre todo lo que le tocó vivir. Un día apareció en el mundo y se propuso la grandeza, la excelencia y puede estar orgullosa de si, ganó un espacio lo ocupó y lo trascendió. En el transcurrir de lo que fue su experiencia como profesional, tuvo sus desavenencias, sus diferencias, muchos obstáculos; los gremios son competitivos. Por se llenó de fuerza, valor y constancia de la mano con la honestidad, la responsabilidad y la seriedad, cualidades muy importantes y vitales para no desmayar para no claudicar. En un mundo donde sobrevive el más apto; hay que saber nadar entre las aguas. Esta profesional de la salud, sobrevivió a muchas dificultades desde que nació. Pues nació y creció en la pobreza.

Se necesita una preparación óptima en todos los aspectos del ser, para que con tantos desafíos no se desfallezca; eso les ha ocurrido a muchos que se quedan en el camino. Cuando se es mujer, la situación es más compleja, más cuando se ha pasado por situaciones críticas y difíciles. La importancia está en saber qué se quiere y en plantearse preguntas; cómo lo haré, qué haré. La vida nos coloca conflictos pero ¿Qué es eso?, ¿Qué significa? ¿Para qué me sirve? Según Gerardo Relloso, en el libro Psicología (p. 106) lo explica:

El conflicto es un estado de tensión incrementada que se caracteriza por vacilación y duda, fatiga e incluso bloqueo, provocado por dos motivaciones o necesidades de igual intensidad, ante las cuales el sujeto debe elegir por seguir y dejar la otra.

Se dice entonces: tengo un conflicto que debo dilucidar, escoger un camino, buscar una salida, no aferrarme ni problematizarlo, mejor transmutarlo, polarizarlo, cuando se están claros los caminos, el conflicto no se da, pero te prepara y te hace buscar respuestas es bueno tenerlos entonces; ese estado de conflicto le permitió no vacilar ni dudar, sino avanzar en procura de salir de la pobreza y de la carencia, sabía muy bien que preparándose lograría ocuparse de su familia en cuanto los resultados fueran favorables.

Carmen Benita creció en una familia numerosa pero trabajadora, sus padres fueron su ejemplo, había que salir a trabajar, buscar el sustento, a ocupar el

cuerpo, la mente, el espíritu. Eso se logra con el esfuerzo y con una fortaleza que sólo tienen los fuertes de carácter.

Hubo preparación intencionada, con una suerte divina, y un buen augurio; como un oráculo del destino, esta científica de aspecto afroindoamericana, se graduó como profesional de la salud, un 29 de Mayo. Decretado en Venezuela como Día Nacional del Adulto Mayor, según resolución de las Naciones Unidas y nació un 1ero de octubre, día Internacional del Adulto Mayor, por decreto de las Naciones Unidas conmemorándose éste desde 1990, con el fin de favorecer la toma de conciencia sobre el valor de la prolongación de la vida y la necesidad de favorecer sociedades cada vez más integradoras y justas para todas las personas adultas mayores (tomado del texto Sandra Quintero Gerontología, Ciencia para la vida, 2013, p. 42 y 62).

Se ha contado una historia de vida, objeto de estudio fueron su vivencia sus relatos y sus archivos; una historia es una ciencia documental que investiga el pasado, su estudio permite entender mejor el presente y ayuda a planificar el futuro. Un modo de conocer el transitar de una persona por esta tienda terrenal, siempre que éste haya dejado aportes significativos para divulgar, vale la pena adentrarse a este mundo. Tal y como afirmó Thomas Carlyle en 1827, "una vida bien escrita es casi tan difícil de llevar a cabo como una vida bien vivida" y, un siglo más tarde, Lytton Strachey se hizo eco de esas palabras y describió la biografía como "la más delicada y humana rama del arte de la escritura".

A continuación presento un poema de agradecimiento por permitirme, como investigadora, que su historia sea compartida, la historia de esta humilde servidora de la salud y digna representante de la mujer adulta mayor en las pistas de carreras:

Yo te voy a cantar
esta dulce melodía,
para que tú, hermana mía
la puedas disfrutar.

Ahora que tienes tiempo
para seguir en tu rumbo,
tienes a unos contentos

y felices a todo el mundo.

Caminas a toda prisa
te gusta llegar temprano,
a todos de la mano
le contagias tu risa.

El deporte te hace bien
la caminata te cura,
tus pies en un vaivén
entre el sol y la luna.

Es cuestión de arraigo
que el corazón emana,
es para ti hermana
esta letra que traigo.

Sigue el camino andado
que Dios bendijo contigo,
pues la vida te ha dado
abrojos, rosas y espinos.

Dorys Martínez

REFLEXIÓN

Nuestro organismo es una máquina perfecta que controla todas las funciones que necesitamos realizar; por eso debemos darle el mantenimiento adecuado para que trabaje armónicamente, comiendo sano, ejercitando el cuerpo, la mente y el espíritu en una unidad integradora que nos permita encontrar y mantener un equilibrio satisfactorio. Aunado a valores de compañerismo, solidaridad, respeto, comprensión, una sana comunicación consigo mismo y con los demás. Al llegar a una edad madura, empiezan los achaques, es el “almanaque” dicen unos a manera de juego, pero ¡claro que es el almanaque! el

tiempo no falla, ni perdona tampoco. Contra eso siempre habrá algo que hacer para ir al compás, porque qué es el tiempo, sino un invento.

Lo podemos combatir con muchas cosas que podemos hacer, resulta placentero y es reconfortante para nuestra autoestima escuchar frases como: “niña para ti no pasa el tiempo, ni ves edad”, “esta señora no aparenta la edad que tiene”, eso tiene que ver -en el mayor de los casos- con el amor propio y la buena disposición; mejor aún, amar a nuestros semejantes es la mayor alegría porque cuando se tiene amor hacia todo lo que nos rodea, lo demás queda relegado a un segundo plano y no se nota.

Cada día es un aprendizaje y estar vivo es aprender, concentrarse en las posibilidades y potencialidades de cada ser; dependiendo, claro está de una buena disposición. La sociedad necesita a sus seres mayores para enseñar, para compartir experiencias, para ser ejemplo a seguir. La historia de la humanidad nos ha mostrado casos y muchos de personas con vidas increíbles, que han pasado por situaciones sombrías, que han surgido y han reaparecido como el águila. Mientras existan estos seres esplendorosos habrá una historia para compartir. Como dice el filósofo alemán Goethe “siempre tendremos tiempo suficiente si lo usamos acertadamente”. Si entramos en años, trabajamos en lo que nos proporcione satisfacción, y hacemos el deporte de nuestra competencia y habilidad, una buena combinación.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

Bracho, América y León de H. María (2013). *Venezuela y su gente*. Ciencias Sociales. Ministerio Popular para la Educación. Tercera edición.

Enciclopedia Encarta, 2009.

Kastenbaum, Robert (1980). *Vejez: años de plenitud*. Editorial HARLA, S.A de C.V. México, D.F.

Las Santas Escrituras, antigua versión de Casiodoro de Reina (1569) revisada por Cipriano de Valera (1602), revisada y cotejada con los textos en hebreo, arameo y griego.

Letra Viva (2009). *Selección de poemas de Lydda Franco Farías*. Editorial Nuevo Día, Coro.

Martins, P. Feliberto y Morán A. Deyamina (2007). *El ser del humano*. Editorial Fedupel, Caracas.

Quintero, Sandra (2013). *Gerontología. Ciencia para la vida*. Linografías López.

Relloso, S. Gerardo. (s/f) *Psicología*. Ciclo Diversificado. Colegial Bolivariana, C.A. Ediciones CO-BO. Caracas.

Urbina, Secundino (2007). *Eugeria. Manual para gerontólogos y gerontes*. Editorial Cayapo. Coro.

Villanueva H, Marlú (2000). *Educación Familiar y Ciudadana*. Editorial 2000.

Entrevista a Licenciada Carmen Benita Martínez Talavera.

ADULTO MAYOR E IDENTIDAD EN LAS TURAS

Zavala M, Enna M.

Instituto de Cultura del estado Falcón

ennacisc@gmail.com

RESUMEN

Sin duda las experiencias vividas y que se reflejan en el comportamiento de los adultos mayores, son espejo para las generaciones sucesivas, especialmente cuando forman parte de una herencia que es esencia y sentimiento de un pueblo que las lleva consigo como valores de vida; caso San Pedro de Mapará, estado Falcón y su ritual Las Turas, práctica que les ha otorgado identidad y reconocimiento, enlaza enseñanzas y costumbres ancestrales transmitidas por los más longevos, encargados de conservarlas como manifestación que honra su idiosincrasia y antepasados. Las Turas, única manifestación aborígen presente en Falcón, incluye la importancia de los adultos mayores en la realización del ritual, hecho que merece especial atención. Existe poco material al respecto, motivo para ampliar la investigación con apoyo de estudiantes afines a Cultura y Gerontología, posibles promotores de esta fusión conformada por la experiencia y la tradición.

Palabras clave: Ancestro, Cultura, Espíritu, Maíz, Naturaleza.

MAJOR ADULT AND IDENTITY IN THE TURAS

ABSTRACT

Undoubtedly, the experiences lived and that are reflected in the behavior of older adults, are a mirror for successive generations, specially when they are part on an inheritance that is the essence and feeling of a the people that carries them as a life values; San Pedro de Mapará case, Falcón State, and it's Las Turas ritual, a practice that has given them identity and recognition links ancestral teachings and custom transmitted by the oldest, responsible for preserving them as a manifestation that honors their idiosyncrasy and ancestors. Las Turas, the only aboriginal manifestation present in Falcón, includes the importance of older adults in performing the ritual, a fact that deserves special attention. There is little material in this regard, reason to expand research with the support of students related to Culture and Gerontology, possible promoters of this fusion formed by experience and tradition.

Key words: Ancestor, Culture, Spirit, Corn, Nature.

INTRODUCCIÓN

Es de muchos conocido que, el buen manejo y exteriorización de conocimientos ancestrales afianza la identidad histórico-cultural de cualquier población, especialmente cuando dichos conocimientos son manejados por personas en edad de adultez, quienes se han preocupado por la vigencia de una tradición y son portadores de los valores que enaltecen el quehacer cultural. El objetivo de este trabajo es realzar la importancia y reconocimiento a los adultos mayores que hacen vida en Las Turas, ese ritual ancestral producto de la inspiración en los buenos espíritus, el amor a la tierra y el fervor hacia la actividad que identifica a San Pedro de Mapará.

El método de estudio es el etnográfico manifestándose una vez más la oralidad, puesto que a la fecha, es la única forma en la cual transmiten los conocimientos, también se usaron recursos de tipo bibliohemerográfico. El poblado de San Pedro tiene una gran riqueza cultural, caracterizada específicamente por sus tureros, se reconoce el trabajo realizado por los ancestros José C. Salas, Rodolfo Garcés, Audelina Castillo, Engracia de Yugurí, Crispula Vásquez, quienes permanecerán en la historia de Mapará para siempre.

DESARROLLO

Se habla de Ancestros cuando se hace referencia a un antepasado que nos ha dejado por herencia rasgos de la identidad genética y cultural, alguien a quien debemos el legado que como ciudadanos nos identifica. Los ancestros se van enaltecendo en el tiempo a través de las generaciones descendientes, algunas de las cuales se pierden en la memoria y los datos documentados, y cuando se reseña algunos de ellos, implica conocer aunque sea a través de relatos, como ha sido el inicio de una familia o pueblo, que han dado origen a alguna casta.

Dicho esto, existen personas que han logrado establecer su genealogía, y conocido la verdad acerca de sus antepasados, lo que ha sido motivador para otros y así iniciar el trabajo de estar al tanto con respecto a rasgos y aspectos familiares que le antecedieron, de distinguir en su raíz afinidades y actividades que se pueden estar realizando en el ahora pero que también fueron practicadas años atrás, por sus antecesores; de repente se tropieza con el rastro de una

conducta que reproduce fielmente algo que se hace diariamente y cuyos detalles se conocen muy bien.(Saberes del Pueblo Falconiano. 2011. p.23)

Queda entonces al descubierto la asombrosa afinidad que se tiene con los primeros humanos, seres comunes como los actuales, pero fallecidos hace siglos y que igualmente durante su vida enfrentaron también temores y anhelos, quizás con las mismas expectativas ante el futuro o lo que puede ser la felicidad, enamoramientos y recuerdos de seres queridos, quizás vivieron con sus propias normas y leyes, cumplieron compromisos, afrontaron y resolvieron problemas, trabajaron la tierra y entonaron canciones para amenizar sus ratos, las primeras fiestas estaban asociadas a rituales y costumbres, ayudaron al necesitado, practicaron la unión familiar(tal vez con otros modelos), creyeron en los astros y en la naturaleza misma, compartieron recetas, comidas, jarabes, dulces, experiencias, tal como se hace en la actualidad. (Saberes del Pueblo Falconiano.2011.p.24)

Ese conjunto de acciones que se han mantenido en el tiempo son las que dan valoración a la cultura ancestral, principalmente de los pueblos indígenas, la riqueza de sus costumbres y saberes sustentan el capital cultural de las regiones y por ende de la humanidad, por eso la lucha por su defensa debe ser constante, de lo contrario se llegará al punto de sepultar lo que a estos pueblos les ha tocado constituir.

En virtud de lo expuesto, el presente trabajo da cuenta de la presencia de la etnia Ayamán en tierras falconianas, estudiada como la más antigua que pobló esta parte de América, y que han conservado como señal de resistencia contra la aculturación, sus valores culturales propios, inculcados por las personas de más edad y que han pasado de una generación a otra, a través de la oralidad.

...según las arduas y tesonerías investigaciones de J.M. Cruxent e Irving Rouse, ese pueblo, esa sociedad es la más antigua presencia humana en los territorios que posteriormente, en el siglo XVI ocuparon sus descendientes directos, los Ayamán, que fue el nombre dado a Nicolás de Federmann por la gente que poblaba la Sierra de Falcón, los Jirajaras (Querales, 2013. p.23).

Enfocados en lo que puede ser la preservación de su identidad, los descendientes de Ayamanes que viven en el municipio Federación refieren su vinculación con la naturaleza, con una manera de ver el mundo y cuanto les rodea, lo cual incluye sus creencias, mitos y leyendas, trabajo agrícola, saberes, valores, resultando de esto una sabiduría que se traduce en experiencias que enriquecen su identidad, experiencia que se realiza y se vive en colectivo, conformando su propia cosmovisión en la que se pueden distinguir los siguientes aspectos:

- ✓ Interacción con el entorno, señala que el ser humano y la naturaleza no pueden ir separados, deben existir en armonía en una conexión sistémica de energías y conocimientos que van desde el vínculo espiritual con el sol y las lluvias, la práctica en cuanto al cultivo de la tierra hasta fructificar en cosecha, así como también se traduce en el cuidado y respeto hacia los animales.
- ✓ Las personas de mayor edad (sexagenarias, octogenarias) son respetados porque poseen conocimientos ancestrales.
- ✓ Las enseñanzas y transmisión de sus saberes se realizan de manera oral, y de una generación a otra.
- ✓ Los conocimientos y valores son importantes y útiles en cuanto a su influencia equilibrante entre humanos y naturaleza, se fortalecen los valores familiares y comunitarios.

Aunque transcurran los años, existen elementos que en lo común representan la identidad de un pueblo, pueden ser los objetos, la forma de hablar, la música, las tradiciones. En este último aspecto se ubica a Las Turas de San Pedro de Mapará en su conjunto, como figura representativa de la fidelidad de los actuales descendientes de Ayamanes para con sus ancestros y el legado que durante siglos han defendido y mantenido en vigencia. (Atlas Etnográfico Falcón.2009.p.11)

Esta fidelidad se constituye por valores y principios como la solidaridad, reciprocidad, organización y trabajo que han sido modelo de vida, aun presentando algunas carencias materiales y otros elementos que ponen en riesgo la sustentabilidad del pueblo Ayamán actualmente, por lo que el intercambio de conocimientos es factor importante para el presente y para las generaciones

futuras descendientes de Ayamanes, colocando en primer lugar por jerarquía y respeto a esos adultos mayores que superan en edad a los actuales tureros, por ser ellos los portadores más antiguos de esa tradición longeva que atesoran con amor.

San Pedro de Mapará y su Historia Turera.

Para lograr producir este artículo se recurrió a material bibliohemerográfico resultado del trabajo de investigación realizado utilizando el método etnográfico, durante los años 2008, 2009, 2010, 2016 y 2018 en las regiones de San Pedro de Mapará, Los Riegos y Los Cañitos, municipios Unión y Federación del estado Falcón, así como también otras fuentes bibliográficas. San Pedro de Mapará se ubica en el Municipio Federación, aproximadamente a unos 15 km de Churuguara, que es la capital de dicho municipio, en la Sierra falcioniana, con formaciones montañosas de poca altura y un clima agradable donde predomina la humedad, es común ver el rocío humedeciendo las plantas y la tierra, haciendo próspera la vegetación.

Es a partir de 1530 cuando se empieza a ver que existen pobladores en el Sur falciano, o sea, la zona que corresponde a la Sierra, y estas personas eran los aborígenes que habían hecho vida allí, entre los que contaban Ayamanes, Ajaguas, Jirajaras y Gayones, descubiertos por Nicolás de Federman, quien también dejó anotaciones al respecto. El personaje principal de la historia de San Pedro es José Cecilio Salas, fundador del pueblo conjuntamente con su tío Maximiliano Salas. Turero por convicción y por herencia, José se trasladó desde Churuguara a recorrer varios poblados hasta que se radicó en el Jagüey, colocándole luego el nombre de San Pedro, en honor al santo que portaba y que les había sido obsequiado por el Padre Rivero. (Atlas Etnográfico Falcón. 2009. p.16)

Inicia sus trabajos de siembra en conuco, (pequeña parcela de tierra destinada al cultivo de varios rubros agrícolas como yuca, cambur, ocumo). He aquí el primer elemento de la identidad del turero de San Pedro, el trabajo de la tierra, la madre que le provee y a la cual honra con respeto y cariño, porque de ella obtiene el sustento familiar. Además de sembrar, sus antecesores fueron también recolectores y cazadores, tarea que efectuaban en caso de mucha

necesidad, o sea hambre, pues les estaba prohibido cazar por diversión, ya que los animales, al igual que los humanos también eran merecedores de consideración en su derecho a la vida. (Rodríguez, Nelly (de).2000. p.23) Se puede percibir acá el aprecio a la transmisión de saberes a cargo de los adultos mayores, que también van influyendo en la conformación de una sociedad que posee valores que la identifican (ver foto 1).

El Adulto mayor es transmisor de tradiciones en la familia y la comunidad, en muchos hogares el abuelo y la abuela son portavoces de tradiciones y cultura de los antecesores, la manera de preparar una comida, de inculcar los valores, de orar al comer o acostarse, de enseñar a hacer las arepas a los más jóvenes. La imagen del adulto mayor en la familia y la comunidad está representada por el amor a la vida, a la cultura y tradiciones de los tiempos de antaño"... apoyo de investigación de (Trompiz y Quintero, 2011. p.35)



Foto 1. Capataz de Turas, Bartolo Garcés, atiende a niños durante el ritual.
Fuente: Cortesía del Fotógrafo y Documentalista Joan Espina.

Al respecto, es menester resaltar la importancia de la presencia de adultos mayores en el ritual turero (hombre o mujer), por ser ejemplo de virtudes que lo hacen merecedor(a) del reconocimiento a sus valores y sapiencia de muchos años.

En la familia tribal el adulto de mayor edad se tenía como el guía del grupo, la persona sabía que conocía las leyes del desempeño colectivo, la solución de conflictos familiares, los ciclos adecuados para las tareas del grupo en el área de la agricultura y la cacería, la cura de las enfermedades, las historias del pueblo, además del magisterio que ejercía con sus descendientes para transmitir y conservar conocimientos y saberes que compartía el abuelo con su consorte, la abuela” (Querales, 2013.p.157).

Un segundo aspecto de la identidad ancestral presente en las Turas es la conexión de las energías humano-naturaleza para el momento de la siembra, cultivo y cosecha de los alimentos. (Rodríguez, Nelly (de). 2000.p.19). Cuando se está manejando el aspecto comercial, sólo se busca el beneficio monetario y la producción abundante para que produzca dinero suficiente, descuidando el aspecto holístico y la comunión con el cosmos, que también influirá en la calidad de lo obtenido y sus efectos al ser consumido. El conuquero de Mapararí, ligado a las Turas y a los saberes, pondrá primero en manos de Dios su acción de sembrar, invocará a los sagrados espíritus, y se concentrará en su trabajo de acuerdo a los ciclos agrarios y astronómicos, principalmente del maíz, elemento básico de la alimentación del pueblo (Guarecuco, S. 1986.p.113).

Esa conexión con el cosmos, con los sagrados espíritus de la madre naturaleza también es herencia espiritual de los más viejos, de los más sabios, quienes no han dudado en nutrirse de la experiencia diaria para así dejarla como sucesión a hijos, nietos, otros familiares y amigos. Desarrollar ese sexto sentido que es la percepción espiritual enaltece a los adultos descendientes de Ayamanes, en quienes descansa la responsabilidad de conducir a su pueblo sin apartarlo de las tradiciones, sumado a esto también son poseedores de la capacidad de transferir tranquilidad y seguridad hacia un Ser Supremo en el que confían.

El tercer elemento presente en la identidad de las Turas es el uso del castellano que se habla en las regiones donde habitaron los Ayamanes, ocupados hoy por sus descendientes, y que no deja de involucrar a los adultos mayores, portadores de esa lengua, tal vocabulario, formado por palabras indígenas es de

uso diario, entre los que se menciona: cache (café), chuco (mono), jata (pelota de masa), purcate (maíz), tereque (algo viejo), bicuye (flor de Agave).

La historia de San Pedro y Las Turas giran en torno al patriarca José Cecilio Salas, quien según sus descendientes Ayamanes, aprendió en las montañas, con los indios mayores, desde muy joven, y se vincula muy estrechamente con la agricultura; es en San Pedro donde engendra a su familia, inculcándoles nobles sentimientos hacia este ritual que conecta con los espíritus y la naturaleza en su totalidad. Se mantienen hasta hoy día los elementos identitarios de este pueblo: José Cecilio (dif) -San Pedro - Turas - Agricultura - Familia.

La influencia espiritual de José Cecilio continúa marcada en San Pedro, es recordado y respetado, inseparable de Las Turas, la comunidad se identifica con él como Padre turero-fundador, es reconocido e invocado en cualquier patio turero, este será el cuarto elemento referencia de la identidad ancestral turera, puesto que el señor Salas se mantuvo durante 40 años como Capataz Turero, al fallecer tenía 94 años de edad, ya se contaba entre los adultos mayores, gozaba de gran consideración en todo el pueblo Sanpedreño.

La práctica y trasmisión de los valores se ponen de manifiesto en la celebración de Turas, ejemplo: “Antes de practicar la ceremonia de la Tura Grande, entre los capataces presentes, eligen al más viejo de ellos para que presida los diversos actos rituales, y se le da el calificativo de Capataz Mayor” (Domínguez, 1984. p.62.)



Foto 2.- Adultos mayores en las Turas, reflejo de ancestralidad. Fuente: Cortesía del Fotógrafo y Documentalista Joan Espina.

De la misma manera la participación de la Reina de la Tura Pequeña es sumamente importante durante el desarrollo de la ceremonia, también le corresponde a una mujer adulta, quien es elegida por reunir ciertos principios y valores tales como: sus dotes espirituales, la sabiduría que ostenta como orientadora, consejera o mediadora, por los conocimientos que maneja respecto a la medicina natural, el saber mantener una conducta irreprochable a lo largo de su vida, por ser fiel defensora de Las Turas y cumplir a cabalidad las responsabilidades que se le atribuyen.

La Reina de las Turas que desde hace mucho tiempo ha venido participando en las fiestas patronales de Mapará es la Señora Engracia de Yugurí, quien para 1969 tenía 60 años de edad, y nos manifestó que desempeñaba aquella función desde 1950, cuyo nombramiento “le había sido hecho por los Santos Espíritus por medio de los Mayordomos. (Domínguez. 1984.p. 44).

Esta es una manera de honrar a esos adultos mayores que han delegado sus conocimientos y valores, quienes también han mantenido la práctica del ritual turero como parte de la identidad de su pueblo y como defensa del patrimonio que le han dejado sus antepasados; así mismo se comprueba que la sabiduría es experiencia aprendida en el quehacer diario y como tal también debe ser compartida en beneficio de las generaciones nuevas. Los adultos mayores de la etnia Ayamán son sumamente importantes para sus descendientes, y aún después de fallecidos son homenajeados para perpetuar su herencia y para que el espíritu se sienta regocijado.

Luego de adornar el espacio destinado para el culto a sus espíritus ancestrales. “Sobre la mesa se colocan las ofrendas correspondientes de verduras, frutas y alimentos preparados por los mismos celebrantes que, después de bendecidos por el Piache, son consumidos por los concurrentes (hombres, mujeres y niños), en homenaje de los espíritus de los adultos mayores”. (Domínguez. 2013.p.75).

El quinto elemento que identifica a las Turas es la transmisión de saberes a través de la oralidad, referidos a conocimientos vivos y esenciales que tienen pertinencia actual, que también expresan sensaciones y emociones del alma, al igual que las fuentes orales, son más rápidas y fáciles de utilizar. Es factor de gran importancia la preservación y difusión de las tradiciones, porque ello contribuye a reafirmar la identidad de los pueblos, y es requisito exigente que los compiladores mantengan la exactitud al referirlas o transcribirlas lo más exacto que se pueda. Las comunidades indígenas son celosas en esto, conservadoras y respetuosas de la memoria verbal de quienes acumulan los saberes ancestrales, especialmente los ancianos. Venezuela actualmente tiene un valioso aporte patrimonial en este aspecto, con muchas etnias que tienen creaciones orales de distinta naturaleza.

En las familias Ayamanes el hecho de compartir historias es de gran ayuda, ya que es una forma para evaluar las acciones de otras personas y darle significado al pasado, es también enfrentar desafíos que serán un apoyo para obtener fortaleza de las historias de parientes adultos mayores que también lucharon con dificultades y obstáculos similares, los cuales al final lograron superar. Las historias de perseverancia ayudan a estas personas a fomentar la confianza en ellos mismos. El saber que sus antepasados triunfaron por encima de sus dificultades les otorga la fe y la esperanza de que sus descendientes también lo harán.

CONCLUSIÓN

“La experiencia hace la diferencia”, es el refrán acertado que hace alusión a la sapiencia demostrada en cualquier campo, generalmente por personas adultas que dominan cualquier disciplina o especialidad, y que los distingue de otras personas, hasta los hace merecedores de elogios y homenajes. Los Tureros de San Pedro de Mapará, fieles seguidores a la tradición de Las Turas, reconocen en sus adultos mayores la sabiduría ancestral, hecho por el cual son respetados y considerados, además son ejemplos de vida, transmisores de valores como el amor a la tierra, el respeto y la creencia en los buenos espíritus.

Ha sido un hecho sumamente importante la convivencia con los tureros de San Pedro de Mapará ya que se palpa muy de cerca la práctica de sus valores como el reconocimiento de sus antepasados, especialmente cuando rememoran a los Capataces José C. Salas y Rodolfo Garcés, el culto que se les rinde en los espacios donde moraron ambos, la forma en la cual recuerdan y repiten palabras recibidas a manera de orientación en relación a la petición de uno y otro de perpetuar las Turas (Atlas Etnográfico Falcón.2009.p.06)

También están las creencias aprendidas y que mayormente son los adultos mayores quienes las cuentan, por ejemplo no desechar como basura alguna ofrenda recibida en el Patio de Turas, pues esto trae mala suerte, por el contrario, apreciar el obsequio y mantenerlo al menos durante un año como un talismán, igualmente respetar la atmósfera de espiritualidad y paz mientras se realiza el ritual ante el altar, no interrumpir con sandeces ya que el mismo va dirigido a los santos espíritus; también mantener la obediencia durante las peticiones por salud, (en 2009 el Capataz Rodolfo Garcés realizó un Son de Turas procurando la mejoría del Sr. Oscar Lázaro, Promotor de INCUDEF, aquejado por un serio trastorno anímico).

Otro aspecto es la cordialidad con la cual se atiende al visitante, con el objetivo de que a su regreso se lleve un conocimiento obtenido de los mayores, bien sean algunas palabras en su dialecto, una explicación acerca de la elaboración de sus instrumentos, o un breve consejo acerca de por qué se debe cuidar la naturaleza y cultivar la tierra con agradecimiento, pero lo que en el aspecto individual continúa causando gran impresión en mí es la atmósfera cargada de influencia espiritual que se percibe tanto en el Patio de Turas como en el trato fraterno que brindan los tureros.

Estas son algunos comportamientos que han favorecido el desempeño de los adultos mayores en cuanto a mantener viva la tradición de la cual han disfrutado y aprendido muchas generaciones.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

Atlas Etnográfico del estado Falcón. *Fiesta Popular Ancestral Las Turas*. (2009).
Publicación del INCUDEF. Gobernación del estado Falcón.

- Domínguez, L. A. (1984). *Vivencia de un Rito Ayamán en Las Turas*. Academia Nacional de la Historia. Caracas, Venezuela.
- Guarecuco, S. (1986) *Nuestra Sierra, la música en su Folclor*. Grupo Cabure, Coordinador. Asamblea Legislativa del estado Falcón.
- Querales, R. (2013). *500 años de Resistencia del pueblo Ayamán*. Editorial Horizonte, CA.
- Rodríguez, Nelly (de). (2000). *El Baile de Las Turas, un eslabón viviente de la cultura Ayamán*. UCV, Dpto de Cultura. Núcleo Maracay.
- Trompiz, J y Quintero, S (2011). *El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad del Municipio Miranda de Coro, Estado Falcón*. Trabajo de grado. Programa de Gerontología UNEFM. Venezuela. Publicado en Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal REDALYC. ORG. Disponible en URL: <http://www.redalyc.org/pdf/904/90428348005.pdf>

LOS ADULTOS MAYORES PROPAGADORES DE VALORES

Gilson, Nohé Ramón

Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda"
Coro estado Falcón Venezuela

ramongilson1@gmail.com

RESUMEN

El evangelio de Lucas 13, 34, reza: "Cuántas veces quise juntar a tus hijos, como junta la gallina a sus polluelos", en este pasaje bíblico nos recuerda que Jesús, en su vida pública, siempre se preocupó por la ciudad de Jerusalén porque fueron muy pocos quienes se acercaron al amor misericordioso de Dios. Nuestros abuelos siempre han querido reunir a toda su familia para educarlos en valores. Al respecto Bernabé Tierno (1996) señala que "Los valores deben servir de guía al individuo en sus deseos de autorrealización y perfeccionamiento". Nuestros adultos mayores contribuyen en ese cambio porque dan a conocer cosas buenas a todos cuantos están a su alrededor. Estos hombres y mujeres gracias a los años vividos y experiencia de vida seguirán siendo luz en la familia y fuera de ella, por eso serán siempre propagadores de un mensaje positivo para la sociedad donde se encuentren.

Palabras clave: Adulto Mayor, valores, experiencia de vida, propagadores, transmisión.

THE ADULT MAJOR VALUES PROPAGADORES

ABSTRAC

The Gospel of Luke 13, 34, says: "How many times I wanted to gather your children, how the chicken gathers its chicks", in this biblical passage it reminds us that Jesus, in his public life, always worried about the city of Jerusalem because there were very few who approached the merciful love of God. Our grandparents have always wanted to reunite their whole family to educate them in values. In this regard, Bernabé Tierno (1996) points out that "Values should serve as a guide for the individual in his wishes for self-realization and improvement". Our older adults contribute to that change because they make known good things to everyone around them. These men and women, thanks to their years of experience and life experience, will continue to be a light in the family and outside of it, so they will always be propagators of a positive message for the society where they are.

Keywords: Senior Adult, values, life experience, propagators, transmission.

INTRODUCCIÓN

Siempre hemos visto en televisión a un abuelo o abuela sentada(o) en un sillón y alrededor de él o ella unos niños que simulan ser sus nietos. Las conversaciones que tienen estos abuelos con los pequeños suelen ser cuentos y anécdotas vividas cargadas de valores, su intención es que los niños salgan de ese encuentro cargados de cosas buenas para ser en el futuro buenos ciudadanos.

Lo hermoso de ser propagadores de valores, es que ellos es decir, los adultos mayores, también recibieron estas semillas en su niñez por parte de personas con avanzada edad; por ello, hoy siguen esta tradición pasando a sus hijos, nietos, bisnietos y hasta quienes están fuera del vínculo familiar. Por eso tiene mucha razón Manuel García García (2010) al decir que los “Adultos Mayores son la escuela viva de los jóvenes”. Los niños que reciben valores desde temprana edad, tendrán herramientas cuando sean jóvenes para enfrentarse a vicios o lamentablemente vivan rodeados de una cultura de antivalores, nuestros abuelos con sus palabras y ejemplo les ayudarán a salir de estos problemas que los acechan.

El hecho que los adultos mayores desarrollen el trabajo de ser “transmisores de valores” en nuestra sociedad, es motivo de aplauso, porque es una manera de tener cerca a sus seres queridos, de allí la necesidad de ayudarles a sentirse importantes y útiles porque están aportando su conocimiento y experiencia al mundo y, también a nivel personal, porque fortalece su salud sobre todo anímicamente. En pocas palabras es un “encuentro” gracias a los cuentos, anécdotas, preguntas y respuestas, risas, lágrimas, entre otros, que ayudan a seguir los pasos que vivieron estos abuelos y a continuar edificando esta sociedad con los valores.

El solo hecho que los abuelos estén sentados y reunidos con sus seres queridos indica que están transmitiendo valores de paz, amor, perdón, solidaridad, gratitud, comunión, justicia, tolerancia, amistad, agradecimiento, trabajo, respeto, honestidad, lealtad, generosidad, prudencia, perseverancia, responsabilidad, bondad, humildad, entre otros. Sobre estos valores, Ricardo Ginebra Urra (S/F) nos dice: “La solidaridad, la justicia social, la igualdad, entre otros, resultan elementos impulsores hacia el progreso social”. Podemos crear

esa “Nueva sociedad” en la medida que inculcamos valores a todos los que nos rodean.

El propósito de este artículo es mostrar de forma documental y desde mi experiencia como comunicador social y docente gracias al trabajo comunicacional que he denominado “Comunicando Valores” que he desarrollado en las escuelas y comunidades, la importancia que tienen los adultos mayores como transmisor de valores en la familia y la comunidad.

DESARROLLO

Conociendo al adulto mayor.

Nuestros abuelos siempre han sido unos buenos educadores, enseñan no solo con palabras sino también con su ejemplo de vida y, una de las estrategias que utilizan para dar a conocer lo vivido son los cuentos, gracias a ellos se reúnen, animan y les dan una palabra de aliento a todos aquellos que los escuchan para tener la esperanza que el día de mañana podrán ayudar a construir un nuevo país, un nuevo mundo. Todo esto lo hacen nuestros abuelos por puro amor, no solo por sus hijos y nietos sino porque quieren sembrar el valor del amor a todos, de hecho así lo afirma Antonio Pérez Esclarín (2009) al decir que:

Amar a una persona significa preocuparse y ocuparse por su bienestar, por su realización, por su felicidad. Quien quiere lo mejor para las personas que aman...Amar no es alcahuetear, consentir, sino ayudar a la persona a creer, a superarse, a ser mejor persona, más libre con más capacidad de amar.

El amor al igual que otros valores, son razones justificadas para que los abuelos y abuelas continúen impartiendo ese saber a otros, no solo de palabras sino también con el testimonio, sobre todo porque son vistos por sus familiares y conocidos, como ejemplo para la sociedad. Bien lo dice San Pablo en 1ra de Corintios 13: “Si no tengo amor no soy nada”. Nuestros abuelos son dadores de Amor. De allí que es bueno preguntarnos cómo receptores de estos mensajes, ¿Los valores que nos dan los adultos mayores, los ponemos en práctica, lo damos a conocer para que otros también se enamoren de estas ideas positivas?.

Estoy convencido que nuestros abuelos pueden aportar cosas buenas para la comunidad donde vivimos y porque no, para el mundo entero. Esto me hace recordar el cuento llamado: El coraje de Ágata, aquella mujer de avanzada edad que siempre se preocupó por su pueblo y buscaba la manera que todos sus habitantes pudieran vivir bien. Un día estalla la guerra en aquel país, los soldados llegaron al lugar donde vivía Ágata y decretaron toque de queda. En esa hora llegó un camión cargado de pan para abastecer a todas las familias, pero no podían salir por miedo a que los militares les atacaran.

Esta mujer no le importó lo que podía pasar, se acercó al camión y tomando en sus brazos todos los panes que podía, los repartía a las familias del lugar. Los soldados la insultaban y hasta buscaban golpearla o dispararle pero también se admiraban por aquello que hacía aquella adulta mayor. Llegó un momento que agotada se desmayó por todo ese trabajo que hizo, los mismos soldados la recogieron y se la llevaron a su casa. Todos los habitantes aplaudían el valor de Ágata y muchos imitaron su trabajo aportando cosas positivas para la comunidad (Cuento del libro de los valores, 2002). Nuestros abuelos tienen este mismo coraje de Ágata al reunir a su familia, y a todos aquellos que quieran escucharlos hablar de valores, para muchos de ellos será un sueño ver a los suyos con una nueva manera de pensar y de actuar gracias a las reflexiones de estos adultos mayores.

Por televisión ha llamado mi atención un programa por cable llamado: “Abuelita Linda” donde una señora de avanzada edad enseña a todos los televidentes como preparar su mejor plato de comida y tantos los hijos, nietos y amigos se reúnen no solo para degustar lo que hizo sino para elogiarla, porque a pesar de su edad sigue impartiendo alegría, conocimientos culinarios y es una manera para fortalecer los valores del amor y la capacidad con todos sus seres queridos.

Transmitir valores.

Siempre existirá una minoría de personas que no valoren el trabajo basado en valores que hacen nuestros adultos mayores, y por eso los marginan y no toman en cuenta esa labor familiar y social que hacen. Esto me hace recordar el famoso cuento: “La mesita de la abuela” de los hermanos Grimm, donde dan a

conocer la figura de una señora que por su edad ya estaba muy quebrantada de salud y cuando la sentaban a la mesa para comer derramaba todo, el hijo y su esposa se molestaban porque no le tenían paciencia, la regañaban y la hacían sentir torpe e inútil y decidieron colocarle en una esquina de la casa una mesita para que ella sola comiera.

Un día al llegar del trabajo el hijo vio que su hija, la niña más pequeña de la casa, estaba jugando con unos bloques de madera cuando le pregunto qué estaba haciendo, la niña contesto: “Estoy construyendo una mesita para que tú y mama coman cuando estén viejitos”; al oír a su hija hablar así el hombre se le encogió el corazón y desde entonces la abuela volvió a tener su lugar en la mesa”. (Del libro de los valores, 2002), este cuento nos enseña que mientras algunos dejan a un lado a nuestros abuelos otros los defendemos gracias al bien que han hecho por su familia y comunidad.

Dos gerontólogas llamadas Sandra Quintero y Janny Tròmpiz (2013), egresadas de la Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda de la ciudad de Coro en Venezuela, escriben: “Los adultos mayores constituyen un factor siempre interesante en la enseñanza a otras generaciones más jóvenes junto a la imagen de la tradición y la metáfora de la vida”. Estas profesionales resaltan en su estudio del adulto mayor que nuestros abuelos educan a los niños, jóvenes y adultos de nuestros tiempos, porque siempre hay que pensar en el mañana cuando les toque enfrentar las dificultades que pueda dar la vida, pensaran en aquellas palabras llenas de valores que les decía sus abuelos.

Considero que es necesario dejar que estos adultos mayores sigan realizando, como dice Bernabé Tierno (1996) una “pedagogía de los valores” en todos los ambientes donde ellos se desenvuelven ya sea en su hogar, con el vecino, en la iglesia, en el club que pertenecen en fin, a esos espacios están llevando los valores, “Enseñando al individuo a comportarse, dan apoyo y fundamento a un dialogo universal, a un entendimiento generalizado que harán posible la paz en toditos los pueblos” (Tierno, 1996). A pesar que estos hombres y mujeres tengan una edad avanzada pueden hacer buenas cosas por la humanidad impartiendo un mundo lleno de valores.

REFLEXIONES

Tenemos que pensar siempre en el futuro de la humanidad, y si nuestros hijos no están recibiendo una formación en valores ¿Cómo vamos a tener una buena sociedad el día de mañana?. Este es el pensar de nuestros abuelos, que sus nietos puedan vivir mejor que ellos, es por eso que les hablan de estas cosas buenas y positivas para que reflexionen y puedan seguir un buen camino.

Aunque aún no tengo el privilegio de ser un adulto mayor, pienso en la realidad de ver un mundo mejor al que estamos viviendo ahora, por eso desarrollo un programa educativo comunicacional llamado: **COMUNICANDO VALORES**. En él voy a instituciones públicas y privadas, pero de una manera especial en las escuelas, para impartir talleres, seminarios y conferencias sobre los valores y realizar actividades que puedan ayudar al niño y joven de hoy a tener un mejor futuro. El tema de los valores ha sido importante para mí como comunicador social, docente e investigador, por eso también lo incluyo en mi trabajo de tesis doctoral, con mis alumnos de medicina de la Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda hablo de valores antes de comenzar las clases; por otro lado, en los encuentros religiosos que tenemos por las calles de mi comunidad hago lectura de un cuento para ilustrar a los asistentes el encuentro con Dios a través de los valores, muchos de mi autoría y otros de autores variados. Hago todo esto, como ya he referido, pensando en esa nueva generación que van surgiendo y sé que es el pensar de muchos adultos mayores que asisten a las actividades religiosas que asisto.

Escuchemos a nuestros abuelos que quieren sentarse con nosotros, “invirtamos el tiempo” escuchándolos a ellos, para que puedan tener un momento de encuentro llenos de valores. Quisiera finalizar con un poema que escribí en el año 2019 que titulé: “Abuelos y valores”:

I

Los valores que dan los mayores
son poemas para el alma,
porque ayudan al hombre y mujer
a ser solidarios y a estar en calma.

II

Escuchemos sus anécdotas,
alimentémonos de sus vivencias,
admiremos lo que suelen hacer
para enaltecer esta patria

III

Que nadie calle a esta gente
que nadie se haga sordo
solo imitemos los valores
que nos dan nuestros adultos mayores

Nohe R Gilson R

ANEXOS



Foto 1: Desarrollando taller de Valores con adultos mayores en la comunidad Cástulo Mármol Ferrer de Coro estado Falcón Venezuela.



Foto 2: Desarrollando taller de Valores con adultos mayores en la comunidad Francisco de Miranda de Coro estado Falcón Venezuela

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

Biblia de Jerusalén (1975) Desclee Brouwer, Bilbao, España.

El libro de los valores, (2002), *El Nacional*. Venezuela.

Manuel García García (2010) *Los valores morales de la tercera edad*. Disponible en URL: <https://www.diariocordoba.com>.

Pérez A. (2009) *Educar es enseñar a Amar*. Editorial San Pablo, Venezuela.

Trompiz, J y Quintero, S (2011). *El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad del Municipio Miranda de Coro, Estado Falcón*.

Trabajo de grado. Programa de Gerontología UNEFM. Venezuela. Publicado en Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal REDALYC. ORG. Disponible en URL: <http://www.redalyc.org/pdf/904/90428348005.pdf>

Tierno B. (1996), *Valores humanos*. Taller de editores S.A. Madrid.

Urra G. (S/F). *Valores y trabajos social*. Editorial la comuna en la patria nueva, Venezuela.

EL CUIDADO DE LOS NIETOS COMO EXPERIENCIA DE RECUPERACIÓN DE UNA ADULTA MAYOR CON DEPRESIÓN

Carrero Catherine¹, González Francisco², Mendoza Jennifer³ y Medina María⁴

Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda" UNEFM. Coro estado
Falcón Venezuela.
Programa de Gerontología

catherine_2589@hotmail.com¹, franciscojaviergonzalezvallada@gmail.com²,
jennimend@yahoo.com³ y aidani15@hotmail.com⁴

RESUMEN

Se presenta el caso de adulta mayor de 73 años de edad, residenciada en Casa Triaje Centro adscrito al Instituto Nacional de los Servicios Sociales, a su ingreso se constató que presenta varias patologías como son Hipertensión arterial, complicaciones renales y trastornos depresivos que la llevaron a intentar suicidarse en tres oportunidades debido a pérdidas de tipo afectivas, sociales y funcionales. Por todo lo antes descrito se decide este caso con la finalidad de proporcionar evidencia desde la experiencia de la adulta mayor, en el manejo de la depresión usando para ello la escala de valoración de Hamilton con el cual se pudo constatar que su nivel de depresión es ligero o menor desde que asumió el cuidado de su nieta que presenta antecedentes de síndrome de Down.

Palabras Claves: Cuidado, nietos, adulto mayor, depresión.

THE CARE OF THE CHILDREN AS EXPERIENCE OF RECOVERY OF MAJOR ADULT WITH DEPRESSION

ABSTRACT

We present the case of an adult over 73 years of age, residing in Casa Triaje Centro attached to the National Institute of Social Services, upon admission it was found that she presents several pathologies such as arterial hypertension, renal complications and depressive disorders that led her to try to commit suicide three times due to emotional, social and functional losses. For all the aforementioned, this case is decided in order to provide evidence from the experience of the elderly, in the management of depression using the Hamilton assessment scale with which it was found that her level of depression is light or less since he took care of his granddaughter who has a history of Down syndrome.

Key Words: Care, grandchildren, elderly, depression.

INTRODUCCIÓN

El aumento de la esperanza de vida ha propiciado que existan personas mayores con probabilidades de ser abuelos durante más tiempo lo que permite observar cambios en sus relaciones a medida que los nietos van creciendo. Este rol de los abuelos también se ve modificado por las características histórico-sociales y por las necesidades de las familias que pueden demandar un rol más activo de estas personas mayores en la vida de los nietos. De esta forma las diferentes relaciones intergeneracionales que pueden producirse en la familia toman especial relevancia. Una de ellas es la relación que se establece entre los abuelos y sus nietos.

Algunas investigaciones indican que el cuidado de los nietos trae consigo aspectos positivos para mejorar la calidad de vida del adulto (a) mayor después de haber atravesado por algún duelo como el fallecimiento de su hijo o algún familiar cercano, un ejemplo de esto es la investigación titulada “Los abuelos/as cuidadores de sus nietos: percepción de ayudas recibidas, conductas problemáticas de los nietos y satisfacción con el rol”, realizada por Triadó, C.; Villar, F.; Solé, C. y entre otros (2009) en la que concluyen que la satisfacción que los abuelos sienten al realizar este rol es muy elevada en toda la muestra, tanto desde un punto de vista emocional (recogiendo aspectos como felicidad, disfrute, intimidad o alegría con el rol de ser abuelos cuidadores), así como de forma más cognitiva (una reflexión de cómo esta actividad tiene un efecto positivo en sus vidas, les da una mayor actividad o pueden asegurarse de que sus nietos están bien cuidados).

Por ello, este reporte de caso trata sobre la experiencia vivida por la Adulta Mayor BG, la cual ha pasado por varios trastornos depresivos producto de pérdidas tales como: viudez, la muerte de uno de los hijos más cercano, cese del rol laboral, el incendio de su casa y/o hogar, situación que la ha llevado a residenciarse en el centro residencial “Casa Triage” ubicado en las fuentes del Paraíso-Caracas, ente público adscrito al INASS, encargado de brindarle atención integral para garantizarle una mejor calidad de vida. El objetivo de esta investigación es conocer el grado de depresión que presenta la adulta mayor

actualmente y como la decisión de hacerse cargo de su nieta ha favorecido su vida.

Antecedentes de la Investigación

En primer lugar, es preciso citar la tesis titulada “Los abuelos/as cuidadores de sus nietos: percepción de ayudas recibidas, conductas problemáticas de los nietos y satisfacción con el rol” Triadó, C; Villar, F.; Solé, C. y otros (2009), este estudio partía de tres objetivos principales. Por un lado observar el tipo de conductas problemáticas o difíciles que los abuelos que cuidan a sus nietos tienen que afrontar, en segundo lugar qué ayudas reciben para poder realizar mejor su rol y por último qué nivel de satisfacción tienen estos abuelos en su rol de cuidadores.

Para ello, se confeccionó un instrumento de auto-administración que contó con siete apartados: razones de cuidado, principales tareas de cuidado, comportamientos del nieto/a, ayuda que los abuelos reciben por cuidar de sus nietos, satisfacción por el cuidado, dificultades que el rol le produce, y experiencia personal de ser abuelo/a cuidador. Para el presente trabajo nos centramos en las siguientes variables: Dificultades de comportamiento por parte del nieto (9 ítems), Fuentes de ayuda recibidas en el cuidado de los nietos (6 ítems) y Satisfacción con el cuidado (11 ítems).

Los resultados obtenidos fueron que los abuelos participantes de este estudio cuidan en general a un solo nieto en el momento del estudio (57,7%), 34,6% cuidan a dos, el 4,2% a tres nietos y el resto a más de tres nietos. Si nos centramos en aquel nieto que cuidaban por más tiempo, éstos tenían una media de edad bastante baja según el rango de edad establecido en el estudio (nacimiento hasta los 12 años) ya que se situó en 5 años de media. Hay un número casi similar de nietos cuidados que fueran niños y niñas, mientras que se observa una tendencia a cuidar más a nietos provenientes de la línea materna familiar (hijos de sus hijas) que paterna.

En segundo lugar, citamos también la investigación titulada “Adulto mayor y síntomas depresivos” de los autores son Cárdenas, L. y Suárez, Z. (2015), el propósito de este trabajo investigativo es analizar la correlación entre la presencia de síntomas depresivos en el adulto mayor, en función de las variables socio

demográficas, a partir de la información que presenta la Encuesta Nacional de Demografía y Salud, 2010. Para ello, se empleó un estudio de tipo cuantitativo de corte transversal a partir de los datos identificados en la Encuesta Nacional de Demografía y Salud en Colombia –ENDS–, realizada en el año 2010 por Pro familia, la cual incluyó por primera vez a solicitud del Ministerio de la Protección Social hoy Ministerio de Salud y Protección Social, conocer sobre la situación del adulto mayor con temas como la seguridad económica, el estado de salud y el entorno.

Los resultados obtenidos fueron consistentes con los reportados en otras investigaciones que muestran aumento en la probabilidad de síntomas de depresión dadas las condiciones sociales y económicas de las personas mayores. Aunque todas las variables fueron significativas, es importante destacar que existen condiciones que aumentan la probabilidad de depresión en esta etapa. Según los análisis, las condiciones con mayor fuerza de asociación son: ser mujer, indígena, mayor de 75 años, viuda, sin educación, que viva en zona rural, con el más bajo nivel de índice de riqueza, que presente dificultades en actividades básicas de la vida diaria y participación social.

En tercer lugar, se hace mención a la investigación titulada “Depresión en ancianos” cuyo actores son Peña, D; Herazo, M; y Calvo, J. (2009), el propósito es revisar los aspectos clínicos más relevantes del trastorno depresivo en los ancianos con el fin de facilitar al médico de atención primaria las herramientas básicas para un adecuado diagnóstico y tratamiento, y de esta manera ayudar a reducir el impacto negativo de este trastorno en la comunidad. Para llevar a cabo esta revisión, se realizó una búsqueda electrónica de estudios en las bases de datos Medline y Lilacs. Se obtuvieron en total 210 artículos, de los cuales se escogieron los que profundizaran en aspectos tales como epidemiología, fenomenología, con morbilidad y tratamiento, y que a su vez aportaran datos útiles para la práctica clínica. De esta selección se escogieron 48 artículos.

En cuanto a los resultados obtenidos se puede notar que la depresión en los ancianos hace referencia al síndrome depresivo observado en personas mayores de 65 años y cuyos criterios diagnósticos han sido recogidos en el Manual de Diagnóstico y Estadístico de la Asociación Americana de Psiquiatría en la cuarta edición revisada (DSM-IV-TR) (ver tabla 1). Los pacientes ancianos presentan con

mayor frecuencia insomnio medio y terminal, mayor pérdida de apetito, más sintomatología psicótica, menos irritabilidad y menor somnolencia diurna que los pacientes jóvenes. En los pacientes que niegan ánimo triste es útil indagar acerca de otros síntomas como: desesperanza, ansiedad, quejas de memoria, anhedonia, descuido en el arreglo personal, falta de adherencia a los regímenes farmacológicos o dietarios y quejas hipocondríacas.

Tabla 1. *Criterios del DSM IV-TR para episodio depresivo mayor*

- A. Presencia de cinco (o más) de los siguientes síntomas durante un período de dos semanas, que representan un cambio respecto de la actividad previa; uno de los síntomas debe ser: estado de ánimo depresivo o pérdida de interés o de la capacidad para experimentar placer.
- Nota:** no incluir los síntomas que son claramente debidos a una condición médica general o las ideas delirantes o alucinaciones no congruentes con el estado de ánimo.
1. Estado de ánimo depresivo la mayor parte del día casi a diario según lo indica el propio sujeto (ej., se siente triste o vacío) o la observación realizada por otros (ej., llanto). **Nota:** En los niños y adolescentes el estado de ánimo puede ser irritable.
 2. Disminución acusada del interés o de la capacidad para el placer en todas o casi todas las actividades, la mayor parte del día, casi a diario (según refiere el propio sujeto u observan los demás).
 3. Pérdida importante de peso sin hacer régimen o aumento de peso (ej. un cambio de más del 5% del peso corporal en un mes), o pérdida o aumento del apetito casi a diario. **Nota:** en niños hay que valorar el fracaso en lograr los aumentos de peso esperables.
 4. Insomnio o hipersomnia casi a diario.
 5. Agitación o enlentecimiento psicomotores casi a diario (observable por los demás, no meras sensaciones de inquietud o de estar enlentecido).
 6. Fatiga o pérdida de energía casi cada día.
 7. Sentimientos de inutilidad o de culpa excesivos o inapropiados (que pueden ser delirantes) casi a diario (no los simples autorreproches o culpabilidad por el hecho de estar enfermo).
 8. Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o indecisión, casi cada día (ya sea una atribución subjetiva o una observación ajena).
 9. Pensamientos recurrentes de muerte (no sólo temor a la muerte), ideación suicida recurrente sin un plan específico o una tentativa de suicidio o un plan específico para suicidarse.
- B. Los síntomas no cumplen los criterios para un episodio mixto.
- C. Los síntomas provocan malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- D. Los síntomas no son debidos a los efectos fisiológicos de una sustancia (ej. una droga, un medicamento) o una condición médica (ej. hipotiroidismo).
- E. Los síntomas no se explican mejor por la presencia de un duelo (ej. después de la pérdida de un ser querido), los síntomas persisten durante más de dos meses o se caracterizan por una acusada incapacidad funcional, preocupaciones mórbidas de inutilidad, ideación suicida, síntomas psicóticos o enlentecimiento psicomotor.

Fuente: American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders, text revision DSM IV-TR. 4th ed. Washington: APA; (2000).

Ahora bien, las características del trastorno depresivo descritas en el DSM IV-TR corresponden a la presentación del cuadro clínico en los pacientes de la tercera edad. Sin embargo, existen algunas variaciones en este grupo. El afecto depresivo, síntoma típico de la depresión, es reportado con menor frecuencia por los AM deprimidos que por los pacientes más jóvenes (5,6). La depresión tiende a presentarse con más características melancólicas y en general parece ser más severa en este grupo etario, no obstante en las escalas que miden la apreciación subjetiva de los pacientes acerca de su depresión se han encontrado puntuaciones menores que en los jóvenes. Probablemente esto se deba a la tendencia que tienen los ancianos a aceptar los síntomas depresivos como "normales" y a la menor propensión a tener afecto triste.

En cuarto lugar, tenemos la investigación sobre la "Prevalencia de depresión y factores asociados con ella en la población colombiana" cuyos actores son Gómez, C.; Bohórquez, A.; Pinto, D. y otros. (2004), el propósito de este trabajo es analizar la prevalencia del síndrome depresivo y los factores asociados con la depresión en Colombia entre los años 2000 y 2001. Para este estudio descriptivo de corte transversal se aplicó una encuesta entre noviembre de 2000 y enero de 2001 a 1 116 adultos de 18 años de edad o más de uno u otro sexo que residían en viviendas particulares seleccionadas mediante un muestreo representativo nacional polietápico, estratificado según el grado de urbanización del área incluida en el muestreo.

Dando como resultados, de las personas estudiadas, 10,0% (IC95%: 9,2 a 10,7) presentaron algún episodio depresivo en los 12 meses previos a la encuesta y 8,5% (IC95%: 7,8 a 9,2) sufrieron alguno durante el último mes. Hubo una mayor proporción de mujeres con depresión en ambos períodos. Más de 50% de los episodios fueron moderados, tanto en hombres como en mujeres, y las mayores prevalencias se encontraron en las personas mayores de 45 años. Los factores asociados con la depresión en el último mes fueron ser mujer, considerar el estado de salud propio como regular o malo, sufrir de dolores o molestias, tener dificultades en las relaciones interpersonales, consumir marihuana o sustancias adictivas, medicamentos estimulantes o calmantes, tener dependencia del alcohol, o estar desempleado con discapacidad.

Exposición del caso

El 12 de septiembre del 2005 mediante Gaceta Oficial Nro. 38.270, que promulga la Ley de Servicios Sociales, se amplía el ámbito de acción del Instituto Nacional de Geriátría y Gerontología y se cambia el nombre a Instituto Nacional de los Servicios Sociales (INASS), adscrito al Ministerio del Poder Popular para las Comunas y Protección Social. Se ordena mediante disposiciones transitorias de la Ley la reestructuración del Instituto con miras a responder a la nueva misión fundamentada en la atención integral de los Adultos, Adultas Mayores y Otras Categorías de Personas menores de sesenta (60) años no amparados por otras leyes, instituciones o programas.

En las disposiciones transitorias de la referida Ley, se ordena proceder a la reestructuración del INAGER (Instituto Nacional de Geriátría y Gerontología) para convertirlo en INASS. A finales del año 2011, por Decreto Presidencial con Fuerza y Rango de Ley se promulga la Gran Misión en Amor Mayor Venezuela, mediante la cual se fortalecen las acciones dirigidas a proteger a los Adultos y Adultas Mayores para superar las desigualdades sociales y las condiciones de pobreza; agrupando las competencias del INASS y otras Instituciones estatales enmarcado en el Sistema de Seguridad Social.

Ya para el 23 de abril del año 2012, se apertura el Centro de Servicio Social Residencial “Casa Triage” ubicado en la Av. Las fuentes del Paraíso (Caracas), donde se atiende treinta y ocho (38) adultos mayores residentes y seis (06) asisten diariamente al centro pero no son internos. La Adulta mayor B, de 73 años de edad, nació en San Cristóbal, es técnico mercantil secretarial, en su juventud fue Mis Táchira, es viuda y tuvo tres hijos, uno de ellos murió a los 33 años de edad era Ingeniero, otro hijo de 49 años de edad actualmente no tiene contacto ya que vive en Chile es turista bilingüe y otro hijo de 44 años de edad es Ingeniero residenciado en Perú, mantiene contacto con él ya que viaja esporádicamente para Venezuela o se comunica con ella por llamadas telefónicas.

Ahora bien, según conversación sostenida con la adulta mayor después de la muerte de su hijo intento suicidarse tres veces, la primera vez ingirió unas pastillas, la segunda se lanzó a un vehículo en marcha no teniendo consecuencias y la tercera pensó en lanzarse en el metro de la ciudad pero al

percatarse que podría afectar a otras personas decidió no hacerlo. Esta información fue corroborada por medio de la trabajadora social de la institución.

Luego de todo esto se propuso buscar apoyo en la iglesia católica le pidieron rezar tres rosarios pero no le gusto y no lo hizo, pues le pareció inútil esta ayuda, tiempo después conoció una hermana cristiana quien la invitó a su congregación llamada “Lirio de los Valles” donde encontró paz y tranquilidad un tiempo después conoce a un hermano cristiano del cual se enamora, pero debido a la diferencia de edad, (él era menor que ella), sintió que esto no iba a funcionar y dejo de asistir a la iglesia.

Motivo del Ingreso al Centro

La Sra. B reside en Casa Triage, un Centro Residencial adscrito al Instituto Nacional de los Servicios Sociales INASS, después que su casa ubicada en las Adjuntas se incendió. Tiene bajo su cuidado una nieta, de 28 años de edad que presenta síndrome de Down, (según evaluación médica su coeficiente es de una adolescente de 16 años). La adulta mayor es autoválida (independiente y autónoma) realiza su diligencia sola, como por ejemplo: ir al banco, salir a caminar, comprar sus artículos personales, entre otros. Es hipertensa, intervenida quirúrgicamente por problemas renales.

Actualmente es dependiente de un medicamento para dormir, toma antidepresivos indicados por su médico particular psiquiatra. Realiza actividades deportivas, asiste dos veces a la semana a realizar ejercicio en el parque biosaludable cerca del Centro Residencial. Esta adulta mayor se considera una niña coqueta, muy activa, amigable. Pero piensa que es una carga para la sociedad.

Dicho todo lo anterior, para llevar a cabo esta investigación, se utilizó una metodología de tipo descriptivo y bibliográfica, empleándose una entrevista como técnica de recolección de datos personales y familiares (ver cuadro 1) así como las relaciones del adulto mayor, la vejez y el envejecimiento y el aprendizaje (ver cuadro 2), acompañado de un test de escala de valoración de Hamilton (ver tabla 2). Para la evaluación de la depresión (Hamilton depresión rating scale HDRS) que es una escala, hetero aplicada, diseñada para ser utilizada en pacientes diagnosticados previamente con depresión, con el objetivo de evaluar

cuantitativamente la gravedad de los síntomas y valorar los cambios del paciente deprimido. Se valora de acuerdo con la información obtenida en la entrevista clínica y acepta información complementaria de otras fuentes secundarias.

Cuadro 1. Entrevista aplicada a la Adulta Mayor. Identificación de la Estructura Familiar

Rol	Edad	Estado Civil	Sexo	Nivel de Instrucción
Hijo	33	Soltero	M	Ingeniero (+)
Hijo	49	Soltero	M	Lcdo. Turista Bilingüe
Hijo	44	Casado	M	Ingeniero

Fuente: Entrevista a la adulta mayor (2018)

Cuadro 2. De las relaciones del adulto mayor, la vejez y el envejecimiento y el aprendizaje

Pregunta	Opción	Respuesta
¿Realiza actividades fuera del Centro?	Si <u>X</u> No <u> </u>	¿Cuál? <u>Hacer sus diligencias (Ir al banco)</u>
¿Participa en grupos organizados del Centro?	Si <u>X</u> No <u> </u>	¿Cuáles? <u>Recreativas tales como: ver películas.</u>
¿Considera Usted que la vejez es:	a) Estar enfermo b) Etapa normal de la vida c) Algo indeseable d) Igual a sabiduría	d) Igual a sabiduría
¿Considera Usted que el adulto mayor puede hacer actividades que le permite envejecer satisfactoriamente?	Si <u>X</u> No <u> </u>	¿Por qué? Hay que hacer lo que a uno le gusta.
Considera que la sociedad acepta a los adultos mayores?	Si <u> </u> No <u>X</u>	¿Por qué? <u>Los ven como una carga.</u>
¿Considera que Usted puede seguir aprendiendo?	Si <u> </u> No <u>X</u>	¿Por qué? Todos los días se aprende algo nuevo.
¿Cómo se ha		Me he sentido bien,

sentido en el Centro?		como en un hotel cinco estrellas.
-----------------------	--	-----------------------------------

Fuente: Entrevista a la adulta mayor (2018)

Tabla 2. Escala de Hamilton aplicada a la adulta mayor Blanca Guevara.

1.-) Humor depresivo (tristeza, desesperanza, desamparo, sentimiento de inutilidad)	
- Ausente	<u>0</u>
- Estas sensaciones las expresa solamente si le preguntan cómo se siente.	1
- Estas sensaciones las relata espontáneamente.	2
- Sensaciones no comunicadas verbalmente (expresión facial, postura, voz, tendencia al llanto)	3
- Manifiesta estas sensaciones en su comunicación verbal y no verbal en forma espontánea	4
2.-) Sentimientos de culpa	
- Ausente	<u>0</u>
- Se culpa a sí mismo, cree haber decepcionado a la gente	1
- Tiene ideas de culpabilidad o medita sobre errores pasados o malas acciones	2
- Siente que la enfermedad actual es un castigo	3
- Oye voces acusatorias o de denuncia y/o experimenta alucinaciones visuales de amenaza	4
3.-) Suicidio	
- Ausente	0
- Le parece que la vida no vale la pena ser vivida	1
- Desearía estar muerto o tiene pensamientos sobre la posibilidad de morir	2
- Ideas de suicidio o amenazas	3
- Intentos de suicidio (cualquier intento serio)	<u>4</u>
4.-) Insomnio precoz	
- No tiene dificultad	0
- Dificultad ocasional para dormir, por ej. más de media hora el conciliar el sueño	1
- Dificultad para dormir cada noche.	<u>2</u>
5.-) Insomnio intermedio	
- No hay dificultad	<u>0</u>
- Esta desvelado e inquieto o se despierta varias veces durante la noche	1
- Esta despierto durante la noche, cualquier ocasión de levantarse de la cama se clasifica en 2 (excepto por motivos de evacuar)	2
6.-) Insomnio tardío	
- No hay dificultad	<u>0</u>
- Se despierta a primeras horas de la madrugada, pero se vuelve a dormir	1
- No puede volver a dormirse si se levanta de la cama	2

7.-)Trabajo y actividades - No hay dificultad - Ideas y sentimientos de incapacidad, fatiga o debilidad (trabajos, pasatiempos) - Pérdida de interés en su actividad (disminución de la atención, indecisión y vacilación) - Disminución del tiempo actual dedicado a actividades o disminución de la productividad - Dejó de trabajar por la presente enfermedad. Solo se compromete en las pequeñas tareas, o no puede realizar estas sin ayuda.	0 1 2 3 4
8.-)Inhibición psicomotora (lentitud de pensamiento y lenguaje, facultad de concentración disminuida, disminución de la actividad motora) - Palabra y pensamiento normales - Ligero retraso en el habla - Evidente retraso en el habla - Dificultad para expresarse - Incapacidad para expresarse	0 1 2 3 4
9.-) Agitación psicomotora - Ninguna - Juega con sus dedos - Juega con sus manos, cabello, etc. - No puede quedarse quieto ni permanecer sentado - Retuerce las manos, se muerde las uñas, se tira de los cabellos, se muerde los labios	0 1 2 3 4
10.-) Ansiedad psíquica - No hay dificultad - Tensión subjetiva e irritabilidad - Preocupación por pequeñas cosas - Actitud aprensiva en la expresión o en el habla - Expresa sus temores sin que le pregunten	0 1 2 3 4
11.-)Ansiedad somática (signos físicos de ansiedad: gastrointestinales: sequedad de boca, diarrea, eructos, indigestión, etc; cardiovasculares: palpitaciones, cefaleas; respiratorios: hiperventilación, suspiros; frecuencia de micción incrementada; transpiración) - Ausente - Ligera - Moderada - Severa - Incapacitante	0 1 2 3 4
12.-) Síntomas somáticos gastrointestinales - Ninguno - Pérdida del apetito pero come sin necesidad de que lo estimulen. Sensación de pesadez en el abdomen - Dificultad en comer si no se le insiste. Solicita laxantes o medicación intestinal para sus síntomas gastrointestinales	0 1 2

13.-) Síntomas somáticos generales - Ninguno - Pesadez en las extremidades, espalda o cabeza. Dorsalgias. Cefaleas, algias musculares. - Pérdida de energía y fatigabilidad. Cualquier síntoma bien definido se clasifica en 2	0 <u>1</u> 2
14.-) Síntomas genitales (tales como: disminución de la libido y trastornos menstruales) - Ausente - Débil - Grave	<u>0</u> 1 2
15.-)Hipocondría - Ausente - Preocupado de sí mismo (corporalmente) - Preocupado por su salud - Se lamenta constantemente, solicita ayuda	0 1 <u>2</u> 3
16.-) Pérdida de peso - Pérdida de peso inferior a 500 gr. en una semana - Pérdida de más de 500 gr. en una semana - Pérdida de más de 1 Kg. en una semana	0 <u>1</u> 2
17.-) Introspección (insight) - Se da cuenta que está deprimido y enfermo - Se da cuenta de su enfermedad pero atribuye la causa a la mala alimentación, clima, exceso de trabajo, virus, necesidad de descanso, etc. - No se da cuenta que está enfermo	<u>0</u> 1 2

Resultado: Sumando todos los ítems se obtuvieron 10 puntos, indica que la adulta mayor presenta depresión ligera o menor.

Es importante señalar que esta investigación fue aplicada mediante la evaluación realizada a la Adulta Mayor arriba señalada, la cual había sido diagnosticada previamente con Síndrome Depresivo. El propósito de la ejecución de este instrumento es conocer el grado de depresión que presenta la paciente actualmente después de haber vivido varios trastornos psicológicos, y que influencia trae consigo haber asumido la responsabilidad de cuidar a su nieta con síndrome de Down.

Gracias a entrevistas con la trabajadora social de este centro residencial se pudo conocer que después que la adulta mayor asume la responsabilidad de criar a su nieta, comenzó a realizar actividades de la vida diaria tales como lavar su ropa, darle de comer a su nieta, salir a caminar al parque, ver películas, la ayuda a dibujar y colorear, está pendiente de vestirse bonita y maquillarse antes de salir

a la calle hacer cualquier diligencia personal, mejoró su autoestima llegando a sentirse útil, de hecho, pasa el día más alegre y motivada, participa en las actividades recreativas, deportivas y culturales en compañía de su nieta.

CONCLUSIÓN

Una vez culminado este caso, podemos decir que desde la experiencia mostrada, la depresión en el adulto mayor tiende a ser crónica y recurrente. El suicidio es la consecuencia más común en las personas mayores con depresión, siendo aproximadamente el doble que en grupos de edad más joven, 90% de los pacientes mayores de 75 años de edad que se suicidan padecen depresión (Sable. J, 2002), se observó que la depresión es un conjunto de síntomas que se manifiesta por la pérdida de interés y la incapacidad de satisfacción por las actividades y experiencias de la vida diaria.

Por lo expresado en párrafos anteriores, en esta investigación se utilizó una metodología descriptiva y bibliográfica empleando la entrevista para la recolección de datos personales y familiares, acompañado de un test de “Escala de valoración de Hamilton” para la evaluación de la depresión. En este reporte de caso titulado “El cuidado de los nietos como experiencia de recuperación de una adulta mayor con depresión”, se tomó como referencia a la adulta mayor B, viuda de 73 años de edad, la cual tuvo tres hijos, la misma después de la muerte de uno de ellos, cayó en estado depresivo por eso intentó suicidarse tres veces, la primera vez ingirió unas pastillas, la segunda se arrojó a un vehículo en marcha y la tercera pensó en lanzarse al metro.

Al aplicar estos instrumentos, se obtuvo como resultado que, la adulta mayor está ubicada en el tiempo y el espacio, es auto valido e independiente, y no cuenta con el apoyo de sus hijos. Ahora bien debido a sus trastornos depresivos se le realizó un test de “Escala de valoración de Hamilton” para evaluar su nivel de depresión, después de todo lo vivido cuando asumió la responsabilidad de cuidar a su nieta que presenta síndrome de Down. El test arrojó una puntuación de 10 puntos que clasifica a la Adulta Mayor con depresión ligera o menor, lo que indica que, los lazos familiares influyen en cómo se visualiza la vida, pues le da más valor e importancia sobre todo cuando se encuentra en compañía, en el caso particular es el amor de su nieta.

Como futuros gerontólogos, recomendamos realizar contacto con los dos hijos de la adulta mayor para tratar de mantener una relación sana y a su vez insertarla a su grupo familiar con actividades productiva, así como también, motivarla a participar en actividades recreativas, manualidades y deportivas para que se anime a vivir cada día de la mejor manera posible, y que este mismo sentimiento sea transmitido a su nieta. Por medio del cuidado de su nieta, esta adulta mayor comenzó a sentirse útil para la sociedad, ya que mantiene su tiempo ocupada atendiéndola, lavando su ropa, supervisando su alimentación, salir a cobrar en el banco para comprar alimentos, realizar actividades recreativas como manualidades, bailar, colorear, escuchar música y pasar el día viendo películas.

Al concluir este caso, se pudo evidenciar que en la medida que un adulto mayor se sienta útil dentro y fuera de su familia forma parte fundamental y vital tanto en su vejez como en su desarrollo como ser humano, pues la adulta mayor se siente motivada a seguir adelante sobrellevando las dificultades que le presente la vida; así se observa en esta adulta mayor, quien día tras día se empeña en dar un buen cuidado a su nieta, tratándola con mucho amor, atención, alegría y cariño, siendo reciproco este trato convirtiéndose una oportunidad para fortalecer su calidad de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, text revision DSM IV-TR. 4th ed. Washington: APA; (2000).
- Cárdenas, L. y Suárez, Z. (2005) *Adulto mayor y síntomas depresivos*. Trabajo para optar al título de Magister en Salud Pública. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá.
- Escala de Hamilton - *Hamilton Depression Rating Scale (HDRS)*. Disponible en URL: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/depresion-escala-hamilton.PDF> (Consulta 22 de Noviembre de 2018).
- Gómez, C.; Bohórquez, A.; Pinto, D. y otros. (2004) *Prevalencia de depresión y factores asociados con ella en la población colombiana*. Disponible en URL: <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/8150/23682.pdf?sequence=1> (Consulta 22 de Noviembre de 2018).

Instituto Nacional de los Servicios Sociales. *Reseña Histórica*. Disponible en URL: <http://www.inass.gob.ve/> (Consulta 22 de Noviembre de 2018).

Ley de Servicios Sociales (2005) Gaceta oficial de la República Bolivariana de Venezuela N° 38.694.

Peña, D; Herazo, M; y Calvo, J. (2009) *Depresión en ancianos*. Bogotá. Rev. Fac. Med., Volumen 57, Número 4, p. 347-355.

Triadó, C.; Villar, F.; Solé, C. y entre otros. (2009); *Los abuelos/as cuidadores de sus nietos: percepción de ayudas recibidas, conductas problemáticas de los nietos y satisfacción con el rol*. Disponible en URL: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832322055.pdf>. (Consulta 07 de Enero de 2019).

NORMAS EDITORIALES

La Revista GeroCiencia, constituye un marco referencial para la construcción del conocimiento integral de las ciencias humanas en el ámbito de la Gerontología orientado a las áreas de Educación, Gerencia, Salud, Ciencia y Tecnología. Por esta razón a continuación se precisan las normas editoriales de la Revista.

Instrucciones para autores

La Revista GeroCiencia, es una Revista Científica Electrónica de Gerontología, en las áreas de educación, salud, gerencia, ciencia y tecnología, dicha revista ofrece la publicación de investigaciones, ensayos científicos, artículos científicos, revisiones documentales, experiencias sistematizadas y estudios de investigadores invitados relacionados con los ámbitos de competencia de la Revista (los cuales previa revisión del comité editorial puedan ser arbitrados). Todo artículo o trabajo debe ser enviado con carta de autorización de publicación firmada por el o los autores. Las producciones deben ser originales e inéditas que no hayan sido enviados a otras revistas.

Los artículos que no sean considerados como contribución científica original para su publicación serán notificados por el equipo editorial a él o los autores.

1. Normas generales de la Revista GeroCiencia:

1.1. La Revista publica investigaciones, ensayos científicos, artículos científicos, artículos académicos, revisiones documentales, reportes de caso, experiencias sistematizadas en las áreas o contextos gerontológicos educativo, demográfico, artístico, biológico, psicológico, sociales-comunitarios, salud, gerenciales, metodológicos, tecnológicos, culturales, antropológicos.

1.2. Las producciones (investigaciones, ensayos científicos, artículos científicos, artículos académicos, revisiones documentales, reportes de caso, experiencias sistematizadas) deben ser enviados así como comunicaciones relacionadas con asuntos editoriales al Director Editor correo: gerociencia@correo.unefm.edu.ve y revistaelectronicagerociencia@gmail.com

1.3. Las producciones deben estar escritos en idioma Español y el resumen en Español e Inglés con un máximo de 150 palabras, también debe incluir palabras clave no mayores de cinco (5) palabras que no estén contenidas en el título.

1.4. Los artículos o trabajos deben ser remitidos en original en formato Word, no debe exceder de 20 cuartillas.

1.5. Para la identificación de los artículos o trabajos, él o los autores deben adjuntar resumen curricular del autor o autores no mayor de 15 líneas por cada uno, que incluya: formación profesional, cargos desempeñados, e-mail, experiencia laboral e información relevante.

1.6. Los artículos o trabajos enviados serán sometidos a evaluación por el equipo editor de la Revista y estará conformado por tres o más árbitros quienes emitirán un veredicto que será inapelable.

1.7. Los artículos o trabajos que sean aceptados pasan a ser propiedad de esta Revista.

1.8. Los artículos o trabajos que no cumplan con los requisitos serán notificados al autores o autores una vez dado el veredicto de los árbitros.

2. Normativas para la Presentación de los artículos o trabajos:

2.1. Los artículos o trabajos deben ser transcritos a computadora, a espacio 1.5, hoja tamaño carta, enumeración arábica superior derecha, en letra Arial 12 color negro. Márgenes: izquierdo 3cm; mientras que el margen superior, derecho e inferior 2,5cm.

2.2. Los artículos o trabajos deben contener la siguiente estructura, centrado en negrilla con mayúscula minúscula: título en español (no mayor de 15 palabras) en mayúscula sostenida, los subtítulos en mayúscula minúscula, los títulos de cada apartado dentro del texto en mayúscula sostenida, año de ejecución del artículo o trabajo (no debe ser mayor de 5 años considerando la fecha actual de publicación), a un espacio del título el autor o autores (primer apellido, primer nombre), dirección institucional (institución donde labora), correo del o los autores, resumen (no debe exceder las 150 palabras con interlineado sencillo), palabras clave (no mayor de 5 palabras clave), el Resumen en inglés debe presentar los mismos criterios que el español. En cuanto al contenido de los artículos o trabajos

debe contener: introducción (se plantea la idea o problema de estudio y objetivos), referencia teórica sustentadora, metodología utilizada, resultados, discusión y análisis de los resultados, consideraciones finales y referencias bibliográficas (no menor de 15 referencias). En cuanto a los artículos académicos (entre 10 y 20 páginas), revisiones documentales (entre 5 y 10 páginas), reportes de caso (entre 10 y 20 páginas), experiencias sistematizadas (entre 10 y 20 páginas), cuya naturaleza es expositiva-reflexiva debe por lo menos contener resumen (inglés y español), introducción, desarrollo y conclusiones o reflexiones y referencias bibliográficas.

2.3. En el contenido del artículo o trabajo no deben utilizarse letras mayúsculas intercaladas, excepto para los nombres propios.

2.3.1. Las tablas, figuras, diagramas y fotos, deben ser de alta calidad y deben estar incluidas en el texto, identificadas con números arábigos (sin usar símbolo N°) debe considerar la secuencia de la presentación de las tablas, figuras, diagramas y fotos presentadas en el artículo y trabajos. El título de las tablas, se coloca encima de las mismas, mientras que el título de figuras, gráficos y fotos se coloca debajo. Incluir en el texto con la mención correspondiente, es decir, las tablas, figuras, diagramas y fotos deben estar referidas en el texto.

2.3.2. En los artículos deben emplearse abreviaturas internacionales convencionales, en caso de utilizar abreviaturas particulares debe aclararlas en el texto posterior a la cita. El lenguaje debe ser técnico acorde al nivel y metodología.

2.3.3. Los nombres científicos deben escribirse en letra itálica (cursiva) y debe mencionarse completo la primera vez, luego se menciona usando la inicial del género más la especie.

2.3.3. En cuanto a las Citas que deben presentarse en los artículos o trabajos se deben considerar los siguientes aspectos:

- El texto del artículo o trabajo debe ajustarse a las normas APA (American Psychological Association) 2012.

- Citas textuales mayor de 40 palabras deben tener interlineado sencillo a 5 espacios izquierda y derecha.

- Citas parafraseadas deben ser intercaladas en el texto y encerrada entre comillas ("). La cita no debe ser mayor a 40 palabras.

-Toda cita textual debe llevar autor(es) año entre paréntesis (año y número de página), no así en las citas parafraseadas.

Libros

Segal, S y Giuliani, D. (2010) *Modelización en el aula: posibilidades y necesidades*. México: Libros del Zorgal.

-Libros con más de seis autores se coloca luego del sexto autor y otros.

Autor corporativo

Departamento de Educación. (1998) *Education Reform in Puerto Rico*. Hato Rey (San Juan de Puerto Rico): Autor.

En caso de reimpresiones

Rorschach, H. (1921/q970). *Psicodiagnóstico (7ma Reimpresión)* Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Tesis de grado u otro similar

Quintero, S (2012) *La gerontología educativa en la competencia educador gerontológico para la intervención socioeducativa con adultos mayores. Caso UNEFM Coro*. Trabajo de grado presentado para optar al título de magister scientiarum en docencia para educación superior. Universidad Nacional Experimental Rafael María Baralt. Núcleo Coro: Estado Falcón Venezuela.

Periódicos y/o Revistas

López, J (01 de diciembre de 2007) *Crea y administra tu propio foro con phpBB*. España: Todo Linux, 83, pp. 12-17.

Internet

Castilla, A (28/07/2007) *Enganchadas a final Feliz repostaje: El éxito de la novela romántica*. Disponible en URL: http://www.elpais.com/articulo/semana/Enganchadas/final/final/feliz/elpepuculbab/20070728elpbabese_1/Tes [consulta 23 de junio de 2008]

Medios audiovisuales

National Geographic Society (Productora) (1987). *In the shadow of Vesuvius*. [Video]. Washington, DC. USA: National Geographic Society.

Importante

Las conversaciones personales, cartas, conversaciones telefónicas, etc (fuentes vivas) no publicadas no deben ser listadas en la referencia debido ya que no pueden ser consultadas por los lectores.

3. Normativas sobre el Arbitraje

3.1. El artículo o trabajo científico, debe ser enviado al Director Editor, quien enviará al Comité Editor para su revisión y visto bueno, una vez revisado se convocará al Comité de Redacción y Consejo de Asesores de ser necesario para definir los árbitros correspondientes.

-La evaluación de los artículos y trabajos deben responder a los siguientes criterios: coherencia del discurso, claridad en la exposición de ideas, adecuada organización del discurso escrito, pertinencia de las referencias bibliográficas, aportes al conocimiento del objeto, apropiada elaboración del resumen y abstract, pertinencia del título en relación a la relevancia que se presenta, estricto apego a las Normas editoriales.

-Si el artículo o trabajo es aprobado con observaciones por parte de los árbitros, las mismas serán enviadas al (los) autor (es) para su corrección en caso que así lo exija el comité. Después de realizar las correcciones y ajustes sugeridos por los árbitros, los autores devolverán la versión corregida en formato digital como en su primer envío al correo destinado para tal fin.

-Si el artículo o trabajo no es aprobado, el o los autores recibirán comunicación indicando la no aceptación para publicación.

-Aprobado el artículo o trabajo el o los autores recibirán fecha posible de publicación, así como envío del ejemplar de la revista digitalizado.

-Las opiniones, comentarios u opiniones emitidos en los artículos y trabajos son estrictamente responsabilidad del o los autores.

-El Comité Editor se reserva el derecho de los arreglos de estilo que considere conveniente.

-Lo no previsto en las presentes normas será resuelto por el Director Editor y el Comité Editor.

Instrucciones para árbitros de la Revista y colaboradores.

Estimado Arbitro Colaborador, reciba un cordial saludo desde la Revista GeroCiencia (*revista científica electrónica de gerontología, educación, gerencia, salud, ciencia y tecnología*). Agradecemos su valioso apoyo con nuestra revista. En el documento que le fue enviado, agradecemos su atención al estricto apego a las normas de edición de la Revista GeroCiencia, para la revisión del artículo o trabajo enviado. En caso contrario no consideraremos las observaciones realizadas por su persona.

La Revista GeroCiencia, busca el mejoramiento de la calidad investigativa en torno al tema del adulto mayor, la vejez y el envejecimiento en los distintos ámbitos o áreas planteadas en las normas editoriales, por tanto, resulta importante que cada artículo o trabajo ofrezca un aporte significativo a esta revista.

A continuación, presentamos un instrumento cualitativo para evaluar el artículo o trabajo científico.

UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
“FRANCISCO DE MIRANDA”
 AREA CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA GERONTOLOGÍA
 Coro - Venezuela
 Unidad de Investigaciones Gerontológicas UNIGER



Planilla de arbitraje

Criterios	Excelente (2 puntos)	Muy bueno (1,5 puntos)	Bueno (1 punto)	Regular (0,5 puntos)	Deficiente (0 puntos)	Observaciones
1. Pertinencia del título del artículo o trabajo.						
2. Adecuada redacción del resumen.						
3. Claridad, coherencia y originalidad del discurso.						
4. Adecuada organización del artículo o trabajo.						
5. Calidad de las referencias bibliográficas citadas.						
6. Aportes del artículo o trabajo al conocimiento del objeto de estudio.						
7. Estricto apego a las normas editoriales.						
8. Apreciación general del documento.						
9. Lenguaje de acuerdo con el nivel del documento						
10. Correspondencia con la línea de investigación.						

Veredicto:

- El artículo o trabajo evaluado puede ser publicado sin ninguna modificación_____
- El artículo o trabajo evaluado puede ser publicado con ligeras modificaciones_____
- El artículo o trabajo evaluado puede ser publicado con importantes modificaciones_____
- El artículo o trabajo evaluado no puede ser publicado_____
- Observaciones_____

**Líneas de Investigación de la Unidad de Investigaciones Gerontológicas
UNIGER del Programa de Gerontología de la UNEFM**

Área Prioritaria de Desarrollo: Ciencias de la Salud

Área de Investigación	Línea de Investigación	Sublínea de Investigación
Educación para la salud, prevención de enfermedades y aspectos clínicos	Promoción de salud:	Estilos de vida saludable
		Nutrición en el adulto mayor
	Prevención de enfermedades	Abordaje gerontológico de las patologías neurológicas en adultos mayores
	Rehabilitación y habilitación	Rehabilitación y habilitación en el adulto mayor
		Autonomía y funcionalidad en el adulto mayor
		Discapacidad y salud
Salud y envejecimiento	Gestión de salud	Evaluación y fortalecimiento de la gestión de salud
		Administración gerontológica
	Dinámica psicosocial	Integración familiar del adulto mayor
		Participación del adulto mayor
		Demografía gerontológica
		Recreación y tiempo libre
		Dinámica social de la vejez y envejecimiento
		Educación gerontológica
		Gerontología educativa
		Dinámica sociocultural de la vejez
		El adulto mayor y las tecnologías de información y comunicación
	Derechos humanos	Orientación gerontológica
		Envejecimiento activo

		Derechos humanos, ocupación y diversidad
		Derechos humanos y salud
	Economía política y calidad de vida	Economía en la vejez
		Sistemas de seguridad social
		Políticas públicas y formación social y ciudadana
	Entornos físicos saludables	Entornos físicos saludables para el adulto mayor
	Apoyo social	Sistemas de apoyo en los adultos mayores
	Apoyo social	Asistencia al adulto mayor en etapa terminal
		Cuidadores formales e informales
	Epidemiología de la vejez	Demografía en la vejez

RESUMEN TÉCNICO DE COMITÉ:**DIRECTOR-EDITOR****Dra. Sandra Quintero (Univ. Nac. Exp. Francisco de Miranda UNEFM-Venezuela)**

Venezolana. Doctora en Ciencias Gerenciales (Sumacunlaude UNEFA), Magister Scientiarum en Docencia para Educación Superior (Sumacunlaude UNERMB 2012) Licenciada en Gerontología (Magnacunlaude UNEFM 2008). PEII-A2. Directora Programa Gerontología y Coordinadora de la Unidad de Investigaciones Gerontológicas UNIGER (UNEFM). Locutora universitaria. Presidenta Fundación Somos Geroactivo. Tutora pregrado y postgrado. Autora de los Libros: -Gerontología Ciencia para la vida 2013. -Manual de Buenas Prácticas Gerontológicas como vivir feliz más de 100 años 2015. -Pensando las organizaciones desde las imágenes de Gareth Morgan. 2017 entre otros. Columnista Diario Nuevo Día con "Gerontología al Día". Publicación en REDALYC.ORG. Revista Multiciencias y otros. Conferencista nacional e internacional. Miembro de la Panamericana de Programas y/o Carreras Universitarias de Gerontología PANAMGERO y Coordinadora de la Investigación Multicéntrica de la Red PANAMGERO. Miembro del Consejo Editor QMayor. Áreas de conocimiento educación gerontológica, gerontología educativa, envejecimiento activo, cultura y vejez, medios de comunicación social y adulto mayor.

COMITÉ EDITOR**Lcda. Juleidys Reyes (Univ. Nac. Exp. Francisco de Miranda UNEFM-Venezuela)**

Venezolana. Licenciada en Gerontología. Diplomada en Docencia. Asesor metodológico en estudios cualitativos. Área de conocimiento cultura y adulto mayor. Coordinadora de la Defensoría de Salud para la atención del adulto mayor en Consultorio Popular Hugo Chávez.

Lcda. Belen Cásares (Univ. Nac. Exp. Francisco de Miranda UNEFM-Venezuela)

Venezolana. Licenciada en Gerontología. Cursante de licenciatura en Comunicación social UBV. Miembro Fundación Somos Geroactivo. Organizadora de eventos científicos y comunitarios. Conferencista en eventos científicos. Formada en desarrollo social, multidiversidad, aprovechamiento energético ONCTI entre otros. Facilitadora de talleres de formación laboral en INCESS. Facilitadora curso de inducción para estudiantes de Gerontología. Autora del estudio Educación Ambiental con adulto mayores de Coro estado Falcón. Premio mención al mejor trabajo en las jornadas de investigación UNEFM 2015. Cumlaude grado 2017. Área de conocimiento: envejecimiento activo y educación ambiental.

COMITÉ REDACCIÓN

Lcda. Maroly Quevedo MSc (Univ. Nac. Exp. Francisco de Miranda UNEFM-Venezuela)

Venezolana. Lcda. En Gerontología. Magister Scientiarum en Recurso Humanos. Doctorante de Ciencias de la Educación UPEL. Docente Programa de Gerontología de la Universidad nacional Experimental “Francisco de Miranda”. Miembro Fundación Somos Geroactivo. PEII-A1. Memoria de VIII Jornadas de Investigación de la UNEFM. Conferencista y organizadora de eventos a nivel nacional e internacional. Miembro Fundación Somos Geroactivo. Tutor y jurado de estudios de Gerontología. Área de conocimiento: prácticas gerontológicas integrales, gerencia en gerontología, intervención social, Economía Política en la Vejez.

Lcdo. Nohé Ramón Gilson. MSc. (UNEFM)

Venezolano. Lcdo en Comunicación Social mención Desarrollo Social. Lcdo. Teología. Lcdo. Filosofía. Magister Scientiarum en Gerencia de la Tecnologías de Información y comunicación. Doctorante en Ciencias Sociales UNEFM. Docente Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” UNEFM, Programa de Medicina y Programa Artes Audiovisuales. Autor de libros como Semillas de Esperanza (2003), Poemas para el Alma (2012), Candelaria Virgen Amada (2017), San Antonio Patrono Bendito (2017), Valorando la profesión del periodista (2017). Reconocimientos: Premio Municipal de Periodismo “Salomón Maduro Ferrer” (2016), Premio Regional de Periodismo “Carlos Martínez Bueno” (2016), Premio Regional de Periodismo mención Interpretativo “Lino Revilla” (2015). Miembro Fundación Somos Geroactivo. Conferencista e Investigador PEII A-1. Locutor Universitario. PEII-A1. Área de conocimiento: medios de comunicación social y adulto mayor. Apropiación social de las tic. Artes audiovisuales.

CONSEJO ASESORES

Dra. María Romero (UNEFM)

Venezolana. Licenciada en Educación en Lengua Extranjera mención Inglés. Magister Scientiarum en Docencia para Educación Superior. Doctora en Educación. Docente asociado de la Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda”. Miembro activo de la Asociación Venezolana para el Avance de la Ciencia Capítulo Falcón Conferencista nacional e internacional. Publicaciones: Repensar la Formación Docente: Hacia el encuentro de una Nueva Perspectiva Epistémica para su Abordaje y Resignificación en CIENCIA MATRIA Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” Año III. Vol III. N°5. Julio – Diciembre, 2017. Fundamentos Teórico-Conceptuales del Pensamiento Complejo: Una Aproximación a la Epistemología de la Complejidad en REVISTA CIENCIAS SOCIALES Y EDUCATIVAS (RCSE) Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda” Vol.6, Nro.1, año 2016 pp. 132-148.

Lcda. Nohedwin Córdova (Instituto Médico Coro y Clínica AME Falcón Punto Fijo)

Venezolana. Licenciada en Gerontología (2018 Universidad Nacional Experimental “Francisco de Miranda”), Licenciada en Psicología (2015 Southern

Christian University International Florida). Certificado Internacional Practicante de CRP. (Círculo de Realización Personal) por UNIRIQUEZA, Diplomado de Psicología en Psicoterapia Gestal por UPEL-FEVEPNE. Publicaciones Revista GeroCiencia 2018. Conferencista en crecimiento personal.

Dr. Jairo Villasmil (Univ. Nac. Exp. Francisco de Miranda UNEFM-Venezuela)
Venezolano. Psicólogo (1990). Lcdo en Comunicación social mención desarrollo social (1999). Maestría en Ciencias mención desarrollo comunal (1995). Doctorado en Educación (2010). Formación en Gerencia social comunitaria, planificación y diseños de sitios web, como escribir y publicar artículos científicos. Experiencias: Miembro asesor de la junta tratamiento postpenitenciario, Tutor y asesor de estudios de postgrado en materia gerencial como educativa. Publicaciones Revistas y artículo científicos en Revista Ciencias sociales y educativas UNEFM, Revista Laurus, Revista Educación UPEL. Conferencista nacional e internacional. Director de currículo de la UNEFM.

Nota: Varios árbitros y miembros del comité de redacción son asesores en esta edición.

RESUMEN TÉCNICO DE ÁRBITROS

Dra. Maribel Thamara Osorio. (Univ. Central de Venezuela. Venezuela)

Venezolana. Doctora en Ciencias de la Educación. Licenciada en Enfermería. Especialista en Docencia en Educación Superior. Especialista en Salud Ocupacional. Maestría en Docencia en Educación Superior. Maestrante en Bioética. Cursando postdoctorado educación, ambiente y sociedad. Universidad Pedagógica Libertador. Directora de la Escuela de Enfermería de la UCV y Directora del Postgrado de Enfermería Oncológica UCV. Editora de la Revista Venezolana de Enfermería. Miembro de la Asociación de Revistas Médicas de Venezuela. Miembro del equipo editorial de la Revista de la Facultad de Medicina UCV. Miembro del equipo de investigadores Fundación Ciea-Sypal. Publicaciones: Cuidados de enfermería en biopsia de ganglio centinela en cáncer de mama. Revista Venezolana De Enfermería, 2015; Volumen 2, Número 1. [Http://Saber.Ucv.Ve/Ojs/Index.Php/Rev_Venf/Article/View/9381/9189](http://Saber.Ucv.Ve/Ojs/Index.Php/Rev_Venf/Article/View/9381/9189). Investigación y Enfermería. Revista Venezolana De Enfermería, Volumen 1, Numero 1; 2014. [Http://Saber.Ucv.Ve/Ojs/Index.Php/Rev_Venf/Article/View/8257/8156](http://Saber.Ucv.Ve/Ojs/Index.Php/Rev_Venf/Article/View/8257/8156). Conferencista nacional e internacional.

Dra. Marisa Silvana Zazzetta (Univ. Fed. São Carlos Brasil)

Brasileña. Doctorado en Servicio Social - Escuela Superior de Sanidad (1990), Licenciatura en Servicio Social Universidad Nacional de Entre Rios (1993), Maestría en Servicio Social por la Pontificia Universidad Católica de Rio Grande de Sur (1996). Actualmente docente en Universidad Federal de São Carlos en Curso Licenciatura de Gerontología, y el Programa de Postgrado en Enfermería (Maestría y Doctorado), y el Programa de PostGrado de Gerontologia (Maestría). Árbitro de revistas: Revista Aquichan, Revista Brasileira de Geriatria y Gerontología, Revista Estudios Interdisciplinarios de Envejecimiento, Revista Interface – Comunicación, Salud, Educación. Publicaciones: Jesús, Isabela Thaís Machado de Orlandi, Ariene Angelini Dos Santos; Zazzetta, Marisa Silvana . Burden, profile and care: caregivers of socially vulnerable elderly persons. Revista Brasileira de Geriatria y Gerontología, v. 21, p. 194-204, 2018. Jesús, I. T. M. ; Orlandi, Fabiana De Souza; Zazzetta, M. S. Frailty and cognitive performance of elderly in the context of social vulnerability. Dementia & Neuropsychologia, v. 12, p. 173-180, 2018. Jesus, Isabela Thaís Machado de Diniz, M. A. A; Lanzotti, R. B.; Orlandi, Fabiana De Souza ; Pavarini, S.C.I. ; Zazzetta, M. S. Fragilidade E Qualidade De Vida De Idosos Em Contexto de Vulnerabilidade Social. Texto e Contexto. (UFSC Impresso), v. 27, p. e4300016, 2018. Entre otros.

Dra. Miriam Bazán (Univ. ALAS Peruana Perú)

Peruana. Médico cirujano. Miembro. PhD. en Educación, Msc. en Administración y Diplomado en Docencia Universitaria en la Universidad Alas Peruanas. Fundadora y Presidenta de la Red Panamericana de Programas y/o Carreras Universitarias de Gerontología PANAMGERO. Directora de la Escuela Profesional de Gerontología Universidad Alas Peruana. Área de conocimiento: Dinámica Social de la Vejez y el Envejecimiento. Educación Gerontológica, Gerontología Educativa. Conferencista nacional e internacional. Graduada del curso de

especialización en servicios para la tercera edad en la familia y la comunidad en Haifa-Israel. Coautora del libro: "Perfiles de envejecimiento: Gerontología para la vida activa, una propuesta regional".

Dra. Claudia Mendoza (Univ Aut Tlaxcala México)

Mexicana. Docencia en Educación Formal, No formal e Informal. Académica Universitaria. Investigación en Gerontología. Programación en Áreas de Asistencia, Bienestar y Desarrollo Social. Intervención Socioeducativa y Sociocultural en Grupos Vulnerables. Doctora en Estudios Migratorios, Desarrollo e Intervención (Universidad de Almería; Almería, España, 01 febrero 2017. Maestra en Animación Sociocultural e Intervención Socioeducativa (Universidad Pablo de Olavide, Sevilla, España, enero 2009. Licenciada en Educación Social (Universidad Autónoma de Tlaxcala; Tlaxcala, México:2006). Área de conocimiento: Intervención Socioeducativa en Adultos Mayores (LGAC Individual) Inclusión social de personas con discapacidad (LGAC Cuerpo Académico). Coordinadora del programa educativo Licenciatura en Atención Integral al Adulto Mayor Facultad de Ciencias para el Desarrollo Humano (Universidad Autónoma de Tlaxcala; México, vigente. Publicaciones: La educación Inclusiva. Reflexiones desde Latinoamérica. México: Castellanos Editores. Espacios para hablar y compartir sobre la intervención social y educativa en grupos vulnerables: Vol.I.(pp. 149-156) Almería, España: Enfoques Editoriales. Entre otros. Conferencista nacional e internacional.

Magister. Sergio Flores (Univ del Valle de Toluca. México)

Mexicano. Maestro en Ciencias de la Educación (Univ. del Valle de México). Licenciado en Gerontología (Univ. Estatal del Valle de Ecatepec). Doctorante en Educación (Univ. Rey Juan Carlos, España). Actualmente es Director de la Licenciatura en Gerontología en la Universidad Estatal del Valle de Toluca. Líneas de investigación estructuración de diseños curriculares en planes y programas universitarios en gerontología. Coordinador de los Libros: "Perfiles sobre envejecimiento, Estrategias gerontológicas en acción" (2014), UNEVT. "Perfiles sobre envejecimiento, "Gerontología para la Vida Activa. Una propuesta Regional" (2017), Fondo editorial UAP, Perú. Miembro activo de la Asociación Mexicana de Gerontología y Geriatria A. C. Miembro fundador y Secretario de la Red Panamericana de Programas y/o Carreras Universitarias de Gerontología PANAMGERO. Prepara su siguiente coordinación del libro: "La Historiografía de los Modelos Educativos de Gerontología en Iberoamérica".

Master. Laura Inés Salatino. (Univ. Maimonides Argentina)

Argentina. Master en atención integral centrada en la persona AICP Universidad de Vic Barcelona, España. Especialista en Psicogerontología de la Universidad Maimónides; Licenciada en Gerontología de la Universidad Maimónides. Docente a Cargo Curso de Psicogerontología: El Modelo de Atención Integral y Centrado en La Persona, Universidad Maimónides. Universidad Maimónides, Licenciatura en Gerontología, Titular de la Cátedra Gerontología Social III, modalidad a distancia. Conferencista nacional e internacional 2018: V Congreso Latinoamericano de Universidades con Carrera en Gerontología "Construcción del Rol Profesional, de la Teoría a la Práctica", 2017: VII Congreso Latinoamericano de Psicogerontología: Avanzando en la inclusión, la integración y la interdisciplina,

Santiago de Chile, expositor en la mesa redonda “Aislamiento social y perceptivo en el adulto mayor” con la ponencia “Prevención del aislamiento en la vejez” entre otros.

Master. Lidys Padrón Fernández. (Univ. Met. Quito Ecuador)

Ecuatoriana. Licenciada en Enfermería. Máster en Educación. Docente en la Universidad Metropolitana de Quito, Ecuador. Docente de la carrera de Licenciatura en Enfermería. Docencia alumnos de pregrado en la Universidad Metropolitana de Quito Ecuador. Miembro del Capítulo Provincial de Medicina Familiar. Conferencista nacional e internacional. Publicaciones: Cuidados de enfermería y efecto por separación del vínculo familiar en pacientes pediátricos con quemaduras. Revista Cultura de los Cuidados. Aprobada para publicación 2do cuatrimestre 2019/agosto-septiembre/volXXIII/No.54.

RESUMEN TÉCNICO DE AUTORES

Guedes, Emmanuel (Univ. Nac. Exp. “Francisco de Miranda” UNEFM-Venezuela)

Venezolano. Licenciado en Gerontología. Miembro Fundación Somos Geroactivo. Organizadora de eventos científicos y comunitarios.

López Solenny (Casa Hogar Años Dorados del estado Vargas- Venezuela).

Venezolana. Licenciada en Gerontología. Maestría en curso de Orientación de la Conducta del Centro de Investigaciones Psicológicas, Psiquiátricas y Sexológicas de Venezuela. Labora como Jefe del área de bienes públicos y materias de la Casa Hogar Años Dorados del estado Vargas.

Martínez Talavera Dorys (Instituto de Cultura del Estado Falcón INCUDEF-Venezuela)

Venezolana. Artesana, tallerista, maestra muñequera acreditada por la UNEFM 2015, librera, técnico en artes plásticas, mención escultura, egresada de la escuela de A.P.A. Tito Salas; productora y editora de libros artesanales; productora y coordinadora del proyecto Deletreo; integrante del colectivo Ondinas; autora del poemario Titiarito publicado en el 2010 y el Tiempo pasa en silencio, 2013 y del Colectivo 13 voces, (poesía ambos) 2013. Cargos desempeñados: Asistente de publicaciones; secretaria del INCUDEF 2007-2009. Promotora cultural y tallerista 2010 hasta hoy. Diplomado Arqueología para Artesanos; Gestión social del patrimonio; Gestión social museos comunitarios; Legislación del patrimonio regional. Cursante de la carrera Pedagogía alternativa, sub áreas: Antropología, Arqueología y Etnohistoria (finalizada) UPTM Kléber Ramírez, Mérida.

Zavala Medina, Enna M. (Instituto de Cultura del Estado Falcón INCUDEF-Venezuela)

Venezolana. T.S.U. en Turismo, Promotora Cultural adscrita al Centro de Investigaciones Socioculturales del Instituto de Cultura del estado Falcón (INCUDEF), con participación activa en elaboración del Atlas Etnográfico del estado Falcón (2007-2008), Calendario Festivo del estado Falcón, Directorio de Agrupaciones y Músicos falconianos. Otros: Medicina tradicional, Curazaito te habla, Gastronomía y Dulcería falconiana, Allí Primera en tres fases: Humana, Musical y Social. Cursante de la Licenciatura en Pedagogía de la Antropología, la Arqueología y la Etnohistoria (Universidad Politécnica Territorial Kléber Ramírez).

Gilson, Nohé Ramón (Univ. Nac. Exp. “Francisco de Miranda” UNEFM-Venezuela)

La reseña del autor se encuentra en comité editorial

Carrero Caterine (Univ. Nac. Exp. “Francisco de Miranda” UNEFM-Venezuela)

Venezolana. Labora en el Instituto Nacional de los Servicios Sociales INASS. Se desempeña como apoyo técnico en el área administrativa. Es TSU en gerencia pública, asistente contable. Cursa actualmente la licenciatura en Gerontología en

la Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM gracias al Convenio UNEFM-INASS.

González Francisco (Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM-Venezuela)

Venezolano. Labora en el Instituto Nacional de los Servicios Sociales INASS como camarero y en Hospital Miguel Pérez Carreño como camillero. Cursa actualmente la licenciatura en Gerontología en la Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM gracias al Convenio UNEFM-INASS.

Mendoza Jennifer (Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM-Venezuela)

Venezolana. Hospital Miguel Pérez Carreño, cargo apoyo de área de laboratorio. Cursa actualmente la licenciatura en Gerontología en la Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM gracias al Convenio UNEFM-INASS.

Medina María (Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM-Venezuela)

Venezolana. Jubilada del Instituto Nacional de los Servicios Sociales INASS, laboro 32 años en el departamento registros médicos y estadísticas de salud, es Técnico Medio en registros médicos y estadísticas de salud. Cursa actualmente la licenciatura en Gerontología en la Univ. Nac. Exp. "Francisco de Miranda" UNEFM gracias al Convenio UNEFM-INASS.

INDICE DE ARTÍCULOS

	Pág.
Envejecimiento Activo de un maestro de Artes Marciales en Coro estado Falcón.	9
El Educador Gerontológico en la promoción del Envejecimiento Activo con adultos mayores, Coro estado Falcón “Una propuesta de intervención”.	29
Carmen Benita, madre de los maratonistas entre el laboratorio y las pistas, 2019	57
Adulto Mayor e identidad en Las Turas	79
Los adultos mayores propagadores de valores	91
El cuidado de los nietos como experiencia de recuperación de una adulta mayor con depresión	101

GEROCIENCIA

**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
"FRANCISCO DE MIRANDA"
ÁREA CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE GERONTOLOGÍA**

